

第六課 爲了我

第一部分 (1 小時)：認識耶穌

I. 故事：

耶穌爲救贖我們，被釘在十字架上。(〈馬太福音〉27 章 32-55 節)

老師告訴學生：

耶穌代替我們受罰，死在十字架上，赦免和洗淨我們的罪污，使我們比雪還白；這使我們想起水的功用。

水的功用與常識：

1. 水有潔淨作用。我們用水來使身體內外都清潔，保持健康。
2. 水是生命的源頭，一切生物都要選擇有水源的地方居住。
3. 水有降溫作用。在炎熱的夏天，我們需要多喝水，使汗腺起排汗作用，降低和調整體溫。
4. 人體有百分之七十五是水。人體的兩個腎臟，都需要水把血液的毒素，藉著尿液，排出體外。
5. 人體的消化、排泄、淋巴、循環系統每天都需要水來正常運作。
6. 人體的細胞都需要水分，維持新陳代謝工作。
7. 水是關節潤滑液，人體的關節如果沒有潤滑液，骨與骨之間發生摩擦就會活動不靈。
8. 所有農業和工業都需要水。
9. 水分在以下狀況上失去，人需要每天喝 6-8 杯水來補充。
 - 呼吸：約失去 2 杯水
 - 流汗：約失去 4 杯水
 - 排尿：約失去 6 杯水
10. 湯水、果汁、汽水都不能代替清潔的白開水。
11. 湯水、果汁或汽水不能解渴，反而含大量糖和鹽，令人愈來愈口渴，就容易上癮，導致肥胖、是糖尿病、骨質疏鬆症等疾病的成因。
12. 有糖份的飲料會把牙齒的琺瑯質沖去，使牙齒脆弱，容易產生蛀牙。
13. 無糖果汁喝得太多，會妨礙你們進食正餐時的胃口。
14. 很多飲料含人工糖和致癌物質，有損健康。
15. 我們要保持水源清潔，免被污染。
16. 我們要節約用水。
17. 我們要喝煮沸了或經處理過的水，以免生病，甚至死亡。

活動：

1. 老師和學生出外或在室內跑兩圈，身體就會冒汗。冬天時，你們對著鏡子或玻璃窗呼吸，就會看見鏡子或玻璃有霧氣，甚至可以在上面寫字。
2. 老師帶著學生們一起做「活動紙」第 1-3 項。

II. 背經文

所需教材：

- 《聖經》
- 卡紙 (7 厘米 x 10 厘米) 寫上今天的經文，每張卡紙寫一個字。

今天的經文是〈啓示錄〉21 章 6 節

「我是阿拉法，我是俄梅戛；我是初，我是終。我要將生命泉的水白白賜給那口渴的人喝。」

老師解釋〈啓示錄〉21 章 6 節，強調耶穌基督拯救我們，赦免我們的罪，並把永生賜給我們。

老師把這節經文，寫在黑板上。

老師與學生一起唱《兒童詩歌集》第 42 首〈我有平安如江河〉。

老師把寫有經文的卡片，放在一個盒子裡，孩子輪流抽一張，讀出上面的字。當每人手拿著卡片之後，把經文順序排出來。

III. 祈禱

老師和學生分享上週「寧靜時刻」的經驗。上帝有沒有應允你的祈禱呢？上帝要你學習等候祂嗎？

然後，學生分成兩三人祈禱。

老師和學生一起看二月份祈禱表。(附件 1)

第二部分 (1 小時)：認識自己

老師教導孩子認識「感恩」情緒。

老師複印「無臉孔的孩子」圖片，把「感恩」的臉畫在圖片上，並寫上：

〈詩篇〉103 篇 2 節：「我的心哪，你要稱頌耶和華，不可忘記祂的一切恩惠」，用細繩掛起來，讓學生都看見。

I. 熱身活動：(15 分鐘)

1. 把學生分成二至三人一組。
2. 把「情緒」卡放在籃子裡，讓學生找出他／她當天的「心情」。
3. 每組展示他們各人的「心情」及說出為甚麼有這樣的心情。

II. 學習：(45 分鐘)

1. 老師展示情緒卡「感恩」，並向學生述說一次感恩的經歷。
2. 學生互相分享這樣的經歷。
3. 一起讀〈詩篇〉103 篇 2 節：「我的心哪，你要稱頌耶和華，不可忘記祂的一切恩惠。」
4. 老師把「無臉孔的孩子」圖片複印，請學生在上面畫一個「感恩」臉。老師問學生：「你今天會怎樣用這張圖片呢？」。學生告訴老師，他們會怎樣用它。
5. 老師與學生一起唱詩：《兒童詩歌集》第 52 首〈神真愛你我〉。

