

腓立比书

腓立比书儿童主日学系列课程

第1课 喜乐地生活

孩子们将看见保罗是多么爱人，并鼓励大家在各种境遇中都为基督而喜乐地生活。

第2课 为耶稣发光

在这一课中，孩子们将学习如何通过思想和生活方式效法基督，从而在不信主的人面前作榜样。

第3课 天国的子民

在本课中，孩子们学习到，他们将成为天国的子民。他们会学会感恩神所赐的一切，并紧紧抓住基督。

第4课 要知足

在本课中，孩子们将学习“需要”和“想要”的区别，发现知足的关键。

© 2021 Kids Sunday School Place, Inc. Used by permission:
www.kidssundayschool.com

中文 © 2019-2021 羊之门 All rights reserved.
www.thedoorofsheep.com

第1课 喜乐地生活

介绍

孩子们将看见保罗是多么爱人，并鼓励大家在各种境遇中都为基督而喜乐地生活。

主题

鼓励、幸福、喜乐

等孩子(10分钟)

活动 I 派对结束了 p4

开头的祷告(5分钟)

参见：开头的祷告 见“课程指南/第5部分”

经节(7分钟)

我深信那在你们里面开始了善工的，必完成这工，直到基督耶稣的日子。-腓立比书 1:6

请大声朗读这节经文，然后逐个孩子走一圈，每摸一下孩子头顶，就为他/她祷告这节经文。鼓励孩子们在你摸头的时候指着那位同学说“你”。

故事(15分钟)

导入：

今天我们要认识一个人，叫“保罗”。他在宣扬耶稣福音的工作上，做了许多非凡的事情。他常常讲论耶稣，结果罗马人很生气，把他关进了监狱。在监狱中，保罗写了一封信给那些总是乐意帮助他的腓立比人。你猜猜看，保罗在监狱里写了什么呢？（让孩子自由回应）我们来读一读保罗写给腓立比人的信。

读：腓立比书第1章（可选：只读1:1-20）

角色扮演建议：

假装你是保罗，手里拿着这封信读给自己听。要带着表情朗读。可以用纸板和锡箔纸做一个“监狱窗户”的道具增加趣味性。

讨论问题：

1. 谁写了这封信？（保罗。）
2. 保罗写信的时候在哪里？他为什么在那里？（他在罗马的监狱里，因为传讲福音而被抓。）
3. 他写信给谁？（腓立比的基督徒，也写给所有信主的人。）
4. 保罗为什么喜乐？（因为他与耶稣有特别的关系。）
5. 你觉得他在监狱中仍然鼓励别人，会不会很难？（不会，他没有让监狱阻挡他传扬耶稣。）
6. 你有没有这种与耶稣的特别关系？使你在困难时也能喜乐？（鼓励孩子分享。）

趣味时光(15分钟)

活动 I 你常常想着谁？ p5

祷告/点心(10分钟)

参见：结尾的祷告 见“课程指南/第6部分”

提供椒盐脆饼棒 (pretzel sticks) 作为点心, 吃之前让孩子用脆饼拼出单词“JOY”。一起向神感谢祂赐下的永恒的喜乐, 也感谢祂赐下今天的点心。

结束时的活动(5-10分钟)

活动 I 全然喜乐 p7

下节课

欢迎下周继续来课堂, 继续学习保罗写给腓立比人的“喜乐书信”。

反馈单

课结束之前, 把反馈单 (p3) 发给每个孩子。

主日学家庭反馈单

腓立比书
第1课
喜乐地生活

写给父母：

这张反馈单让您知悉您的孩子今天在主日学所学的内容。包含“牢记神的话语”，一个建议的活动来巩固课程内容，还有一个简短的祷告。参与以上内容并和孩子交流，对您和孩子都会非常有益。



所学内容：

今天，您的孩子学习了一个重要真理：当我们与耶稣建立关系时，真正的喜乐是不会被夺走的。他们读了保罗写给腓立比人的喜乐书信-这是保罗人生中最艰难的时候之一。但他们意识到，即使在那样的处境中，保罗仍然找到了从主而来的喜乐。（所使用经文：腓立比书第1章）



牢记神的话语：

我深信那在你们里面开始了善工的，必完成这工，直到基督耶稣的日子。
-腓立比书 1:6

请在这一周里和孩子一起多朗读几遍这节经文。这样不仅能帮助孩子记住这节经文，也能巩固他们在课堂上所学到的真理。



亲子建议活动：

全家一起读腓立比书第1章。读完后，请帮孩子写下那些在他们生命中曾给予帮助的人。

接着，一起为这些人祷告，求神赐福他们。



每日祷告：

亲爱的主，谢谢你赐下你的儿子。谢谢你在基督里赐给我们永恒的喜乐。求你帮助我在困难的时候也能找到这份喜乐，并帮助我去鼓励其他信主的人 - 在顺境与逆境中，都因主而喜乐。阿们。

活动 I 派对结束了

(The Party's Over)

介绍

孩子们将学习到，真正的喜乐不是从世界而来，而是从耶稣而来，并且祂所赐的喜乐是存到永远的。

主题

快乐、耶稣、喜乐、苦难、感恩

材料

气球、吹哨子、派对小礼物、大盒子、胶带



时间

大约10分钟

说明

做：

让孩子们尽情玩乐：吹气球、捏爆气球、打气球、吹派对喇叭等。当你准备好时，让所有孩子安静下来，把所有的东西放进盒子里，用胶带封好，然后把盒子放到门外。安静下来，问孩子们：

