

團友級 · 導師手冊

# Friend Class

## Teacher Guideline



## 使 用 說 明

1. 此團友級作業本導師手冊應配合團友級作業本使用，內容是參照全球總會出版之 Friend Achievement Class, Curriculum Requirements and Developed Recourse 2013 而定。
2. 在團友級作業本內每項要求的右方皆有一方格「□」，當會員完成該項目後，導師便可加上「✓」號作記錄。
3. 會員須要考取之榮譽證要求，已附加在導師手冊的附件裡，以便查閱。
4. 部分項目設有工作紙，導師可複印出來給會員使用，答案則在導師手冊之附件內。
5. 導師可以指導會員完成團友級全部的要求，完成後安排會員參加升級典禮！
6. 此外，每名會員都應該有一本前鋒會記錄冊，以便會員自我審檢及作記錄。
7. 會員可以於每次參加露營、遠足、金波利大會或升級典禮後，將相關資料記錄在此冊內。為成長留下足跡！
8. 前鋒會記錄冊同時設有「個人榮譽證記錄表」，用來記錄會員考獲而非升級要求之其他榮譽證。此記錄有助於升級典禮後更新會員資料用。
9. 如對作業本或導師手冊有意見，請與港澳區會青年部聯絡。

# 目 錄

使用說明 ..... i

## 關於前鋒會

目的、格言、團約、團規 .....	iii
前鋒會會歌 .....	iv
前鋒會會徽 .....	v
前鋒會會旗 .....	vi
常規標準制服 (A 制服) .....	vii
制服上的各類徽章及配飾 .....	viii

## 關於團友級

團友級內容總表 .....	ix
升級典禮安排 .....	x
制服 .....	xi

## 教學指引

基本資格 .....	2
靈育訓練 .....	8
服務／群育訓練 .....	16
友誼發展 .....	21
健康及體能 .....	25
組織及領袖發展 .....	27
自然研究 .....	28
戶外生活 .....	30
自我增值 .....	40

## 附加文件

附件一：靈育訓練 4 【早期著作】歷史序言工作紙答案。 .....	42
附件二A：基督教公民榮譽證 內容 .....	43
附件二B：服務/群育訓練 2 工作紙答案。 .....	44
附件三：友誼發展 2：認識國歌工作紙答案。 .....	45
附件四：但以理書第 1 章 – 話劇劇本 .....	46
附件五：營養榮譽證 內容 .....	48
附件六：初級游泳榮譽證 內容 .....	49
附件七：自然研究中的各項榮譽證的內容 .....	50
附件八：戶外生活 3 一般的安全守則 答案 .....	55
附件九：追蹤符號 .....	57
附件九：4F 反思法 .....	62



# 前鋒會

## 目 的

將末世福音在這一世代內傳遍天下。

## 格 言

基督的愛激勵我們。

## 團 約

靠上帝的恩典，我要作一個清潔、和藹、誠實的人，

謹守少年團規律；作主忠僕，為人良友。

## 團 規

- |             |             |
|-------------|-------------|
| 1. 我要每日遵守晨更 | 5. 我要學習禮貌順從 |
| 2. 我要凡事做到本份 | 6. 我要殿中舉止恭敬 |
| 3. 我要細心照顧身體 | 7. 我要時刻心中歌頌 |
| 4. 我要心眼清明公正 | 8. 我要肩負上帝使命 |

# 前鋒會會歌

本曲由 Henry Bergh 於 1949 年創作，並於 1952 年獲得版權，現在已翻譯成多國語言，世界各地的前鋒會，皆以此作為他們用以激勵士氣、團結會員的會歌。

中文版

H.T.B.

Henry T. Bergh

我前鋒會員多堅強 作主僕為人良友

忠心一路向前走 清潔和藹誠實

有信息要傳給世人 有真理釋放我們

我的救贖主基督復臨為你為我

## 前鋒會會徽



✓ 紅色(犧牲)

- 使我們記念基督。(約 3:16、羅 12:1)

✓ 三角形

- 上帝的完全 - 聖父、聖子、聖靈

- 教育的三大要素 (三腳架)

- ..1 心智 - 手工藝及榮譽證

- ..2 身體 - 露營，例會中會員互相激勵

- ..3 靈性 - 佈道活動，見証分享

✓ 金黃色(尊貴) (啟 3:18)

- 量度的標準 - 前鋒會擁有青少年建立進入天國之堅強品格的崇高標準。

✓ 盾牌(保護)

- 上帝經常在聖經中描述自己為祂子民的保護。(創 15:1、弗 6:16)

✓ 白色(純潔)

- 在日常生活中，我們願意擁有基督純潔與公義的生命。(啟 3:5)

## 前鋒會會旗



### ✓ 藍色(忠心)

- 前鋒會的旨意是幫助教導我們
  - ..1 對天父忠心
  - ..2 對父母忠心
  - ..3 對教會忠心

### ✓ 寶劍(聖經)

- 劍是用於戰爭中。要攻擊才能取勝。我們是在一場屬靈的戰爭中，上帝的話便成為我們的武器。
- 聖靈的寶劍就是上帝的道。(弗 6:17)

## 常規標準制服 (A 制服)

### 一般會員

男會員	女會員
按所屬地區(香港)指定之深綠色長袖恤衫	
按所屬地區(香港)指定之深綠色長褲	按所屬地區(香港)指定之深綠色裙褲
棗紅色絨質貝雷帽，配上前鋒會會章	
短髮	短髮 或 長髮並盤成髮髻
黑色領呔	
黃色三角領巾，並配上會員用巾圈	
黑色皮帶並配上會員皮帶扣	
無商標之黑色短襪	無商標之白色長襪
黑色平底光面綁帶皮鞋	

### 團師或以上之導師

男導師	女導師
按所屬地區(香港)指定之深綠色長袖恤衫 (高級領袖勳章(APLA): 白色長袖恤衫)	
按所屬地區(香港)指定之深綠色長褲 (高級領袖勳章(APLA): 墨綠色長褲)	按所屬地區(香港)指定之深綠色裙褲 (高級領袖勳章(APLA): 墨綠色 A 字裙)
棗紅色絨質貝雷帽，配上前鋒會會章	
短髮	短髮 或 長髮並盤成髮髻
黑色領呔	
黃色三角團師領巾，並配上團師用巾圈	
黑色皮帶並配上團師皮帶扣	
無商標之黑色短襪	無商標之白色長襪 (高級領袖勳章(APLA): 黑色長襪)
黑色平底光面綁帶皮鞋	

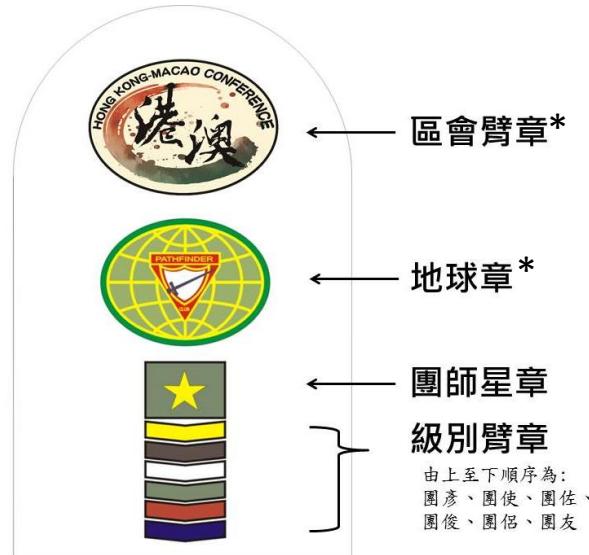
# 制服上的各類徽章及配飾

(除了基本徽章外，所有徽章均按獲得的資格或職級而配帶)

## 右袖上的徽章位置



## 左袖上的徽章位置



\* 每名會員必備的基本徽章。

## 袋口上的徽章位置



# 團友級內容總表

基本資格	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 年滿 10 歲或就讀小學五年級。</li> <li>2. 須為前鋒會積極、活躍之會員。</li> <li>3. 能背誦並解釋少年團團規及團約。</li> <li>4. 閱讀【喜樂的泉源】第十三章「在主內喜樂」內容。</li> <li>5. 從少年讀書計劃的書單中選讀一本書。 (書名: _____)</li> </ol>
靈育訓練	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 依次序背誦舊約聖經各卷書名，並知道當中所組成的五大類，能翻查當中任何一個經文。</li> <li>2. 考獲一張背金句證書。</li> <li>3. 背誦並解釋詩篇 23 篇或詩篇 46 篇。</li> <li>4. 在幾次崇拜中與父母一起閱讀【早期著作】的歷史性序言並列出基督復臨安息日會的主要事件；或以薪火相傳影片代替。</li> </ol>
服務/群育訓練	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 諮詢領袖後，最少用二小時完成下列任何二項服務，來向你社區中有急需的人表達你的友誼：             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. 探訪一些需要朋友的人。</li> <li>b. 幫助一些需要援助的人。</li> <li>c. 以半天來協助社區、學校或教會的社區關懷項目。</li> </ol> </li> <li>2. 證明你自己在學校和家庭中是一個良好的成員。</li> </ol>
友誼發展	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 列出作為好朋友的要點並講出在日常生活中你曾實踐的四方面。</li> <li>2. 認識國歌及其意義。</li> </ol>
健康及體能	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. a. 討論但以理生活中的節制原則；或參演但以理書第 1 章的福音話劇。 b. 背誦並解釋但以理書 1:8，並簽署立約咭，說明你選擇過一個節制的生活。</li> <li>2. 學習健康飲食的原則，並繪畫基本食物組別的圖表。</li> <li>3. 考獲初級游泳榮譽證。</li> </ol>
組織及領袖發展	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 計劃並以 3 小時或 8 公里作一次遠足；同時完成自然研究、戶外生活或自然榮譽證中的一項要求。</li> </ol>
自然研究	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 考獲下列任何一個榮譽證： 貓科、狗科、哺乳動物、種子、寵鳥。</li> <li>2. 懂得怎樣將水淨化並示範怎樣蓋搭天幕。藉此明瞭主耶穌是我們的活水及避難所的重要性。</li> </ol>
戶外生活	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 認識繩索的構造，並知道照料它的正確方法。能打下列的繩結：過手結、蠹笨結、平結、醫生結、滑結、稱人結、繫帆結、雙套結。</li> <li>2. 在野外露營一晚。</li> <li>3. 一般的安全守則考試及格。</li> <li>4. 能蓋搭營幕及鋪設營內的睡床。</li> <li>5. 認識十種遠足守則及迷路時應付的方法。</li> </ol>
自我增值	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 考獲一個工藝類的榮譽證。</li> </ol>

## 升 級 典 禮 安 排

1. 會員須完成團友級所有的要求，並檢查一下在作業本上每項要求的右方「□」內，是否已經加上「✓」，表示已經完成該項目，並將作業本交給所屬支會會長核實並簽署(作業本第 24 頁)。
2. 支會會長加以核實並簽署後，可交到港澳區會青年部覆核並簽署。
3. 支會可以自行擬定舉行升級典禮的日期、時間和地點後，於典禮舉行前最少一個月向團師委員會主席(港澳區會青年部幹事)提出申報，並邀請委員蒞臨主禮。
4. 升級典禮最少一個月前，向區會訂購所須物資。
5. 升級典禮後，請於網站上更新會員資料，如職級、技能、榮譽證等。



更新資料的網址：<http://youth.starone.com.hk/index.php/user/login>

# 制 服

恭喜你的會員成為團友級的會員，每名完成團友級的會員可於制服上配帶團友針章、

團友臂章和團友袋章，請按圖示指示會員帶上！



# 教 學 指 引

## 基 本 資 格

### 要求 1. 年滿 10 歲或就讀小學五年級。

#### 說 明

只須要年滿 10 歲或就讀小學五年級的會員即可。

#### 完 成 方 法

只須填上會員的出生年份和日期，並就讀的學校名稱和班別。

### 要求 2. 復臨少年團／前鋒會之積極活躍會員。

#### 說 明

一名積極的成員應該：

- 出席率達 75% 或以上
- 按時交會費

#### 完 成 方 法

每次例會都要點名，就可以在計算出該年的出席率。

### 要求 3. 能背誦並解釋少年團團規及團約。

#### 說 明

每位少年男女應該有規章來規範自己的生活。對復臨青少年而言，團規和團約就是他們的規章。他們需要學習這些原則，並盡力於日常生活中實踐出來，就像任何一個國家都有它的憲法章程一樣，前鋒會團規和團約就是全球性的前鋒會少年團課程的規章。每位前鋒會少年團會員都應遵守團規和團約，每當會員身穿制服背誦團規和團約的時候，須將右手舉起高於肩膀做出敬禮的動作。

#### 前鋒會 團 約

靠上帝的恩典，我要作一個清潔、和藹、誠實的人，  
謹守少年團規律；作主忠僕，為人良友。

團約的釋義：

- |           |   |
|-----------|---|
| 「靠著上帝的恩典」 | 意思指我要依靠祂，上帝的大能在我的軟弱上顯得完全。這意味著我唯有依靠上帝和那將我們從罪中拯救出來的救主耶穌基督的恩典才能行使祂的旨意。 |
|-----------|---|

