



## 出埃及记 | 上帝明白我的处境

## 第1课

### 超级真理:

神看见了,也听见了,祂明白我的处境。

### 超级经文:

耶和华说:“我的百姓在埃及所受的困苦,我实在看见了;他们因受督工的辖制所发的哀声,我也听见了。我原知道他们的痛苦。”出埃及记 3:7

### 圣经故事:

出埃及记3-14章





### 超级妙妙书视频:

出埃及记



大组	<b>开课活动</b> 课程开始时把孩子们聚在一起,观看《超级妙妙书》的视频。	第3页 27分钟
小组	<b>游戏时间   劳苦做工</b> 通过“以色列人在埃及的劳苦游戏”,探索本集《超级妙妙书》故事。	第5页 15分钟
	<b>联系   上帝明白我们的处境</b> 联系今天的课程讨论上帝如何明白我们的处境。 介绍纸锁链挑战游戏。	第6页 15分钟
	<b>“超级经文”   《超级妙妙书》 搜索</b> 玩小组游戏背诵“超级经文”	第8页 5分钟
	<b>祷告   学习摩西的祷告</b> 通过不同形式的祷告与上帝交流。	第9页 5分钟
	<b>家庭链接   吉宝笔记</b> 给孩子们布置“吉宝笔记”家庭作业,让他们回家跟进课程。	第9页 1分钟
附加活动 改动或扩展主课的替换选择。	<b>游戏   旷野的障碍</b> 跟着向导穿越旷野。	1-6年级 15分钟
	<b>活动   专业工具</b> 讨论为完成任务所要接受的装备。	1-6年级 15分钟
	<b>实物课程   坚固磐石的帮助</b> 与石头对话。	1-3年级 10分钟
	<b>手工   为吉宝涂色</b> 为吉宝涂色并做装饰。	1-3年级 10分钟

## 符号的含义

-  表示带领者可以大声读出来。**蓝色字为提示答案。**(附加说明在圆括号中)
-  表示不要大声读出来的信息。有些活动会注明适合哪个年级。
-  播放视频文件。
-  表示经文可以由带领者或孩子们来读。除特别注明外,课程中的中文经文均引自中文和合本圣经。



## 开课

所有1-6年岁的孩子组成一个大组。为了帮助他们在上课之前集合，你可以播放视频1或视频9，或者让孩子们进行诸如扔沙滩球的简单活动。

## 欢迎 (1 分钟)



欢迎大家！今天，我们要开始学习新的一集《超级妙妙书》大冒险故事，故事名叫《出埃及记》。本集故事场面宏伟壮观，情节跌宕起伏，在观看的时候，你会有种身临其境的感觉。《出埃及记》也是最精彩的圣经故事之一！让我们一起来看视频，看看克里斯、乔伊和吉宝怎样评价他们最喜欢的《超级妙妙书》大冒险经历。



## 播放视频 2： 克里斯和乔伊的困境 (2 分钟)



克里斯和乔伊在讨论哪一次的《超级妙妙书》大冒险经历是最有趣的。

## 超级真理和讨论 (2 分钟)



我们今天的“超级真理”是：“神看见了，也听见了，祂明白我的处境。”想一想这段话！神创造了整个宇宙，并且把所有的行星以及众星都安置在本位，祂创造了这个世界，也创造了我们！上帝知道我们所遇到的问题，祂也垂听我们的祷告，因为祂爱我们。那么，你认为当神的子民以色列人在埃及做奴隶时，神是否眷顾了祂的百姓呢？让我们一起来观看今天的视频，看看神如何搭救自己的百姓。



## 播放视频 3： 本集圣经故事和应用 (20.5 分钟)



妙妙书把克里斯、乔伊和吉宝带去见摩西。摩西是上帝所拣选的领袖，他要带领神的百姓离开埃及、脱离受奴役的生活。他们亲眼见证了可怕的瘟疫，看到红海分开，海水立起如垒，看到神的百姓如何轰轰烈烈地离开埃及。



## 播放视频 10A： 超级经文插图



图片无音频循环播放2.5分钟；在孩子们复述经文后关闭。

## 超级经文讨论 (1 分钟)



我们今天的“超级经文”是《出埃及记》3:7。上帝对摩西说了这句话，要他知道以色列百姓的处境。让我们一起来读今天的“超级经文”：耶和华说：“我的百姓在埃及所受的困苦，我实在看见了；他们因受督工的辖制所发的哀声，我也听见了。我原知道他们的痛苦……”



孩子们在小组时段将有更多的时间学习“超级经文”。



### 祷告和欢送 (1分钟)

亲爱的天父,感谢你看见我们,理解我们,垂听我们的祷告,也关心我们爱我们。感谢你让我们可以从你得着力量和智慧。奉耶稣的名祷告,阿们。

在今天的小组学习中,我们将要更多探索《出埃及记》这集故事!祝大家玩得开心!



