



道德与生活

主 编 张 萍
副主编 胡文丽 潘莉莉



中国人民大学出版社



北京电子科技职业学院“文化育人”系列教材
BEIJING POLYTECHNIC

高等职业教育德育课系列教材

道德与生活

主 编 张 萍
副主编 胡文丽 潘莉莉

中国人民大学出版社
· 北京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

道德与生活/张萍主编. —北京: 中国人民大学出版社, 2013. 8

高等职业教育德育课系列教材

ISBN 978-7-300-17839-4

I. ①道… II. ①张… III. ①品德教育-中国-高等职业教育-教材 IV. ①D648

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 178884 号

高等职业教育德育课系列教材

道德与生活

主 编 张 萍

副主编 胡文丽 潘莉莉

Daode yu Shenghuo

出版发行 中国人民大学出版社

社 址 北京中关村大街 31 号

邮政编码 100080

电 话 010-62511242 (总编室)

010-62511398 (质管部)

010-82501766 (邮购部)

010-62514148 (门市部)

010-62515195 (发行公司)

010-62515275 (盗版举报)

网 址 <http://www.crup.com.cn>

<http://www.ttrnet.com>(人大教研网)

经 销 新华书店

印 刷 中煤涿州制图印刷厂

规 格 185 mm×260 mm 16 开本

版 次 2013 年 11 月第 1 版

印 张 12.25

印 次 2013 年 11 月第 1 次印刷

字 数 277 000

定 价 26.00 元

版权所有 侵权必究

印装差错 负责调换

北京电子科技职业学院
“文化育人系列教材”编写指导委员会

主 任：安江英

副主任：王利明

委 员：（以姓氏笔画为序）

马盛明（出版社）

牛晋芳（出版社）

王 萍

兰 蓉

刘京华

陈洪华

李文波（企业）

李亚杰

胡际童

韩志伟

于 京

王正飞（出版社）

王 霆

叶 波（出版社）

朱运利

何 红

李友友

张惠清

黄 燕（出版社）

蒋从根

胡锦涛同志在庆祝清华大学建校 100 周年大会上指出，高等教育是优秀文化传承的重要载体和思想文化创新的重要源泉，要积极发挥文化育人作用。“文化育人”是一个系统工程，其核心是“育人”，既要教学生做事，又要教学生做人。教育部《关于推进高等职业教育教学改革创新引领职业教育科学发展的若干意见》（教职成〔2011〕12 号）指出：坚持育人为本，德育为先。高等职业学校要把社会主义核心价值观体系、现代企业优秀文化理念融入人才培养全过程，强化学生职业道德和职业精神培养，加强实践育人，提高思想政治教育工作的针对性和实效性。重视学生全面发展，推进素质教育，增强学生自信心，满足学生成长需要，促进学生人人成才。

多年来，学校致力于探索面向人人的终身就业教育规律，坚持素质性、基础性和终身性协调匹配的原则，将文化素质教育融入到人才培养体系中。通过文化育人，以文载德，以文化人，促进学生全面发展。学校启动了“文化育人系列课程及教材建设”工作，系统设计与推进文化素质课程建设，提升学生职业素养水平，增强学生可持续发展能力。

“文化育人系列课程及教材建设”是一个系统工程，目前由 4 条主线构成。思想政治类课程以“弘扬社会主义核心价值观理念和民族精神”为主线，通过辅以中华优秀传统文化、自然科学与科技、社会与文化及自我与人生等范畴的课程模块，促进学生面向人生与社会的基本见识和人文素质的养成，促进学生身心健康地做人做事，成为对创新型国家有用的人才。“三基”必修课类课程以“文化基础知识、基本技能和基本能力的培养”为主线，通过辅以各种学科竞赛，提升学生的基本文化素质，实现知识育人的目的。经济管理类选修课以“就业、创业、创新教育”为主线，通过邀请具有创新、创业经历的成功人士现场授课，以及互动式、实战式教学方法与自主式、探究式学习方法的结合呼应，让学生在创新教育与训练中感悟做人的道理和方法，反思做什么样的人、怎样做人，让社会主义核心价值观融入到学生的心里。专业群大类公选课以“产业文化、企业文化进校园、进课堂”为主线，通过辅以国内外优秀企业文化案例，使学生懂得企业文化决定着企业生存和发展的道理，让追求卓越、崇尚创新的现代企业优秀文化融入到学生的心里。