- 谁刚刚在派对上玩得很开心？
- 谁觉得很喜乐很快乐？
- 当你需要把这些东西都放进盒子里时，你感觉怎么样？
- 当我把盒子封起来放到门外时，你感觉怎么样？

接下来我们要谈一谈一种永远不会被拿走、也不会消失的喜乐。有人知道我说的是什么样的喜乐吗？（孩子们的答案可能会不一样）那是像你从商店买到糖果时的快乐吗？是圣诞节拆礼物时的快乐吗？是你在比赛中获胜时的快乐吗？不是的，这些快乐最终都会过去，都会让人失望或失去新鲜感。但真正的喜乐是在我们的救主耶稣基督里面。当我们在耶稣里面找到幸福时，我们就找到了真正的喜乐。我们不必担心耶稣所赐的喜乐会消失、耗尽或让我们失望，因为耶稣所赐的喜乐是永远长存的。

活动 I 你常常想着谁？ (Who Do You Think About?)

介绍

这个活动鼓励孩子思想他们最常想念的人，并鼓励这些人为基督而活。

主题

基督徒生活、鼓励、传福音、跟随耶稣、友谊、保罗

材料

经文祷告小条 p6

时间

大约10分钟

课前准备

课前打印并剪好经文祷告小条。

说明

说：

保罗常常想着腓立比的信徒们。腓立比人在保罗心中占据非常特别的位置。

你有没有特别常常想到的某个人呢？（让孩子们自由回答）你觉得，是不是神特意把这个人放进你心里，要你特别为他/她祷告或关心呢？（再次鼓励孩子们回应）

现在，我们要为你心中常常想念的那个人画一幅画，鼓励他/她为耶稣而活，就像保罗鼓励腓立比人一样。

你可以画的内容包括（任选其一）：

- 他/她在向耶稣祷告
- 他/她在读圣经
- 他/她去教会
- 他/她在跟随耶稣
- 他/她在敬拜神

画完之后，把保罗为腓立比人所祷告的经文贴在你画的背面。

这样，你就完成了一份温暖的祝福画，也许你可以真的送给那位你心中想念的人喔！



我所祷告的，就是要你们的爱，在充足的知识并一切的辨识上，多而又多的洋溢，使你们能鉴赏那更美、不同的事，好叫你们纯诚无过，直到基督的日子，结满了那藉着耶稣基督而有的义果，使荣耀称赞归与神。腓立比书1:9-11

活动 I 全然喜乐 (Count It All Joy)

介绍

孩子们将通过团队合作，用身体拼出“JOY”这个词。

主题

喜乐、团队合作、感恩

材料

纸胶带 (Masking Tape)



时间

大约10分钟

课前准备

用纸胶带在地上贴出超大的三个英文字母：J、O、Y。每个字母要大到可以让几位孩子用身体拼出字母的形状。

说明

1. 做

让孩子们分成三组，分别排在地上的三个字母后方。每一组的孩子轮流趴在地上的字母轮廓上，用身体拼出那个字母。当三组都完成后，整个班级就用身体拼出了单词 JOY（喜乐）！

如果时间允许，可以让孩子们换组，重新拼一次不同的字母。

2. 说

我们每个人都会经历各种情绪，比如开心、难过、生气、兴奋等等。但真正的喜乐是：无论我们周围发生什么，我们心里仍然可以微笑，说：“我心里有喜乐。”

耶稣赐给我们的喜乐是永恒的，是不会消失的，因为我们是属祂的，祂也属于我们。

在今天这个活动里，我们要一起合作，用身体拼出 JOY（喜乐） 这个字。我会把你们分别排到三个字母的后面。当我说“开始”的时候，每组的孩子轮流一个个地趴在胶带上，组成字母的形状。我们会一起用身体拼出 J-O-Y。

当我大声喊“Joy”时，说明你们拼对啦！这时候你们可以换一组，去拼另一个字母。

第2课 为耶稣发光

介绍

在这一课中，孩子们将学习如何通过思想和生活方式效法基督，从而在不信主的人面前作榜样。

主题

行为、跟随耶稣、抱怨、光、服事、分享、作见证

等孩子(10分钟)

活动 I 为耶稣发光 p5

开头的祷告(5分钟)

参见：开头的祷告 见“课程指南/第5部分”

经节(7分钟)

你们显在这世代中，好像明光照耀。 -腓立比书 2:15

向全班朗读这节经文。让他们指着自已，一起说这节经文；再指着老师，一起说这节经文；然后指着身边的同学，一起说这节经文。

故事(15分钟)