然后老师们把学生带到教室上小组课。如果大组人数很少,那么所有的孩子可以一起上小组课。

## 小组

可以把孩子们分成1-3年级组和4-6年级组。



15分钟

## 游戏时间 | 劳苦做工

通过“以色列人在埃及的劳苦游戏”，探索本集《超级妙妙书》故事。

## 课程开始前:

- 用胶带或记号标出一个起跑线;
- 距离起跑线大约4.5-6米处放置两个空桶;
- 用另外两个桶装满重物,如瓶装水、或者一大袋土、沙子或者碎石头;
- 把“超级真理”写在白板/黑板/海报纸上;
- 注:这个游戏可以在户外进行。

## 你将需要:

- 四个中号或小号的桶或者容器;
- 能用来装满桶的较重的物品,如瓶装水、或者一大袋土、沙子或者碎石头,要装满两个桶的份量;
- 美纹纸胶带(可选);
- 防水布、小地毯或毯子之类的东西,可以垫在桶下面的地板上(可选);
- 白板或海报纸和白板笔/黑板和粉笔。



你认为那时的以色列百姓在埃及做的是什么样的工作?**艰苦的工作、奴隶的工作——挖土、搬运重物,做砖块。**你认为上帝知道以色列百姓的处境吗?为什么?**孩子们回答。**是的,我们今天的“超级真理”给出了答案!让我们一起来说:“神看见了,也听见了,祂明白我的处境。”

以色列百姓需要拯救,越快越好!他们每天被逼着做繁重的工作,这个逼他们做苦工的人就是法老!以色列百姓迫切期待一位救主能看见他们的苦情,听见他们的呼求,在他们遭遇苦难的时候眷顾他们,并且大有能力前来拯救他们!他们可以向谁求救呢?谁有能力来拯救他们呢?会是一个普通人吗?**孩子们回答。**会有一位超级英雄来拯救他们吗?**孩子们回答。**嗯,电影里的超级英雄令人激动也令人疯狂,不过那是虚构的人物,现实生活中并不存在。唯一有能力拯救他们的就是上帝!于是,上帝拣选了摩西去带领以色列百姓出埃及!摩西自己并没有什么能力,但是神会出手,事情就一定会成就!

让我们一起来玩一个接力游戏,好让我们记得以色列百姓曾在法老的手下做繁重的苦工。上帝看见了祂的子民所受的压迫,也听到了他们的呼求,祂知道他们的痛苦!祂明白他们需要上帝的拯救!



把孩子们分成两组。两组队员站在起跑线的后面各排成一队。给每个队的第一位选手发一个装满重物的桶,里面装满矿泉水(或者一大袋子土、沙子或者是碎石头)。教师宣布“开始”的时候,两队的选手要拎着重桶、快速从起跑线跑到各自队伍对面的空桶前,把桶里的重物卸进空的桶里;然后,要一边大声说出今天的“超级真理”,一边搬起装满重物的桶返回自己的队伍,交给本队的第二位选手。如果这名选手忘记说出“超级真理”,他/她必须立刻停下来,大声说出“超级真理”。第二位选手接力拿起重桶,跑向空桶,一边把东西卸进空的桶里一边大声说出“超级真理”;再拿着重桶返回队伍,交给下一位选手。

实际上每个孩子都来来回回搬运了同等的重物,只是换桶不换物,代表以色列人每天重复的繁重苦工。这个游戏就是来来回回装卸和搬运的过程,各组的所有队员都要完成任务并返回队伍。最先完成接力游戏的小组为获胜方。



哇哦,你们工作都很卖力哦!以色列百姓向神呼求,神就垂听了他们的祷告!让我们再一次大声说出今天的“超级真理”,所有人一起说:“神看见了,也听见了,祂明白我的处境。”

## 联系 | 活动：上帝明白我们的处境

联系今天的课程讨论上帝如何明白我们的处境。  
介绍纸锁链挑战游戏。



15分钟

### 课程开始前：

- 复印纸锁链挑战的图样：A1页，每位孩子一份，多复印一些备用；
- 事先组装一个手工纸链条，上课时做示范用。

### 你将需要：

- 《圣经》或《超级妙妙书》圣经App；
- 纸锁链挑战的图样：A1页；
- 为孩子们预备的若干剪刀；
- 胶带或者订书机。



本集圣经故事超级好看！上帝超自然地拯救了自己的百姓，祂的作为超乎人类的想像。今天的“超级经文”就是《出埃及记》3章7节，耶和华说：“我的百姓在埃及所受的困苦，我实在看见了；他们因受督工的辖制所发的哀声，我也听见了。我原知道他们的痛苦……”