学校通过“教师自主申报”、“学校论证立项”等形式，对项目的选题、实施条件等进行充分评估，严格审核项目立项，并在项目实施过程中，做好项目跟踪检查、项目中期检查、项目结题验收等工作，确保项目的高质量完成。

这套“文化育人系列教材”突出了选题创新、结构创新、呈现方式创新，试图让学

生喜欢，通过阅读和学习感染人、影响人、启迪人、培育人。“文化育人系列教材”建设，得到了各级领导、行业企业专家及教育专家的大力支持和热心指导与帮助，在此深表谢意。相信该系列教材能为我国高等职业教育的课程模式改革与创新做出积极的贡献。

北京电子科技职业学院

副校长 安江英

2013 年 2 月

英国伟大的道德学家塞缪尔·斯迈尔斯说：“一个国家的前途，不取决于它的国库之殷实，不取决于它的城堡之坚固，也不取决于它的公共设施之华丽，而在于它的公民品格之高下。”

党的十一届三中全会以来，特别是十四大以来，随着改革开放和现代化建设事业的深入发展，社会主义精神文明建设呈现出积极健康向上的良好态势，公民道德建设迈出了新的步伐。爱国主义、集体主义、社会主义思想日益深入人心，为人民服务精神不断发扬光大，崇尚先进、学习先进蔚然成风，追求科学、文明、健康生活方式已成为人民群众的自觉行动，社会道德风尚发生了可喜变化，中华民族的传统美德与体现时代要求的新的道德观念相融合，成为我国公民道德建设发展的主流。但是，我国公民道德建设方面仍然存在着不少问题。社会的一些领域和一些地方道德失范，是非、善恶、美丑界限混淆，拜金主义、享乐主义、极端个人主义有所滋长，见利忘义、损公肥私行为时有发生，不讲信用、欺骗欺诈成为社会公害，以权谋私、腐化堕落现象严重存在。这些问题如果得不到及时有效解决，必然损害正常的经济和社会秩序，损害改革发展稳定大局，应当引起全党、全社会高度重视。

2001年9月20日，中共中央印发《公民道德建设实施纲要》，提出要在全社会大力提倡“爱国守法，明礼诚信，团结友善，勤俭自强，敬业奉献”的基本道德规范。2006年3月4日，胡锦涛同志在第十届中国人民政治协商会议第四次会议的民盟、民进联组会上发表了“关于树立社会主义荣辱观”的讲话。2006年，党的十六届六中全会明确提出了社会主义核心价值体系这个科学命题。2012年，党的十八大提出：“倡导富强、民主、文明、和谐，倡导自由、平等、公正、法治，倡导爱国、敬业、诚信、友善，积极培育和践行社会主义核心价值观。”党的十八大报告是对社会主义核心价值观的最新概括。这个概括是从国家、社会、个人三个层面进行的。从国家层面看，是富强、民主、文明、和谐；从社会层面看，是自由、平等、公正、法治；从公民个人层面看，是爱国、敬业、诚信、友善。

公民道德建设意义重大，但如何对学生进行道德教育呢？党的十七届六中全会强调，要全面认识祖国传统文化，加强优秀传统文化思想价值的挖掘和阐发，使优秀传统文化成为新时代鼓舞人民前进的精神力量。中华民族传统文化源远流长，博大精深，放射着光彩夺目的思想光芒；善于挖掘和弘扬中国传统文化的精华，是提升人们道德素养的不竭源泉。所以，本教材以公民道德规范为基线，结合传统文化，分五章进行编写。第一章，爱

国守法与民族精神；第二章，明礼诚信与传统思想；第三章，团结友善与传统美德；第四章，勤俭自强与民族精神；第五章，敬业奉献与民族美德。

本教材在内容的编排上，分为引典明理、感悟道德、走进生活、体验导行四个模块。“引典明理”是引入中国传统文化中的经典名句，包括诸子百家的思想、中华诗词的名句、传统文学中的经典名言；“感悟道德”是通过阅读传统文化中的典故、日常生活中的道德案例，感悟道德修养，以激励学生加强自身道德修养；“走进生活”是通过选用现实生活中典型道德案例，引领学生思考，以让学生分清是非对错、光荣与耻辱，提升道德认知水平；通过“体验导行”，引导学生践行良好的道德规范，以达到养成良好道德素质的行为。