III. 老師教導學生要感恩

活動：

老師帶著學生們一起做「活動紙」第 4-5 項。

第三部分 (1 小時)：我的朋友

這個月老師教導學生認識學生的學校。

活動：

老師帶著學生們一起做「活動紙」第 6 項。

下課祈禱：請一位學生祈禱或由老師祝福。

學生可以做後勤工作，幫忙打掃課室。老師要預先安排當值表。

每月祈禱表 (在家中「寧靜時刻」時使用)

本週主題：敬拜

2月1日	<p>讀經：〈詩篇〉145篇</p> <p>禱告：天父，謝謝祢對我的愛，謝謝祢差主耶穌來代替我受罰，被釘在十字架，謝謝祢赦免我的罪，使我能夠與祢同行，阿們！</p> <p>活動：寫一封信，感謝天父的愛；或作一首詩篇、歌曲、禱告或短詩來頌讚上帝的愛。</p>
2月2日	<p>讀經：〈耶利米書〉31章3節</p> <p>禱告：天父，自創世以來，祢就愛我們！感謝祢永遠的愛，阿們！</p> <p>活動：從今天開始，把你對上帝的感恩寫在小紙條上。把小紙條的兩端邊緣黏在一起，做成圓環，逐日把感恩圓環用繩子串起來，可保存佈置你的房間。</p>
2月3日	<p>讀經：〈約翰壹書〉4章8節</p> <p>禱告：感謝天父，祢的愛使我們認識愛，並學習去愛人，阿們！</p> <p>活動：訪問三人：「你怎樣知道上帝愛你呢？」聽完他們的見證後，你們一起為上帝的奇妙大愛而感謝祂。</p>
2月4日	<p>讀經：〈詩篇〉103篇11節</p> <p>禱告：天父，天離地何等的高，祢的慈愛向敬畏他的人也是何等的大！感謝祢，阿們！</p> <p>活動：當你感受到上帝的愛時，便把它記錄在你的禱告日誌裡。</p>
2月5日	<p>讀經：〈約翰福音〉14章15節</p> <p>禱告：主耶穌，我愛祢，願意服從祢的誠命。求祢幫助我服從，阿們！</p>
2月6日	<p>讀經：〈羅馬書〉8章37-39節</p> <p>禱告：親愛的主耶穌，謝謝祢對我的愛，謝謝祢為我做那麼多美好的事情，阿們！</p>
2月7日	<p>讀經：〈哥林多前書〉13章4-8節</p> <p>禱告：親愛的主耶穌，只有祢才有這些美德，求祢住在我心中，使我也擁有這些美德：就是忍耐、恩慈、不嫉妒、不張狂、不做害羞的事、不求自己的益處、不輕易發怒、不計算人的惡。求祢賜給我喜愛尋求真理的心，叫我凡事包容、凡事相信、凡事盼望。上帝啊，祢是永活的主，我要敬拜祢！阿們！</p>

本週主題：恩典

2月8日	<p>讀經：〈路加福音〉6章27節</p> <p>禱告：親愛的主耶穌，祢愛那些不可愛的和恨祢的人。求主幫助我去愛那些不可愛的和恨我的人，因為他們都是祢所愛的，阿們！</p> <p>活動：寫一張卡送給一位跟你不合的同學，寫著：上帝愛你，我也愛你。</p>
2月9日	<p>讀經：〈約翰壹書〉4章10節</p> <p>禱告：親愛的天父，謝謝祢愛我，差祢的兒子主耶穌來代替我受罰，救我脫離罪。我曾經做錯事，使爸媽、老師傷心，求祢饒恕，幫助我以後不要再令他們傷心，阿們！</p>

2月10日	讀經： 〈約翰福音〉3章16節 禱告： 天父啊，祢愛世人，今天我為世界各地的傳道人祈禱，求祢賜他們智慧、方法向世人傳揚祢的愛和恩典，阿們！
2月11日	讀經： 〈羅馬書〉12章18節 禱告： 和平之子耶穌啊！祢教導我要盡力與人和睦，求祢幫助我在憤怒或被人激怒時，有耐心和愛去處理事情，阿們！ 活動： 學習深呼吸，這個方法對安靜自己很有幫助。
2月12日	讀經： 〈以賽亞書〉66章13節 禱告： 慈愛的天父，當我不開心、要發脾氣時，你的靈就來安慰我。我求祢也安慰我那些因父母不愉快的婚姻導致不開心、傷害自己，也傷害人的同學和朋友。求祢幫助我懂得了解和安慰他們，阿們！
2月13日	讀經： 〈約翰壹書〉4章18節 禱告： 慈愛的天父，祢要我們愛祢，不是要懼怕祢！只要我們跟祢的所行的去行，就不必懼怕！在我身邊有很多兒童，未能與父母同住的，求祢與他們一起，好叫他們不論得到誰的照顧，都感到被愛。
2月14日	讀經： 〈哥林多前書〉13章4-8節 禱告： 天父，感謝祢賜給我有一個家庭，有愛我的家人，讓我從他們的愛感受到祢的愛，阿們！