辖制是什么意思？**被压迫和受苦的意思**。督工是什么？**就是把重担压在别人身上，强迫人做苦工的人**。谁在说这些话？**是上帝**。上帝对自己的百姓说，祂已经看见了他们所受的苦难，祂听见了他们因受困苦而发出的哀求，祂知道他们的痛苦。

这就是为什么今天的“超级真理”说：“上帝看见了，也听见了，祂明白我的处境。”上帝创造了整个宇宙，然而祂爱我们，也关心我们每一个人的需要。



**注：**对于1-3年级的学生，你可以跳过下面《圣经》经文的阅读环节，简单地讨论经文的意思就可以。



**(手指着自己的眼睛，说：)**上帝看见了以色列百姓在埃及受苦；祂也看见了摩西在旷野牧放羊群；上帝明白摩西的处境，就在烧着的荆棘丛中向他显现。上帝也明白我们的处境！



**读《希伯来书》4:13a：**并且被造的没有一样在祂面前不显然的。



**现在，让孩子们查找《诗篇》139:1-3。选三个孩子，每人大声念一节经文：**

- 耶和华啊，你已经鉴察我，认识我。
- 我坐下，我起来，你都晓得；你从远处知道我的意念。
- 我行路，我躺卧，你都细察；你也深知我一切所行的。



不要合上你们的《圣经》，一会儿还需要念下一节经文。

**(再次指着自己的眼睛，说：)**无论我们在哪里，无论我们做什么，神都在看着！

**(指着自己的耳朵，说：)**上帝不仅看着我们，祂也听我们说什么。上帝听见了以色列人的呼求。你们是否有过这样的经历：当周围非常吵的时候，你会听不见旁边人说的话？很难听清楚，对吗？有的时候，甚至根本听不见！想一想，地球上有那么多人说话，还有各种声音，上帝却能听见我们说的每一句话，每一个祷告。



**读《诗篇》34:15：**耶和华的眼目看顾义人；祂的耳朵听他们的呼求。



是的，上帝看见了，并且听见了！

现在，让我们再来看《诗篇》139篇的下一节经文，**(让一个孩子大声读第4节：)**耶和华啊，我舌头上的话，你没有一句不知道的。哇哦，上帝不仅听到我们口中所说的话，就连我们还没有出口的话，还有我们的心思意念，祂也都知道！

**(依次指向自己的眼睛、耳朵，还有心脏，说：)**上帝看见了，也听见了，祂明白我们的处境。让我们想一想——上帝创造了这个广阔的宇宙，而我们住在小小的地球上，不过是极其微小的人。但是上帝如此爱我们，以至于祂差派自己的独生儿子耶稣来到地上，过我们所过的生活，经历我们所经历的一切，并且成为我们的救主！



读《希伯来书》2:18: 祂自己既然被试探而受苦, 就能搭救被试探的人。

### 门徒挑战 | 实际应用



现在是我们的门徒挑战环节。上帝拯救以色列人脱离埃及人的奴役, 让他们可以自由地服侍神! 圣经加拉太书 3:22告诉我们, 我们原本都是被罪圈住的人, 成了罪的囚犯。囚犯有的时候是要带着锁链的, 对吗? 好消息是: 耶稣来了, 祂把我们从罪中释放出来, 使我们得以自由! 今天, 我们每一位同学都要做一个纸锁链的手工, 来提醒自己: 耶稣已经释放我们得以自由, 使我们脱离罪的权势, 因此我们可以自由地侍奉上帝!



把纸锁链挑战的图样、剪刀、胶带或订书机发给大家。让孩子们剪下这些纸条, 在第一张纸条上写下自己的名字。教师把事先做好的纸锁链样品展示给孩子们看, 帮助他们按照正确的顺序组装自己的纸锁链。



第8节纸锁链上写着: “所以天父的儿子若叫你们自由, 你们就真自由了。” 耶稣为我们的罪被钉死在十字架上, 祂为我们付清了罪的赎价。当我们祈求耶稣饶恕我们、赦免我们的罪, 祂就洗净我们一切的过犯, 让我们不再活在罪疚、惧怕和羞耻中! 因此, 我们得到了自由, 能够为上帝而活, 并且全心全意来侍奉神!

请把今天做的纸锁链带回家, 下堂课之前, 我们都要完成“挑战1号”的任务哦(见A1页), 并把第一条锁链撕下来。“挑战1号”说的是什么? **求上帝启示你要去帮助谁, 你可以帮忙做些什么、或帮忙做家务, 来减轻他们的重担。**好, 下一堂课, 我会问同学们谁执行了这个挑战任务——当你完成这个挑战以后, 发生了什么事!

