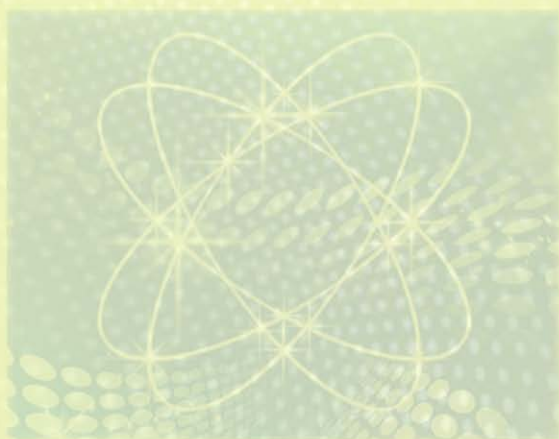


感恩教育读本（一）





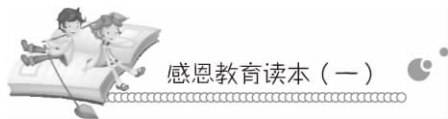
前 言

感恩，即感恩戴德之意，亦有感谢、感激之说。《现代汉语词典》是这样解释的：“感恩，对别人所给的帮助表示感激。”感恩是中华民族的传统美德，在中国传统文化里，对知恩图报极为推崇。《战国策》中云：“人之有德于我也，不可忘也。”生活中也有“知恩不报非君子”、“投我以桃，报之以李”、“滴水之恩当涌泉相报”、“谁言寸草心，报得三春晖”等充满感恩情怀的佳句，这些都是对感恩的诠释和要求。

感恩是生活中不可或缺的阳光雨露。它是一种处世哲学，一种生活态度和道德情操；它是生活中的大智慧，来自对生活的热爱和希望。懂得感恩的人，才是天底下最幸福的人；追求感恩的人，人生才有目标和前进的方向，人生的内在价值和社会价值才有可能得到完美的实现。

怎样才能让人们充满感恩之情，常怀感恩之心呢？这是需要通过科学的感恩教育才能够实现的。感恩教育的科学性体现在两个方面。一是要坚持教育内容的系统性。这包括使





受教育者懂得感恩家人、感恩朋友、感恩生活、感恩大自然、感恩社会。二是坚持教育活动过程的伦理性。这是指通过科学的感恩教育，使受教育者真正学会知恩、记恩、报恩，在感恩实践中，在善待自己、发展自己、完善自己的前提下，去报答长辈，关爱他人，热爱生活，尊重自然，回报社会。

我们所提倡的科学的感恩教育，既是一种中华民族传统美德教育，又是一种爱中国共产党、爱祖国、爱人民、爱社会主义的情感教育。因此，感恩教育应当在全国各行各业中提倡和开展，特别应当从少年儿童抓起。我们相信，科学的感恩教育的开展和普及，将会极大地增进人们感恩实践的科学性，提高人们感恩实践的有效性，对促进和谐社会的建设将会产生较大的现实意义和深远的历史意义。如能达到这种效果，作为《感恩教育读本》的编著者，我们就感到非常欣慰了！

邹顺康^①

2010年11月18日

^① 邹顺康，西南大学政治与公共管理学院副院长、伦理学教授、硕士研究生导师。



目 录

血浓于水 感恩亲人

第一单元

- 第一课 什么是亲情 (3)
- 第二课 我从哪里来 (6)
- 第三课 伟大的亲情 (12)

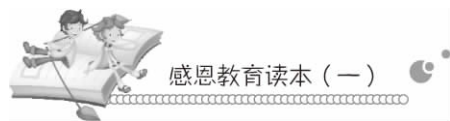
第二单元

- 第一课 动物的感恩 (28)
- 第二课 感恩父母 (36)
- 第三课 感恩亲人 (43)

第三单元

- 第一课 学会理解亲情 (51)
- 第二课 从孝敬做起 (57)





