



一个明智的选择

恩典 上帝认识并眷顾我们

参考资料

创世记41章；《先祖与先知》第195-199页

存心节

“这不在乎我，上帝必将平安的话回答法老。”（创世记41:16）

教学目标

学生可以

晓得：上帝赐给每个人特别的工作来为祂做工。

感受：上帝会帮助我们做祂所赐予的工作。

回应：愿意为上帝做一些特别的事情。

主题信息



上帝可以帮助我们做任何事情

课前预备

故事概要

法老做了一个梦，他知道这梦很重要，但他不明白梦的寓意，他的哲士们也无法解释梦的意思。法老的酒政记起约瑟可以解梦。于是法老就派人叫约瑟前

来。上帝告诉约瑟梦的寓意，约瑟将荣耀归于上帝。法老很高兴，他释放了约瑟，并把埃及的一切事务交由他管理。上帝祝福约瑟，因为他愿意顺从上帝的旨意。

这是关于恩典的教导

课堂教学概览

课堂环节	持续时间	活动	所需材料
1 欢迎		在门口欢迎学生； 倾听他们的快乐或烦恼	—没有
2 预备活动	<10分钟	A. 上帝能 B. 可能使命	—没有 —纸和剪刀
* 赞美和祈祷	<10分钟	* “赞美和祈祷”部分可以在任何时间进行	
3 圣经课程	<20分钟	—体验故事 —圣经学习 —存心节	—枕头、毛毯或大毛巾 —圣经 —圣经
4 课程应用	<15分钟	—但上帝可以	—没有
5 信息分享	<15分钟	—约瑟的项链	—链的图型（见146页）； 黄色、橙色或金色的纸； 剪刀；钉书机或胶带

我们不知道上帝在我们生命中的计划，但如果我们愿意被上帝带领，祂会帮助我们做任何事情。

教师补充阅读材料

“约瑟从监牢里一出来就升任埃及全地的宰相。这固然是一个崇高的地位，但也有不少的困难和危险。”（先与祖先先知第198页）

“但是约瑟的品格无论在顺境或逆境之下，都是一样经得起考验的。无论是在法老的朝廷中，或是在囚犯的监狱里，他是一贯地显出了对上帝的忠诚，这时他依然是在异乡作客，远离他敬拜上帝的本族；但他确信神圣的手一直在引

领着他的脚步，他就时常依靠上帝，忠心尽到自己的本分。约瑟曾引领法老和埃及的伟人注意真上帝；他们却尊敬这个敬拜耶和華的人在生活和品格上所表现的信仰。（先祖与先知第198页）

我们能像约瑟一样，相信上帝，顺从祂的旨意做工吗？我们有没有跟从上帝的引领，将自己完全交托在祂手中？

教室布置

用第八课的“王室”。继续用第十一课中的“监狱”。

开始教课

欢迎

在门口欢迎孩子们，问问他们这一周过得怎样，有哪些开心或烦恼的事。鼓励他们分享上周课程的学习体会。让他们参与你选择的预备活动。

① 预备活动

选择最适合你们的活动。

A. 上帝能

教孩子们以下的手势动作，多做几次。

谁令太阳发光？ 上帝，上帝	向前伸出双臂，在空中划一个大圈 举起双臂，摆动手指和双手
谁叫雨落下？ 上帝，上帝	举起手臂再放下，同时摆动手指像下雨一样， 举起双臂，摆动手指和双手
谁使草生长？ 上帝，上帝	手放在地；当做生长时摆动手指 举起双臂，摆动手指和双手
谁让风吹起？ 上帝，上帝	双手在空中前后摆动，像风吹一样 举起双臂，摆动手指和双手

可选方案：当孩子们做动作时，问他们问题，让他们回答“上帝，上帝”。

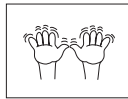
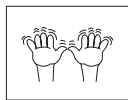
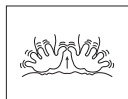
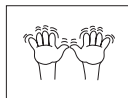
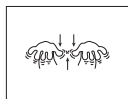
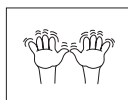
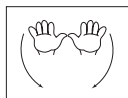
探讨