## 超级经文 | 《超级妙妙书》搜索

玩小组游戏背诵“超级经文”。



5分钟

耶和華說：“我的百姓在埃及所受的困苦，我實在看見了；他們因受督工的轄制所發的哀聲，我也聽見了。我原知道他們的痛苦。”出埃及記3:7

### 课程开始前:

- 用一张便签纸在《圣经》中标出《出埃及记》3:7的位置，或者使用《超级妙妙书》圣经App；
- 或者把这节经文写在一张纸上（方便让孩子们读），然后将纸对折。

### 你将需要:

- 《圣经》或《超级妙妙书》圣经App。



**（把圣经发给孩子们）** 今天的故事出自圣经的《出埃及记》，是旧约圣经的第二卷书。请打开圣经翻到《出埃及记》。你们认为“出埃及”是什么意思？离开埃及、脱离埃及。为什么用《出埃及记》作为这卷书的名字呢？因为很形象地描述了以色列人离开埃及或者说是脱离了埃及的奴役。（让孩子们看《出埃及记》3:7节，然后站起来准备做活动。）为了帮助大家学习今天的“超级经文”，我们要一起来做一些手势。



一边读下面的圣经经文，一边示范动作，要给孩子们留出时间，让孩子们可以跟着做动作。重复几次，让孩子们可以熟悉这些经文。



准备好了吗？

- “我的百姓在埃及所受的困苦，我实在看见了；（手掌向内，伸出食指和中指做出“V”状——贴近自己的眼睛，随后再把手向外移动十几公分，然后停住。）
- “他们因受督工的辖制所发的哀声，我也听见了。（用一根食指点自己的耳朵两下。）
- “我原知道他们的痛苦。”（一只手掌伸平，用四指的指尖轻拍自己头部一侧。）



大家做得很棒！接下来，由我来说经文，你们来做动作，看看你们能不能自己来做这些动作。（教师说经文，孩子们开始做动作。）

接下来是我们的门徒挑战环节：现在由我来说动作，你们按着我的动作说出每节经文！（孩子们一边做动作一边说单词。）



**注：**不必期望年龄小的孩子能背诵完整的“超级经文”。1-3年岁的孩子可以跟着复述几遍即可，而4-6年岁的孩子可以要求他们背诵完整的经文。要确保所有的孩子都能明白“超级经文”的意思。





## 祷告 | 学习摩西的祷告

通过不同形式的祷告与上帝交流。



5分钟

### 课程开始前:

- 用红色白板笔把一根绳子的末端3cm涂成红色。

### 你将需要:

- 《圣经》或《超级妙妙书》圣经App;
- 一根非常长的绳子,粗细均可,毛线也可以;
- 红色白板笔。

**刊** 我们今天的“超级真理”说：“神看见了，也听见了，祂明白我的处境。”所以，对于我们该怎样度过生命中的每一天，上帝能够给我们最智慧的引导。今天，我们要学习《诗篇》90:12节中摩西的一段祷告：“求你指教我们怎样数算自己的日子，好叫我们得着智慧的心。”数算日子意味着我们的人生是很短暂的。摩西求神教导他明白自己的人生是何等短暂，并求神教他如何有效利用自己的时间。有时候我们会觉得人生似乎很漫长，对吗？**有时候是这么感觉的。**

当代英文译本圣经 (CEV) 是这么写的：求你教导我们如何智慧地运用我们一生的时间。

**刊** **(拿出那根长绳子, 将其拉开)**大家看这根长长的绳子。假设这根绳子是我们的生命，红色的部分代表我们在世上的生命——而剩余部分则代表我们在永恒里与耶稣同在的生命！与永恒相比，我们在世上的生活是极其短暂的，对吗？**是的。**

现在我按照摩西的祷告，带领大家一起来祷告**(在你祷告的时候, 让孩子们闭上眼睛)**。

亲爱的天父，我们现在所居住的世界并不是永恒的。请帮助我们寻求你的面，赐我们智慧度过每一天，也能够充分利用你摆在我们眼前的每一个机会。神啊，你看见我们，听见我们，也比任何人更能明白我们的处境。你知道你对我们的计划是美善的，是赐平安的意念。请赐给我们智慧，好让我们顺服你的计划，完成你预备我们所要行的事！奉耶稣的名祷告，阿们。

## 家庭链接

**i** 下课时，让孩子们把吉宝笔记带回家，以提醒他们今天所学的课程以及超级真理的挑战。并且，它上面有链接可以访问超级妙妙书网站，那里有更多有趣的家庭活动！

## 附加活动

如果你有多余的课堂时间或者希望改变一下主要课程的某些部分,你可以参考以下的备选方案。



15分钟

## 游戏 | 旷野的障碍：1-6年级

跟着向导穿越旷野。

## 课程开始前:

- 用胶带在地上标出(或用记号作)起跑线和终点线,两条线彼此相隔大约4.5米(可以根据你们所在的教室大小以及小组人数来调整起跑线和终点线之间的距离);
- 在四张纸上分别写下:“1-红海”,“2-没有食物和水”,“3-百姓埋怨”以及“4-埃及追兵”。(若要加大游戏难度,可以增加更多障碍);
- 准备几个纸盒子或纸箱,每个盒子的正面贴上障碍标签(带有字样的一面对着起跑线,如下图所示);
- 从起跑线到终点线,每隔一段距离按顺序放置这些纸盒,行成一段障碍路程(如图所示)。