尊师重道 感恩老师

第一单元

- 第一课 什么是“老师” (73)
- 第二课 老师是无私奉献的人 (82)
- 第三课 老师是平凡而伟大的人 (91)

第二单元

- 第一课 圣人孔子也尊师 (98)
- 第二课 汉明帝敬师名留后世 (100)
- 第三课 程门立雪 (106)

第三单元

- 第一课 学会基本的尊师礼仪 (111)
- 第二课 养成感恩老师的行为习惯 (119)
- 第三课 为老师做力所能及的事情 (129)

珍爱自己 感恩生命

第一单元

- 第一课 生命 (139)
- 第二课 生命的意义 (150)



第二单元

第一课 人生快乐是真谛 (164)

第二课 学会如何提升生命的价值 (169)

第三课 生命之旅，学会做人 (176)

第四课 挑战命运，创造辉煌人生 (181)

第五课 培养成功的能力，养成好习惯 (194)

第六课 感恩生命，从我做起，从小事做起 (199)

后 记 (206)



血浓于水

感恩亲人

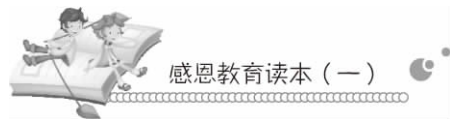
第一单元



第一课 什么是亲情



图1 一家人其乐融融



孩子们，你们知道什么是亲情吗？亲情就是亲人之间的感情，爸爸、妈妈和我们之间的感情，爷爷、奶奶和我们之间的感情，哥哥、姐姐、弟弟、妹妹之间的感情，等等。亲情是相互的，不是单方面的，比如说爸爸对我们的爱是亲情，我们对爸爸的爱也是亲情。



自由阅读

你知道对我们的亲人该怎么称呼吗？请读一读下面的小资料。

家族歌

爷爷，爸爸的爸爸叫爷爷；

奶奶，爸爸的妈妈叫奶奶；

伯伯，爸爸的哥哥叫伯伯；

叔叔，爸爸的弟弟叫叔叔；

姑姑，爸爸的姐妹叫姑姑；

外公，妈妈的爸爸叫外公；

外婆，妈妈的妈妈叫外婆；

舅舅，妈妈的兄弟叫舅舅；

阿姨，妈妈的姐妹叫阿姨。



【说一说】

孩子们，给大家介绍一下你的家人吧。



图2 小朋友在介绍自己的家人

【做一做】

亲情是最朴素最美丽的感情，它和我们的血脉相连，与我们的生命相系。亲情永远是我们心中最柔软的角落。查阅有关工具书，然后按自己的理解，说说什么是亲情。（不超过100字）



第二课 我从哪里来

孩子们，你们是否知道自己是怎么来到这个世界上的呢？你们是否追问过自己的爸爸、妈妈：我从哪里来？原来呀，我们都是从妈妈的“肚子”里出来的。我们在妈妈“肚子”里是怎样长大的呢？今天我们就来了解那段生命的历程吧！

我们每个人都是妈妈怀胎十月，然后生下来的。最初的我很小很小，小到眼睛都看不见，只是一个叫做“受精卵”的细胞。



图3 发育成形的胎儿



后来这个小小的细胞开始逐渐分裂成2个、4个、8个……以至于很多个细胞，并逐渐生长起来，当时的我们被叫做“胚胎”，再以后就长出了头、颈、身体和四肢，发育成了一个成形的胎儿。

在妈妈的肚子里，有一个专门给胎儿准备的“房子”——“子宫”。我们要在那间“房子”里住十个月，然后经过妈妈的分娩才降生。我们在妈妈肚子里的十个月中，妈妈会感受到身体的负担在一天天地加重，但是妈妈还是会不断给我们提供营养，并且保护我们不受伤害。妈妈和爸爸还会给肚子里的我们放好听的音乐，讲有趣的故事，希望我们在妈妈的肚子里健康、快乐地成长。

