

儿童主日学教材

耶稣是我的朋友系列



林美莲博士

周美丽牧师

0-3岁幼儿精细游戏(4)

耶稣平静风浪





© 2025 胖天使基督教教育

耶稣是我的朋友系列：《耶稣医治病人》

作者：林美莲博士·周美丽牧师

ISBN：978-981-17768-3-0

设计排版：周美丽牧师

插图：Canva.com

鸣谢：刘凯乐小弟弟

内容版权：林美莲博士·周美丽牧师

电子初版：2025年5月1日

圣经译本：《和合本修订版》

出版社：香港圣经公会

出版年：2010年

序

《耶稣是我的朋友》是为1到3岁小朋友写的主日学的教材。0到3岁是孩子成长过程中至关重要的阶段，标志着孩子大脑、身体、情感和社交能力的迅速发展。在这一时期，孩子的大脑发育处于高速运转的状态，学习和发展的基础已开始建立。0到3岁时，孩子的大脑神经连接以惊人的速度发展，达到成人大脑的70-80%。这一阶段的大脑发育影响着孩子的认知能力、学习能力和情感管理能力。适当的刺激和互动能帮助大脑建立良好的神经连接，从而为未来的学习和行为打下坚实的基础。与此同时，这一阶段也是语言学习的关键期。孩子通过与父母和照顾者的互动，开始学习理解语言，并逐渐尝试说话。0到1岁时，孩子主要通过模仿和听觉刺激来理解语言，1到2岁时开始说出简单的单词，2到3岁时，语句开始变得更加完整。父母和照顾者通过与孩子进行日常对话、阅读故事书、唱歌等方式，能够极大地促进孩子的语言发展。

序

这份主日学材料是根据年龄划分不同：1到2岁以及2到3岁。课程活动的特点分为五个部分：《说说唱唱》、《亲亲热热》、《听听说说》、《背背说说》、《做做玩玩》。与其他主日学教材不一样，特别加入精细动作《做做玩玩》。0至3岁婴幼儿精细运动发展的重要性，并根据不同年龄阶段，提供具体的活动建议。这些活动旨在促进婴幼儿手眼协调、手部肌肉力量以及认知能力的发展，帮助家长和教育者更好地理解和支持孩子们的成长需求。

让我们齐心教导孩童从小在主的话语扎根！

上帝赐福您与您的家庭！

耶稣平静风浪（1-2岁）



圣经经文

《马可福音》4: 35-41



圣经金句

大大平静了。

路加福音4: 39



说说唱唱

活动目标：学会唱【耶稣静风浪】

活动教材：曲调【划船曲】(Row, row, row your boat)

活动过程：(1) 教师先教幼儿念儿歌

(2) 教师用曲调【划船曲】教幼儿唱儿歌

【耶稣静风浪】

刮、刮、大风浪，

击打主小船，

安静、安静、安静，安静

耶稣静风浪。



耶稣平静风浪（1-2岁）



亲亲热热

请你跟我这样做

活动目标：听到自己的名字会跟着做

活动过程：

- (1) 家长带宝宝面向教师。
- (2) 教师说：“今天我们玩【请你跟我这样做】。请家长带着宝宝一起做和我同样的动作。”教师设计几个简单动作，如：挥挥手、拍拍手、用双手划圈圈或做海浪动作。
- (3) 教师按顺时针的方向，边拍手，边说：“请你跟我这样做。某某某，某某某，请你跟我这样做。”请家长带宝宝做动作。
- (4) 其他家长和宝宝在等候时，可以和教师一起拍手。
- (5) 游戏继续，直到每一个宝宝都有被介绍和做动作。



耶稣平静风浪（1-2岁）



活动目标：(1) 听懂故事【耶稣医治病人】
(2) 学习观察图片

故事大纲

耶稣和门徒要到对面的岸上。他们搭船过海，但是遇到了大风浪。门徒很害怕，他们找耶稣救他们。耶稣就站起来，叫风停住，叫海浪静下来。结果，风浪都平静了。门徒都觉得很奇妙。

活动教材：(1) 故事卡

(2) 透明的花瓶、勺子和水

活动过程：(1) 教师将水倒进透明花瓶里，然后用勺子在水里搅动制造小漩涡。

(2) 停止搅动，让漩涡平静下来。

(3) 接着，告诉幼儿耶稣平静了海上的大风浪。

(3) 教师拿起故事卡讲故事《耶稣平静风浪》。

(4) 提问：“门徒害怕时找谁？”

(5) 教师让每一个幼儿做一个他们害怕时的动作，如：拍拍胸部。

(6) 接着，告诉幼儿：“害怕时，可以找耶稣。”

耶稣平静风浪（1-2岁）



大大平静了。 - 路加福音 4: 39



【从篮子取出或放进小玩具】

活动目标：幼儿能将小玩具从篮子里拿出来或放进去

活动材料：篮子或其他容器/小玩具或积木



教师/家长带领幼儿祷告，
教导幼儿一起说“耶稣/静/
心/阿们”。

亲爱的主耶稣：
祢是我的帮助。
当我害怕时，
求祢平静我的心，
让我知道祢和我同在。
奉主名求。阿们。

耶稣平静风浪（2-3岁）



《路加福音》4: 38-40



风就止住，大大平静了。

路加福音4: 39



活动目标：学会唱【耶稣静风浪】

活动教材：曲调【划船曲】(Row, row, row your boat)