## 你将需要:

- 胶带;
- 四个尺寸不等的纸盒或纸箱;
- 几个眼罩;
- 四张纸;
- 记号笔;
- 《圣经》或《超级妙妙书》圣经App。



摩西并不是一位训练有素的领袖,他是在米甸放羊的牧羊人。神差派摩西去执行拯救以色列人的计划,但是摩西没有信心,他觉得自己不能完成神给他的托付。但是神看到了,也听到了,神明白摩西以及他心中的惧怕。祂爱摩西,祂为摩西预备了一切所需要的,好让摩西完成神的托付。神也预备了摩西的哥哥亚伦来帮助摩西。并且,神又亲自引领摩西以及以色列百姓四十年在旷野里。是的,上帝完全知道摩西的处境。而摩西所要做的,就是依靠神并顺服神。摩西必须依靠那位肉眼所不能看见的神,来带领整个以色列民族走出旷野!



读《希伯来书》11:27: 他因着信就离开埃及,不怕王怒;因为他恒心忍耐,如同看见那不能看见的主。



摩西是凭信心跟随神,他所依靠的这位神凭肉眼是不能看见的;这位神引导摩西带领整个以色列民族离开埃及,并且穿过大而可畏的旷野。现在,让我们来看一看在离开埃及以后,摩西所面临的障碍有哪些。**过红海、缺乏水和食物,面对百姓的抱怨,还有背后的埃及追兵。**

让我们一起来说今天的“超级真理”：“神看见了,也听见了,祂明白我的处境。”

现在,让我们一起来做个有趣的游戏,穿越我们自己的旷野。这个游戏看起来是不是很简单呢?哦,有一件事我还没有告诉大家;你们必须带着眼罩穿越旷野哦!



把孩子们分成两队,让队员们在起跑线后面一对一排队,两人一组成为搭档。活动开始,第一、第二组队员准备,给两组中的一位搭档蒙上眼睛,另一位做向导,蒙眼的同学做跟随者。向导和跟随者之间不能有肢体接触,只允许用说话来引导跟随者,并按顺序绕过地上摆放的旷野障碍,从起跑线一直走到终点线。在穿越旷野的过程中,每当遇见障碍物,向导必须停下来,大声念纸盒上写的障碍;而跟随者必须弯腰,用单手触碰纸盒(障碍物);才能继续向下一个障碍前进。跟随者不允许触碰到自己的向导,也不能触碰到旅程中的其他同学。如果有人犯规,就请两位搭档回到队伍的最后一排,轮到下一组同学出发。

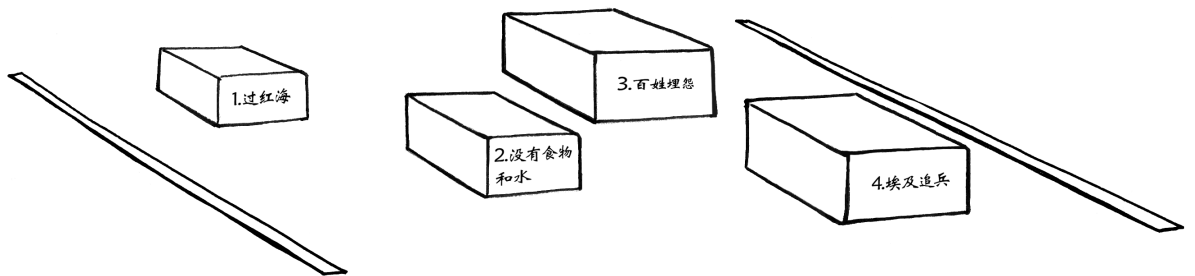
当前一组同学穿过第二个障碍物的时候,下一组同学就可以出发了。这样会让游戏更具有挑战性,因为必须要避开其他“旅行者”!除非你们所在的游戏场地很大,进入旷野旅程的同学尽量不要超过三到四组!



(如果时间允许,让每个孩子都有机会担任一次向导和跟随者的角色。游戏结束时,每个孩子至少玩过一轮,然后开始问他们:)

- 跟随一位不能看见的向导有什么样的感受?
- 做一位负责的向导有什么样的感受?
- 每一天你所做的每件事以及你面临的所有问题,上帝都看到了。当你明白这一点,是否让你觉得很受安慰呢?