「我要作一個清潔」	意思指我將脫離這罪惡的世界，在生活和言行舉止上都要保持純潔，並造福他人。
「和藹」	意思指我不僅要對自己的朋友表示關心和友善，對上帝其他的創造物也是如此。
「誠實的人」	意思指我要在學習、工作和娛樂上都誠實正直，做好每一件事，並且要成為值得被信賴的人。
「謹守少年團規律」	意思指我要追求和明白前鋒會少年團的團規並努力實踐其精意，同時，認識到在任何團體遵守規章制度乃是最基本的義務。
「作主忠僕」	意思指我立志事奉上帝，將上帝呼召我作的事情做到盡善盡美。
「為人良友」	意思指我要造福別人，希望人怎樣待自己，自己就怎樣待人。

### 前鋒會 團規

- |             |             |
|-------------|-------------|
| 1. 我要每日遵守晨更 | 5. 我要學習禮貌順從 |
| 2. 我要凡事盡到本份 | 6. 我要殿中舉止恭敬 |
| 3. 我要細心照顧身體 | 7. 我要時刻心中歌頌 |
| 4. 我要心眼清明公正 | 8. 我要肩負上帝使命 |

#### 團規的釋義：

##### 「每日遵守晨更」

- 每個男女每天都應堅持禱告和讀經。開始一天最好的方法就是堅持清晨靈修，這是為了預備復臨青少年培養每日屬靈的習慣。
- 上帝的話是我生命的糧。我要學習和默想上帝的話，使它成為我信仰生活不可或缺的一部分。我要向上帝禱告，感謝祂的賜福，並為自己和別人的需要禱告，因祂曾應許會垂聽我們的祈禱。我要學習上帝的話，並與家人和朋友分享，我盼望耶穌復臨，也希望別人能像我一樣接受耶穌為他們個人的救主。
- 我要堅持靈修，因為這是上帝的計劃，為要使我生活富足，並預備我進入天國。

##### 「凡事盡到本份」

- 《教育論》：世界需要具有高深學識的人，但更需要具有高尚品格的人。(Ed 225.1)
- 《告青年書》：按照上帝的形象塑造品格，乃是我們能從今世帶入來生的唯一財富。凡在今世遵循基督教誨的人，必將他們的每一項屬靈成就帶到他們的天家去。在天上我們要繼續進步。所以在今生培養品格是多麼重要！(MYP 100.3)
- 我認識到這是世上和生活中的最大需要，我便不再害怕去盡任何屬於我的責任。我將快樂的履行我在家中，學校及教堂的所有責任。在娛樂中我會表現優良的運動家精神，並努力做到最好。我要擺脫各樣的困難，盡力做到正直，看管好上帝所賜的錢財，並忠誠的盡到自己該盡的責任。

##### 「細心照顧身體」

- 《告青年書》：身體的健康，是造就青年人純潔高尚的品質，加強他們對食欲的控制，防止他們敗壞縱欲的最大幫助之一。而在另一方面，這些自製的習慣也是保持健康的重要因素。(MYP 233.)
- 我認識到青年時期應該養成好的習慣，學習節制並保持身體健康。我也認識到，身體乃是上帝委託與我悉心照顧的聖靈的殿。我有責任努力學習生活的原則與規範，使自己逃避這個敗壞墮落的世界，而生活得更幸福。我當藉著每日的深呼吸、運動、合理的飲食和服裝，並放棄使用含酒精、煙草、茶、咖啡和麻醉藥的食品，並盡力使自己身體保持壯健。

#### 「心眼清明公正」

- 在華盛頓林肯城堡，有一座看起來在環顧四周的基督的雕像。不管你站在何處，上帝的眼睛都在注視著你。聖經說：耶和華的眼目無處不在，惡人善人，他都鑒察。(箴言 15:3)
- 心眼清明公正的意思是不管你在哪裡，或在野外或在生活的低谷，我們都不必懼怕，並可以仰望基督。亞當夏娃曾經躲避上帝的面，他們因為犯罪而不能再與上帝面對面交談。為了心眼清明公正，我不能說謊或欺騙人。即使自己的利益可能會受到傷害，我也要講說事實。我當輕視污穢的思想與戲謔的言談，並多為別人著想。

#### 「學習禮貌順從」

- 《告青年書》：這條黃金之律乃是真禮貌的準則。從耶穌的生平和品德中，我們看到祂最真實的範例。我們的救主每天生活中所發出來的光是何等柔和而美麗！祂的臨格散發出何等的芳香！祂的兒女也必表現這同樣的精神。(MYP 420.2)
- 我要學習禮貌，是因為這種品質是發自內心的一種真實的愛，並且能反照基督之愛的原則。我要時常給人和善的問候，並隨時準備好去幫助陌生人、老年人、病人、貧窮的人和小孩子。
- 我體認到順從上帝是首要的，其次是父母、老師及其他權威人士。我要以耶穌為榜樣，因祂曾順服天父的旨意完成使命，並被釘在十架之上。

#### 「殿中舉止恭敬」

- 當摩西進到上帝面前領取十條誡命時，上帝吩咐人當自潔，並洗淨自己的衣服。他們當在宇宙的上帝面前極其恭敬。
- 《告青年書》：青少年決不要認為自己在敬拜上帝的聚會中漫不經心，乃是一件體面的事。上帝看見每一個不恭敬的思想和行動，並且都記在天上的冊子裡。祂說：“我知道你的行為”(啟 3:1)。沒有什麼東西能躲開祂鑒察人心的眼目。不論你在什麼程度上養成了在上帝殿中漫不經心的習慣，都當盡力糾正它，表明你是有自尊心的。要學習恭敬直到養成習慣。(MYP 266.1)
- 在聖殿中，我要步履輕緩，使自己的思想和行為都與此種場所及時辰相合。上帝住在殿中，因為這本來就是為敬拜侍奉祂而建造的。在教堂，我當保持安靜，言談謹慎，行事端正。
- 當虔誠祈禱，與上帝交談之際當緊閉雙目，姿態端正。

- 當尊敬這殿包括它的建築與設備，當時刻記得，就連天使就近上帝寶座之時，還必恭必敬的掩面不敢看上帝呢。

### 「時刻心中歌頌」

- 《告青年書》：天庭中充滿了讚美的聲音。當天國與人間保持聯絡之時，有音樂，有歌唱，——就是“感謝和快樂的聲音”（賽 51：3）。(MYP 291.1)
- 我們知道音樂與禱告一樣，都是敬拜上帝的方式。但很多時候，青年人們不理會這一點，唱歌的時候也不領會其中的意思。在世上，我們必須學會讚美上帝，因為這是將來永恆生活的主旋律。我們當心存喜樂之歌，因耶穌曾來到這世界，為全人類死在十字架上。
- 我要時刻心中歌頌，因我已蒙救贖，我心中喜樂，並口唱心和的讚美他。在我獨處或與別人在一處的時候都要歌唱，因為我想讓他們與我一同感受，基督徒得到救恩後的喜樂，及同耶穌交通的幸福。不管世事順利與否，我都要歌唱，因為我知道試驗與苦難乃是上帝指教和塑造我的方法。
- 《告青年書》：作為一種教育的方式，詩歌的價值不可輕視，在家中應當有甜蜜純潔的歌聲。這樣，就必少了怨言，多了希望和快樂。在學校中應當有詩歌的聲音，這樣，學生就會更靠近上帝，接近教師，並互相接近。(MYP 292.2)

### 肩負上帝使命

- 《告青年書》：兒童也可以在家庭和教會中成為蒙悅納的傳道工人。上帝希望他們受到指教，知道他們在這個世界上不單是為了玩，也要作出有益的服務。他們在家裡可以接受傳道的訓練，預備在更大的範圍裡發揮作用。父母們，要幫助你們的兒女成就上帝對於他們的旨意。——《評論與通訊》1910年12月8日(MYP 225.2)
- 基督地上的工作將要完結，現在乃是一個絕佳的參與機會。天使很樂意做這工，但是上帝卻將這機會賜給了人類，賜給了青年男女。我願竭力去應承在家和學校的責任，並準備自己能接受更重大的責任。我要幫隔壁的老人栽種花園，以便以後可以在異國農藝學校裏幫的上忙。我要幫弟弟繫鞋帶，以便哪天可以在自己傳道園地的醫院裏為病人做手術。今天我要清理爸爸的車庫，以便自己以後可以有膽量清除圍繞自己以及異地他鄉的千萬人心中的偶像。我現今更喜歡聽候上帝的差派，因為我盼望永遠為祂服務。我想獻身去傳福音給那些仍然在等候基督救恩的千萬眾人。

### 完成方法

背誦

#### 要求 4. 閱讀「喜樂泉源」第十三章「在主內喜樂」內容

##### 說 明

根據原來的課程指引，應為閱讀“The Happy path”一書，作者為 Laurence Maxwell，內容是以故事形式詳細解釋團規和團約的意義。

由於此書未有中文翻譯本，因此可以“喜樂泉源”第十三章 - 在主內喜樂取或其他代之。

##### 完 成 方 法

寫下讀後感或閱讀報告，內容可包括簡單描述閱讀的內容和情感的表達。

#### 要求 5. 從少年讀書計劃的書單中選讀一本書

##### 說 明

原來的課程指引，是要求獲取閱讀證書。目的是讓少年人閱讀有關歷險、自然或傳記類的書本，藉此鼓勵會員養成閱讀的習慣，並鼓勵多閱讀懷愛倫的著作。

以下之少年讀書計劃書單同時收錄於「前鋒會記錄手冊」之內。書單 Level 1 適合對基督教不甚了解之會員閱讀。Level 2 則適合對基督教有較深入了解之會員閱讀。會員可以按書單之建議到學校圖書館或區會時兆書室尋找有意閱讀的書本。

##### 注 意

在團友級閱讀過的書籍，不能於其他級別重複使用。

##### 完 成 方 法

閱讀後，填寫讀後感/閱讀報告，內容包括書名、出版社、作者、內容概要和感想等。

## 少年讀書計劃

書單 Level 1 :

書名	作者	出版社
1. 永恆的盼望	懷愛倫	時兆文化
2. 埋藏的財寶	懷愛倫	時兆文化
3. 蜻蜓的生命	懷愛倫	時兆文化
4. 不戰的勇士	法蘭西絲·杜斯	時兆文化
5. 希望的未來	馬可·芬尼	時兆文化
6. 全心全意信靠祢	傑瑞·湯姆斯	時兆文化
7. 黑夜中的明星	愛琳·蘭特麗	時兆文化
8. 寫給少男	謝理雅	時兆文化
9. 寫給少女	謝理雅	時兆文化
10. 恩典多奇異	楊腓力	校園書房
11. 何必上教訓會	楊腓力	校園書房
12. 排隊上天堂的 77 招	費伯里	校園書房
13. 行在水面上	奧伯格	校園書房
14. 生命成長 17 課	羅慶才	基道
15. 標杆人生	華理克	道聲出版社
16. 雅比斯的禱告	魏肯生	福音證主協會
17. 葡萄樹的秘密	許志超、蕭壽華	福音證主協會
18. 小組 DNA	吳庭樑	福音證主協會
19. 當男孩遇上女孩	約書亞·哈里斯	學園傳道會

書單 Level 2 :

書名	作者	出版社
1. 善惡的對決	懷愛倫	時兆文化
2. 告青年書	懷愛倫	時兆文化
3. 智慧的巨人	懷愛倫	時兆文化
4. 豐盛的葡萄園	懷愛倫	時兆文化
5. 懷愛倫的信仰旅程《基督從經驗談》	懷愛倫	時兆文化
6. 復臨運動的故事	懷愛倫	時兆文化
7. 樂活人生: 幸福的 12 道處方		時兆文化
8. 界線-讓生命自在飛揚	江兒	時兆文化
9. 健康與福樂	馬可·芬尼	時兆文化
10. 走進懷愛倫的異象世界	喬治·賴特	時兆文化
11. 突破-原來這麼簡單	黃銀成	時兆文化
12. 山洞裡的富豪	道格·巴契勒	時兆文化

## 靈 育 訓 練

靈育訓練的目的有兩部分：

1. 使少年人熟悉舊約聖經並能在故事中認識到救主的存在，
2. 引領他們開展教會生活。

此部分學習可使用五節半的時間。

**要求 1.** 依次序背誦舊約聖經各卷書名，並知道當中所組成的五大類。並能翻查當中任何一個經卷。

### 目標

幫助會員熟習舊約聖經各經卷的位置。

### 教學方法

最好的記憶方法是重複和運用聯想，導師可參考以下的方法。

#### 1. 製作圖表

一. 摩西五經 (5 卷)	三. 詩歌 (5 卷)	五. 小先知 (12 卷)
創世記	約伯記	何西阿書
出埃及記	詩篇	約珥書
利未記	箴言	阿摩司書
民數記	傳道書	俄巴底亞書
申命記	雅歌	約拿書

