



# 特别的一天

团契

恩典是上帝对我们的爱

## 经文

创2:1-3; 《先祖与先知》第二章

## 存心节

“上帝赐福给第七日，定为圣日。”(创2:3)

## 教学目标

### 学生可以

知道：上帝通过设立安息日给我们享受，表达了祂的爱。

感受：因安息日而快乐。

回应：享受上帝的安息日礼物。

## 主题信息



上帝因爱我们而设立了安息日

## 课前预备

### 故事概要

上帝把安息日创造成一段特别的时间，是为了让我们记得祂所造的一切都是为了我们，让我们享受祂，享受我们的家庭，享受他所造的世界。

### 这是关于恩典的教导

当上帝为我们设立安息日作为休息之日，纪念之日，及享受之日时，就表达出祂对我们的爱，以及祂对我们身体、情绪和灵性需要的

了解。从时间开始之时，穿越每一个世代，这恩典的礼物一直都为我们存留着。

### 教师补充阅读材料

“每周的前六天是给人劳动的，因为上帝的创造之工用了第一周中相同的周期。上帝保留第七天为休息的日子，以相同的时间周期在他完成了六日的创造工作后来纪念祂的休息。”（《预言之灵》卷一原文86面）。

## 课堂教学概览

课堂环节	持续时间	活动	所需材料
欢 迎		在门口欢迎学生，听他们分享开心或不如意的事。	没有
① 预备活动	<10分钟	A • 地球的生日	生日派对用品如彩带，气球；塑料的或真的生日蛋糕；火柴，生日蜡烛
		B • 安息日拼贴画	旧杂志，招贴纸板，剪刀，胶水或固体胶水
* 赞美•祈祷	<10分钟	* “赞美•祈祷”，部分可以在任何时间进行	
② 圣经课程	<20分钟	体验故事	节奏乐器（可选项）
		圣经研究	圣经
		存心节	圣经
③ 课程应用	<15分钟	安息日炖汤	大盒子或大沙滩毛巾
④ 信息分享	<15分钟	邀请一个朋友	空白邀请卡或纸，绘画用品，胶水

“上帝看出安息日对人的重要性，即使在天国里也如此。他需要用七天中的一天把自己的兴趣和追求放下，以致他能更充分地思量上帝的工作，默想祂的能力和良善。他需要一个安息日来提醒他上帝的真实存在，并唤起他的感恩之心，因为他现在所享受和拥有的都是来自创造主慈惠的手。

“上帝希望安息日可引导人的思想默念祂的创造大工。自然界对他们的感官说话，宣告确实有一位永活的上帝，创造主，万有的至高

统治者。”（《先祖与先知》原文48面）。

“美丽的地球乃象征着上帝的爱。我们可以在含苞待放和娇嫩的小花中看到上帝的爱。大自然的一切都向我们述说上帝。安息日乃指向这位创造万物的主，在那天人类可以翻开大自然课本，看出创造主的智慧、能力和爱。”（同上）

### 教室布置

见第一课。取决于你所选择的课前预备活动，在房间的前面放一张桌子。

## 开始教课

### 欢迎

在门口欢迎孩子们，问候他们这一周过得怎样，关爱他们的快乐或烦恼，听他们背诵上周的存心节，鼓励他们分享上一课的学习体会。让他们参与你所挑选的预备活动。

## ① 预备活动

选择最适合你们的活动。

#### 你需要：

- 生日派对用品如彩带，气球；
- 塑料的或真的生日蛋糕；
- 火柴，
- 生日蜡烛

### A · 地球的生⊙

让孩子们帮你为生日派对作些布置准备。在准备的过程中，跟他们讲讲计划和准备生日派对是多么有趣。向孩子们解释：他们每年一次庆祝自己的生日，上帝却每周一次在安息日为地球庆祝生日。用塑料（或真的）生日蛋糕，在你们吹熄蜡烛之前唱下面的生日歌。

祝地球生日快乐，祝地球生日快乐，

安息日是地球的生日；

祝地球生日快乐。

### 探讨

让孩子们有回应的空间，你问：还有哪些特殊的日子是我们庆祝的呢？（生日，圣诞节，复活节，民族节日，等等）我们在这些节日里有没有吃特别的食物呢？都有哪些？你在这些节庆中有没有穿特别的衣服呢？你有没有跟一些特别的朋友或家里人一起庆祝呢？你有没有用什么特别的方式为这些节庆装饰你的家？安息日也是一个特别的日子。我们要做些什么使安息日特别呢？记住：