- 分享一个上帝垂听你祷告的经历。



## 活动 | 专业工具：1-6年级

讨论为完成任务所要接受的装备。



15分钟

### 课程开始前:

- 收集各行各业所用的工具,如锤子(木匠),扳手(管道工),胶带(电工),螺丝刀(机械师)、尺子(教师)、听诊器(医生,护士),炒菜铲(厨师)、警徽(警察),化妆品(演员)、笔(作家)、乐器(音乐家)、计算器(会计)、图书(图书管理员)、球(运动员)、圣经(牧师、宣教士、基督徒)。把物品放在一个工具箱或袋子里;
- 如果你没有工具箱,请复印一个工具箱图片给孩子们看:A3页。

### 你将需要:

- 《圣经》或《超级妙妙书》圣经App;
- 各行各业的工具(参看“课堂开始之前”所列出的工具);
- 工具箱,或者工具箱图片:A3页。

(举起一个工具箱或者袋子,里面装满各行各业所使用的工具,也可以举起复印好的工具箱图片。)什么样的职业需要用到工具箱? 木匠、电工、管道工、修理工。

现在,从工具箱里把工具一件一件取出来;一边取工具,一边让孩子们说出该工具所代表的职业。

这些物品被称为“专业工具”,是特定的职业所需要的专业装备。“专业”也叫行业,指一项技术性的工作或者职业。在本集圣经故事中,上帝差派摩西去做一件重要的工作。摩西刚开始拒绝了神,因为他感到自己缺乏合适的装备,无法胜任这个工作。上帝是如何装备了摩西,让他可以带领自己的百姓出埃及的呢? 上帝赐给摩西勇气和智慧,同时让摩西的哥哥亚伦给他作帮手。上帝也通过摩西来施行神迹奇事,如降瘟疫、分开红海,在旷野里供应水给百姓喝,让以色列人得以脱离埃及的奴役。

上帝是如何装备我们的? 上帝给了我们每个人智慧、能力、才干和机会,去成就祂要我们所做的工,正如祂透过摩西成就了祂的工。

让我们来看一看上帝做了哪些事情来预备摩西,并装备他担当未来的领袖角色,好带领以色列百姓出埃及并经过旷野:

- 上帝保护摩西(一个希伯来婴儿)脱离了埃及人的杀戮。摩西后来被法老的女儿收养,成为王子并在法老的王宫里长大。在那段时间,摩西在王宫里接受了最好的教育!这个经历,使摩西有能力写下圣经的前五卷书!
- 后来,摩西成为一个牧羊人,这使他学会了如何照顾和带领羊群。《圣经》中经常把神的百姓比喻为羊群,所以上帝预备摩西成为以色列民的牧者,好带领他们,因为他们是神的羊。

摩西几次三番拒绝神,他认为自己没有能力牧养神的百姓。但是比起我们对自己的认识,其实上帝更了解我们。神正是透过我们的软弱来作工,得以完成祂的计划和旨意。在《哥林多后书》12:9中上帝说,“我的恩典够你用的。因为我的能力,是在人的软弱上显得完全。”

上帝为摩西预备了身体及灵里一切的需要,使他能够成为百姓的领袖。而上帝也预备了我们一切所需要的,来装备我们每一位,好成就祂在我们身上的计划。当我们邀请耶稣进入我们的心里,祂便赐下圣灵住在我们的里面,圣灵为我们无限地供应上帝的爱、能力以及智慧。就像《约翰福音》3:34所说的,“因为神赐圣灵给祂,是没有量量的。”

我们今天的“超级真理”说:“神看见了,也听见了,祂明白我的处境。”上帝完全知道我们的心思意念,祂深知我们的疑惑和惧怕,祂知道祂呼召我们的目的,祂也知道我们应该怎么做!

## 实物课程 | 坚固磐石的帮助 : 1-3年级

与石头对话。



10分钟

### 你将需要:

- 一块大石头;
- 《圣经》或《超级妙妙书》圣经App。



让孩子们看《诗篇》 31:1-3。请三个孩子每人念一节经文。

- 耶和华啊，我投靠你，求你使我永不羞愧，凭你的公义搭救我。
- 求你侧耳而听，快快救我，作我坚固的磐石，拯救我的保障。
- 因为你是我的岩石，我的山寨，所以求你为你名的缘故引导我，指点我。



(在孩子们眼前，放一块石头。)让我们等几分钟时间，看看这块石头会不会动，好吗? 要非常仔细地看。我们等几秒钟。石头动了吗? **没有!** 石头是不会动的! 《诗篇》的作者说:“求你侧耳而听，快快救我，作我坚固的磐石。”磐石就是巨大的石头，那么我们的上帝和大石头有什么相同之处呢? **上帝永不改变; 祂从起初到末后都不改变; 我们可以一直来依靠祂。** 这块石头是不能听见我们说话的，但是我们的神是一块磐石，祂能听见我们，也能看见我们! 祂是护卫我们的堡垒! 这块石头是不会动的，我们的上帝也不会改变! 神一直在我们身边，我们可以全然依靠祂。神看见了我，听见了我的呼求，也明白我一切的处境。无论发生什么，神都知道，祂也知道如何来帮助我们!

