

將臨期 – 「真光」(建議可分 2 教節)

喜訊：耶穌是我們的真光

教學目的：

- 一. 讓兒童認識耶穌是我們的真光。
- 二. 讓兒童明白耶穌所顯示的真光，為我們帶來真正的生活態度、愛、溫暖和希望。
- 三. 教導兒童懂得選擇真正的生活態度，做個健康快樂的好孩子。

參考資料：聖經：創 1：1-5，14-19；瑪 2：2-11；路 2：8-16

聖經金句：「黑夜深了，白日已近」(羅 13：12a)

教學程序：

1. 開始祈禱

歌詠「眾心的太陽」(詠唱時，導師可教授兒童配以簡單動作。)

(重唱)：萬軍上主，你是眾心的太陽，以生命、熱力、溫暖眾生靈。

2. 引起動機 – 「太陽之下」

✧ 預先準備圖樣：①大自然：太陽、人、花草、植物、動物等；②非大自然：電燈、電腦、建築物、汽車等。

✧ 導師把太陽圖樣貼於黑板上，然後邀請兒童在圖樣中，分辨那些能或不能在「太陽之下」生長的東西，貼於黑板上。(可分組進行)

✧ 導師與兒童核對圖樣，並帶出太陽使萬物生長，充滿生機，欣欣向榮，循環不息；相反，人類所發明或製造的物料或物品，不但沒有「生命力」，甚至在使用後便成為不可回收的「廢物」，增加污染，破壞環境。

3. 內容

3.1 天主給我們造了光明的世界

✧ 簡單向兒童講述天主創造了光明，為我們造了太陽和光體(創 1：1-5；14-19)，使我們日(太陽)與夜(月亮、星星)都得到光明，無懼黑暗。同時，太陽的能量也產生溫暖和養份，使萬物賴以滋長，生生不息。

✧ 與兒童一起想想「假如沒有了太陽，我們會怎麼了?!」例：整天只是黑夜和寒冷、地球上只有冬季、只能用電力或蠟燭發光發熱、萬物不能生長，甚至死亡等；所以，我們要好好珍惜和感恩太陽所給予的能量。

✧ 詠唱：歌曲「小太陽」(可配以簡單動作)

短片：<https://www.youtube.com/watch?v=vcbZPPYESfo>

(作曲：顧嘉輝，作詞：鄭國江)

「太陽像朵大紅花，在那東方天邊掛，圓圓面兒害羞像紅霞，只是笑不說話。
太陽像個大南瓜，在那高高天空掛，照得滿山歡樂融融，草兒發嫩牙。
大嘴巴，笑哈哈！落了也要往上爬！敬他、愛他、我把心願交給他！
太陽倦了便回家，夜裡休息少驚怕！明晨月兒落旭日重來，依舊往上爬！」

3.2 耶穌是來到世上的真光

- ✧ 聖經記載耶穌誕生時，有天主的光耀帶領牧羊人（路 2：8-16）及星光引領賢士（瑪 2：2-11），幫助他們找到小耶穌。
- ✧ 耶穌來到世上願意與我們在一起，帶給我們愛、溫暖和快樂；所以，牧羊人和賢士看見了小耶穌便充滿喜樂和希望。
- ✧ 我們需要耶穌的愛，如同萬物依賴太陽一樣！因為依賴他的教導，我們可以正確的態度敬愛天父、愛護別人和萬物，能做個健康快樂和天父喜愛的好孩子。

3.3 生活在真正的光明中

✧ 材料：

- 1) 寶貼、玩具或紙製「眼鏡」、有關「真光明」及「假光明」的生活圖樣
- 2) 馬槽、小耶穌

✧ 做法：

- 把「馬槽和小耶穌」的圖樣貼於黑板上或放於某固定位置，讓大家一起看。
- 邀請兒童把慣常迎接或慶祝聖誕節的事情（「假光明」的生活圖樣），或讓兒童繪畫自己希望收到的聖誕禮物圖樣；之後把圖樣貼於「眼鏡」上。
- 分組進行檢視各組兒童架於「眼鏡」上的圖樣。
- 最後，待所有兒童都架上「眼鏡」，邀請他們一起步向「馬槽和小耶穌」的位置。（可分組進行，並注意安全）
- 完成後，引導兒童分享當中的困難和感受，及說明那些貼於「眼鏡」上的圖樣（「假光明」生活）都會阻礙我們迎接小耶穌，及忽略聖誕的真正意義。
- 向兒童簡單講解迎接將臨期/聖誕期，耶穌帶給我們「真光明」（圖樣）生活的意義：就是要我們學會簡單和健康的生活：不自私、不破壞、懂珍惜、多忍耐、愛分享、聽主言，做個敬主愛人的好孩子。（講解時，可增加互動性，邀請兒童選取「真光明」生活的圖樣，並貼於馬槽的周圍）
- 導師與兒童一起檢視：