（提出问题后留给孩子们一些思考的时间）问：你能让太阳发光，雨水降下，小草生长或微风吹起吗？不能，但上帝可以。有些事情我们无法做到。有时我们会被要求去做看起来很困难的事情，这时上帝会帮助我们。我们的圣经故事中约瑟做了一些很困难的事情。今天的主题信息是：



上帝可以帮助我们做任何事情

跟我一起说。



B.可能的任务

在游戏进行前练习这个项目。将一张A4纸对折。在折痕的边缘剪9个2厘米长的开口。翻过来，在另一边也剪8个同样长度的开口。然后沿着纸张里面的折痕剪下，使纸成圆形，大到能够跨过。

你需要：

- 两张A4纸
- 剪刀

（提出问题后留给孩子们一些思考的时间）问：谁认为我能跨过这张纸？你们认为我不可以？你能吗？在纸张的中间剪一个大洞，试着让一个孩子穿过（但是不可以穿过）。这张纸好像穿不过去吗？没关系，我们再试试。用另一张纸（同样大小），用前面的方法剪纸，可以穿过去（之前要练习过）。让孩子们一个一个地穿过你的纸。

探讨

（提出问题后留给孩子们一些思考的时间）问：当我说自己要穿过那张纸时，看起来不可能做到，对不对？有时，别人要求我们去做一些看起来很难的事情！我们只是认为我们做不到。你们也认为那张小纸是无法穿过的，但是你们还是都做到了！

当事情看起来很难时，上帝能帮助我们。我们的圣经故事中，约瑟做了一些上帝要求他做的，非常困难的事情。上帝与他同在，并帮助了他。今天的主题信息是：



上帝可以帮助我们做任何事情

跟我一起说。

*

附注：赞美和祈祷出现在第125页。

2 圣经课程

体验故事

给每个孩子一个枕头和一条毛毯（或毛巾）。说：每一次我说到“梦”这个字时，将你的双手合在一起，放在头的一边，就像你在睡觉一样。大家一起坐在“监狱”里听故事，就像和约瑟在一起。

讲故事

一天晚上，约瑟正睡得香甜（让我们全部躺下假装睡觉）。突然，远处传来一阵急促的脚步声，法老的仆人（法老就是国王）来到约瑟的床边。他们说：“约瑟！快起床，法老现在要见你！他在夜里做了几个梦，但没有人能告诉他梦的寓意。法老的酒政说你可以解梦。”

你认为约瑟会怎么做？（让大家回答）约瑟从床上跳起来，跟随法老的仆人到法老居住的王宫里。（让孩子们离开“监狱”回到他们的座位上。）

但约瑟在见法老之前，必须要做一些事情。因为在监狱里他不是每天都洗澡，身上散发出臭味，并且很久没有刮胡子，衣服很脏。

让我们一起做约瑟洗漱的动作。洗头发，洗脸，换上干净的衣服。法老的仆人帮助约瑟清洗干净后，就带他去见法老。（转移到“王宫”的场景）

法老说：“他们说你可以解读我的梦，这是真的吗？”约瑟摇头。“不！”他说，“我做不

到，但上帝可以，上帝知道你这些梦的寓意。”

法老告诉约瑟他的梦。在第一个梦里，法老站在河边，看到有七头又大又健壮的母牛从河里上来。（让我们用左手做这七头健壮的母牛上岸的动作）接着又有七头丑陋、瘦弱的母牛从河里上来。（让我们用右手做这七头瘦弱的母牛上岸的动作）你能猜到接着发生了什么吗？瘦弱的母牛吞掉了健壮的母牛！（用你的右手——瘦弱的母牛“吞掉”你的左手——健壮的母牛，让孩子们跟着你做。）但是，你知道吗？瘦弱的母牛仍然是干瘦、病怏怏的样子。