本书可以作为普通高校“思想道德修养与法律基础”课程的教学参考书或课外阅读拓展教材，亦可作为高等职业院校通选课程用书。

本书由张萍任主编并统稿，胡文丽、潘莉莉任副主编，几易其稿，付出了很多心血。本书共五章，其中第一章和第三章由胡文丽编写，第二章和第四章由张萍编写，第五章由潘莉莉编写。书中有些文字和图片选自网上，但没有找到相关作者署名，无法在书中致谢，特此说明，在此一并表示感谢。

由于编者水平有限，书中错漏难免，恳请广大读者指正。

编者

2013年7月

目 录

第一章	爱国守法与民族精神	1
第一节	热爱祖国 爱国之情	3
一、	爱国是一种情怀	4
二、	爱国是一种忠诚	7
三、	爱国是一种尊严	11
第二节	报效祖国 爱国之行	16
一、	报国是一种志向	17
二、	报国是一种奋斗	19
三、	报国是一种奉献	21
第三节	学习法律知识 遵守法律	26
一、	知法懂法	26
二、	知法守法	30
第四节	树立法律意识 积极守法	35
一、	主动用法	36
二、	主动护法	38
第二章	明礼诚信与传统思想	42
第一节	明礼做人 合礼做事	43
一、	礼貌待人, 重在行动	44
二、	美在文明, 爱在礼仪	45
三、	爱护文物, 文明旅游	47
四、	文明赛场, 理智观看	51
第二节	实事求是 遵守规则	56
一、	诚实做人, 实事求是	56
二、	诚实做人, 遵守规则	58
第三节	遵守诺言 讲求诚信	60
一、	传承美德, 诚信为要	61

二、诚实守信，成功保障	62
三、诚实守信，公民责任	65
第四节 尊重隐私 律己敬人	68
一、尊重隐私，见面不必“查户口”	69
二、严于律己，尊重网络隐私权	72

第三章 团结友善与传统美德

75

第一节 顾全大局 团结一致	76
一、团结就是力量	77
二、团结是集体主义精神的表现	80
第二节 和而不同 团结合作	83
一、团结是“和而不同”	84
二、团结是合作互助	88
第三节 以和为贵 友善相处	91
一、友善是礼让，不是争执	92
二、友善是体谅，不是指责	94
三、友善是坦诚，不是隐瞒	98
第四节 仁者爱人 友善待人	101
一、友善是尊重，不是歧视	102
二、友善是关爱，不是冷漠	104
三、友善是帮助，不是排斥	108

第四章 勤俭自强与民族精神

111

第一节 勤奋学习 收获智果	112
一、惜时如金，每天时间有安排	113
二、讲求效益，管好自己的时间	115
三、终身学习，学用结合长本领	117
第二节 注重节俭 合理消费	122
一、节俭要从日常生活的点点滴滴做起	122
二、反对盲目攀比和铺张浪费的不良风气	125
三、提倡低碳消费，推进生态文明，建设美丽中国	128
四、婚丧嫁娶，移风易俗，文明简朴	131
第三节 自力更生 奋发图强	133
一、自力更生，意志坚强	133
二、学好本领，自强不息	134
三、正确处理自强自立与外援的关系	137

第四节 珍爱生命 积极进取	138
一、珍爱生命，远离毒品	138
二、注重健康，天天锻炼身体	143
三、乐观豁达，遇到事情积极选择	146
四、讲究清洁，干干净净每一天	148
 第五章 敬业奉献与民族美德	151
第一节 责任为重 勇于承担	152
一、尽责守分是美德	153
二、责任重于泰山	156
三、勇于负责有担当	159
第二节 立足本职 毅力顽强	160
一、立足本职，爱岗敬业	161
二、积极进取，履行学习责任	164
三、毅力顽强，做事有始有终	165
第三节 服务社会 热心公益	170
一、公益是一种态度与责任	170
二、在志愿者行动中实现人生价值	172
第四节 助人为乐 无私奉献	176
一、助人为乐，不图回报	177
二、见义勇为，扶危济困	179
三、无私奉献，书写青春	180