导入：

今天我们要读《腓立比书》第 2 章，这时保罗依然在监狱中写信-一个寒冷、孤单又艰苦的地方。

然而，保罗的文字中充满了爱与喜乐；他不让监狱夺走他对主的爱，也不让它夺去他那有目标的喜乐生活。

我们会看到，保罗鼓励腓立比的信徒，为了耶稣的荣耀，要像天上的星星那样发光。

保罗给腓立比人“装备”，让他们能思想像耶稣、生活像耶稣，从而在这个不认识耶稣的黑暗世界里，作出发光的榜样。

阅读经文：腓立比书 2:1-16（可选：腓立比书书信角色扮演 p4）

讨论问题：

1. 谁写了给腓立比人的信？（保罗。）
2. 保罗写信时身在何处？（在罗马的监狱里。）
3. 他写信给谁？（腓立比人和全世界的基督徒。）
4. 我们怎样思想像耶稣？（先想到别人，再想到自己；当事情不如意时，不发怨言。）
5. 为什么经文说耶稣“虚己”？（祂是神、至高的主、万王之王，原与父神同在天上，却降世为人，作仆人，为我们的罪死在十字架上。）
6. 我们怎样生活像耶稣，并像星星一样发光？（先想到别人，再想到自己；当事情不如意时，不发怨言。）

趣味时光(10分钟)

活动 I 抱怨罐 p6

备选-趣味时光(10分钟)

活动 I 伸手摘星星 p7

祷告/点心(10分钟)

参见：结尾的祷告 见“课程指南/第6部分”

感谢神赐下点心，也感谢祂创造天上的星星。提供星形点心（如饼干、用芝士酱挤成星形的饼干片等）。

结束时的活动(5-10分钟)

儿童诗歌: thedoorsheep.com/诗歌

下节课

下周回来，我们将一起来认识你们在天上的家。

反馈单

课结束之前，把反馈单 (p3) 发给每个孩子。

主日学家庭反馈单

腓立比书
第2课
为耶稣发光

写给父母：

这张反馈单让您知悉您的孩子今天在主日学所学的内容。包含“牢记神的话语”，一个建议的活动来巩固课程内容，还有一个简短的祷告。参与以上内容并和孩子交流，对您和孩子都会非常有益。



所学内容：

今天，您的孩子学习到，他/她应当向周围的人作一个充满爱的光。他/她发现，自己可以通过先想到别人来分享神的爱。您的孩子还学到，应当避免抱怨或争吵等行为。（经文参考：腓立比书第2章）



牢记神的话语：

你们显在这世代中，好像明光照耀。 -腓立比书 2:15

请在这一周里和孩子一起多朗读几遍这节经文。这样不仅能帮助孩子记住这节经文，也能巩固他们在课堂上所学到的真理。



亲子建议活动：

一起读腓立比书第2章。读完后，讨论为什么抱怨和争吵不是好的品格。谈谈为什么像耶稣那样生活，并在社区、学校、家庭、商店等地方作他人的榜样很重要。做一个“抱怨罐”，每当有人想抱怨或发牢骚时，就把它写下来放进罐子里。



每日祷告：

亲爱的主，感谢祢的儿子降世为人，并成为仆人。求祢教导我先想到别人，不去抱怨、发牢骚或争吵。帮助我为祢而活，耶稣，让我像天上的星星一样发光，把荣耀归给祢。阿们。

写给腓立比人的信

(把信打印出来，揉皱，让它看起来很旧。然后，把信抚平，放进信封里。)

腓立比人，基督里的信徒们，请听好。我收到了保罗在监狱里寄来的信。(从信封里拿出信。)他在鼓励我们，要思想像耶稣、生活像耶稣，在黑暗的夜空中像星星一样发光。

信里说，要思想像耶稣，我们需要有和耶稣一样的爱、心灵和心态。这就叫“合一”。保罗还说，我们应当先想到别人，再想到自己。

我引用保罗的话：“凡事都不私图好争，也不贪图虚荣，只要心思卑微，各人看别人比自己强；各人不单看重自己的长处，也看重别人的。”

你听到了吗？我们必须彼此顾念。这正是耶稣若在这里会做的事。

让我继续读信：

腓立比书 2:5-8 说：“你们里面要思念基督耶稣里面所思念的：祂本有神的形状，不以自己与神同等为强夺之珍，紧持不放，反而倒空自己，取了奴仆的形状，成为人的样式；既显为人的样子，就降卑自己，顺从至死，且死在十字架上。”

天上的君王降世为人，作仆人来服事我们。他本不必服事我们，却因顾念别人而这样做。正因为耶稣谦卑自己、为我们的罪而死，神就将祂升为至高，超乎万有之上。

每次收到保罗的信，我都特别兴奋。让我继续读他在腓立比书中写给我们的内容：

“所以神将祂升为至高，又赐给祂那超乎万名之上的名，叫天上的、地上的和地底下的，在耶稣的名里，万膝都要跪拜，万口都要公开承认耶稣基督为主，使荣耀归与父神。”

哦，我最喜欢的部分要来了- 这是我们如何作别人榜样、为耶稣发光，就像天上的星星一样。

保罗说：“凡所行的，都不要发怨言，起争论，使你们无可指摘、纯洁无杂，在弯曲悖谬的世代中，作神无瑕疵的儿女；你们在其中好像发光之体显在世界上。”

活动 I 为耶稣发光

(Shine For Jesus)