法老又讲了另一个梦。在这个梦里，有一棵麦子长了七个成熟饱满的麦穗。（把你左手的手指代表成熟饱满的麦穗）；另有一颗麦子长了7个又小又干瘪的麦穗。（用右手表示）你能猜到接着发生了什么吗？干瘪的麦穗吞下了饱满的麦穗！

法老对约瑟说：“我问哲士们梦的寓意，但他们不能帮我解答！他们不知道梦的寓意，你知道吗？”约瑟告诉法老：“上帝已经借着梦将祂要做的事情指示给您。您的两个梦的寓意是一样的。七头健壮的母牛代表埃及遍地会有七个丰收年，在这期间埃及雨水充足、谷物丰收。而那七头干瘦的母牛代表在随后的七个荒年，那时雨水稀少，田里的农作物歉收。人们遭遇饥荒，食

你需要：

- 儿童演员
- 彩色的外衣，长袍或衬衫
- 棕色衣服
- 香料或香水
- 20个硬币

不果腹，因此不记得之前的丰收了。上帝告诉您这件事，使您能够有所准备。”

约瑟告诉法老当拣选一个人管理埃及，在七个大丰年中储存食物，使人民能在七个大荒年中有食物吃。

法老认为这个主意非常好，于是命令约瑟做这个工作！法老派约瑟管理埃及全地，送给约瑟一个特别的戒指和一件美丽衣服，又将象征管理者的金项链戴在约瑟的颈项上。所以约瑟走遍埃及全地帮助人民储存食物。

探讨

（提出问题后留给孩子们一些思考的时间）问：当约瑟被召去见法老王时，你认为约瑟的感受如何？法老知道他梦的寓意吗？法老的哲士知道梦的寓意吗？谁告诉约瑟法老所做梦的寓意？它们的寓意是什么？法老给约瑟安排了什么工作？这是一个明智的选择吗？你认为约瑟的感受如何？对约瑟来讲，这份工作重大吗？谁会帮助他？上帝会帮助他。当你遇到看起来很困难的重大事情时，上帝也帮助你。祂帮助你、爱你，常与你同在。记住我们今天的主题信息：



上帝可以帮助我们做任何事情

跟我一起说。

圣经学习

打开圣经创世记41章。指着经文说，今天的故事就记载在圣

经的这个地方。大声读出所选的章节，必要时解释一下内容。

探讨

（提出问题后留给孩子们一些思考的时间）问：你认为酒政已经忘记约瑟在监狱的一切事吗？谁没有忘记约瑟？（上帝也从没有忘记你）谁帮助约瑟告诉法老梦的寓意？谁帮助约瑟做他的新工作呢？（上帝）当你遇到一些看起来很困难的重大事情时，上帝也会帮助你。记住今天的主题信息：



上帝可以帮助我们做任何事情

跟我一起说。

存心节

打开创世记41:16，说：这是我们在上帝的话语——圣经中找到的存心节。大声出章节：“这不在乎我，上帝必将平安的话回答法老。”然后教孩子们用以下的动作来记忆存心节。

这不在乎	摇动手指代表“不”
我，	指向自己
上帝必将平安的话回答法老	向上指，然后点头代表“是”
创世记41:16	合上手掌，然后打开

你需要：

圣经

你需要：

圣经

3 课程应用

但上帝可以

让孩子们分散站开，说：让我们看看我们可以做什么！如果可以的话，做出我所说的事情。如果不能，大家一起说“不，但上帝可以！”。

当你说话时，要和孩子们一起做动作：

你能单脚跳三次吗？微笑和傻笑呢？你能使太阳发光吗？不，但上帝可以！

你能摸到你的脚趾吗？说“谢谢”呢？使雨降下？不，但上帝可以！

你能转圈吗？拍手呢？你能使草生长吗？不，但是上帝可以！

你能摸你的耳朵吗？身体弯向一侧呢？让风吹起？不，但是上帝可以！

探讨

（提出问题后留给孩子们一些思考的时间）问：你很想做些什么事情？为什么？你能做很多的事情，但有一些事情是你做不到的。你有哪些事情需要别人帮助？（系鞋带，骑单车，爬书架，收拾床铺等）；有时爸爸和妈妈也不能做一些事情，但上帝可以！有什么事只有上帝能做的呢？有时上帝会要求你做一些看起来困难的事情，比如听话、微笑，与朋友分享你的玩具，或在玩游戏时，让你的朋友先玩。你能想其他一些让你为难的事情吗？上帝会一直与你同在，帮助你做困难的事情。请记住：