第一章

爱国守法与民族精神

国家兴亡 匹夫有责

爱国守法主要是规范公民与国家的关系,是任何一个国家的公民都必须履行的最基本义务,是公民基本道德规范中的根本。爱国与守法是相辅相成的:爱国是守法的基础,守法是爱国的体现。因为爱国,所以要遵守国家的法律。任何违反法律法规的违法行为,都会对国家造成不同程度的损害,影响国家的稳定和发展。所以,守法是公民对国家的道德责任的底线。

《公民道德建设实施纲要》提出的公民基本道德规范的第一项要求就是“爱国”。爱国实际上是对一个公民首要的道德要求,不爱国是最大的不道德。

加强爱国主义,要弘扬民族精神。民族精神是一个民族在长期历史进程中形成的民族意识、民族风俗、民族信仰及民族的价值观和价值追寻的共同特征。民族精神是民族传统文化中维系、协调、指导、推动民族生存和发展的精神思想,是一个民族的生命力。德国哲学家黑格尔讲过一句话:自世界文明诞生以来,诞生了许多民族和文化,只有黄河、长江流过的中华帝国是世界上唯一持久的国家。中华民族延绵不绝的原因是什么?就是因为有伟大的中华民族精神传承到今天。今天弘扬民族精神,首先要了解我国的民族精神。第一,我国古代传统的民族精神:“明公灭私”、“天下为公”的尚公精神;“发奋忘食,乐以忘忧”、“锲而不舍,金石可镂”的刚健有为、自强不息的精神;“三军可夺帅也,匹夫不可夺志也”、“富贵不能淫,贫贱不能移,威武不能屈”的高尚情操和民族气节;“先天下之忧而忧,后天下之乐而乐”、“天下兴亡,匹夫有责”的以天下为己任的忧国忧民的责任感和爱国主义精神;崇尚仁义、厚德载物的雍容大度、包罗万物的宽容精神;“路漫漫其修远兮,吾将上下而求索”的不懈的追求精神;“头悬梁、锥刺股”的刻苦自立的勤学精神。第二,新民主主义时期的民族精神:气贯长虹的井冈山精神、长征精神、延安精神、红岩精神、西柏坡精神。第三,新中国成立后的民族精神:抗美援朝精神、1998年的抗洪精神、2003年的抗击非典精神以及两弹一星精神、航天精神。大学生加强人文教育,就是要通过学习优秀传统文化、加强民族精神的教育来转变学习动力不足、社会责任感不强的状况。

加强爱国主义,要与时俱进,具有时代精神。不同时代的人有不同的历史使命。20世纪三四十年代,战火纷飞,其爱国表现是投笔从戎奔向革命。20世纪五六十年代,一穷二白,其爱国表现是努力学习,改变国家的贫穷。进入新世纪,摆在我们中国人民面前的三大任务是全面建设小康社会、加快推进社会主义现代化建设、实现中华民族伟大复兴。大学生要肩负起新的历史使命,为振兴中华而奋斗。

守法是道德的底线,是最起码的道德要求,是全体公民都应具有的基本道德意识和道德义务。法律和道德都是人们的行为规范:法律是依靠国家强制力来保证执行的行为规范,是人类精神的“他律”;道德则是依靠社会舆论、传统习惯特别是人们的内心信念来维持的行为规范,是一种“自律”。“自律”与“他律”是互相渗透、相辅相成的,法律是道德的后盾,道德是法律的有力助手,“道德兴而法生威”。

尽管我国历史上存在着重德轻法的传统,但也不乏强调公正执法重要性的论述,如金縢的“执法如山,守身如玉”、司马迁的“奉公如法则上下平”、薛宣的“不可假公法

以报私仇，不可假公法以报私德”、《尚书·大禹谟》中的“罔失法度”等论断，都指出要秉公执法、顾全大局，而反对徇私枉法、以权谋私，不以私情害公利。这也是我国的优良道德传统，廉洁奉公、反贪拒贿是它的具体表现。其中，北宋名臣包拯为官清正、执法严明的事迹在我国广泛流传，成为我国古代清官的典型。在《宋史·包拯传》中，包拯说：“后世子孙仕官，有犯赃者，不得放归本家，死不得葬于大茔中。不从吾志，非吾子吾孙也。”由此可见，守法是对历史上的爱国主义传统和公正执法思想的继承和发扬。