介绍

孩子们将学习：当他们为耶稣发光时，可以影响周围的世界。

主题

跟随耶稣、光明、合一、热心

材料

星星图纸 p6
蜡笔
铅笔
胶带



时间

大约10分钟

课前准备

为班上的每位孩子打印一份星星图纸。

说明

1. 做

将一张星星图纸发给每个孩子。请他们从纸上选择一个星星，只选一个，用黄色涂色。如果他们想把自己的名字写在星星上，要在涂色前先写好。

完成后，把他们的图纸收起来，贴在墙上。将所有图纸拼接在一起，使之形成一大片星空图案，但只有少数星星是亮的。

2. 说

哇，我们墙上现在已经有好几百，甚至几千颗星星了！在天空中，其实还有更多的星星。有些星星特别亮，比其他星星更容易被看见。

请大声读马太福音5章16节：

“你们的光也当这样照在人前，叫他们看见你们的好行为，便将荣耀归给你们在天上的父。”

讨论问题：

1. 神要我们成为还不认识耶稣的人的榜样。我们可以怎样成为榜样呢？（请孩子们自由回答，例如：分享、帮助、说鼓励的话、原谅别人等）
2. 我们的好行为怎样使神得荣耀？（别人能从我们的行为中看见神的爱，感受到耶稣的真实。）

结语：

我们每一个人都可以像星星一样为耶稣发光。也许有时你觉得自己只是茫茫人海中很小的一颗，但只要你选择在黑暗中发光，你就能影响周围的人，让他们也想知道：是谁让你发光？

答案是：耶稣。

活动 I 抱怨罐 (Grumble Jar)

介绍

孩子们将反思自己抱怨、争吵和发牢骚的事情。他们将悔改，并向神祈求赦免。

主题

认罪、饶恕、抱怨、谦卑

材料

一个透明的带盖玻璃罐



时间

大约10分钟

说明

做：

保罗曾给腓立比人非常具体的建议：不要抱怨、不要发牢骚、不要争吵。如果他们选择耶稣的道路，并且不抱怨，他们就会像神的儿女一样，活得纯洁、无可指责。

我知道我也想成为纯洁无瑕的人，但有时候我还是会发牢骚或争论。你有没有对爸妈抱怨过食物、玩具、鞋子、衣服，或者埋怨没有足够的游戏时间或电视时间？你有没有和兄弟姐妹争吵过？

如果你对这些问题中有一个回答“是”，那我有一个办法可以帮助你。这就是——抱怨罐。

我们要把自己对神发的牢骚、抱怨，都承认出来，然后“扔进”这个罐子里。先看我做示范：

（用手捂住嘴，好像要把自己的抱怨“抓住”）“神啊，请赦免我昨晚对晚餐的抱怨。”（把手握成拳，像是把它抓住，然后假装把它扔进罐子里。注意，罐盖要打开。）

你们看到我的罪还在罐子里吗？没有。因为当我把它告诉神时，祂马上就赦免了我。祂也会一样赦免你。

现在轮到你们了。如果你愿意开口向神认罪，并请求祂的赦免，请站起来，排好队，把你的“抱怨”也丢进罐子里。

等所有人都完成后，问大家：

- 你现在感觉怎么样？
- 谁觉得喜乐？谁觉得心里干净？谁觉得自己像是为耶稣而发光的小星星？

活动 I 伸手摘星星 (Reach For The Stars)

介绍

孩子们将在快乐的游戏里收集星星，同时思想如何为耶稣发光。

主题

跟随耶稣、喜乐、光

材料

星星卡片 p8
胶带

时间

大约10分钟

课前准备

打印并剪下星星卡片，用胶带把它们贴在教室四周孩子够得着的地方。

说明

说：

为耶稣在天上发光，就像一颗星星一样，是一件充满喜乐的事。当我们被人认出是跟随耶稣的人，那是非常美好的祝福。

现在我们要在教室里四处寻找星星，尽可能多地收集它们。当我说“伸手摘星星！”，你们就可以开始寻找啦！等大家收集完，我们会围成一个圈，一起做一个特别的分享。你们可以把星星带回家，但在那之前，我们会先把其中一颗星星送给朋友。

准备好了吗？“伸手摘星星！”

星星传递环节：

做得真棒，耶稣的跟随者们！现在我们要继续像耶稣那样思想别人。大家来围成一个圈吧。（从收集最多星星的孩子开始）我看到有人收集了好多星星。你能不能把其中一颗送给你右边的朋友呢？

当孩子收到星星时，请一起为他/她祷告，说：“愿你为耶稣在天上像星星一样发光。”

接着，刚收到星星的孩子，再将一颗星星传给右边的朋友，并为他/她祷告。（以此类推，直到每个孩子都收到一颗星星并被祝福。）

结语：

太棒了，小星星们！你们用“思想别人”的方式活出了耶稣的榜样。现在，你们可以把星星带回家，放在自己的房间里，提醒自己每天都要为耶稣发光，思想他人。





第3课 天国的子民

介绍

在本课中，孩子们学习到，他们将成为天国的子民。他们会学会感恩神所赐的一切，并紧紧抓住基督。

主题

基督徒生活、永生、天国、奖赏、信靠

等孩子(10分钟)

活动 I 赢得奖赏 第一部分 p4

开头的祷告(5分钟)

参见：开头的祷告 见“课程指南/第5部分”

经节(7分钟)