二. 歷史書 (12 卷)	四. 大先知 (5 卷)
約書亞記	以賽亞書
士師記	耶利米書
路得記	耶利米哀歌
撒母耳記上	以西結書
撒母耳記下	但以理書
列王紀上	
列王紀下	
歷代志上	
歷代志下	
以斯拉記	
尼希米記	
以斯帖記	

## 2. 名字的含義

舊約聖經的每一部分都向我們展示有關耶穌和救贖計劃的信息。少年人可以在聖經中尋找耶穌的品格。

導師可以讓會員查找以下名字的意思，並了解他們的名字是如何顯明上帝顧念他的百姓。同時，也可以鼓勵會員用畫圖的方式來表達他們的發現。

以下資料僅供導師參考：

約書亞 (耶和華必拯救)	撒母耳 (上帝垂聽)
以斯拉 (上帝必幫助)	尼希米 (上帝必安慰)
以賽亞 (上帝拯救)	但以理 (上帝為我施行審判)
哈該 (我的節期)	阿摩司 (背負)
瑪拉基 (我的使者)	西番雅 (耶和華保護)
撒迦利亞 (耶和華記念)	何西阿 (耶和華已拯救)

## 3. 為聖經目錄編曲

坊間有許多人已經將聖經目錄編成歌曲，以幫助記憶。導師可以運用互聯網尋找到許多相關資料，以下資料只作參考用。

A. 歌譜：

**聖經目錄歌**

C 大調                          4/4

**C**                              **F**                              **C**                              **Am**                              **4/4**  
3 5 5 6 5 - | 5 6 1 2 6 - | 5 5 3 3 2 1 6 5 | 3 5 6 1 5 - |  
 創出利民申，書士得撒撒，王王代代拉尼斯，伯詩箴傳歌，  
**F**                              **C/E**                              **Dm**                              **D/F#**                              **C/G**                              **G7**                              **C**  
6 1 6 5 3 - | 1 6 1 3 2 - | 3 3 5 6 5 - | 3 2 5 6 1 - |  
 賽耶哀結但，何珥摩俄，拿彌鴻哈，番該亞瑪。  
**C**                              **F**                              **C**                              **Am**  
3 5 6 5 - | 5 6 1 2 6 - | 5 3 2 1 6 5 | 3 5 6 1 5 - |  
 再唱新約，太可路約，徒羅林林，加弗腓西，  
**F**                              **C/E**                              **Dm**                              **G7**                              **C**                                      **Am**                              **Dm G7**                              **C**  
6 1 6 5 3 - | 1 6 1 3 2 - | 3 3 5 6 5 - | 3 5 6 1 - ||  
 帖帖提提，多門來雅，彼彼約約，約猶啟。

B. 歌曲：<https://www.youtube.com/watch?v=Zlb0mw6GtvA>



## 完成方法

- 能順序複述聖經目錄

## 要求 2. 考獲一張背金句證書

### 說 明

背誦以下每個範疇裡的其中一節經文

#### 一. 教義

- a. 約翰福音 10:10
- b. 提摩太後書 3:15
- c. 出埃及記 20:3-17
- d. 其他

#### 四. 積善

- a. 馬太福音 6:9-13
- b. 馬可福音 1:35
- c. 撒母耳記上 12:23
- d. 帖撒羅尼迦前書 3:10
- e. 其他

#### 七. 應許

- a. 詩篇 107:1
- b. 詩篇 103:13
- c. 腓立比書 4:19
- d. 以賽亞書 58:9,10
- e. 詩篇 84:1,2
- f. 其他

#### 二. 金句

- a. 詩篇 23 篇
- b. 出埃及記 20:3-17
- c. 馬太福音 5:3-12
- d. 詩篇 8:5-9
- e. 其他

#### 五. 關係

- a. 路加福音 2:52
- b. 路加福音 4:16
- c. 以弗所書 6:1
- d. 詩篇 51:10
- e. 詩篇 16:8
- f. 其他

#### 三. 救恩

- a. 傳道書 12:1
- b. 約翰福音 3:16
- c. 約翰一書 1:9
- d. 以西結書 33:11
- e. 約翰福音 17:15
- f. 其他

#### 六. 行為

- a. 箴言 17:22
- b. 箴言 12:22
- c. 腓立比書 4:4
- d. 箴言 6:6
- e. 箴言 28:14
- f. 其他

### 目 標

透過個人的參與，提供背誦金句的機會幫忙屬靈生命成長。

### 教 學 方 法

導師可於每次例會的靈修時間，分享一節經文並要求會員背誦。

### 完 成 方 法

背誦經文



**要求 3. 背誦並解釋詩篇 23 篇或 46 篇。**

### 目標

明白耶穌是我們的朋友與保護者，並發現經文對個人的意義。

### 說明

#### 【詩篇 23 篇】

耶和華是我的牧者，我必不致缺乏。  
他使我躺臥在青草地上，領我在可安歇的水邊。  
他使我的靈魂甦醒，為自己的名引導我走義路。  
我雖然行過死蔭的幽谷，也不怕遭害，因為你與我同在；你的杖、你的竿，都安慰我。  
在我敵人面前，你為我擺設筵席；你用油膏了我的頭，使我的福杯滿溢。  
我一生一世必有恩惠慈愛隨著我；我且要住在耶和華的殿中，直到永遠。

詩篇 23 篇：

這可能是全詩篇中對上帝的認識與祂大愛最好的描述，詩篇 23 篇是被公認為牧羊人之詩，它可以使孩童喜樂，使長者得安慰！它蘊含著對人生各階段的信息。它不但描述了溫良的牧人引領自己的羊群到青草地，可安歇的水邊，保護他們走出死蔭的幽谷，還描述了一位和藹可親的主人，為他的客人提供熱情的招待及供應豐盛的食物。詩篇以一段對上帝必引領他鍾愛的兒女渡過今生，上達天國的大能充滿極大信心的告白結束，就如引領他末後的兒女。

此篇詩分為三部分：

- 第一部分 第 1-3 節表達了上帝慈愛的引領
- 第二部分 第 4 節表達了上帝慈愛的保護
- 第二部分 第 5-6 節表現了一個主人的盛情招待

詩篇 23 篇表達了一種沒有民族差異的真理，顯然適用於全世界。大衛在猶太曠野牧羊，以及後來在富裕的國家高高在上地統治萬國的經歷，明顯讚美上帝的看顧和帶領。

#### 【詩篇 46 篇】

上帝是我們的避難所，是我們的力量，是我們在患難中隨時的幫助。

所以，地雖改變，山雖搖動到海心，  
其中的水雖澎湃翻騰，山雖因海漲而戰抖，我們也不害怕。  
有一道河，這河的分汊使上帝的城歡喜，這城就是至高者居住的聖所。  
上帝在其中，城必不動搖；到天一亮，上帝必幫助這城。  
萬邦喧嚷，國度動搖；上帝出聲，地就熔化。  
萬軍之耶和華與我們同在，雅各的上帝是我們的避難所！  
你們來看耶和華的作為，看他使地怎樣荒涼。  
他止息戰爭，直到地極；他折弓、斷槍，把戰車焚燒在火中。

你們要休息，要知道我是上帝！我必在列國中受尊崇，在全地也受尊崇。

萬軍之耶和華與我們同在，雅各的上帝是我們的避難所！

**詩篇第 46 篇：**

這曾被譽是「馬丁路德之歌」，馬丁路德將這詩的意境寫成歌，就是讚美詩第 286 首「堅固保障」。當宗教改革家們遇到困境時，都習慣吟唱此歌。

在宗教改革中葉，上帝的子民得以安全無恙，因為此歌極具榮耀的感染力。為了能表達此主題，(與末後之人同樣息息相關) 詩篇的作者在章節的分佈上採取了希伯來詩人慣用的表達方法。

三節經文長度近乎相等，疊句與細拉的使用，使眾災難和避難所形成強烈的對比：

水雖澎湃翻騰，山雖因海漲而戰抖，

萬邦喧嚷，國度動搖；上帝出聲，地就熔化。

上帝是我們的避難所，是我們的力量，是我們在患難中隨時的幫助。惡人雖然攻擊我們，但靠著上帝的名，我們將要得勝有餘。萬軍之耶和華與我們同在，雅各的上帝是我們的避難所。

1847 年，巴黎的改革家們，與在印度深受印度政府殘害的英國改革家們，都曾誦唱詩篇 46 篇，而這也可能成為生存於危險漸增的末後時日的上帝兒女的得勝詩歌。

### 完 成 方 法

背誦兩篇詩篇中的其中一篇，並表達你對該篇的理解。

**要求 4.** 在幾次崇拜中與父母一起閱讀《早期著作》的歷史性序言並列出基督復臨安息日會的主要事件；或以薪火相傳影片代替。

### 目 標

使學生了解基督復臨安息日會的歷史背景。

### 教 學 方 法

1. 影片「薪火相傳」有粵語版及國語版之分，如需要購買，可與港澳區會時兆書室聯絡。
2. 《早期著作》的歷史性序言內容豐富，建議分幾次學習。導師亦可以交流會、小組座談或其他生動的方式帶出信息。
3. 由本會製作之「Tell the World - Official Traile」影片也是很好的教材。網址：  
[https://www.youtube.com/watch?v=s\\_NmeOPoBel&list=PL-k2Gb-DBYo8K8CJN9GKj\\_XMKEZtg4Pbs](https://www.youtube.com/watch?v=s_NmeOPoBel&list=PL-k2Gb-DBYo8K8CJN9GKj_XMKEZtg4Pbs)
4. 活動結束時，希望學生能夠完成序言內容提出的基本問題。
5. 導師可將以下之工作紙複印出來使用，答案見附件。



### 完 成 方 法

方法 1：建議以工作紙形式進行，不提倡筆試。

方法 2：導師可以鼓勵會員參加教會崇拜聚會代替之。

# 團友級 靈育訓練 4 工作紙

姓名：\_\_\_\_\_

閱讀【早期著作】的歷史序言，並完成以下各題。

## 一. 配對：

- |           |   |                                |
|-----------|---|--------------------------------|
| 1. 約瑟夫·貝茨 | ◆ | 是一名第七日浸信會的信徒，將安息日的道理傳給復臨信徒     |
| 2. 威廉·米勒耳 | ◆ | 在大失望後僅僅兩個月，領受了異象               |
| 3. 哈門·愛倫  | ◆ | 一位著名的復臨教會牧師，因為接受了安息日的道理而編寫了小冊子 |
| 4. 哈蘭·愛德生 | ◆ | 是一名以農業為生的復臨運動領袖                |
| 5. 拉結·歐克斯 | ◆ | 穿過玉米地時看見了異象，是最先糾正潔淨聖所道理的人      |

## 二. 排序：

- A. 哈門·愛倫領受了第一個異象
- B. 復臨運動
- C. 基督復臨安息日會全球總會正式成立
- D. 復臨信徒出版的第一份正式刊物面世
- E. 大失望
- F. 糾正潔淨聖所的道理
- G. 將安息日的道理給復臨信徒
- H. 復臨基督徒教會

B > \_\_\_\_ > \_\_\_\_ > H > \_\_\_\_ > \_\_\_\_ > \_\_\_\_ > \_\_\_\_

## 團友級 靈育訓練 4 工作紙

三. 填充：

### 提 示

大失望 明亮的光 基督 但以理書 復臨 啟示錄  
上帝之城 復臨基督徒教會 華盛頓 現代真理  
評閱宣報 青年導報 末世牧聲 11 1844 1863

- 由於威廉·米勒專心地研究聖經，特別是\_\_\_\_\_中有關聖所必潔淨的預言，最後他得出了一個結論：在\_\_\_\_\_年，基督必要顯現來救贖祂的子民。這稱為\_\_\_\_\_運動。
- 10月22日的\_\_\_\_\_之後，許多信徒和牧師都離開了。
- 哈門·愛倫領受的第一個異象，她看到在一條道路的開端，有一道\_\_\_\_\_，\_\_\_\_\_帶領著百姓走向\_\_\_\_\_。
- 這次運動後，倖存下來的團體變成了\_\_\_\_\_。他們有別於那些關閉了心門，不接受關於安息日和預言之靈的亮光的人。
- 拉結·歐克斯有一天來到新罕布什爾州的\_\_\_\_\_一個復臨教會聚會，並將安息日的道理傳給復臨信徒的人。
- 由復臨信徒出版的第一份正式刊物被稱為\_\_\_\_\_，僅出了\_\_\_\_期。
- 當懷雅各等人搬到戰溪時，教會已經發行了一些小冊子，包括\_\_\_\_\_和\_\_\_\_\_。
- \_\_\_\_\_年正式成立基督復臨安息日會全球總會。