本週主題：社群

2月15日	讀經： 〈羅馬書〉12章10節 禱告： 感謝天父，賜給我親戚朋友，他們對我愛護有加，常常支持和鼓勵我，求主祝福他們，聖靈感動他們，使未信的親友快點接受祢的救恩；相信祢的親友更加恩上加恩，阿們！
2月16日	讀經： 〈腓立比書〉1章9節 禱告： 天父，求祢幫助我對家人的愛多而又多，幫助我們彼此相愛，阿們！
2月17日	讀經： 〈馬太福音〉5章4節 禱告： 親愛的天父，傷心的人在祢裡面必得安慰。求祢幫助我懂得用祢的愛去安慰那些失去至親的人，阿們！
2月18日	讀經： 〈約翰壹書〉3章18節 禱告： 感謝天父賜給我好朋友。他們有些還未認識祢，求祢賜我愛心和耐心去關心他們，使他們能認識耶穌，阿們！
2月19日	讀經： 〈哥林多前書〉13章7節 禱告： 親愛的主耶穌，只有祢會包容和饒恕人。凡接受祢的就有信心、盼望和忍耐。有些兒童受到家人或別人傷害而處於驚慌狀況，求主差派你的工人去幫助和照顧他們，阿們！
2月20日	讀經： 〈創世記〉2章21-24節 禱告： 親愛的天父，祢設立婚姻，是一男一女結合的婚姻。求主祝福今年將要結婚的男女，使他們未來有一個幸福美滿的家庭。
2月21日	讀經： 〈約翰福音〉13章35節 禱告： 親愛的主耶穌，我們若有彼此相愛的心，人就知道我們是祢的門

徒。求主祝福教會，使來教會的人，感到被愛，阿們！

本週主題：服務

2月22日	讀經： 〈詩篇〉103篇13節 禱告： 親愛的天父，謝謝祢憐愛我們。求主幫助在孤兒院工作的人，能向孤兒們彰顯祢的憐愛，阿們！
2月23日	讀經： 〈羅馬書〉12章10-13節 禱告： 親愛的主，幫助我們用愛心服務人，看到有需要的人，就為他們祈禱，給予實質的援助，讓他們看到主耶穌的愛，阿們！
2月24日	讀經： 〈約翰壹書〉4章12節 禱告： 親愛的主，因為祢的愛，我才懂得愛。求祢幫助我用祢的愛去愛我的校長、老師、和幫助我的人，阿們！
2月25日	讀經： 〈馬太福音〉22章39節 禱告： 主耶穌，祢教導我要愛人如己。求主教導我愛我的鄰居，如同愛自己一樣，阿們！
2月26日	讀經： 〈馬太福音〉5章7節 禱告： 主耶穌祢說：憐恤的人有福了！求主祝福所有基督徒醫生和護士，使他們在醫治病人時，也傳福音，使病人因認識祢而得到全人的健康，阿們！
2月27日	讀經： 〈馬太福音〉6章3,4節 禱告： 感謝天父，祢在我身上做的事，常使我欣然快樂。求父幫助我向別人做點事，使人也快樂，阿們！
2月28日	讀經： 〈帖撒羅尼迦前書〉5章11節 禱告： 親愛的主耶穌，幫助我們彼此勸慰、互相建立。我為那些感到孤獨、憂傷、疲倦的傳道人禱告，求天父加添他們力量，差派一個合適的人與他們同行，互相鼓勵，阿們！

活動：建議你們在第一部分：認識耶穌的 III. 「祈禱」時間內，鼓勵學生在家中做以下的活動：

(一) 寫禱告日誌

(二) 玻璃愛瓶

甚麼東西讓你想起主耶穌的愛呢？把這些東西放在空的玻璃瓶裏。

例如：一個棉花球讓你想起主溫柔的愛；一塊石頭讓你想起祂的愛堅如磐石等等。

(三) 你的家庭照

老師請學生在紙上，畫一張家庭照，把所有家人都畫上去。每天為一位家人祈禱。

(四) 愛的心

在紅色或白色紙上剪下一個大心形。把二月份祈禱表中，有關「愛」的經文寫在上面，並畫圖畫點綴。





第六課 感恩



第七課 喜樂



第八課 勇氣



第九課 害怕