守法的内涵包括知法、懂法、遵法、用法、护法以及有法可依、有法必依、执法必严、违法必究、坚决维护宪法和法律的权威等。坚持爱国守法，就是要求公民不仅有知法、懂法、遵法、用法、护法的法律意识，还要把法律意识转化为法律行为，使自己的言行合乎法律规范，在实践中养成依法办事、依法活动、依法行使权利和履行义务的自觉性。只有每个公民都知法、懂法、遵法、用法、护法，才能使法律精神深入人心并内化为公民的道德素养，培养文明行为，形成良好的社会风气，使德治与法治相互支持、相互融合，促进扬善惩恶社会风气的形成、巩固和发展。

守法推动着中华民族道德水平的提高，而全民族道德水平的提高又推动着法制建设的历史进程。这是依法治国和以德治国相结合的辩证法。守法不仅是依法治国、建设社会主义法治国家对公民行为的必然要求，也是公民维护自身合法权益、维护社会秩序良性运行的有效途径。

对于大学生来说，在校期间要以道德为动力和基础去认同和培养遵纪守法的良好习惯，自觉遵守国家的法律、法规，自觉限制自己的不良言行及违法犯罪行为，自觉抵制各种消极丑恶现象。

本章我们将具体从以下四节来学习：

第一节 热爱祖国 爱国之情

第二节 报效祖国 爱国之行

第三节 学习法律知识 遵守法律

第四节 树立法律意识 积极守法

第一节 热爱祖国 爱国之情

引典明理

《孟子·滕文公下》中说：“富贵不能淫，贫贱不能移，威武不能屈，此之谓大丈夫。”即金钱地位不能使自己迷惑腐化，贫苦穷困不能改变自己的志向，权势武力不能让自己屈服变节，这是真正的大丈夫。汉朝的苏武身上便具有这种爱国的坚守节操、大义凛然的高

尚品德。苏武在匈奴度过了19个年头，但他没有忘记自己是汉朝的使臣，代表着国家，所以坚决不做有辱国格的事，维护了国家的尊严，受到了人们的尊敬。匈奴两次派人劝其投降，苏武都严词拒绝了，而且宁可死也决不投降。匈奴人把他关进地窖，不给吃喝，他就吃羊皮、吃雪，顽强地活着。匈奴人又把他送到遥远的北海（今贝加尔湖），叫他放羊，说不投降就让他在那里待一辈子。苏武宁肯每天挖野菜、吃田鼠、受冷挨饿也决不屈服。那根代表汉朝、表明使者身份的“使节”（一根长棍，上面挂着穗子），他一直放在身边，放羊的时候也拿在手中。天长日久，“使节”上的穗子都掉光了，他仍然紧握不放。在苏武的身上，我们看到了他对祖国的热爱、对祖国的忠诚以及坚决维护祖国尊严的气节。

在今天，爱国是一种情怀，一种对祖国满怀热爱的情感；爱国也是一种忠诚，一种对祖国的忠诚，坚持维护祖国统一和民族团结，反对分裂祖国和破坏民族团结；爱国也是一种尊严，一种坚决维护国家的尊严，维护祖国的利益和荣誉，维护中国人的人格尊严。

一、爱国是一种情怀

有些人认为爱国是缥缈的、空洞的、遥远的，实则不然，爱国和我们的生活息息相关。当我们看到祖国美丽的山川河流时喜悦陶醉，这就是爱国；当我们看到祖国灿烂文化时由衷感慨，这也是爱国；当我们看到祖国的五星红旗冉冉升起在国际竞技场上时情不自禁流下眼泪，这种自豪感本身就是爱国。

中国是一个文明古国，五千年的文化历史悠久而深远。中国有诸子百家、琴棋书画、传统文学、神话传说、唐诗宋词、中国戏剧、汉字汉语、传统节日、中华武术、中国建筑、传统中医、民乐民歌、民间工艺、民风民俗、中国对联、衣冠服饰、陶瓷古玩、饮食厨艺等。东方之美滋养着中华儿女，文化植根汇入心田。我们拥有壮丽的山河和悠久灿烂的文化，我们拥有自豪感并因这种自豪感而骄傲。