上帝因爱我们而设立了安息日

我们一起读。

#### 你需要：

- 旧杂志
- 图画，招贴纸板，
- 剪刀（钝头）
- 胶水或固体胶水

### B · 安息日拼贴画

分发杂志和剪刀，让孩子们把那些他们在安息日喜欢的东西画出来，剪下来，并用胶水黏在招贴纸板上展示出来。如果有必要，提出想法，诸如自然的景物，故事或歌曲，要参观的特别地点，要访问的

特别人物，特别的饭食，等等。用完成的拼贴画来装饰房间。可选择的活动：让孩子们用图画做一个安息日剪贴簿。（见说明）

## 探讨

让孩子们有回应的空间，你问：是什么让你觉得安息日成了特别的一天？你在安息日喜欢做什么？上帝是那么爱我们，所以祂将安息日设为特别的一天让我们享受。



上帝因爱我们而设立了安息日



## 赞美和祈祷

可以在任何时间进行

### 交 谊

报告刚才在门口所听到孩子们跟你分享的快乐或烦恼（注意合适性）。安排时间复习上周学习的存心节和教训。进行生日祝福，作业表彰或活动通告。对来宾致以热烈的欢迎。

### 颂 赞

《上帝说》（小小声音赞美祂第66首）

《上帝造了我》（小小声音赞美祂第164首）

《创造》（小小声音赞美祂第68首）

《上帝造了我们的世界》（小小声音赞美祂第71首）

《上帝造了日月星辰》（小小声音赞美祂第165首）

### 圣 工

说：我们享受安息日的庆祝和上帝为我们设立的美妙日子。安息日是我们与耶稣在一起的特别的日子，不但在我们国家如此，而且对全世界的人都如此。用《儿童圣工》中的故事

### 捐 献

说：我们的奉献帮助其它人认识安息日是耶稣特别的赏赐。

### 祈 祷

问：在安息日有什么令人快乐？（鞋子，食物，歌曲，家人，等等。）祷告：耶稣，谢谢你给我\_\_\_\_\_（对象名称）。让每个小孩子都有机会感谢上帝的赏赐。

## ② 圣经课程

### 体验故事

你需要：

- 从天花板垂挂床单
- 动物玩具
- 扮成彼得说故事的成人

每次当你说“安息日”时，让孩子们用乐器奏出音乐。如果没有乐器，孩子们可用拍手或欢呼来代替。

### 说故事

夏娃醒来往四周看看，温暖的太阳刚从世界的边缘探出来。（用手指向你前方的一点。）让我们想象一下那天发生了什么。夏娃转身，朝身后看。昨天晚上，她的第一个晚上，太阳就在那边落下。

（用手指向你身后的一个地方。）我一定要问问上帝，太阳昨晚去了哪里，夏娃想。

接着，她想起来，上帝说过今天是特别的一天。夏娃看看亚当，他正在睡觉，她轻轻拍了拍他的手臂。

“亚当，醒醒，”她说，“今天是特别的一天。上帝说祂要整天都与你们呆在一起。”

亚当坐起来，伸了伸腰。多么荣耀的一天啊！这将会是他和夏娃在地上第一个完整的日子。有那么多的事物要去看，去做，和去探讨。

正当这时，他们听到有声音呼叫他们，“亚当！夏娃！”这是上帝的声音！祂来园中看他们了。

“这是特别的一天，我称它为安

息日。（稍停）我要整天与你们呆在一起。我为你们造了这个美丽的家，我希望带你们去看看，你们准备好了吗？”

“我们准备好了，”亚当说。

“是的。”夏娃说，“这将是美好的一天。”

上帝走到一棵树前，摘了一个圆形的橙色果子。“早餐吃这个是很好的，”祂笑道，“尤其在安息日。”（稍停）祂向亚当和夏娃示范怎样剥果皮，分开果肉。很快，香甜的果汁就从他们的手指间滴了下来。

在第一个安息日（稍停）余下的时间里，他们有一个多么伟大的冒险啊。上帝把家园中的一切都指给他们看，他们站在一道飞泻的瀑布顶端，看到天鹅在清澈的湖水中游弋。他们尝了各种美味的水果。美丽的鸟儿停在他们的手指上、肩膀上、头顶上。他们抚摸狮子，又骑在大象身上，和猴子唧唧喳喳地说话。