让我们一起来说今天的“超级真理”：“神看见了，也听见了，祂明白我的处境。”

## 手工 | 为吉宝涂色: 1-3年级

为吉宝涂色并做装饰。



10分钟

### 课程开始前:

- 复印吉宝图样: 第A2页, 每个孩子一份。

### 你将需要:

- 吉宝图样复印件: A2页, 每个孩子一份。
- 蜡笔、彩色铅笔或者水彩笔。



让孩子们坐下, 给他们每人发一份吉宝图样的复印件, 以及蜡笔 (或彩色铅笔, 或水彩笔)。让孩子们写上自己的名字, 然后为吉宝涂色并做装饰。课后可以让孩子们把涂色的吉宝带回家。



### 出埃及记 | 上帝明白我的处境

### 第 1 课

#### 挑战:

和你的家人讨论上帝是如何看见、听见并知道我们每个人的心思意念的。帮助你的孩子完成纸锁链上的“挑战1号”任务，然后撕下第一个挑战锁链。

#### 附赠材料:

如需下载《超级妙妙书》圣经APP至您的智能手机，或者使用《超级妙妙书》在线儿童圣经请访问<http://zh-hans.superbook.chn.com/>

#### 超级真理:

神看见了，也听见了，祂明白我的处境。

#### 祷告开头:

亲爱的上帝，感谢你看见、听见也明白我的处境。在我有困难的时候，求你帮助我想起这句话……

#### 超级经文:

“我的百姓在埃及所受的困苦，我实在看见了；他们因受督工的辖制所发的哀声，我也听见了。我原知道他们的痛苦。”

出埃及记 3:7

#### 圣经故事:

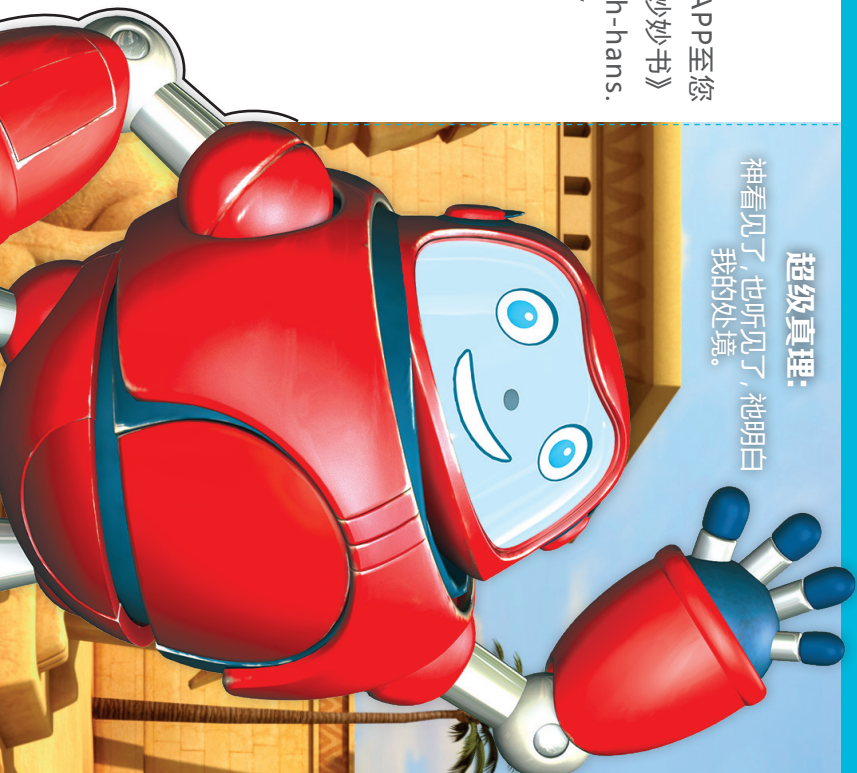
出埃及记 3章-14章

#### 超级妙妙书视频:

出埃及记

把《圣经》叫做“圣经”是因为它是由许多卷书组成的。每一卷书都是一个故事，这些故事合起来就是《圣经》。圣经是由许多卷书组成的。每一卷书都是一个故事，这些故事合起来就是《圣经》。

The Christian Broadcasting Network公司  
版权所有：超级妙妙书以及超级妙妙书图标，  
包括乔伊、克里斯、吉宝等人物形象均为The  
Christian Broadcasting Network公司的注册  
商标 ©2020版权所有。



1

\_\_\_\_\_ (名字)

在基督里已经得自由了!