我们却是天上的国民。-腓立比书 3:20

请大声向全班朗读这节经文。一起讨论“国民”（citizenship）这个词。经文告诉我们真正的家在哪里。所有在基督里信的人，都有一个在天国、永恒的家。你现在住的房子不是你永远的家。地上的房子可能被夺走、烧毁、或重新建造。有时家人会因为人数增加而搬离房子，或卖掉它，让新主人入住。

但有一个家，永远不会被夺走，你也不会因家庭扩大而容不下，也不会有别人取代你住进去。我们真正、永远的家在天上。我们在地上只是暂时的寄居者，并且有一天，信徒们将一同在永恒的家中度过永远的时光。

全班一起再重复一次这节经文。

故事(15分钟)

导入：

今天，我们要读腓立比书第 3 章，保罗依然是在监狱中写信给腓立比人。在他的信中，他鼓励腓立比人和所有基督徒继续传讲耶稣的福音。让我们读一部分他的信，看看他是怎样鼓励腓立比人的。

阅读：腓立比书 3:12-14, 20-21

讨论问题：

1. 这封信是谁写的？（保罗。）
2. 他写信给谁？（基督徒、腓立比人和世界各地的信徒。）
3. 保罗是完美的吗？（不是，他说自己不完美，但他会继续抓住基督，以及在基督里一切的应许。我们也需要抓住基督，为祂而活。）
4. 保罗说他忘记背后，努力面前。你父母有没有叫你忘掉一些事情？（让孩子们自由回答。有时，我们需要放手，让神作神。不再为过去的事担忧，而是专注于将来。）
5. 在第 14 节，保罗说到一个“奖赏”。你觉得奖赏是什么？我们每个人都能得到这奖赏的一部分吗？（是的，奖赏就是在天国与耶稣同在直到永远。）
6. 你真正永远的家在哪里？（我们的国民身份在天国。）

趣味时光(10分钟)

活动 I 访客证 p6

备选-趣味时光(5分钟)

实物短讲 I 拿起你的毛绒玩具 p8

祷告/点心(10分钟)

参见：结尾的祷告 见“课程指南/第6部分”

为你在地上的家和在天上的家感谢神，也感谢祂为我们预备的零食。

结束时的活动(5-10分钟)

活动 I 赢得奖赏 第二部分 p4

下节课

下周回来，我们将看到保罗即使在监狱里也能喜乐的原因。

反馈单

课结束之前，把反馈单 (p3) 发给每个孩子。

主日学家庭反馈单

腓立比书
第3课
天国的子民

写给父母：

这张反馈单让您知悉您的孩子今天在主日学所学的内容。包含“牢记神的话语”，一个建议的活动来巩固课程内容，还有一个简短的祷告。参与以上内容并和孩子交流，对您和孩子都会非常有益。



所学内容：

今天，您的孩子学到了他的/她的国籍是在天国，并且他/她应当紧紧抓住基督里的事物。（使用经文：腓立比书 3:12-14, 20-21）



牢记神的话语：

我们却是天上的国民。-腓立比书 3:20

在这一周里，与孩子一起多背几遍这节经文，并谈谈作为天国子民意味着什么。



亲子建议活动：

一起读腓立比书第3章。然后谈谈你们现在居住的家，把你们为之感恩的家中事物列出来，并为这些事感谢神。接着，开心地讨论你们的天家，以及你们想象它的样子。最后，全家一起感谢神，因我们可以盼望将来在天上的家。



每日祷告：

亲爱的主，感谢祢的儿子，使我们在生命中能紧紧抓住耶稣。感谢祢在天上为我们预备家，也感谢祢赐我地上的家。求祢教导我不断向着那奖赏努力前行。阿们。

活动 I 赢得奖赏 (Win The Prize)