当太阳落在天边，他们与上帝一起坐在小山上，看着落日的余晖发出美丽的橘色、粉色、和紫色。

上帝先问他们说：“这个安息日（稍停）你们过得愉快吗？对我来说，今天是个特别的日子。我创造世界的工作已经完成。我希望这


一天成为我们共同度过的日子。每一周的第七天都会是安息日（稍停）。其余的六天你们要照看园子和动物们。我也会花一些时间和你们在一起。但安息日（稍停）是每周的第七天，一个圣洁的日子，我们的特别日子。我们一整天都要快乐地在一起。”

太阳渐渐消失在视野里，亚当说：“这是多么美妙的一天啊！”

他们静静地坐了一会儿。这时夏娃说：“上帝，感谢你！为着这特别的一天感谢你。为着安息日感谢你！”（稍停，让孩子欢呼。）

### 探讨

让孩子们有回应的空间，你问：你们认为亚当和夏娃与上帝共度一天后有什么感受？你认为上帝创造世界后会很累吗？为什么他要休息？你认为上帝设立安息日，是为祂自己还是为人类？为什么？


 上帝因爱我们而设立了安息日

### 圣经研究

打开你的圣经创第二章，指着前三节。说：这是今天的故事在上帝话语中记载的地方。你指着每一节经文，大声读出来。一定要确定孩子们明白故事就在圣经中。

问：谁设立了一个特别的日子让我们享受？为什么？这是哪一

天？在最开始的那个安息日谁和上帝在一起？他们都做了什么？记住：

 上帝因爱我们而设立了安息日

### 存心节

打开你的圣经创2:3。指着经文，说：今天的存心节就记载在圣经这个地方。你指着每一个字大声读出经文。使用下列手势来教经文：

上帝	指向天空
赐福给	将双手伸向地板，掌心朝下，就像祝福时把手放在别人头上一样
第七日	举起七根指头
定为	一个拳头放在另一个上面，前后旋转，就像制造东西一样
圣日	双手合掌，就像做祷告一般
创2:3	手掌合在一起，然后打开

你需要：  
 圣经



大家一起练习多次。然后把孩子们围成一圈，看他们能否把以上的动作顺序做一圈，第一个孩子做第一个动作“上帝”，第二个孩子做第二个动作“赐福给”，等。鼓励孩子们互相帮助，记住动作。

## ③ 课程应用

### 安息日炖汤

**你需要：**

毯子或大沙滩毛巾或几个大到可以让小孩们站进去的盒子

将毯子、大毛巾或盒子放在房间中央。问：炖菜中有什么材料？（许多蔬菜混合在浓汤或卤汁中）。

说：今天我们要做安息日炖菜。我们用盒子（或毯子）来代替锅炖菜。你们中间的每一个人都是这份炖菜的原料。为了进入这个安息日炖锅，想一件你可以在安息日

做的事情，它必须是关于耶稣或创造的特别提醒。接受任何合理的答案。你可能需要提示某些孩子。当所有孩子都进入这个“锅”后，炖菜就完成了。如想继续这个活动，可以再做一次。问：上帝为什么设立安息日？



上帝因爱我们而设立了安息日

## 4 信息分享

### 邀请一个朋友

要孩子们想一想，他们下周可以邀请谁来参加安息日学。给每个孩子一张空白邀请卡或帮助他们用胶水、闪光装饰片、纱线，等等，来制作自己的邀请卡。让他们把这张完成的邀请卡送给朋友。

朋友们参加自己的生日派对？我们在安息日庆祝什么？（世界的生日）。用你的邀请卡邀请一位朋友来庆祝世界的生日，和你一起来参加安息日学，因为…



上帝因爱我们而设立了安息日

你需要：

- 空白邀请卡
- 空白的或图画用纸，美术用品和胶水

### 探讨

问：你们当中有多少人会邀请

### 结 束

祈求上帝帮助我们彼此相爱，并将这爱显示给每一个人。



## 特别的一天

### 经文

创2:1-3;《先祖与先知》第二章

### 存心节

“上帝赐福给第七日，定为圣日。”(创2:3)