上帝可以帮助我们做任何事情

跟我一起说。

4 信息分享

约瑟的项链

你需要：

- 项链的图型（见146页）
- 黄色的纸
- 橙色的纸
- 金色的纸
- 剪刀
- 钉书机或胶带

提前复印项链的图型（见146页）在黄色、橙色或金色的纸上，发给每个孩子一张。沿着虚线剪下项链的图型，做成18个纸条（其中两个纸条是空白的，用来分开存心节）。说：你们要做一条纸项链。我会帮助你们将纸条按顺序放好，然后从写有存心节的第一个字的纸条开始，用

订书机或者胶带顺次连接纸条的顶端，做成环状（有字的边在外）。将空白的纸条放在存心节之后，钉住或贴住存心节的第一个字和最后一个字连成一条完整的项链。

探讨

说：你所制作的项链可以提醒你记得法老送给约瑟的代表管理埃及全地的金项链。带它回家

与你的朋友分享，并告诉他们约瑟在做重大工作时，上帝怎样帮助他。如果你向他祈求，上帝也会帮助你。让我们一起说出主题信息：



上帝可以帮助我们做任何事情

跟我一起说。

结 束

让一个孩子祷告。祝福他们有一个美好的星期，提醒他们和家人分享今天的故事。

赞美和祈祷



交 谊

分享在门口听到的孩子们开心或烦恼的事（视情况而定）以及上周课程的学习体会，复习存心节。祝福孩子们的生日，特殊的事情或取得的成就。问候和欢迎来参观安息日学的来宾。

颂 赞

《祂能够》（小小声音赞美祂第93首）
 《耶稣永不变》（小小声音赞美祂第108首）
 《我的上帝很伟大》（小小声音赞美祂第112首）
 《奇妙之歌》（小小声音赞美祂第74首）
 《耶稣爱我》（小小声音赞美祂第102首）

圣 工

讲一个儿童圣工消息。

捐 献

说：上帝能帮助我们做任何事情。我们能做的一件事是与其他人分享我们的奉献。

祈 祷

一个孩子和一个成人分成一组。给每组一张图画或一件物品（动物、家庭、食物、床、阳光等）。让他们为图画中的事物感谢上帝。

* “赞美和祈祷”部分可以在任何时间进行

一个明智的选择

参考资料

创世记41章,《先祖与先知》第195-199页

存心节

“这不在于我,上帝必将平安的话回答法老。”
(创世记41:16)

主题信息

上帝可以帮助我们做任何事情。

曾经有人要求你去做很困难的事情吗?约瑟被召去告诉法老梦的寓意,但他靠自己并不能做到。

清早的阳光照进了王宫的窗户,法老睁开眼睛,他的头很痛。昨晚法老没有睡好,他做了两个非常奇怪的梦。“带哲士来见我!”他命令仆人。

哲士仔细地听法老讲述奇怪的梦,他们小声地议论、摇头,然后坦白对法老说:“我们不知道梦的寓意。”

突然,法老的酒政上前来。“两年前,当我在监狱时,也做了一个奇怪的梦。一位名叫约瑟的年轻人告诉我梦的寓意,而且每件事情都正如他所说的发生了。”酒政说。

法老说:“把约瑟带来!”