介绍

孩子们将学习：信徒最大的奖赏，是与耶稣同在的天国永生。

主题

神的儿女、永生、天国、奖赏

材料

礼品包装纸
一个盒子
一人一颗小糖果
敬拜音乐（广播、CD、唱歌等）



时间

大约10分钟

课前准备

将小糖果放入盒子中，然后把盒子包成一个漂亮的礼物。

说明

第一部分：游戏前的引导

1.做

确保礼物盒封好。让孩子们围成一个圈。将盒子依次传递，每个孩子可以摇一摇、闻一闻，但不能打开。请他们猜猜盒子里装的是什么。

2.说

来，我们大家围成一个圈。我们要传递一个神秘的“奖赏盒”。记住，不可以打开它哦，但你可以摇一摇、闻一闻。

我们看不见这个盒子里面的奖品，但我们很想知道里面装了什么。你们猜猜看，盒子里可能是什么？（请孩子们自由猜测）

哇，大家的猜测都太棒了！你们知道吗？保罗也曾经提到过一个奖赏，是他一生努力追求的目标。而且，这个奖赏，神也希望我们去追求。

这个奖赏就是：为耶稣而活，并且将来在天国与祂永远同住的奖赏。

“永恒”是什么意思？就是永远不会结束，永远不会消失，也不会死亡。我们虽然现在还看不到天国，但我们心里也渴望能去那里，永远与耶稣在一起。

第二部分：音乐传盒游戏（带奖赏）

1.做

接下来我们要玩一个音乐传礼物的游戏，用刚刚那个奖赏盒来进行。

播放敬拜音乐（或带领孩子唱首敬拜歌曲），在音乐播放时传递盒子。当音乐停止时，手中拿着盒子的孩子可以打开盒子，拿出一颗糖果作为奖赏。

拿到奖赏的孩子走出三步，暂时离开圈，其余孩子往中间靠，圈变小，然后继续传盒子，直到每个孩子都拿到一颗糖果。

2.说

现在我们来玩一个有趣的游戏，用我们刚才传过的奖赏盒。

音乐一播放，我们就开始传递盒子。音乐一停，拿着盒子的那位同学就可以打开它，拿出一颗小奖品（糖果）！然后他/她走三步退到圈外，其余人往中间靠一靠，圈圈变小。

不用担心，每个人都会有机会打开盒子，拿到奖赏。

活动 I 访客证

(Visitor's Badge)

介绍

孩子们将在制作访客证的过程中，学习到：他们真正永恒的家是在天国。

主题

神的儿女、永生、天国

材料

访客证 p7
中厚卡纸
蜡笔或彩色笔
毛线或细绳、打孔器)



时间

大约15分钟

课前准备

为班上的每位孩子打印并剪下一张访客证。

说明

做：

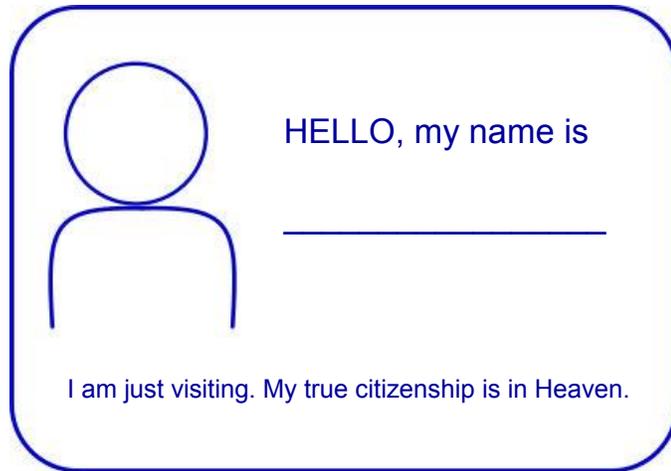
我们现在住在地球上，但只是“暂时的访客”。神让我们现在在地上，是有美好目的的——就是要分享耶稣的爱，教导别人认识耶稣，并且为耶稣发光，让人愿意跟随祂。

但我们真正永久的家，是在天上。我们的“国籍”是属天的，我们在那里才是永远的居民。

现在，我们要来做一张“地球上的访客证”，提醒自己：我们在地上是短暂的旅客，天国才是我们的永恒家园。

制作步骤：

1. 在访客证上画一张自己的图像
2. 在提供的横线上写上自己的名字
3. 用打孔器在证上方打一个小孔
4. 穿上毛线或细绳，变成一个可以挂在脖子上的访客证



实物短讲 I 拿起你的毛绒玩具 (Grab Your Stuff)

介绍

孩子们将思考：他们最珍视的是什么？是基督吗？

主题

基督徒生活、耶稣、信靠

材料

每位孩子一只毛绒玩具，一个袋子或储物箱



时间

大约5分钟

课前准备

准备足够数量的毛绒玩具，让班上的每个孩子在活动中都能抱着一只

说明

做：

现在我要发给你们每人一只毛绒玩具，在这个活动中请你们一直抱着它。不过要记住，这些毛绒玩具不能带回家，它们今天是来我们主日学班“作客”的。

你们家里有毛绒玩具吗？你最喜欢和毛绒玩具做什么呢？（让孩子们自由回答）很多人喜欢紧紧抱着毛绒玩具，对吧？现在，请大家也抱紧你手里的毛绒玩具，来，紧紧抱一下。

保罗使徒说，他也要“紧紧抓住”一件事。你们知道保罗想抓住什么吗？他想紧紧抓住耶稣，以及耶稣在今生和天上要赐给他的一切。我们也要像现在抱着毛绒玩具一样，紧紧抓住耶稣。

耶稣很喜悦我们信靠祂、紧紧依靠祂。无论我们是害怕、高兴、生气、伤心，还是开心得不得了的时候，都要紧紧抓住耶稣，不要放手。

现在，是时候和我们的毛绒玩具说再见了，亲一口，把它们收起来，等下次再见。你永远不知道，它们什么时候还会回来，再次聆听关于耶稣的故事呢！（请每位孩子轮流亲一口毛绒玩具，说“再见”，然后放进储物箱中。）

第4课 要知足

介绍

在本课中，孩子们将学习“需要”和“想要”的区别，发现知足的关键。

主题

基督徒生活、永生、天国、奖赏、信靠

等孩子(10分钟)

活动 I 需要 vs 想要 p4

开头的祷告(5分钟)

参见：开头的祷告 见“课程指南/第5部分”

经节(7分钟)

你们要靠主常常喜乐，我再说，你们要喜乐。 - 腓立比书 4:4

大声为全班读出这节经文，并教他们配合动作一起背诵。和全班一起重复几次这节经文。

- 每当说到“喜乐”时，双手高高举过头顶。
- 说到“我”时，指向自己。
- 说到“说”时，双手围在嘴边作喇叭状。
- 说到“腓立比书 4:4”时，拍手四次。

问：“喜乐”是什么意思？（高兴、快乐，并向主献上赞美。）

故事(15分钟)