在全家人的细心照顾和满心期盼中，在妈妈的精心呵护下，我们每天都在成长。终于有一天，在妈妈的阵痛中，我们来到了这个世界。当我们发出第一声啼哭的时候，初为人父、人母的爸爸和妈妈充满了迎接我们到来的喜悦。

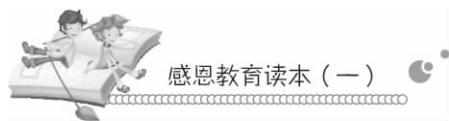
【问一问】

“我”在妈妈的肚子里一天天长大，妈妈为“我”来到这个世界，作了什么样的准备呢？

【说一说】

妈妈多不容易啊！一面承受着身体上的不便，同时还要





为我们的到来做着各种准备。说说父母为我们的到来做了哪些准备呢？

【活动与体验】

当我们在妈妈“肚子”里时，给妈妈的生活和工作带来了很多不方便。请你在自己的腹部绑上一个小枕头或书包，做一些日常生活中的小事，来体验一下妈妈的艰辛。

附活动记录表：

体验“大肚子妈妈”

活动项目与感受	我肚子“变大”前	我肚子“变大”后
起床		
蹲下		
爬楼		
睡觉		

注：表格中的项目由学生自己填写，在自己体验生活的过程中，凡是自己有感受的事情都可以作为活动记录中的项目。

活动感悟：通过体验，我知道为了孕育我，妈妈付出了很多的心血。我想对妈妈说：_____





我想为妈妈做: _____



自由阅读

孩子与上帝的对话

很久以前，一个孩子即将降临人世。

孩子问上帝：“他们说明天你将要送我到地球，可我那么小又那么无助，我要怎样在那里生活呢？”

上帝回答说：“在所有的天使之中，我已经为你选中了一个。她将在那里等你，并且会照顾你。”

“你的天使不但每天会为你歌唱，而且还会对你微笑。你将会感受到她的爱，会感到快乐。”

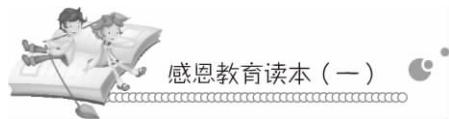
“那么，”孩子又问了，“如果我不懂人类的语言，当人们对我说话的时候，我怎样才能明白呢？”

“这很容易，”上帝说，“你的天使给你讲的将是你听过的最甜美的语言，你的天使会用极大的耐心和关爱，去教你说话。”

孩子说：“我听说地球上有人，谁会保护我呢？”

上帝接着孩子说：“你的天使将会保护你——即使丢掉自





己的性命也会保护你!”

那一刻天堂里无比宁静，然而，来自地球的声音已经依稀可以听到。

孩子赶忙用柔软的声音问道：“噢，上帝，如果我现在就要离开的话，请快告诉我，我的天使叫什么!”

上帝答道：“你的天使的名字并不重要，你只要喊她‘妈妈’就可以了。”

(节选自《希望长着翅膀》)

【名人名言】

世界上有一种最美丽的声音，那便是母亲的呼唤。

——但丁

妈妈你在哪儿，哪儿就是最快乐的地方。

——英国谚语

人的嘴唇所能发出的最甜美的字眼，就是母亲，最美好的呼唤，就是“妈妈”。

——纪伯伦

母爱是世间最伟大的力量。

——米尔

在孩子的嘴上和心中，母亲就是上帝。

——萨克雷



父母和子女，是彼此赠予的最佳礼物。

——维斯寇

再没有什么能比人的母亲更为伟大。

——惠特曼

全世界的母亲多么的相像！她们的心始终一样。

——惠特曼

母亲，人间第一亲；母爱，人间第一情。

——字严

【写一写】

学完了这课，你想对妈妈说什么呢？请写一写，字数在100字左右。