## 服 務 / 群 育 訓 練

**要求 1.** 諮詢領袖，最少用二小時完成下列任何二項服務，來向你社區中有急需的人表達你的友誼：

- a. 探訪一些需要朋友的人
- b. 幫助一些需要援助的人
- c. 以半天來協助社區、學校或教會的社區關懷項目

- a. 探訪一些需要朋友的人

### 目 標

服務的目的是提供機會給學生去體驗服務帶來的喜樂，使他們認識到成長經歷中的責任，並帶著樂意的心去做。

### 說 明

團友級的會員可以是教會中最踴躍參與戶外活動的一群，提供機會給他們去體驗有意義的活動，將為他們的成長帶來難忘的經歷。

### 教 學 方 法

1. 鼓勵會員探訪新鄰居，帶他們熟悉周圍的環境，如公園和操場等，也可邀請他們去教會或參加前鋒會少年團的活動。
2. 探訪教友：可以與會員們去探訪教友或長者。教導會員探訪時要注意的事項和基本禮貌等，實踐並分享基督的愛。
3. 探訪護老院：可以與會員們去探訪區內的護老院，預備一些詩歌、日用品或水果與長者分享。如果可以的話，還可以親手做一些合適的物品，來為長者的生活帶來點綴，例如利是封掛飾、疊紙、圖畫等。

### 完 成 方 法

參與活動，並記錄該活動名稱和日期。

- b. 幫助一些需要援助的人

### 目 標

提供機會給團友級的會員及時補足別人的需要，使他們認識到成長經歷中的責任，並帶著樂意的心去做。

### 說 明

今天的世界充滿了需要幫助的人，從不便於行的長者，及至天災後的災民，前鋒會少年團的會員都可以去幫忙。

### 教學方法

1. 社區資源：可聯絡社區內的機構，看看有什麼人需要幫忙。
2. 可以幫助獨居長者打掃家居，或做他們的導遊，帶他們遊玩一天。
3. 邀請會員們提出更多更好的建議，允許他們任選場地，其中可能包括草坪或操場，舉行福音活動。

### 完成方法

參與活動，並記錄該活動名稱和日期。

- c. 以半天來協助社區、學校或教會的社區關懷項目

### 目標

服務的目的是提供機會給學生去體驗服務帶來的喜樂，使他們認識到成長經歷中的責任，並帶著樂意的心去做。

### 說明

這些內容可以來自領袖們的建議或參與者們的調查報告。在內容組織上，學生們也可提供幫助。

### 教學方法

參考活動：

1. 教會： 教會大掃除  
幫忙整理或清理教會的雜物，改善教會環境  
種植並悉心照料花圃
2. 學校： 圖書館義工  
清潔或整理課室  
幫忙為前鋒會收集關於自然類或歷史類的書籍
3. 社區： 參與捐贈計劃，例如食物捐贈、舊衣捐贈等  
到醫院或社區中心做義工  
清理公園、路旁或空地上的雜物

### 完成方法

參與活動，並記錄該活動名稱和日期。

## 要求 2. 證明你自己在學校和家庭中是一個良好的成員。

### 目標

使會員認識到自己品格上特徵是可以在學校和家庭中的發揮影響力。

### 教學方法

以小組討論的方式，討論有關我們在家庭和學校裡所當盡之義務：

再過幾年你就要長大成人，理想中的自己是什麼樣的？

盡力去發現周圍人身上的亮點。首先當盡力使自己的身體強健有力，常常生病的話，不能幫媽媽做事，也很難在家中起到什麼作用。

其次，你要盡最大的努力去完成交給你的事務。如果這個商店沒有你想買的書，就當選擇另外的商店，方法總比困難多，要學習想想辦法去解決所面對的問題。而在過程中便呈現了一個好成員的特質了：

- 順服：你的動作迅速
- 自信：你知道要去哪裡和怎樣去
- 慎重：只被要求一次
- 可靠：確實做好所交付的工作
- 合作：盡努力去幫助別人

為什麼成為一個好的公民顯得如此重要呢？

你是國家的一員，隨著年齡的增長，便會漸漸的想把自己對生活的理解與別人分享。你的分享將會基於你平日所養成的品格。當你成為一個有思想的人，你就會對自己所屬的團體、國家甚或全世界的時勢保持清晰的瞭解。瞭解你的國家、城市、社區並學習怎樣適應這個政體。你會發現政府機制的優點與弱點，盡一個公民責任來支持政府並使其戰勝弱項。

在很多國家，前鋒會少年團被評為「良好公民」！在你的國家，你又該怎樣配合這個稱號呢？你當隨時準備好在任何事上盡好自己的責任，就如每天遵守交通規則，或玩遊戲時，遵守遊戲規則等等。

你的導師對你的生活負有重要的責任，且具有深遠的影響力。他們的責任是什麼呢？在成長的過程裡，我們有負責教授不同科目的老師，他們都很注重你對科目的興趣，因此希望你積極學習和有所進步，你的表現將會鼓勵老師用盡最大努力去栽培你！

與會員討論，導師可善用以下之工作紙，答案見附件。

### 其他資料

這是「基督教化公民榮譽證」的一部分，要是有意考取「基督教化公民榮譽證」的話，就必須完成榮譽證的其他要求。不然，只完成討論即可！

基督教化公民榮譽證的內容可參考附件一。

### 完成方法

分組討論，並完成團友級作業本之工作紙附件。

# 團友級 服務/群育訓練 2 工作紙

姓名：\_\_\_\_\_

與領袖討論並完成以下各題

一. 是非題：要取得香港永久性居民身份所必須符合之條件請加「√」號

1. 在香港出生的中國公民
2. 在香港通常居住連續十年以上的中國公民
3. 在香港特別行政區成立以前已經擁有居留權的人
4. 以香港為永久居住地的非中國籍的人在香港所生的未滿二十一周歲的子女
5. 任何人在香港以外所生的中國籍子女


一. 分類題：請將各項填在適當位置。

- |         |           |                 |
|---------|-----------|-----------------|
| A. 生育自由 | D. 婚姻自由   | G. 遵守基本法法律      |
| B. 宗教自由 | E. 出入境自由  | H. 對行政部門向法院提起訴訟 |
| C. 選舉權利 | F. 享受社會福利 | I. 承認香港是中國的一部分  |

公 民 的 權 利	公 民 的 責 任

## 團友級 服務/群育訓練 2 工作紙

### 三. 填充題：知道並解釋本國的政府是怎樣產生的。

1. 香港特別行政區 \_\_\_\_\_ 是由中央人民政府任命。
2. 政府是由 \_\_\_\_\_ 機關、\_\_\_\_\_ 機關和 \_\_\_\_\_ 機關三者組成，各機構既  
是互相制約，也是彼此合作和反制的。
3. \_\_\_\_\_ 是協助行政長官決策的機構。行政會議每周舉行一次會議，  
由行政長官主持。行政長官在作出重要決策、向立法會提交法案、制定附  
屬法規和解散立法會前，須徵詢行政會議的意見。
4. 香港特別行政區 \_\_\_\_\_ 由選舉產生，而主席則由議員一人一票互選產  
生。
5. 司法機關是負責本港的司法工作，聆訊一切檢控及民事訴訟，完全 \_\_\_\_\_  
於行政及立法機構。

### 三. 短答題：

1. 你認為國家為甚麼要訂立法律呢？請舉出兩點。

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

2. 作為一個良好公民，你可以如何幫助自己的國家及教會呢？

國家：  
\_\_\_\_\_

教會：  
\_\_\_\_\_

## 友 誼 發 展

**要求 1.** 列出作為好朋友的要點，並講出在日常生活中你曾實踐的四方面。

### 目 標

前鋒會少年團會員當明白友誼的基本要素，並實行聖經中的黃金法則將使人們擁有真實的友誼。

### 教 學 方 法

懷愛倫曾提到：

1. 「真正的友誼乃是在人遇到困難時發出的一句安慰的話，振奮人的心靈。」 **7 BC 928**
2. 「基督徒當時常表現和善、同情、寬容的精神，永不與罪妥協。」 **5 T 171**
3. 「當人只將上帝的大愛講述與自己的家人與親朋好友時，他們並不是在實行上帝的旨意，他們忽略了那些最需要他們安慰與祝福的人。」 **WM 159**
4. 「耶穌才是我們最好的朋友，他不愛惜自己的生命，為我們捨了，因為我們的緣故，他成為貧窮，使我們借著他的貧窮可以成為富足。」 **4T 481**
5. 「傳閒話的精神乃是撒但用來播撒紛爭，離間朋友的一種方法。」 **4T 195**
6. 「耶穌將人類心中自私自利的狹隘思想消除，祂廢除了社會上流行的民族歧視，並使鄰國與陌生人，朋友與敵人之間成為平等。」 **MB42**
7. 「撒但時刻在尋找那些對牠的詭計毫無所知，卻還感覺不到自己有禱告，並聽從那些正直有經驗之人的勸告的必要的人。」 **4T 207**
8. 「上帝不會離棄你，任你滅亡的，在你感覺希望渺茫的時候，祂必興起朋友加添你的信心。」 **2T 270**
9. 「成為耶穌門徒後的馬太，希望讓自己的朋友也來跟隨祂，所以，在自己的家裏設擺筵席...」 **DA 273–274**
10. 「煩躁，嫉妒，...這些罪性將給人帶來極大的憂愁，有許多的人如果當初能和善一些，那麼他們就必受到別人的愛戴了。」 **FE 67**

以上的例證可用於教會安息日學時段、討論小組或前鋒會少年團訓練營會等。

### 完 成 方 法

分組討論或其他方法。

## 要求 2. 認識國歌及其意義。

### 說明

友誼是包括多方面的，例如：公民權利、理解、賞識別人的權利等，都可以使友誼更堅固。導師可以鼓勵會員與他人分享國歌中提及的公民義務。

### 其他資料

在 1949 年，周恩來首先提出以《義勇軍進行曲》作為中華人民共和國的國歌。於 1982 年舉行的第五屆全國人民代表大會的第五次會議上，該曲被修正為正式的國歌。

《義勇軍進行曲》原是 1935 年一齣電影—《風雲兒女》的主題曲，並由田漢作詞，聶耳作曲。電影講述中國在抗戰時期，一班愛國的知識分子在前線拯救祖國而危亡及鬥爭的故事。歌詞提醒國人，中華民族曾經面臨最危險的時候，期望中華兒女要時時居安思危，永記祖國的苦難日子，萬眾一心，為建設祖國而奮勇前進。

### 教學方法

要完成，可以比他們在學校中學習國歌更容易。

導師可以與會員討論並完成以下之工作紙，答案參閱附件。

# 團友級 友誼發展 2 工作紙

姓名：\_\_\_\_\_

認識國歌，請回答以下各題：

## 一. 選擇題，請圈出正確答案；答案可多於一項。

1. 是誰提出以《義勇軍進行曲》作為中華人民共和國的國歌？
  - a. 毛澤東
  - b. 周恩來
  - c. 江澤民
  - d. 鄧小平
2. 這齣電影的內容是什麼？
  - a. 愛情故事
  - b. 反清復明的故事
  - c. 中國一班愛國分子的故事
  - d. 拯救祖國而危亡及鬥爭的故事
3. 在那一年《義勇軍進行曲》被修正為正式的國歌？
  - e. 1972
  - f. 1982
  - g. 1992
  - h. 2002
4. 這齣電影要提醒國民什麼？
  - a. 永記祖國國泰民安的日子
  - b. 中華民族曾經面臨最危險的時候
  - c. 期望中華兒女要安於宴樂
  - d. 同心為建設祖國而奮勇前進
  - e. 期望中華兒女要居安思危
  - f. 永記祖國苦難的日子
5. 《義勇軍進行曲》原是 1935 年那一齣電影主題曲？
  - a. 風雲兒女
  - b. 風雪兒女
  - c. 風雨兒女情
  - d. 風雨中國情

## 團友級 友誼發展 2 工作紙

### 二. 問答題

1. 國歌是由誰作曲？\_\_\_\_\_
2. 國歌是由誰作詞？\_\_\_\_\_

### 三. 填充題

起來！不願做\_\_\_\_\_的人們！把我們的\_\_\_\_\_，築成我們新的\_\_\_\_\_！

中華民族到了最\_\_\_\_\_的時候，每個人被迫著發出最後的\_\_\_\_\_，

起來！起來！起來！我們\_\_\_\_\_，冒著\_\_\_\_\_的炮火前進，

冒著敵人的炮火前進！前進！前進！進！

### 四. 思考題

1. 國歌給你什麼屬靈的教訓？請寫三點。

---

---

---

---

---

---

---

---

## 健 康 及 體 能

**要求 1a.** 討論但以理生活中的節制原則；或參演但以理書第 1 章的福音話劇。

**1b.** 背誦並解釋但以理書 1:8，並簽署立約卡，說明你選擇過一個節制的生活。

### 目標

鼓勵學生理解「節制」一詞的含義，並學習但以理的榜樣，作出一項許諾。

### 說 明

節制的原則是指有害的事要拒絕，有益的事要適量。

### 教 學 方 法

#### 1. 由導師帶領討論 (但以理書 1 章 1-21 節)

- 尼布甲尼撒王提供什麼膳食給但以理和他的同伴？
- 但以理和他的同伴遇上什麼困難？
- 試講述這短期試驗的效果？
- 此後，太監長給他們什麼食物？
- 後來，但以理和他的同伴有什麼與眾不同之處？
- 但以理和他的同伴的決定，對你有什麼啟發？
- 你願意學像但以理的榜樣，在生活上節制嗎？