2

“超级真理” 1号：“上帝看见了，也听见了，祂明白我的处境。”

3

“挑战1号”任务：求上帝启示你要去帮助谁，你可以帮忙做些什么、或帮忙做家务，来减轻他们的重担。

4

“超级真理” 2号：“上帝使我胜过软弱。”

5

“挑战2号”任务：为你想要克服的某个软弱祷告，求上帝用祂的大能来帮助你胜过它。

6

“超级真理” 3号：“上帝要搭救我。”

7

“挑战3号”任务：把下面的链接发给你的朋友，并且邀请他/她一起听《恩典之歌》。

8

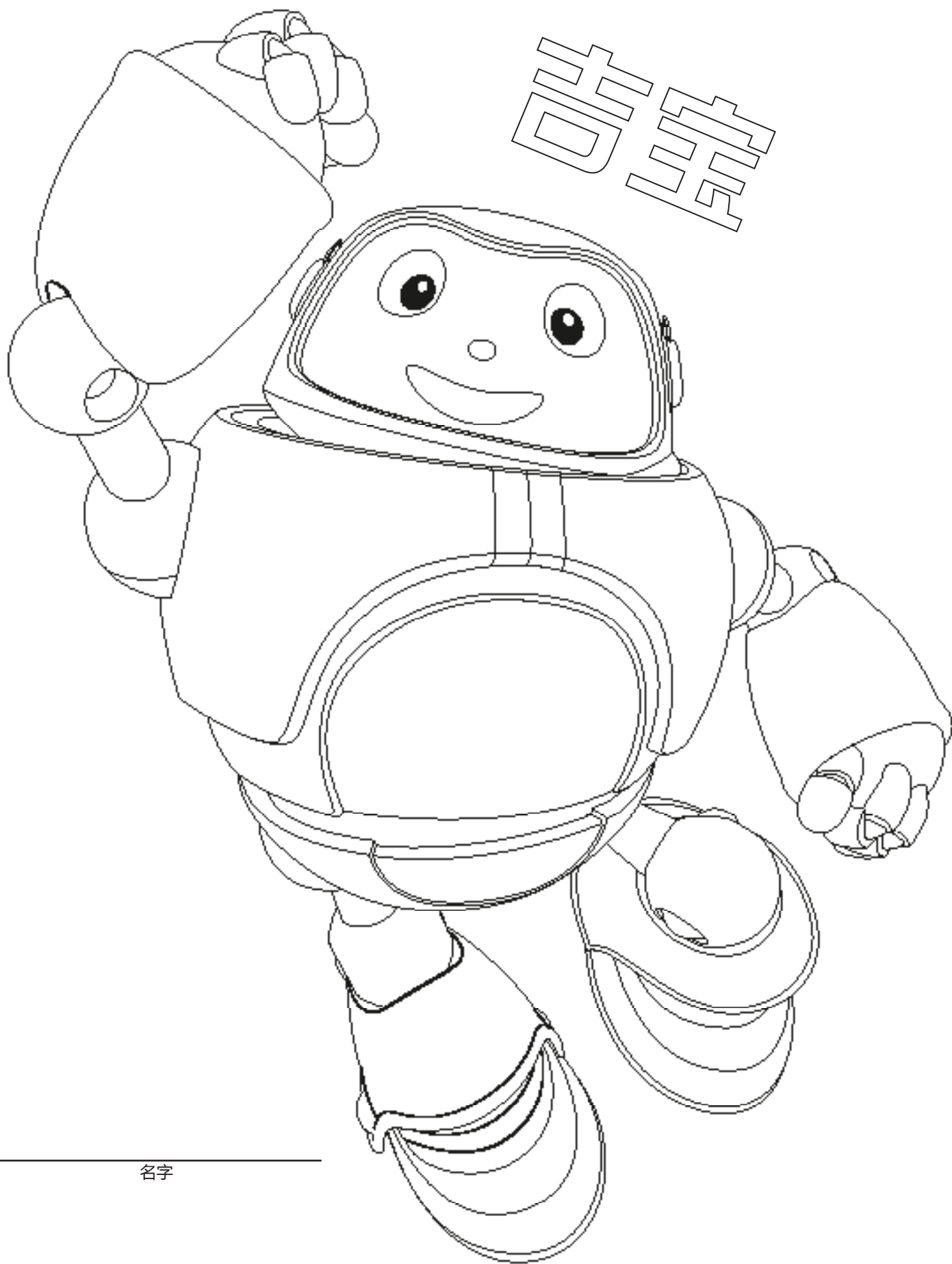


访问<https://www.superbookchina.com/node/153>  
观看《恩典之歌》

“所以天父的儿子若叫你们自由，你们就真自由了。”  
《约翰福音》8：36



吉宝



---

名字