我国改革开放的总设计师邓小平曾说：“我是中国人民的儿子，我深情地爱着我的祖国和人民。”航天英雄杨利伟曾说：“我为祖国感到骄傲。”飞人刘翔夺冠时，亲吻金牌，举起国旗庆祝。广大网友说：“为北京成功举办奥运会、残奥会而自豪。”所有这些都是爱国的表现。

爱国情怀是一个民族存在的火种，充满爱国情怀的英雄人物是一个民族的脊梁。一个没有英雄出现的民族是一个可怜的民族；一个有了英雄而不懂得珍惜的民族是一个可悲的民族。幸运的是，我们中华民族是一个英雄辈出的民族，而且有崇尚爱国英雄的传统。这是中国人的骄傲！

爱国是一种热爱祖国的情怀，爱祖国的大好河山，爱祖国的灿烂文化，爱祖国的人民；爱国是具有民族的自尊心、自信心和自豪感，是作为祖国成员的自豪感、自尊心和归属感。

感悟道德

邓小平：我是中国人民的儿子，我深情地爱着我的祖国和人民

“我是中国人民的儿子，我深情地爱着我的祖国和人民。”这句朴实而又饱含深情的话语，表达了邓小平对祖国和人民的无限忠诚和热爱，是邓小平一生人格情怀的真实写照。

20世纪70年代末，英国培格曼出版公司总经理、《镜报》集团董事长罗伯特·马克斯韦尔开始策划出版一套世界领袖丛书，他把邓小平的文集列入计划之内。同中国有关方面联系后，不久他就得到了同意出版的答复。更令他惊喜万分的是，邓小平还允诺亲自为文集写序言。他之所以爽快答应了马克斯韦尔的请求并准备为文集写序言，是因为当时中国的改革开放才刚刚起步，国门虽已打开，但世界对封闭了几十年的中国还不十分了解。用英文出版自己的著作，特别是1976年以后自己的一些带有方向性、政策性的讲话，将有助于外国人重新审视中国。马克斯韦尔马上组织收集和翻译邓小平从1956年到1979年间发表的一些重要讲话，汇成集并定名为《邓小平文集》。

1981年2月14日，邓小平以“我是中国人民的儿子”为题，为《邓小平文集》写了序言。邓小平满含深情地写道：“我荣幸地以中华民族一员的资格，而成为世界公民。我是中国人民的儿子，我深情地爱着我的祖国和人民。”邓小平写的序言，文字朴实，感情真挚，成为文集的点睛之笔。

资料来源：山西新闻网，2011-06-29。

杨利伟：我为祖国感到骄傲

2003年10月15日9时9分50秒，我国自行研制的第一艘载人飞船“神舟”五号发射升空。大约21小时后，即16日6时23分，“神舟”五号飞船在环绕地球14周之后成功着陆。这标志着我国首次载人航天飞行获得圆满成功。从此，中国成为世界上第三个独立掌握载人航天飞行技术的国家。

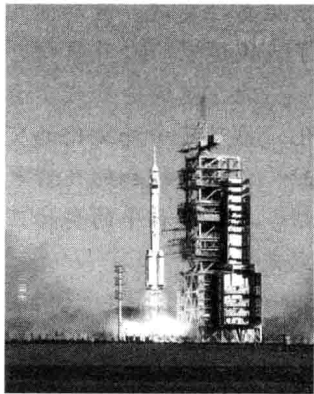
2003年10月16日，又是一个令全国人民无比激动、无比兴奋的日子，也必将是一个永远载入中华民族史册的日子！乘坐“神舟”五号飞船在太空遨游21小时的中国航天员杨利伟，披着绕地球14周的征尘，从天外归来。杨利伟迈出舱门，面对欢呼的迎接人群时说的第一句话就是：“这是祖国历史上辉煌的一页，也是我生命中最伟大的一天。”

接受完身体检查、即将登上前往北京的飞机时，他用三句话总结自己的21小时“太空之旅”：“飞船运行正常，我自我感觉良好，我为祖国感到骄傲。”

