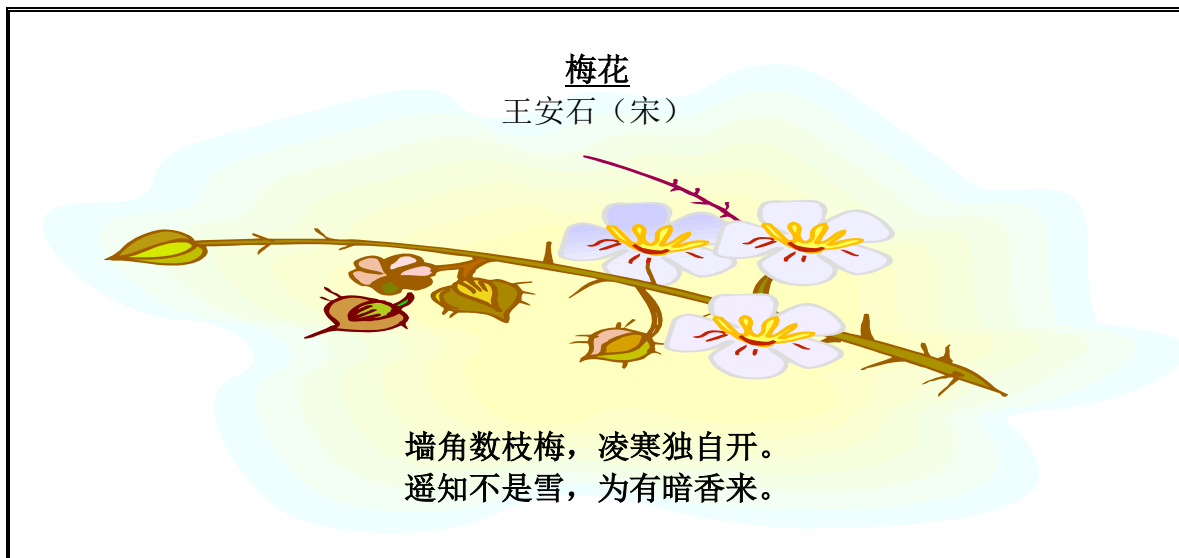


爱国

宗旨： 让学生理解爱国的重要，大家培养效忠国家的精神。

关键词： 爱国、效忠、统一、关心、关怀、爱护、保护。

每周主题/语录



讨论梅花这首古诗的内涵。

注释：

（一）“墙角数枝梅，凌寒独自开。”，[凌寒]迎着寒风。
这两句诗的意思是：几株梅花在墙角里，迎着寒气独自开放。

（二）“遥知不是雪，为有暗香来。”[遥]远。[暗香]梅花特有的清香。
这两句诗的意思是：远远地看去知道那不是雪，因为有一阵阵的清香飘过来。

说明：

诗人赞颂梅花凌寒怒放，暗香袭人，意在自喻不畏打击，坚持高尚的节操。

静坐冥想

第 1 步：“首先，以舒服的姿态坐在椅子上，或盘坐在地上。背要直，头要挺。深深地吸一口气。。然后呼出，并放松自己。再深深地吸一口气，然后呼出，再吸入。。再呼出。。。现在闭上你的眼睛，不受四周物件的影响。。。”

第 2 步：“现在放松你身体任何一个紧绷的地方。伸展你的脚指，然后放松。绷紧你的小腿，然后放松它们。绷紧你的大腿，然后放松它们。缩入你的腹肌，然后放松它们。肩膀向后拉，然后放松它们。耸一耸肩，看左，看前，看右，看前。现在绷紧脸部肌肉，并放松它们。感觉你全身都放松下来了，所有紧绷的感觉都消失了。你感觉很棒。”