守卫快速赶到监狱,催促约瑟快刮好胡须、穿上干净的衣服,跟他们立即去到王的面前。

“我做了一个梦,”法老告诉约瑟,“但没有人能告诉我梦的寓意。我听说你能解梦,请告诉我梦的寓意。”

“我不能解梦,但上帝会告诉我梦的寓意,然后我再告诉您。”约瑟诚实地回答。

“我梦见自己站在河边,有

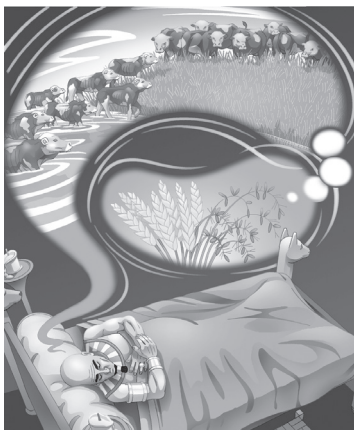
七头肥壮的母牛从河里上来,到岸边吃草。接着又有七头瘦弱的母牛走上河岸,它们竟然吃掉了先前那七头肥壮的母牛!”法老继续说,“然后我又做了另一个梦。我看见一棵麦子上长出七个饱满的穗子。接着这颗麦子上又长出七个干瘪的麦穗,而且吞下之前那七个饱满的穗子!”

“两个梦的寓意是一样的,上帝已经将祂要做的事情告诉你。埃及全地将会迎来七个大丰年,丰年过后会有七个大荒年。”约瑟回答说,“您需要挑选一位哲士,让他在七个大丰年中把多余的食物储存起来,这样在七个大荒年中,人民就不会饿死。”

法老听了约瑟的主意很高兴,于是摘下自己的戒指,戴在约瑟的手上,又将金项链戴在约瑟颈项上,说:“我命你管理埃及全地,你是国中仅在我地位之下的管理者。”

所以约瑟开始了新的工作。他骑马走遍埃及全地,安排储存在七个大丰年中所有剩余的食物。

约瑟从监狱里出来,他现在为王工作。但是约瑟知道有一件事没有改变:上帝会在王宫里照顾他,就如他在监狱里时一样。



亲子时间

安息日

这个星期里每天和孩子一起阅读本节课的圣经故事，复习存心节。

这不在乎…… 摇动手指代表“不”

我…… 指向自己
上帝必将平安的话 向上指，然
回答法老…… 后点头代表“是”

创世记41:16…… 合上手掌，然后打开

星期日

一起读创世记41章，必要时解释一下内容，问：酒政被释放后，约瑟在监里多久？当约瑟被召去见法老时，你认为他的感受如何？法老要求约瑟做什么事情？他能做到吗？

星期一

要求你的孩子做一些事情（比如单脚跳三次，摸脚趾，轻拍肚皮，转身，眨眼五次，打哈欠等）。然后让他们舔自己的手肘，问：为什么你不能做到？谁能帮助我们做困难的事？在祷告前，唱“我的上帝很伟大”。



星期二

鼓励你的孩子与朋友分享在安

息日学制作的“约瑟的项链”，同时告诉他们相应的存心节和圣经故事。

（或剪下八张纸条，在每张纸条上写下存心节的一个字，帮助你的孩子将它们贴在一起制作一条纸链。）

星期三

问：什么事情对于你来说是容易做到的？（跑步、唱歌、



数到十、单脚跳等）什么事情对你来说现在很难做到，但当你长大后，你就可以做到？（系鞋带；独自爬书架；看书；数到一千等）帮助你的孩子做这些事情，提醒他们上帝帮助他们困难的事情。

星期四

询问某一家庭成员的一次经历：当他们不能帮助自己时，上帝帮助他们。唱“耶稣爱我”，然后祷告，感谢上帝在困难的事情发生在我们身上时，帮助我们。

星期五

用椅子和毛毯布置一个“监狱”。演出本节课的故事：让你的孩子扮演约瑟，当法老召唤时他要“冲出”监狱。谈谈上帝如何关怀我们。唱“祂能够”，感谢上帝帮助我们成长，让我们可以做更大、更好的事情。