#### 2. 參演但以理書第 1 章的福音話劇

- 導師可以讓會員先閱讀但以理書第 1 章 1-21 節，然後請會員用話劇的形式表達出來。
- 導師亦可以先行寫劇本或略述故事，再用幾分鐘的時間來分角色，即興表演。
- 導師也可參考附件二的劇本，話劇表達後檢討。

#### 3. 立志卡

- 導師可以安排會員設計並製作屬於自己的立志卡，表明願意選擇過節制生活。
- 導師也可以運用作業本上的立志卡。

### 完 成 方 法

積極參與並背誦和解釋但以理書 1:8，簽署立約卡

**要求 2. 學習健康飲食的原則，並繪畫基本食物組別的圖表**目 標

幫助學生了解基本的飲食要素，並遵循一種健康的生活方式

教 學 方 法

1. 閱讀創世記 1:29-30，學習上帝創造時給什麼人類作食物
2. 我們在日常飲食裡，主要分為以下四大種類別。
  - 碳水化合物 (五穀類等主糧)
  - 蛋白質 (果仁、豆等類)
  - 水果
  - 蔬菜
3. 向會員提供以上的基本資訊，並於作業本的格子內繪畫食物組別的圖表
4. 如果作業本空間不足，會員可以運用報紙或雜誌上的圖片，在畫紙上製作一張海報或圖表來列舉這四種基本分類。

其 他 資 料

這是「營養學榮譽」的一部分，要是有意考取「營養學榮譽」的話，就必須完成榮譽證的其他要求。不然，只完成圖表即可！

營養學榮譽的內容可參考附件三。

完 成 方 法

積極參與並製作圖表

**要求 3. 考獲初級游泳榮譽證。**說 明

如果會員身體狀況被診斷為不宜游泳，導師可酌情以從未考獲之榮譽證代之。

教 學 方 法

導師可聯絡合資格之游泳訓練學校或團體，安排專業人員教授這項課程。

初級游泳榮譽證的內容可參考附件四。

完 成 方 法

完成榮譽證各項要求。

## 組 織 及 領 袖 發 展

**要求 1.** 計劃並以**3**小時或**8**公里作一次遠足；同時完成自然研究、戶外生活、或自然榮譽證中的一項要求。

### 目標

通過有趣和有意義的活動，積極主動地做出決定並取得積極成果。

### 教學方法

- 這是一個將前鋒會會員帶入大自然的機會，導師可以運用這機會帶領會員愛護大自然，實踐「只取景，不取物」的郊遊原則。
- 會員可以學習識別花鳥魚蟲，從中尋找屬靈的教訓。

### 完成方法

參與活動並於作業本記錄這次活動的詳情。

## 自然研究

**要求 1.** 考獲下列任何一個榮譽證：貓科、犬科、哺乳動物、種子、寵鳥。

### 目標

通過有趣和有意義的活動，讓會員欣賞上帝的創造。

### 教學方法

- 於貓科、犬科、哺乳動物、種子及寵鳥榮譽證中，選出一個來完成。
- 各個榮譽證要求，請見附件五。

### 完成方法

完成榮譽證後，請於作業本內作記錄。

**要求 2.** 懂得怎樣將水淨化並示範怎樣蓋搭天幕。藉此明瞭主耶穌是我們的活水及避難所的重要性。

### 目標

希望會員從中學習到.....

- 潔淨水的方法及蓋搭天幕的技巧
- 如何實踐並應用
- 有關水和天幕的屬靈教訓

### 其他資料

#### 1. 將水淨化的方法：

化學檢驗是唯一一個準確檢驗水源是否適合飲用、做飯、洗衣而用的方法。如果未經此種檢驗，那麼不管它看起來再乾淨，也應該進行消毒。因為這會帶來一些嚴重的疾病，如傷寒、發燒或其他疾病。

##### **方法 1：把水煮沸**

將水煮沸 20 分鐘，(時間從水沸開始計時) 這將使水變得淡而無味，因為空氣被抽走了，你可以借著強有力的消毒，或使其來回從一個容器倒入另一個容器，來恢復它的純淨味道。

##### **方法 2：使用藥物對水進行消毒**

###### **a. 淨水劑**

淨水劑有固體(藥片)，也有液體(藥水)的，現時有很多戶外用品店都有淨水劑出售，既經濟又實用，之不過淨化的水可能帶有特別的味道。

**b. 碘酒**

碘酒不僅可以對身體的外部創傷進行消毒，還可以用來淨化水。一般在一升水中，滴入二、三滴碘酒，就可以殺滅水中的微生物和部分細菌。如果水質混濁，則在每升水中放入的碘酒要加倍。加入碘酒的水攪拌搖晃後，靜置 30 分鐘即可飲用或備用，比較差的水質放置時間要長一些。碘酒能殺死水中的一些有機物，但對水中對身體有害的無機物就無能為力了。

**c. 液態氯**

將一份液態氯加入 100 份水中，靜待 30 分鐘。這也是通常漂白衣服的方法。

**方法 3：使用過濾器、淨化器**

使用過濾器是讓水通過一個過濾芯來達到過濾的目的，它可以過濾水中的一些細菌，但對於一些病菌就有些無能為力了。所以在沒有污染的水源使用過濾器基本就可以把自然水變成飲用水。過濾器的濾芯大都使用活性炭或其他材料，必須定期進行清理維護。此外濾芯有一定的使用壽命，必須根據產品說明定期更換，否則會大大影響處理水的效果。

**2. 蓋搭天幕**

最簡單天幕是屋形的天幕。用兩根杆子(天幕柱)作支撐，裝上天幕，再以繩子固定。蓋搭時，你可以運用實地有的東西，例如樹木、獨木舟等代替杆子作支撐，也可以用營釘將天幕連繩子固定在適當的位置上。

**3. 耶穌是活水**

導師可以藉此機會講述有關水的屬靈教訓

- a. 雅各井旁的婦人 (約翰福音 4:4-42)
- b. 活水的江河 (約翰福音 7:37-44)
- c. 擊打磐石 (出埃及記 17:6、民數記 20:8)

**4. 耶穌是我的避難所**

導師可以藉此機會講述有關耶穌是我的避難所(天幕)的屬靈教訓

- a. 在耶穌裡不被定罪 (羅馬書 8:1)
- b. 我們逃往避難所 (希伯來書 6:18)
- c. 我的磐石 (撒母耳記下 22:3)
- d. 耶和華給受欺壓的人做高臺 (詩篇 9:9)
- e. 他是我的避難所，我的山寨 (詩篇 91:2,9)

# 戶外生活

**要求 1.** 認識繩索的構造，並知道照料它的正確方法。能打下列的繩結：過手結、蠢笨結、平結、醫生結、稱人結、繫帆結、滑結、雙套結。

## 目標

教導繩索的作用，並熟練製作各種基本繩結，瞭解它們的作用。

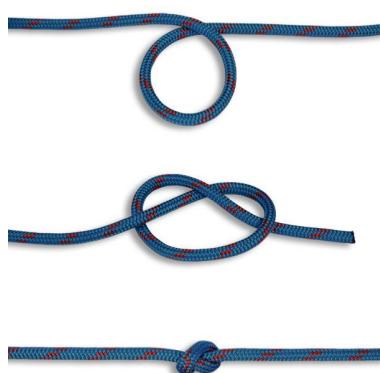
## 其他資料

### 1. 繩索的保養：

- 使繩索保持乾爽
- 定期檢查繩索的毀損跡象
- 不可踩踏繩索

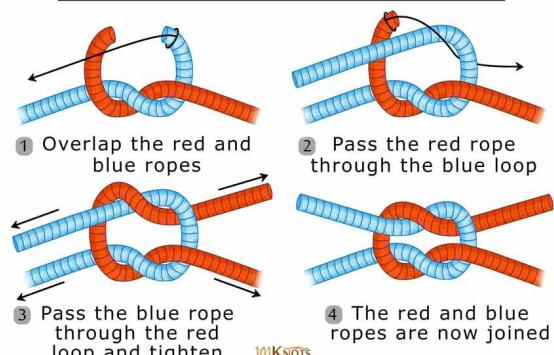
### 2. 打結的方法

#### 過手結 (The Overhand Knot)



#### 蠢笨結 (The Granny Knot)

##### Granny Knot Instructions



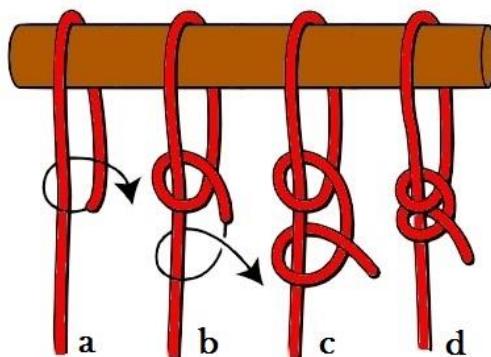
#### 醫生結\*



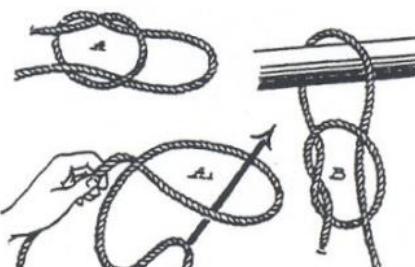
\* 原為雙弓蝴蝶結(The Double Bow)，現以醫生結代之。

### 繫帆結 (又名營釘結)

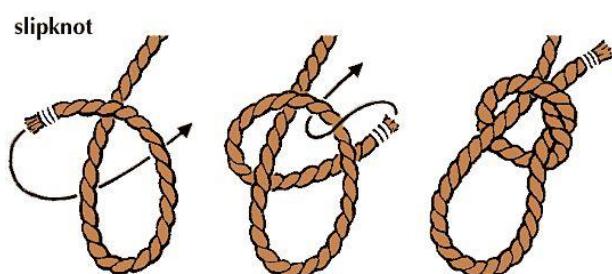
(Two Half Hitches)



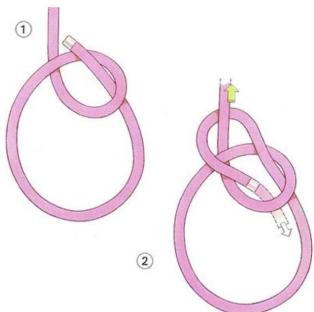
### 滑結 (Slip Knot)



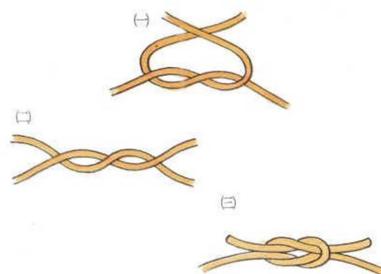
或



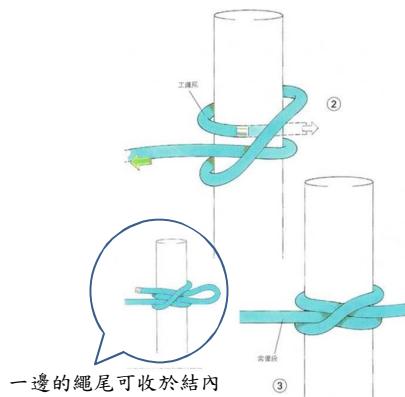
### 稱人結 (Bowline)



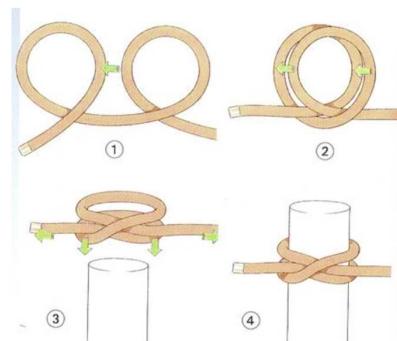
### 平結 (The Square Knot)



### 雙套結 (Clove Hitch)



或



**要求 2.** 在野外露營一晚。

目 標

幫助會員學習戶外露營技巧，並欣賞大自然。

完 成 方 法

積極參加露營活動，並將活動資料記錄在作業本內。

**要求 3.** 一般的安全守則考試及格。

目 標

幫助會員瞭解並實行簡單的安全知識標準

教 學 方 法：

1. 作業本附件五有工作紙可供參考，答案在導師手冊附件六。
2. 導師可以邀請電工、救護員、警員、消防員等專業人仕，舉辦一次安全講座。
3. 模擬情景，將問題戲劇化。討論可能的解決方案。越練習這一題目，越會增加青年  
人的興趣。

參 考 資 料

騎單車安全提示 [https://www.td.gov.hk/mini\\_site/cic/tc/safe-cycling/cycling-rules.html](https://www.td.gov.hk/mini_site/cic/tc/safe-cycling/cycling-rules.html)