导入：

今天我们要读腓立比书第 4 章。保罗仍然在监狱里写信给腓立比人。在信中，他鼓励他们要知足。知足的意思是对已有的感到满足，即使没有得到自己想要的，也要在主里喜乐。

读 腓立比书 4:4, 10-13

讨论问题：

1. 谁写了给腓立比人的信？（保罗。）
2. 什么是“需要”？（食物、水、住所、衣服。）
3. 保罗有缺乏吗？（他说没有，因为他有食物、水、住所和衣服，他有生活所需的。）
4. 什么是“想要”？（让孩子们回答。是指生活中可以没有的东西，例如：玩具、糖果、大房子、豪车等。）
5. 保罗希望腓立比人给他那些他不需要的东西吗？（不。他感谢他们尽力所给予的。）
6. 你觉得保罗为什么能在监狱里依然知足（快乐）？（让孩子们回答。他常常在主里喜乐，知道神为他预备的是最好的。他虽然不想在监狱里，但他没有抱怨或发牢骚。）
7. 你觉得神会供应你所需的吗？（让孩子们回答。）

趣味时光(10分钟)

短剧 I 我有足够多了 p6

备选-趣味时光(10分钟)

实物短讲 I 你会打电话给谁? p7

祷告/点心(10分钟)

参见：**结尾的祷告** 见“课程指南/第6部分”

感谢神供应我们一切所需，例如食物、衣服和住所。享用面包和水作为点心。

结束时的活动(5-10分钟)

活动 I 知足的祷告 p8

下节课

从信仰教程中选另一个精彩课程系列。

反馈单

课结束之前，把反馈单 (p3) 发给每个孩子。

主日学家庭反馈单

腓立比书

第4课

要知足

写给父母：

这张反馈单让您知悉您的孩子今天在主日学所学的内容。包含“牢记神的话语”，一个建议的活动来巩固课程内容，还有一个简短的祷告。参与以上内容并和孩子交流，对您和孩子都会非常有益。



所学内容：

今天，孩子们学习到神知道什么对他们是最好的，并且祂会供应他们一切所需，但不一定会满足他们所有想要的。孩子们也明白，他们应当为神已经赐给他们的感到喜乐知足，而不是总想着要更多。（使用经文：腓立比书 4:4, 10-13）



牢记神的话语：

你们要靠主常常喜乐，我再说，你们要喜乐。 - 腓立比书 4:4

在这一周里，与孩子一起多背几遍这节经文。



亲子建议活动：

全家一起读腓立比书 4:4, 10-13。然后列出家中你们可以没有的东西和不能没有的东西。最后，全家一起祷告，感谢神供应你们一切所需，甚至还有那些额外的恩典。



每日祷告：

亲爱的主，感谢祢愿意给我们最好的，并供应我们一切所需。求祢挪去我想要更多的心，教我学会知足。圣灵，请带领我常常在主里喜乐。阿们。

活动 I 需要 vs 想要

(Needs Verses Wants)

介绍

这个活动将帮助孩子分辨“需要”和“想要”的区别。

主题

供应、自私、信靠

材料

一张大张的牛皮纸或白板
彩色笔、胶带
杂志上剪下来的“需要”与“想要”类的图片（见下方说明）



时间

大约10分钟

课前准备

准备一些图片，分别代表：

- 需要类 (Needs)：水、食物、衣物、住处
- 想要类 (Wants)：玩具、蛋糕、豪车、炫酷科技产品

可从杂志中剪下，也可在线打印，数量应足够让每个孩子都能选到一张。

在牛皮纸或白板上画一个两栏图表：

- 右边栏目标题写上「需要 Needs」
- 左边栏目标题写上「想要 Wants」

说明

1.做

将所有图片铺在地板上，让孩子轮流上来，每人挑一张图片，贴在图表相应的位置。

在孩子贴图时，鼓励他们思考图片所代表的东西是「生活所必需」还是「可以没有的想要」。如有需要，你可以温柔地引导他们。

2.说

我们要带上“思考帽”！今天我们来分辨哪些东西是「我们真正需要的」，哪些是「我们想要但其实可以没有的」。

请看地上所有的图片。每张图片都要贴到图表上。你来决定：它是一个“需要”？还是一个“想要”？我会叫你的名字，请你上来选一张图，并贴在图表对应的位置上。然后我会问你：为什么你认为它是“需要”或“想要”？

（等全部图片贴完后）

我觉得你们做得太棒了！我们用这些图片，就清楚地说明了“需要”和“想要”的不同。

总结重点:

- 需要是神知道我们生活生存不可缺少的东西，祂一定会供应。
- 想要是那些我们可以没有，但会让我们感觉更快乐的东西。
- 神当然喜欢我们享受生活，但祂也知道：太多的“想要”反而不对我们有益。
- 有时候神没有立刻答应我们的“想要”，是为了教导我们，或拉近我们和祂的关系。
- 神的道路永远是最完美的。我们不想要只是“差不多的人生”，我们想要最好的、最合祂心意的，而神知道那是什么。

所以我们要学会-信靠神!