將臨期/聖誕期	「真光明」生活	「假光明」生活
聖誕的人物	小耶穌（主角） 聖母、聖若瑟、牧羊人、 賢士等	聖誕老人、卡通人物、其他 商品等
聖誕的物品	將臨環、馬槽、星光等	耀目的燈飾、商品等
給親友的	愛心、關懷、問候	購買/送贈不必要的禮物
慶祝的地方	聖堂、家中	大型商場、主題公園
食物	足夠份量便可	吃大餐、浪費食物

節日的精神	等待、期待、醒寤	即時、即食、即棄
	節制、愛分享	消費、享樂
生活的態度	節約、節儉、珍惜	浪費、消耗、拖延
	欣賞、愛護、保護	破壞、漠視

- ✧ 原來，我們的生活壞習慣及社會上的誘惑，往往給我們帶來短暫的方便和快樂的「假光明」，更阻擋我們認識或接受耶穌所來的「真光明」；如果我們沒有提高警覺性，很容易便沾染了不正確的生活，讓這些虛假的光明，漸漸把耶穌的「真光明」遮蔽，我們將生活在黑暗中。
- ✧ 提醒兒童在「將臨期」內要作好準備，多接近「真光明」的生活，除去「假光明」生活的壞習慣，以迎接主耶穌的誕生。

4. 生活實踐 - 耶穌是我們的「真光」

- 邀請兒童完成填色工作紙（附件一）
- 顏色筆、剪刀、膠水
- 導師可考慮兒童的能力，預先剪出「星」及「小耶穌」圖樣。
- 增加美觀和耐用，為「星」底加上咭紙。
- 完成後，帶領兒童一起讚美說「耶穌是我們的『真光』！」

5. 課後延續 - 做個懂得「真生活」的好孩子

5.1 ✧ 感恩天主創造光體給我們

- 每晚感恩天主給我們的日與夜，祂創造了太陽、月亮和星辰，陪伴和照耀我們；並與家長一起祈禱，唱出「讚美主、讚美主、讚美主在早上，讚美主在中午，讚美主、讚美主、讚美主在黃昏時！」或改唱「感謝主、感謝主」
- 珍惜及享用日照的時間，盡快完成功課或玩耍，不要拖延，減少不必要的照明。
- 每晚多留意及觀賞天空中的月亮和星光的變幻。

5.2 ✧ 一切從「節約」開始（附件二），鼓勵兒童每天度節約及不浪費的生活：

- 多用手帕；減少用紙巾等。
- 自備水樽、水杯；減少紙杯等。
- 自備餐具；減少用即棄餐具等。
- 節約用水，例：盡快完成洗澡、刷牙等；勿長開水喉等。
- 節省金錢，例：把金錢捐助及奉獻給有需要的人；減少不必要的花費，買禮物、新衣、新文具等。
- 珍惜食物，減少吃大餐、勿浪費食物。
- 善用時間，早睡早起，盡快完成功課/玩需/工作等；勿拖延，長開電燈、冷氣等。

6. 總結

在將臨期內，我們要作好準備等待主耶穌的聖誕，讓他的真光常照耀我們，時常懂得珍惜所有，善度生活。

7. 結束祈禱

歌詠「眾心的太陽」(詠唱時，導師可邀請兒童舉動「真光」附件一)
(重唱)：萬軍上主，你是眾心的太陽，以生命、熱力、溫暖眾生靈。

附件一

耶穌是我們的真光

做法：

1. 把以下兩個圖樣著色，然後剪出。
2. 把「小耶穌」貼在星的中央。
3. 在星的上角，穿一小孔並加上色線。
4. 完成後，可作書簽或吊飾。