完 成 方 法

參與一次安全講座或完成以下工作紙，答案見附件。



# 團友級 戶外生活 3 工作紙

姓名：\_\_\_\_\_

一般的安全守則，請回答以下問題：

## 一. 單車安全

- | 問題  | 答案    |
|---|-------|
| 1. 騎單車時除發出訊號外，雙手應否緊握把手？                         | _____ |
| 2. 雙腳放在那裏？                                      | _____ |
| 3. 「快速公路」或「隧道區域」範圍內可以騎單車嗎？                      | _____ |
| 4. 單車可否載客？                                      | _____ |
| 5. 騎單車時不可戴上 _____<br>a. 帽      b. 眼鏡      c. 耳筒 | _____ |
| 6. 是否可以在單程路的相反方向？                               | _____ |
| 7. 騎單車時，應靠左方行駛還是右方行駛？                           | _____ |
| 8. 晚間或能見度低的情況下騎單車，必須開亮車頭及車尾的燈，請講出車頭及車尾燈的顏色？     | _____ |
| 9. 單車的車鈴是在有需要時使用，其作用是什麼？                        | _____ |
| 10. 這標誌表示什麼意思？                                  | _____ |



# 團友級 戶外生活 3 工作紙

## 二. 道路安全

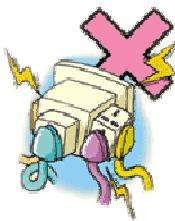
問題	答案
1. 可否在馬路或行人路上玩耍？	_____
2. 橫過馬路時，應使用什麼交通安全設施？試舉一例	_____
3. 車輛未停定時，應否上車？	_____
4. 當坐車時，乘客可否將身體任何一部份伸出窗外？	_____
5. 兒童應否獨自橫過馬路？	_____
6. 當綠色人像燈閃動時，行人應該怎樣？ a. 馬上過馬路 b. 察看左及右方，確保安全才過馬路 c. 停步，並耐心等候綠色人像燈再次亮起	_____

## 三. 家居安全

1. 
  - 固定電力裝置須由註冊電業承辦商安裝。切勿使用有金屬外露部份未經接地的電器。
2. 
  - 外出時盡可能把電器，尤其是高負荷電器關上。
3. 
  - 電力裝置必須作定期檢查及保養，確保其安全。

## 團友級 戶外生活 3 工作紙

4.



- ◆ 若非註冊電業工程人員，請勿自行修理電器或接駁電線。

5.



- ◆ 使用插頭、萬能蘇及拖板時，注意及避免可能因為接觸不良而出現過熱情況。不要使萬能蘇及插座負荷過重。

6.



- ◆ 手濕時，切勿接觸任何電器、插座或電掣。

7.



- ◆ 切勿將電器之軟電線接觸高溫物體

8.



- ◆ 切勿將電暖風機放近易燃物品，以免發生火警。

9.



- ◆ 切勿使用不合規格的萬能蘇、插頭或拖板。

10.



- ◆ 切勿在浴室外使用手提電器，而安裝於浴室外之電器亦必須符合電力(線路)規例。

#### 要求 4. 能蓋搭營幕及舖設營內的睡床。

##### 目 標

使會員熟悉戶外生活的技巧。

##### 完 成 方 法

積極參加露營活動，並將活動資料記錄在作業本內。

#### 要求 5. 認識十種遠足守則及迷路時應付的方法。

##### 目 標

教授會員遠足的基本守則及與迷路時應付的方法。

##### 參 考 資 料

遠足安全守則

##### 計劃時

- 認識隊友，要了解他們的合作能力、體能、技能及經驗。避免進行能力以外的活動。
- 考慮活動進行期間天氣及環境可能會有的突變，並加以準備。
- 預算時間應考慮日出日落與潮汐漲退的時間，並需兼顧因意外或延誤而損失之時間。

##### 訂定計劃後

- 準備合適的裝備，並確保隊員能正確使用。
- 將行程計劃書、行程表、路線圖及所有隊員的詳細資料通知有關人士（家長、導師及組織的負責人）及聯絡人；若計劃有修改，亦必須立即知會有關人士。
- 計劃時及出發前夕，留意新聞及郊野公園的通告，瞭解計劃前往的遠足路徑/郊野公園的狀況，注意是否有特殊情況(例如路徑損毀的封路安排，或該區有突發事故發生等) 而需要更改路線或取消行程。

##### 出發前

- 檢查裝備（務必齊全、性能良好）。
- 檢查隊員穿有合適衣服和鞋襪。領隊向隊員簡單介紹行程。
- 每位隊員須清楚知道旅程路線及就近之救援站，例如警署，緊急求救電話及郊野公園管理站之位置及電話號碼。
- 確認隊友的體能及情緒狀況良好。
- 注意天氣情況（如遇天文台發出雷暴警告、懸掛一號或以上之颱風訊號，應取消旅程）。

### 進行期間

- 整隊應經常在一起，不要讓組員單獨在後面或遠處超前。注意隊友之精神、情緒及體能，並互相照顧。
- 保持一定的速度，不要走得太快或太慢；一般的郊遊人士，每天不應走多過十五公里。
- 最好沿有經常維修的山徑走，自闖新路只會帶來危險。另外，不要沿溪澗走；突然而來的大雨會令河流氾濫，在溪澗上行走的遠足者可能會走避不及。
- 為防止炎夏猛烈太陽照射而引致大量缺水，遠足時，要安排在中午多作休息。
- 如有必要在夜間進行活動或趕路，應穿著鮮色衣物及開著電筒，面向可能從前面而來的車輛。
- 不要忘記走過的路，遇上岔路口時，更要多回頭看看曾走過的地方，有必要時留下記號。一旦迷失方向，會有助找尋歸路。
- 注意天氣變化，如天氣惡劣時應立即終止旅程，盡快回家或到達最近之安全地點。假如改變行程，要立刻告訴聯絡人。
- 沿途留意所經過之地方和警告牌，若對山徑有懷疑，應停止前進，保持冷靜及謹慎地判斷正確之路線。
- 步伐自然及有規律，下山時勿跑，在碎石路行走時要特別小心。切勿亂走捷徑或在陡急的斜坡下山。
- 在發生山火時，行山人士務請留意呼籲及警告，依據現場工作人員指示，切勿進入可能受山火影響的範圍，以確保安全。

### 應付迷路的方法

1. 保持冷靜：坐下來冷靜一下，然後分析目前情況。
2. 全隊要盡量靠在一起，以免分散走失
3. 從地圖中試找出自己身處何方，決定應該繼續前進，還是折返原路，通常來說，折返原路，回到你最肯定的正確位置，較為安全。在那裡可以重新找出正確的路線。
4. 信賴你的指南針，別理會那些自稱有方向天才的隊員。在生死關頭，保持頭腦冷靜和善用智力。
5. 切勿亂衝亂撞地試圖找出路。
6. 緊急糧食不可吃盡，要分多次食用。
7. 尋求支援：在香港，只要你的位置有任何一個本地流動電話網絡覆蓋，致電 112，便可接駁至 999 緊急服務中心。
8. 使用漫遊服務：若使用流動電話漫遊至內地網絡，可利用漫遊服務先撥 00852，然後撥所需的本港號碼致電本港親友或就近的本地警署求助。當使用漫遊服務時，撥 00852 112 或 00852 999 並不能接駁至 999 緊急服務中心。
9. 在安全的地方等候救援。
10. 禱告：可以令我們更冷靜地去應對，上帝應許說：“我必常與你同在”、“上帝的

天使必在敬畏祂的人周圍安營紮寨，搭救他們。”他的人周圍安營紮寨，搭救他們。”耶穌在看顧你，天使也必照顧你。

11. 你可能要在野外渡宿，你應該盡量保持體溫，鑽進睡袋或備用的膠袋內保持溫暖。通常，翌日早晨，當天色轉晴，在陽光下，一切地勢都看得一清二楚，那時才尋路下山較為安全。此行雖然不是向著你原訂的目的地進發，但可以抵達安全的地方，然後再行研究清楚前往目的地的路途，看看是否仍然繼續前往。
12. 經過艱難的一夜，可能隊員中已有筋疲力盡，不願再繼續遠足路程，那時你要憑自己的才智、隊員的勇氣、毅力的表現來作出安排。那時候亦可能已有救援人員在找尋你們，故無須心慌意亂，奔走呼救，亂吹哨子，必須大家緊靠在一起，互相勉勵，但不可感情用事，無端造成愁雲慘霧，生離死別的局面。
13. 發出國際求救訊號。在發生意外時，假如四周視野清楚的話，你可揮動白布或其他訊號，以期引起注意切記要臨危不亂，切忌悲憤交集而致隊友發生衝突，必須冷靜地思索脫險的良策。

**造成迷路的原因：**

大多數迷途或意外事件的發生，往往是由於犯了以下錯誤所形成：

- 對旅程的目的及有關的行動一無所知。
- 遇事時不能同聲相應，組織散漫。
- 完全不小心。
- 對周圍所發生的事情，或行程上所遭遇的事情漠不關心。
- 過於自信，無實際的知識，技能有限往往是最普通的過失。

如在未出發前，做足充份的預備，仔細的策劃和對行程有透徹的了解，根本不會迷路。

**求救的方法：聯絡本港警署**

為應付遠足郊遊時可能遇上的緊急事故，請預先把遠足路線附近的警署電話號碼儲存於流動電話內。若所在位置沒有本地流動電話網絡覆蓋而未能致電 112 或 999，而漫遊服務卻能運作時，可先撥 00852，再致電以下警署的號碼。

以下為本港熱門郊野公園就近警署的電話號碼：

西貢分區警署：	3661 1630	大嶼山警署（北）：	3661 1694
大嶼山警署（南）：	3661 1696	沙頭角分區警署：	3661 1664
大埔警署：	3661 1674		

### 資料來源

漁農自然護理署 [https://www.hiking.gov.hk/chi/safety\\_guidelines/safety\\_events.htm](https://www.hiking.gov.hk/chi/safety_guidelines/safety_events.htm)

香港政府一站通 <https://www.gov.hk/tc/residents/communication/mobilecomm/stayingintouch/>

### 完成方法

口述或參與討論或完成以下工作紙。導師可以將以下工作複印出來使用。

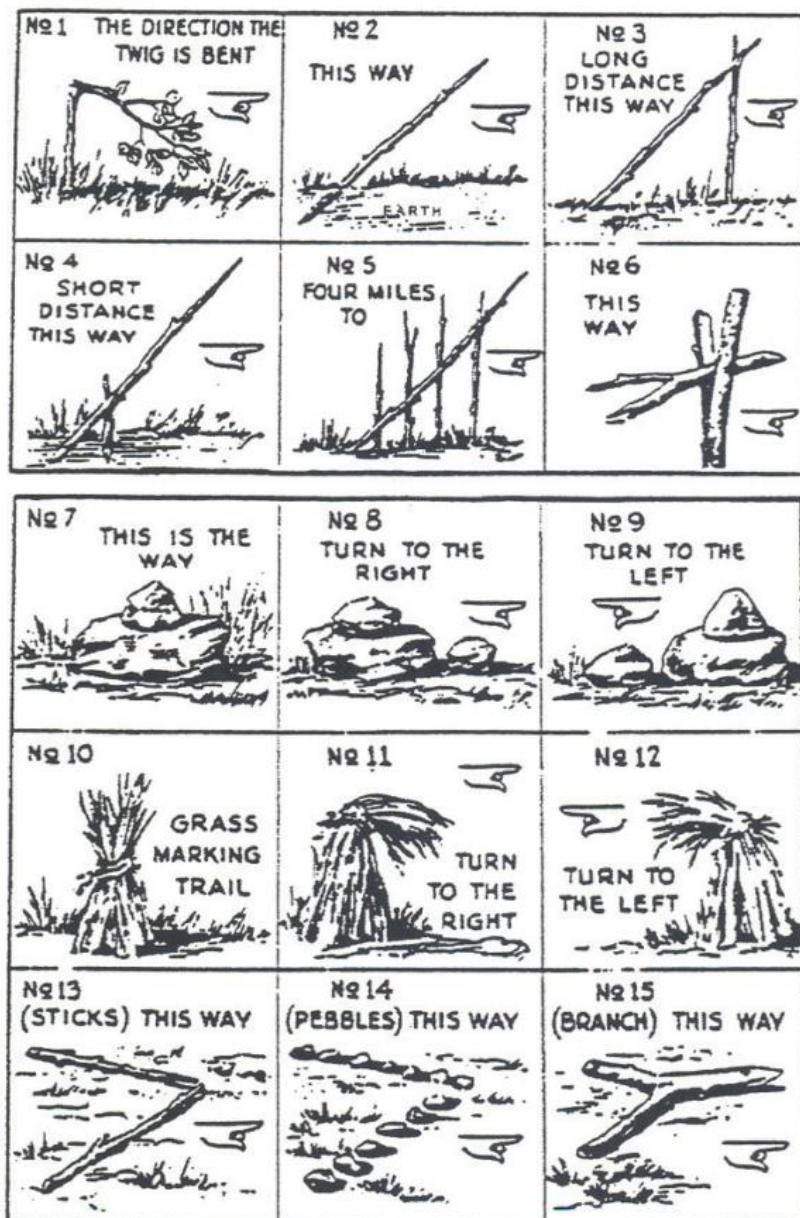
**要求 6.** 學習追蹤的符號。能在二公里的路上設置記號來考驗你的組員，也能跟隨記號追蹤二公里。