资料来源：中国新闻网。

刘翔：身披国旗亲吻金牌庆祝夺冠

雅典当地时间2004年8月27日，在雅典奥运会男子110米栏决赛中，中国选手刘翔以12秒91的成绩夺得冠军并平了世界纪录。这是中国体育代表团在奥运会田径比赛项目的首枚金牌。刘翔是第一位在奥运会田径项目上获得金牌的中国男运动员，创造了中国人在男子110米栏项目上的神话！在获得这枚奥运会金牌时，刘翔站在领奖台上，身披国旗



亲吻金牌的画面令人印象深刻。

2006年7月12日在瑞士洛桑田径超级大奖赛中,刘翔获得男子110米栏冠军,并且以12秒88的成绩打破了保持13年的世界纪录。

2007年8月31日,第11届世界田径锦标赛在日本大阪举行。在引人瞩目的男子110米栏决赛中,中国飞人刘翔以12秒95的成绩获得冠军,这不仅是他第一次获得世锦赛的冠军,也是自1999年塞维利亚世锦赛后中国田径队获得的第一枚世锦赛金牌,同时也是中国男子的第一个田径世锦赛冠军,这样刘翔成为集奥运会冠军、世锦赛冠军和世界纪录保持者于一身的男子110米栏大满贯得主。



网友:为北京成功举办奥运会、残奥会而自豪

2008年8月8—24日在北京举办的第二十九届奥运会是奥林匹克运动历史上最辉煌的一届体育盛会。来自204个国家和地区的11000多名不同年龄、不同肤色、不同民族的运动员用顽强拼搏的勇气刷新了38项世界纪录和85项奥运会纪录,87个国家和地区获得了奖牌,创造了奥运史上的新纪录。2008年9月6—17日在北京举办了国际残疾人奥林匹克运动会,来自147个国家和地区的4000多名残疾人运动健儿以不屈不挠的斗志打破了279项世界纪录、339项残奥会纪录,书写了残奥会的新篇章!

中国体育代表团在北京奥运会上取得了51枚金牌、100枚奖牌的优异成绩,第一次名列奥运会金牌榜首位,创造了中国代表团参加奥运会以来的最好成绩。中国体育代表团在北京残奥会上取得了89枚金牌、70枚银牌、52枚铜牌,位于金牌榜和奖牌榜首位,实现了历史性突破。运动健儿们在两个奥运会上为祖国赢得了荣誉,再一次向全世界充分展示了我国运动员自尊自信、自强不息的良好形象!

北京奥运会和残奥会体现了和平与发展的时代主题,展示了中国悠久灿烂的历史文化,推动了中外文化的交流,提升了全社会的文明素质,培养了大批优秀人才,创造了热烈、文明、祥和的良好氛围,促进了世界各国人民的友谊和世界对中国的了解,弘扬了团结、友谊、和平的奥林匹克精神,留下了宝贵的遗产,谱写了壮丽的诗篇,将永载奥林匹克史册!

作为东道主,我们国家为把北京奥运会和残奥会办成一届有特色、高水平的运动会做出了巨大努力,奉献了两个同样精彩的奥运会,赢得了奥林匹克大家庭和国际社会的好评。国际奥委会主席罗格先生说:“这是一届真正无与伦比的奥运会,十六个日子将在我们心中永远珍藏。”国际残奥委会主席克雷文先生称赞:“北京残奥会是一届多么伟大的盛会!开幕式美轮美奂,体育场馆完美无瑕,运动竞技表演令人叹为观止,残奥村条件之优越史无前例,高清晰电视转播令人称奇,志愿者出类拔萃,千千万万的残奥体育迷在中国和世界各地涌现,这是有史以来最伟大的一届残奥会。”作为中国人,我们为此感到无比自豪。

成功举办北京奥运会和残奥会,实现了中华民族的百年梦想,展现了我国改革开放和现代化建设的成就与我国人民蓬勃向上的精神风貌,显示了我国的综合实力和中国人民的巨大创新能力。更深层的意义在于,世界上任何国家、任何民族都不能忽视中国的存在,我们有能力立于世界民族之林并与各国人民共建美好和谐的世界。尽管我们的国家目前还存在许多不尽如人意的地方和各种困难与矛盾,但只要每个公民都以国家发展大计和