短剧 I 我有足够多了

(I Have Plenty)

介绍

孩子们将透过一个短剧学习“满足”的真意。（两位成人的短剧）

主题

保罗、供应、自制、自私、信靠

材料

一包薯片,一杯水

时间

大约10分钟

说明

1.做

请老师或成人助手两人配合表演，一人旁白，另一人表演。表演者要表现出非常渴望薯片，好像非整个袋子都吃完不可的样子。表演时可以夸张一点，必要时用水防止卡住。

2.说/旁白

我们的新朋友刚刚注意到那一大袋薯片了。他完全停不下对薯片的想法。他决定——不等老师分发，自己动手去拿！

我们的朋友开始吃、继续吃、还在吃……哎呀，这可不好！他有没有自制力？能不能停下来？他似乎一点都没想过别人，也许你们也想吃一些，对吧？

这看起来有点危险，我开始替这位疯狂吃薯片的朋友担心了……哎呀，不好了，看起来他快要吐出来了……原来他终于发现，自己其实并不需要那么多薯片。他只是“想要”，而不是“需要”。

你们有没有这样做过呢？请举手。

我们这位朋友真正需要的，是自制力（self-control）。自制力就是知道什么时候该说“不要”，在不需要的时候，懂得踩刹车。

他也需要信靠神-相信如果神真觉得他该吃那么多，一定会有一个不会让他显得自私、也不会吃到肚子痛的方法。

如果使徒保罗在这个课堂上，你觉得他会因为只拿到一份点心而欢喜，还是因为只拿到一份就抱怨还想要更多？（让孩子们回应。）

现在我们一起来祷告：让我们求神赐给我们每个人自制的力量，因为我可不想像刚刚那位朋友一样，吃到肚子痛。

（带孩子们做一个简短的祷告。）



实物短讲 | 你会打电话给谁？ (Who Are You Going To Call?)

介绍

孩子们将思考并发现，在需要帮助的时候，他们会向谁呼求。

主题

基督徒生活、祷告

材料

玩具电话一部

时间

大约10分钟

说明

说：

如果你没有食物或水，你会打电话求助谁？耶稣

如果你晚上没有屋顶遮盖，冷得发抖，你会打电话求助谁？耶稣

如果你没有衣服穿，无法遮盖身体，你会打电话求助谁？耶稣

有一个人在坐牢的时候也有需要，有人给了他力量。你知道保罗当时打电话给谁求力量吗？耶稣！

腓立比书 4:13 说：

“我靠着那加给我力量的，凡事都能做。”

现在，我们每个人都有机会“打电话”给耶稣，告诉祂我们需要什么。

(老师示范：拿起玩具电话，假装拨号，与耶稣说话。)

“耶稣，我需要祢的帮助。我们家里没有食物了，我好饿。求祢帮助我们，赐下食物。”

“耶稣，我需要祢的帮助。我的妈妈病了，她需要祢的医治。”

(请孩子们一个个轮流上来，拿着电话假装打电话给耶稣，说出他们的需要。)

等每个孩子都“打完电话”后，可以这样告诉他们：

孩子们，其实你们任何时候都可以向耶稣“打电话”。

你们不需要玩具电话，因为祷告就是我和耶稣说话的方式。

就像跟好朋友聊天一样，你可以随时随地把你的需要、感谢、喜乐或忧伤告诉耶稣，祂一直在听你说话。



活动 I 知足的祷告 (Prayer of Contentment)

介绍

孩子们将学习分辨自己心中是否有不满足或满足的态度。

主题

满足、保罗、自私、信靠

时间

大约10分钟

说明

做：

请举手：你有没有因为没得到自己想要的东西而感到不开心？（可以举些例子：没有想要的玩具、衣服或食物等）

是的，我们很多人都会在得不到自己想要的东西时感到难过。这个情绪有一个大一点的名字，叫做“不满足”。但是，神呼召我们要因祂所赐的感到喜乐，而不是为祂还没有给我们的感到难过。当我们为神已经给我们的东西感到开心，这就叫做“满足”。

那你觉得：当我们没有得到自己想要的东西时，怎样才能仍然感到满足和喜乐呢？就像使徒保罗一样，我们需要仰望耶稣，向祂求帮助。如果你总是想要更多，那你可以向神祷告：“主啊，请除去我总是想要更多的心，教我珍惜你已经赐给我的。”

神一定会按祂最知道对你好的方式，来供应你一切所需。

有一节很棒的经文可以提醒我们：要在每件事上都感到喜乐和满足，它就是腓立比书 4:4。我们来一起边做动作边背诵这节经文，帮助我们记住：

“你们要靠主常常喜乐，我再说，你们要喜乐！”-腓立比书 4:4

我们来配上动作练习：

- 每次说到“喜乐”时，双手高高举起；
- 说到“我”时，指向自己；
- 说到“说”时，用双手围住嘴巴；
- 说到“腓立比书四章四节”时，拍四下手掌。

现在，让我们一起祷告：

亲爱的天父，
求祢帮助我们不再总是想要更多，
而是学会满足于祢已经赐给我们的一切。
让我们天天喜乐，
因为知道祢爱我们，
祢所赐的都是最好的。
奉耶稣的名祷告，阿们。