### 目標

培養安全意識和遠足中的觀察力。

### 教學方法：

這項活動可以在露營時或在城市中進行，只是要留意所設置的符號有可能會被破壞。  
附件七有更詳細的「追蹤符號」參考表。



### 完成方法

積極參加活動，並將活動資料記錄在作業本內。

## 自 我 增 值

**要求 1.** 考獲一個工藝類的榮譽證。

### 目 標

擴展會員們的興趣、培養個人的技藝並使其具有成就感。

### 教 學 方 法

會員需要獲取一個從未獲取過的工藝類榮譽證。導師可以在港澳區會前鋒會會員註冊網頁下載榮譽證資料。

網址     <http://youth.starone.com.hk/index.php/user/login>

### 完 成 方 法

積極參加活動，並將獲考的榮譽證名稱記錄在前鋒會記錄冊內。

# 附 加 文 件

# 附件一：靈育訓練 4 【早期著作】歷史序言工作紙答案。

## 答 案

### 一. 配對：

- 約瑟夫·貝茨 - 一位著名的復臨教會牧師，因為接受了安息日的道理而編寫了小冊子  
 威廉·米勒耳 - 是一名以農業為生的復臨運動領袖  
 哈門·愛倫 - 在大失望後僅僅兩個月，領受了異象  
 哈蘭·愛德生 - 穿過玉米地時看見了異象，是最先糾正潔淨聖所道理的人  
 拉結·歐克斯 - 是一名第七日浸信會的信徒，將安息日的道理傳給復臨信徒

### 二. 排序：

B > E > A > H > F > G > D > C

### 三. 填充：

9. 由於威廉·米勒耳專心地研究聖經，特別是但以理書中有關聖所必潔淨的預言，最後他得出了一個結論：在 1844 年，基督必要顯現來救贖祂的子民。這稱為復臨運動。
  10. 10 月 22 日的大失望之後，許多信徒和牧師都離開了。
  11. 哈門·愛倫領受的第一個異象，她看到在一條道路的開端，有一道明亮的光，基督帶領著百姓走向上帝之城。
  12. 這次運動後，倖存下來的團體變成了復臨基督徒教會。他們有別於那些關閉了心門，不接受關於安息日和預言之靈的亮光的人。
  13. 拉結·歐克斯有一天來到新罕布什爾州的華盛頓一個復臨教會聚會，並將安息日的道理傳給復臨信徒的人。
  14. 由復臨信徒出版的第一份正式刊物被稱為現代真理，僅出了 11 期。
  15. 當懷雅各等人搬到戰溪時，教會已經發行了一些小冊子，包括評閱宣報和青年導報。
- 1863 年正式成立基督復臨安息日會全球總會。

## 附件二A：基督教化公民榮譽證 內容

### 基督教化公民榮譽證

1. 描述國旗、洲旗或省旗、復臨青年團旗、前鋒會會旗及基督徒旗幟的圖案。
2. 在下列情況，知道應該如何將國旗和另外兩面旗一起展示出來：
  - a. 營區 / 金波利
  - b. 前鋒會日間活動
  - c. 前鋒會日活動
  - d. 檢閱
3. 示範如何摺疊國旗、如何向國旗敬禮。敘述國旗該在何時和如何掛起來展示。
4. 解釋國歌的意義，並且背出歌詞。
5. 說明作為自己國家公民擁有的權利和責任。
6. 訪問一位地方性、區域性或國家級的官員，並了解他的工作本份。
7. 寫出一頁文章或作 2 分鐘口頭報告，關於自己國家的一位著名人物，須提及他做了甚麼事而獲得認同。
8. 完成下列其中一項：
  - a. 寫出一張清單，列出自己國家領袖 10 句出名的說話。
  - b. 寫出一張清單，列出自己國家 10 個具有歷史性的著名之地。
  - c. 寫出一張清單，列出自己國家 10 個歷史上有名的事情。
9. 描述自己作為一個公民，可以如何幫助自己的教會及國家。
10. 仔細檢查在國家中取得公民權的步驟，並學習如何做到。
11. 知道如何解釋自己國家政府的行政、立法和司法程序。
12. 說明耶穌在馬太福音 22 章 21 節中所說的話：「該撒的物當歸給該撒；上帝的物當歸給上帝。」
13. 說明為何自己的國家會實施法律。

## 附件二B：服務/群育訓練2工作紙答案。

一. 是非題：要取得香港永久性居民身份所必須符合之條件請加「✓」號

問題	答案
6. 在香港出生的中國公民	✓
7. 在香港通常居住連續十年以上的中國公民	+七年
8. 在香港特別行政區成立以前已經擁有居留權的人	✓
9. 以香港為永久居住地的非中國籍的人在香港所生的未滿二十一周歲的子女	✓
10. 任何人在香港以外所生的中國籍子女	<del>任何人</del> 父或母已經擁有居留權的人

二. 分類題：請將各項填在適當位置。

公 民 的 權 利	公 民 的 責 任
A. 生育自由      B. 宗教自由 C. 選舉權利      D. 婚姻自由 E. 出入境自由    F. 享受社會福利 H. 對行政部門向法院提出訴訟	G. 遵守基本法法律 I. 承認香港是中國的一部分

三. 填充題：知道並解釋本國的政府是怎樣產生的。

6. 香港特別行政區行政長官是由中央人民政府任命。
7. 政府是由行政機關、立法機關和司法機關三者組成，各機構既是互相制約，也是彼此合作和反制的。
8. 行政會議是協助行政長官決策的機構。行政會議每周舉行一次會議，由行政長官主持。行政長官在作出重要決策、向立法會提交法案、制定附屬法規和解散立法會前，須徵詢行政會議的意見。
9. 香港特別行政區立法會由選舉產生，而主席則由議員一人一票互選產生。
10. 司法機關是負責本港的司法工作，聆訊一切檢控及民事訴訟，完全獨立於行政及立法機構。

四. 短答題：

1. 你認為國家為甚麼要訂立法律呢？請舉出兩點。

- 保障人民安全和權利
- 維持社會安定

2. 作為一個良好公民，你可以如何幫助自己的國家及教會呢？

國家： 盡公民責任，遵守國家法律，讓社會安定繁榮地發展。

教會： 愛護教會公物，讓教會成為散播基督的愛的地方。

## 附件三：友誼發展 2：認識國歌工作紙答案。

一. 選擇題，請寫出正確答案；答案可多於一項。

6. 是誰提出以《義勇軍進行曲》作為中華人民共和國的國歌？

答案：**b. 周恩來**

7. 在那一年《義勇軍進行曲》被修正為正式的國歌？

答案：**b. 1982**

8. 《義勇軍進行曲》原是 1935 年那一齣電影主題曲？

答案：**a. 風雲兒女**

9. 這齣電影的內容是什麼？

答案：**c. 中國一班愛國分子的故事**、**d. 拯救祖國而危亡及鬥爭的故事**

10. 這齣電影要提醒國民什麼？

答案：**b. 中華民族曾經面臨最危險的時候**、**d. 同心為建設祖國而奮勇前進**、  
**e. 期望中華兒女要居安思危**、**f. 永記祖國苦難的日子**

二. 問答題

3. 國歌是由誰作曲？(聶耳)

4. 國歌是由誰作詞？(田漢)

三. 填充題

起來！不願做奴隸的人們！把我們的血肉，築成我們新的長城！

中華民族到了最危險的時候，每個人被迫著發出最後的吼聲，

起來！起來！起來！我們萬眾一心，冒著敵人的炮火前進，

冒著敵人的炮火前進！前進！前進！進！

四. 思考題

1. 國歌給你什麼屬靈的教訓？請寫三點。(沒有指定答案)

2. 作為一個良好公民，你可以如何幫助自己的國家及教會呢？(沒有指定答案)

## 附件四：但以理書第 1 章 - 話劇劇本

【此劇本謹供參考】

旁白：猶大王約雅敬在位第三年，巴比倫王尼布甲尼撒攻陷耶路撒冷，並將有潛能的青年人加以訓練，希望將來可以貢獻巴比倫王國。

太監：咳！咳！年輕貌美才子，請過來呢邊！

但：嘩！呢度就係皇宮啦...

朋 1：嘩！呢度好大呀，仲大過我屋企個廁所呀！

朋 2：嘩！呢度好靚呀，仲靚過我間屋呀！

朋 3：嘩！呢度好高呀，仲高過我層樓呀！

但：喂！你地啱甘大鄉理啦...失禮死人啦！

太監：咳！咳！你們呢班聰明靚仔的才子，如果你們好好讀書、聽教聽話，將來包保你衣食無憂！記住啦！那！呢度有皇帝御用的美酒佳餚，你們隨便食，唔駛客氣架！

但、朋 1、2、3：真係架？點解嘅？你好叻呀

太監：嘟.....嘔心！你們叫名！

但：(舉手) 但以理！

朋 1：(舉手) 哈拿尼雅！

朋 2：(舉手) 米沙利！

朋 3：(舉手) 亞撒利雅！

太監：個名都嘔心過人...以後，你們叫伯提沙撒、沙得拉、米煞、亞伯尼歌啦！

但、朋 1、2、3：(細細聲講) 佢改 D 名咪仲嘔心...

太監：咳！咳！講夠了...食野啦！

但：咪住！食得架？真係要食？可唔可以食其他野...

太監：皇帝御用的美酒佳餚，你們唔係唔食呀嘛？

但：我唔係錦的意思！就是因為皇帝御用的美酒佳餚太好味，我們食唔慣啫！

太監：下?!

朋 1：係囉！其實我們對食無咩要求。

朋 2：有清水、有菜就得架啦！

朋 3：有埋生果仲好添！

太監：下?! 甘咪即係食齋？

但：太監先生！你真係好叻呀！(心心眼)

太監：采！咪講笑了！食齋食到瘦骨嶙峋，我點同皇上交代呀！唔得...唔得...

但：不如甘啦，你俾我們試十日，十日之後，我們唔靚靚仔的話，到時你點話點好囉，好嗎？

朋 1：係囉！你甘好人

朋 2：又甘靚仔。

朋3：仲好話得事添！

太監：甘呢層當然啦！仲駛你們話。

但、朋1、2、3：yes! 一於甘話啦！

太監：那！十日咋！

但、朋1、2、3：OK!

旁白：十日後，他們唔單止 keep 住靚靚仔，仲要靚過所有人，於是，可以繼續飲水食菜了。

唔單止甘，上帝仲賜聰明和智慧給你們，精通天文地理、明白各樣異象和夢兆。

## 附件五：營養榮譽證 內容



營養榮譽證

1. 解釋食物金字塔、每組食物所需的攝取量及相關食物種類。並說明飲食均衡的重要性。
2. 解釋下列各項的分別：
  - a) 蛋奶素食 (Lacto-ovo vegetarian)
  - b) 蛋素食 (Ovo vegetarian)
  - c) 全素食 (Vegan vegetarian)
3. 運用食物金字塔原則，計劃兩日餐單，至少包括一餐蛋奶素食餐。
4. 說出維他命 B1 及 B2 的另一個別稱。
5. 指出提供下列各項營養的主要食物：
  - a) 維他命 C
  - b) 維他命 A
  - c) 維他命 B1
  - d) 維他命 B2
  - e) 鐵質
  - f) 鈣質
6. 指出每天喝大量食水的重要性，並說明自己每日應喝多少水。
7. 說出三種常見以調節飲食來控制病情的疾病。
8. 了解白麵粉與全麥麵粉的分別，並指出兩者營養價值的分別。
9. 指出 RDA 的意思。

## 附件六：初級游泳榮譽證 內容



初級游泳榮譽證

1. 在水深及胸的水中，獨自從水底拿回一件物品，並且全程張開雙眼。
2. 在水深及胸的水中，以曲膝方式，把頭完全浸在水中 15 次。
3. 從池邊推進，俯臥滑行兩個身高距離。
4. 從池邊推進，仰臥滑行兩個身高距離。
5. 以自由式前游 10 米。
6. 在俯泳時倒轉方向。
7. 在仰泳時倒轉方向。
8. 討論跳水的安全守則。
9. 示範暢通氣道，以預備人工呼吸的方法。
10. 踩水。
11. 從深水區(水深稍過頭)以曲膝方式，潛行至安全的地方或水池邊。
12. 從池邊跳進深水區。
13. 以膝跪及複合姿勢從池邊跳進水中。
14. 展示基礎仰泳式 10 米。
15. 以仰泳前游 10 米。
16. 穿上救生衣跳進深水中。
17. 示範 H.E.L.P. 姿勢一分鐘。
18. 示範擠擁姿勢一分鐘。。