活动过程：(1) 教师先教幼儿念儿歌

(2) 教师用曲调【划船曲】教幼儿唱儿歌

【耶稣静风浪】

刮、刮、大风浪，

击打主小船，

安静、安静、安静，安静

耶稣静风浪。



耶稣平静风浪（2-3岁）



亲亲热热

请你跟我这样做

活动目标：听到自己的名字会跟着做

活动过程：

- (1) 家长带宝宝面向教师。
- (2) 教师说：“今天我们玩【请你跟我这样做】。请家长带着宝宝一起做和我同样的动作。”教师设计几组简单动作，如：拍拍大腿、拍拍手或拍拍肩膀、拍拍手。
- (3) 教师按顺时针的方向，边拍手，边说：“请你跟我这样做。某某某，某某某，请你跟我这样做。”请家长带宝宝做动作。
- (4) 其他家长和宝宝在等候时，可以和教师一起拍手。
- (5) 游戏继续，直到每一个宝宝都有被介绍和做动作。



耶稣平静风浪（2-3岁）



活动目标：(1) 听懂故事【耶稣平静风浪】
(2) 学习观察图片

故事大纲

有一天晚上，耶稣和门徒要到对面的岸上。他们需要搭船过海。在海上时，忽然刮起大风浪，波浪击打他们的船。门徒很害怕，而耶稣却在睡觉。他们把耶稣叫醒，求耶稣救他们。耶稣起来对大风浪说：“住了吧！静了吧！”风浪就平静了。他们看到风和海都听耶稣的话，都觉得很奇妙。

活动教材：(1) 故事卡

(2) 透明的花瓶、勺子和水

活动过程：(1) 教师将水倒进透明花瓶里，然后用勺子在水里搅动制造小漩涡。

(2) 停止搅动，让漩涡平静下来。

(3) 接着，告诉幼儿耶稣平静了海上的大风浪。

(4) 教师拿起故事卡讲故事《耶稣平静风浪》。

(5) 提问：“门徒害怕时找谁？”

(6) 教师让每一个幼儿做一个他们害怕时的动作，如：拍拍胸部。

(7) 接着，告诉幼儿：“害怕时，可以找耶稣。”

耶稣平静风浪（2-3岁）



风就止住，大大平静了。 - 路加福音 4: 39



【绳子串吸管】

活动目标：能将绳子穿进吸管里。

活动材料：一些小段的珍珠奶茶吸管/绳子



教师/家长带领幼儿祷告，
教导幼儿一起说“耶稣/帮助/平静/同在/阿们”。

亲爱的主耶稣：
祢是我的帮助。
当我害怕时，
求祢平静我的心，
让我知道祢和我同在。
奉主名求。阿们。

0-3岁婴幼儿精细活动发展规律

月龄	精细动作发展
0-3 个月	• 能张开小手。 • 能握住放在手掌中的手指。 • 能把手放入口中。
3-6 个月	• 抓住悬挂物玩具。 • 能双手在胸前抱着玩具。 • 能将物品从一只手换到另一只手。
6-9 个月	• 双手拍打、对敲。 • 能用手指从容器中取物。 • 能抓握、玩弄小勺等餐具。
9-12 个月	• 会用手指做按压、点戳等动作。 • 能将一块小木块叠放在另一块小木块上。 • 能将小玩具装入容器后再倒出来。

0-3岁婴幼儿精细活动发展规律

月龄	精细动作发展
12-18 个月	• 能双手配合把两个纸杯或大小不同的物体套在一起。 • 能叠起3至4块小方木。 • 能从杯子中取出或放进小物品。
18-24 个月	• 能叠起5至7块小方木。 • 会用旋、拧等方式拧瓶盖或玩玩具。 • 双手配合穿大珠。 • 能试图开合拉链。
24-36 个月	• 会双手堆叠起5至7块小方木。 • 能用黏土做揉、压、拉、捏等动作。 • 能双手配合连续穿几颗大珠子。 • 能手指捏小东西，并能放进小的开口容器中。





林美莲博士

于2007年获得西澳大学的博士学位，博士论文为《新加坡学前教师对创造思维的洞察力》。林博士目前在新加坡卫理公会女皇镇堂担任儿童事工主席。她也是职总优儿学府母语课程策划总管。她拥有20年学前教学和培训经验，并在课程设计方面积累了丰富的宝贵经验。林博士多次接受媒体的访问，分享有关学前教育的心得，并经常到国内、国外讲学。她也出版了24本EQ读物，适宜0-8岁的幼儿阅读。

周美丽牧师

于2017年获得新加坡三一神学院神学硕士学位。她目前在新加坡卫理公会天道堂担任协理牧师。周牧师有20多年的牧养经验，在培训和灵性塑造方面累计了许多宝贵的心得。她自2016年开始和林美莲博士合作编写24本情绪智商儿童读物。她们也在疫情期间编写了许多适合儿童灵性和心理发展的主日学教材，供华人教会和家长们免费下载使用。希望能培育和帮助下代自小在上帝的真道上扎根成长。