### 主题信息

上帝因爱我们而设立了安息日

**你最喜欢哪一天？你知道上帝设立了一个特别的日子，让你和你的家人去享受吗？**

夏娃醒来，环顾四周。温暖的太阳徐徐在世界的一边升起来。昨天晚上，她看到太阳慢慢消失。她心里可能这样想：我得问问上帝，晚上太阳怎么了。

让我们想象在那天接下来的时间里都发生了什么。

树枝在夏娃头上沙沙作响，一些有着鲜亮的红色、绿色、黄色羽毛的小鸟栖在枝头。夏娃轻轻地抿嘴而笑。她伸开手，小鸟就飞扑下来，停在上面。

一只巨大的褐色狮子缓缓走出树林，伸开四肢躺在地上，依偎在夏娃的腿边，发出心满意足的叹息。夏娃抚摸着牠美丽而柔软的鬃毛。狮子挨得更近了。蝴蝶在草丛中互相追逐着。远处传来大象如同吹喇叭一样的声音。

夏娃轻轻地拍了拍亚当的肩膀。亚当睁开眼睛，对夏娃微笑。正在这时他们听到附近有一个声音。“是上帝！”他们高兴地大叫。上帝已经来到园中。

上帝坐在亚当夏娃旁边。他一边抚摸那只褐色的狮子，一边说：“今天我们会在一起度过一整天。”他递给夏娃一个香甜的大橙子，并告诉她如何剥皮分瓣。夏娃和亚当一同享用。她尝到了甘醇浓郁的果汁。

“来吧！”上帝说，“我们到

各处去看看。”

他们三个漫步在伊甸园中，就是上帝特别为亚当和夏娃创造的美丽园子。上帝摘了一朵紫色的薰衣草给夏娃。祂从一株长长的葡萄藤上摘下一些果子。“你们会喜欢这些葡萄的。”祂说。

亚当和夏娃听到有流水奔腾的声音，他们循声走去，终于看见一条宽阔的大河。河水在晨光中闪耀着，好像披上了一层钻石。大河流出伊甸园，就分成了四条支流。夏娃尽力往远处看，想知道它们流向了何方。

上帝用了一整天陪伴亚当和夏娃。亚当和夏娃尝到了新的食物。他们在草场上又跳又跑。他们与天使一起唱诗赞美上帝。

“我要赐福这日，定为圣日。”当他们一起享受这一天的时候，上帝向他们解释说，“因为我创造大工已经完成了。每周的第七日要被称为安息日。这是一个我们要一起度过的特别日子。”

有晚上，有早晨，是地上的第七日，是上帝所造奇妙的新世界最初一周的结束，是第一个安息日。

每周的第七天，安息日仍然会来到我们面前。对我们来说这是一段特别的时光，要与上帝在一起，要尽情享受上帝为我们创造的一切。

# 亲子时间

## 安息日

一起读创2：1-3。用你在安息日学中所学到的动作帮助你的孩子来念存心节。

帮助孩子把在安息日学中制作的邀请卡送给一位朋友。为所有的朋友感谢上帝。

## 星期天

制作一个七天日历。帮助你的孩子在日历每一天的空处画上帝在那一天所造的东西。第一日，就是星期日，上帝创造了光和暗。感谢上帝创造了光。

一起做动作，念存心节。

## 星期一

一起阅读课文故事。然后在日历上完成今日的绘画。这一日上帝创造了空气和水。到户外做深呼吸。今天每次你们喝水的时候，都要为水感谢上帝。

一起念存心节，念的时候一起做深呼吸。

## 星期二

帮助孩子选择一个朋友，邀请他/她到安息日学。帮助孩子完成今天的日历绘画。这一日上帝创造了地和植物。去看一些上帝创造的植物。

一起做动作，念存心节。把存心节分

享给另一个家庭成员。

## 星期三

到户外享受阳光。晚上到户外看月亮和星星。为这些感谢上帝。

一起念存心节。完成今日的日历绘画。这一日上帝创造了太阳和月亮。他也创造了星星。

## 星期四

完成星期四的日历绘画。这一日上帝创造了鸟和鱼。一起念存心节，感谢上帝创造了鸟和鱼。

## 星期五

完成星期五的日历绘画。这一日上帝创造了动物和人。让你的孩子模仿一种他/她喜欢的动物。计划明天如何享受上帝所创造的事物。

唱“安息日是快乐日”。感谢上帝创造了万物并设立了安息日。