## 附件七：自然研究中的各項榮譽證的內容

### 貓科榮譽證



1. 貓科的學名是什麼？
2. 貓科動物在足掌構造上有何相似之處？
3. 貓科動物的眼睛有何相似之處？
4. 貓科動物主要的食物是什麼？牠們的牙齒是怎麼適合於食用這種食物？
5. 貓的鬚毛有什麼作用？
6. 要如何保護貓的耳朵？
7. 能從圖片、或是個人觀察辨識四種家貓。請描述這四種家貓的性情。
8. 家貓對人類有什麼好處？
9. 能從圖片、或是個人觀察分別七種野貓，並說明牠們生活在世界的哪一區域。
10. 哪一種動物被公認為百獸之王？為什麼牠們得此稱號？牠們在性情上有哪方面配得這個名稱？
11. 請講述安卓克利茲(為羅馬奴隸，相傳於逃入山中曾為一獅子取出身上之刺，後被置於鬥獸場中，幸遇此獅，得保其身)與獅子的故事。
12. 講述四個提及貓科動物的聖經故事。

犬科榮譽證

1. 找出犬科的學名(scientific name)。
2. 列出犬科動物的五種特徵。
3. 從照片、或個人搜查當中列出 5 種野生的犬科動物。
4. 從照片、或個人搜查當中能辨識出 25 個不同種類的常見犬科動物。
5. 請列出犬類對人的五種貢獻。
6. 請列出犬類當中，體型最小與最大的品種。
7. 用筆或口述下列犬類動物對人的價值：
  - a. 導盲犬
  - b. 聖班納犬 (Saint Bernard)
  - c. 牧羊犬 (Shepherd)
  - d. 長毛牧羊犬 (Collie)
  - e. 雪橇犬 (Eskimo)
8. 用筆寫下或口述在戰爭時期，犬類對人有甚麼特別的貢獻。
9. 從照片或個人搜查當中列出五種屬於「玩具犬」的犬類動物。
10. 何種犬類的舌頭全是藍色或黑色的？
11. 哪一種狗跑得最快？
12. 哪一種「玩具犬」最受人歡迎。
13. 哪一種狗隻是特別用來協助追蹤罪犯的？
14. 寫下或講述一個有關狗的故事。

哺乳動物榮譽證

1. 上帝在第幾天創造哺乳類動物？
2. 列出哺乳類動物的四種特徵。
3. 在下列的哺乳動物分類列表中，至少列出一個或多個各類的特徵和動物名稱：
  - a. 有袋目 (Marsupialia)
  - b. 食蟲類 (Insectivora)
  - c. 翼手目 (Chiroptera)
  - d. 食肉目 (Carnivora)
  - e. 鰐足亞目 (Pinnipedia)
  - f. 齒齒目 (Rodentia)
  - g. 兔形目 (Lagomorpha)
  - h. 偶蹄目 (Artiodactyla)
  - i. 海牛目 (Sirenia)
  - j. 鯨目 (Cetacea)
4. 列出四種對人類有益的哺乳動物，並說明牠們如何有益於人類。
5. 列出四種對有害於人的哺乳動物。
6. 列出四種完全生活於水中的哺乳類動物，並指出牠們自然居住的區域。
7. 能知道地球上體型最大的哺乳動物，並說明牠們的居所及進食習慣。
8. 列出你曾經在野外觀察過的八種野生哺乳類動物。
9. 寫或講一個故事，關於你曾觀察過的野生哺乳類動物。

種子榮譽證

1. 種子的主要功能是什麼？
2. 人類在伊甸園中所賜予的第一種食物是什麼？
3. 從一粒種子中察看或用畫的方式來學習種子下列各部份，並指出其用途：
  - a. 種子外皮 (seed coat)
  - b. 子葉 (cotyledon)
  - c. 胚芽 (embryo)
4. 列出植物傳播種子的四種不同方法。列出三種植物，說明它們傳播種子的方法。
5. 認識十種我們常作為食物的種子。
6. 認識五種我們常做為油脂的種子。
7. 認識五種我們常作為香料的種子。
8. 種子必須要在什麼條件下才能發芽？
9. 蒐集三十種不同類別的種子，當中只可以有二十種透過購買得來。將所有種子清楚、整齊的貼好並標示下列的相關資料：
  - a. 種子的名稱
  - b. 蒐集日期
  - c. 找到的地點 / 方法

寵鳥榮譽證

1. 飼養一隻或一對雀鳥至少六個月。
2. 完成下列其中一項：
  - a. 如果你有飼養寵鳥(cage bird)，完成至少一個月的飼養記錄。記錄內容包括牠的進食習慣、水的需要、籠子清潔等。
  - b. 如果你沒有飼養寵鳥(cage bird)，但在以前完成了第(1)項要求，可在別人外遊期間照顧他們所飼養的雀鳥一星期，保留護理記錄。
3. 金絲雀 (canary)
  - a. 說出金絲雀四個種類的名稱。
  - b. 說出有關金絲雀發源及發展的簡史。
  - c. 說出並分辨五種用來餵飼金絲雀的種子。
  - d. 簡單描述照顧金絲雀的基本方法。
4. 長尾小鸚鵡(parakeets)或愛情鸚鵡(lovebird)：
  - a. 指出上述鸚鵡的原產地是哪個國家。
  - b. 簡單描述牠們進食及築巢的習慣，及一般的習性行為。
5. 鴿子：
  - a. 說出並能辨識六種鴿子的種類。
  - b. 描述牠們食物的種類及基本飼養和管理方法。
6. 知道自己國家有關捕捉、繁殖、售賣及/或出口養鳥的法律，並清楚當自己完成此榮譽證時，沒有觸犯有關法律問題。

## 附件八：戶外生活3 一般的安全守則 答案

請回答以下問題：

### 一. 單車安全

問題	答案
11. 騎單車時除發出訊號外，雙手應否緊握把手？	<u>應該</u>
12. 雙腳放在那裏？	<u>腳踏上</u>
13. 「快速公路」或「隧道區域」範圍內可以騎單車嗎？	<u>不可以</u>
14. 單車可否載客？	<u>不可以</u>
15. 騎單車時不可戴上_____	
a. 帽	
b. 眼鏡	
c. 耳筒	<u>C</u>
16. 是否可以在單程路的相反方向？	<u>不可以</u>
17. 騎單車時，應靠左方行駛還是右方行駛？	<u>左方</u>
18. 晚間或能見度低的情況下騎單車，必須開亮車頭及車尾的燈，請寫出車頭及車尾燈的顏色？	<u>車頭白色 車尾紅色</u>
19. 單車的車鈴是在有需要時使用，其作用是什麼？	<u>警告 其他人 你正駛近</u>
20. 這標誌表示什麼意思？	



禁止  
踏單車

## 二. 道路安全

問題	答案
7. 可否在馬路或行人路上玩耍？	否
8. 橫過馬路時，應使用什麼交通安全設施？試舉一例	<u>行人天橋、行人隧道、斑馬線、交通燈過路處</u>
9. 車輛未停定時，應否上車？	不應
10. 當坐車時，乘客可否將身體任何一部份伸出窗外？	不可
11. 兒童應否獨自橫過馬路？	否
12. 當綠色人像燈閃動時，行人應該怎樣？	c
a. 馬上過馬路	
b. 察看左及右方，確保安全才過馬路	
c. 停步，並耐心等候綠色人像再次亮起	

## 三. 家居安全

1. → 	→ 固定電力裝置須由註冊電業承辦商安裝。切勿使用有金屬外露部份未經接地的電器。
2. → 	→ 外出時盡可能把電器，尤其是高負荷電器關上。
3. → 	→ 電力裝置必須作定期檢查及保養，確保其安全。

4. →		→ 若非註冊電業工程人員，請勿自行修理電器或接駁電線。
5. →		→ 使用插頭、萬能蘇及拖板時，注意及避免可能因為接觸不良而出現過熱情況。不要使萬能蘇及插座負荷過重。
6. →		→ 手濕時，切勿接觸任何電器、插座或電掣。
7. →		→ 切勿將電器之軟電線接觸高溫物體。
8. →		→ 切勿將電暖風機放近易燃物品，以免發生火警。
9. →		→ 切勿使用不合規格的萬能蘇、插頭或拖板。
10. →		→ 切勿在浴室外使用手提電器，而安裝於浴室外之電器亦必須符合電力(線路)規例。

## 附件九：追蹤符號

踪跡記號的主要目的乃是給後面的人閱讀後知所遵循，不致於迷路。以下是一些最常使用的記號：

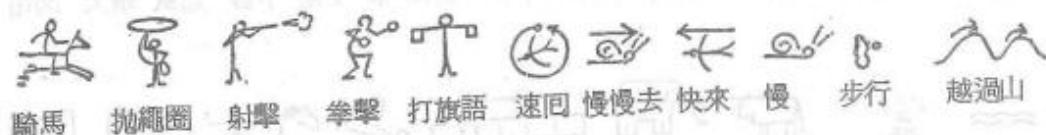
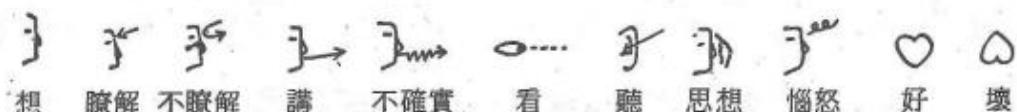
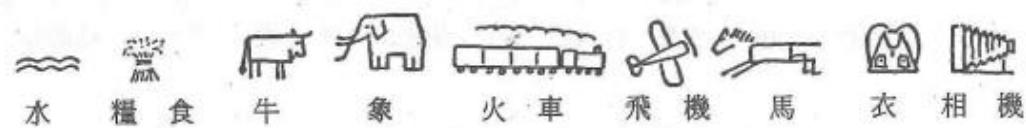


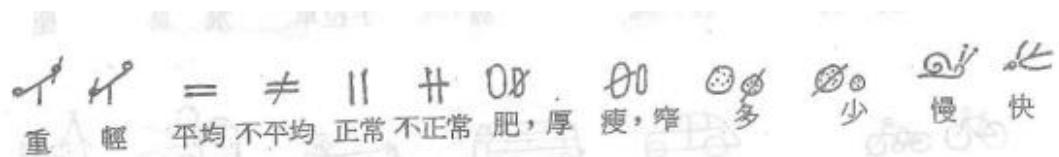
有些信息不想他人知道，卻想傳達給自己的人，可藉「以圖示意」的方法進行，以下即是一些可用的書信記號：



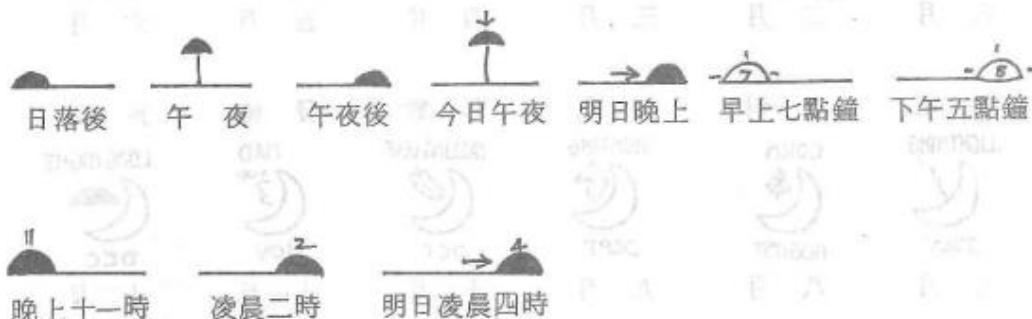
一些實物如樹、橋、山等可以簡圖作出記號如下：







一些有關時間的記號：



以下是一些有關每天、每月、每季的記號：



星期日



星期一



星期二



星期三



星期四



星期五



星期六

雪花



正月

SNOW

JAN

死 亡



二月

DEATH

FEB

甦 醒



三月

AWAKEMING

MARCH

草



四月

GRASS

APRIL

栽 種



五月

PLANTING

MAY

玫 瑰



六月

ROSE

JUNE

正月

二月

三月

四月

五月

六月

七月

八月

九月

十月

十一月

十二月

正月

二月

三月

四月

五月

六月

七月

八月

九月

十月

十一月

十二月



SPRING

春



SUMMER

夏



AUTUMN

秋



WINTER

冬

## 附件九：4F 反思法

### 1. Fact (事實 / 經歷)

- (a) 回顧剛參與活動時的過程。(今天大家參與過什麼活動?)
- (b) 文章中 / 生活中的事實。(從文章中看到什麼?)
- (c) 其他人曾提出的論點或建議。

### 2. Feeling (感受)

- (a) 分享個人對自己、別人或文章的感受。
- (b) 你對事件的看法。
- (c) 你是否認同某些論點或事件？

### 3. Finding (領悟)

- (a) 從文章、討論或生活中，有什麼積極或有意義的啟示與教訓?
- (b) 如何從中更認識自己的性格？
- (c) 可用聖經金句回應。

### 4. Future (展望)

- (a) 從活動、生活或文章中獲得的領悟。
- (b) 如何融入往後的生活中？
- (c) 你學了什麼東西可以在將來運用？
- (d) 你如何改善自己的不足？



youth ministries  
department

基督復臨安息日會港澳區會 青年事工部 © 2019