第 3 步：“想像你是一棵树。你有耸入云层的树枝、深入地底的树根，以及强劲的树干。。

当你吸气时，感觉生命和喜乐进入你的枝干。。

当你呼气时，你的树干变得柔软，叶子闪闪发光。。

当你再吸气时，你从根部吸入使你更强壮的必需品。。

当你再呼气时，你变得像棉花一样，轻盈柔软。。

现在，对在你的根部嬉戏的松鼠们说声早安吧。。

然后，对在你枝叶间歌唱的鸟儿们说声谢谢吧。。

享受你这一刻的感觉。。

在心中把今天所学到的复习一遍。发愿要常怀感恩心。比上不足，比下有余，要感恩惜福自己目前所拥有的一切，凡事尽心尽力的去做，不计较得失，心中常感恩惜福，活得快乐自在。”

第 4 步：“现在把注意力带回到教室里，睁开你的眼睛，放松你的四肢，这次的静坐冥想结束了。对旁边的朋友微笑，告诉他们今天的日期跟现在的时间。”

故事



公元前 340 年，屈原诞生于中国东南方的楚国。那时正是中国兵荒马乱的战国时代。屈原从小就很聪明，二十五岁做了楚王身边的大官。他看出秦国的野心，主张联合各国，共同抵抗秦国。但是，屈原的建议不但不被楚怀王接纳，反而遭受到一群自私自利的官员妒忌，他们到处说屈原的坏话。楚怀王每天听到那些自私自利的臣子所说的坏话，信以为真，就气得把屈原赶出了宫廷。从此，屈原不能再参与国家的大事，他很气愤，终日忧愁，最后把自己的心思写成一篇千古流传的诗篇，命名“离骚”，希望楚怀王会悔悟过来，再重用他。楚怀王听信了一些奸人的谎话，再加上秦国特务张仪的引诱，便做出大意的决定，亲自率领众人到秦国访问。楚怀王很是自信，他什么也没有准备，便出发到秦国去。

屈原听到消息，立刻赶来劝告。屈原恳求楚怀王千万不要做这次的危险旅行，但是楚怀王不理睬，叫人把他赶走。结果，怀王到了秦国，立刻被秦国关了起来做了三年的俘虏，把他活活气死在秦国。

楚国新王顷襄王比父亲更糊涂，一切事情都听从秦国的命令。他虽然又请屈原回朝做官，可是不久又开除他。屈原想为国效劳，又没有机会了。

这时，秦国乘着楚国没有防备，派兵进攻，在楚国的土地上到处杀人放火，无所不为。屈原痛苦极了，他每天忧伤，写下了有名的长诗“天问”，发表了内心的不满和不平。屈原痛苦得快要发疯了。

当他听到秦国又来侵略楚国时，眼看报国无望，便在阴历五月五日抱着大石投进汨罗江自尽。敬爱屈原的楚国人，听到屈原殉国的消息，立刻划了船去救，可惜已经太迟了。只好用荷叶包了饭，投进江中喂大鱼，希望它们不会把屈原的尸体吃掉。

从此，人们把阴历五月五日称为“端午节”。每年到了这天，家家户户把糯米饭包成粽子吃。有些地方甚至组织队伍在江河上进行龙舟赛。

问答题：屈原

1. 屈原出生在什么时代？
2. 屈原向楚怀王提出什么建议？
3. 为何楚怀王不听屈原的话？
4. 楚怀王为何死在秦国？
5. 屈原为何要投江自杀？
6. 屈原有些什么出名的诗篇？
7. 你觉得他“投江自杀”对吗？为什么？

歌唱

效忠歌

Demi Negara Yang Tercinta Dicurahkan Bakti Penuh Setia
Demi Raja Yang Disanjung Tinggi Kesetiaan Tak Berbelah Bagi
Kepada Pemimpin Kepada Rakyat Khidmat Diberi Penuh Taat
Sama Berkerja Sama Berusaha Setia Berkhidmat Untuk Semua
Rela Berkorban Apa Saja Amanah Bangsa Tetap Dijaga
Kami Berkirar Penuh Setia Untuk Agama Bangsa Dan Negara.

中文版：

亲爱的国家，美丽如画，人民效忠如一家
敬仰君主我们始终如一，忠心耿耿一生永不渝
为国家领袖，为了人民我们不问收获齐耕耘
大家齐工作，努力向前进，诚心诚意服务一条心
我们愿付出一切代价，国家的尊严不能失去
忠心一片，我们齐矢言要维护宗教人民和国家

集体活动:

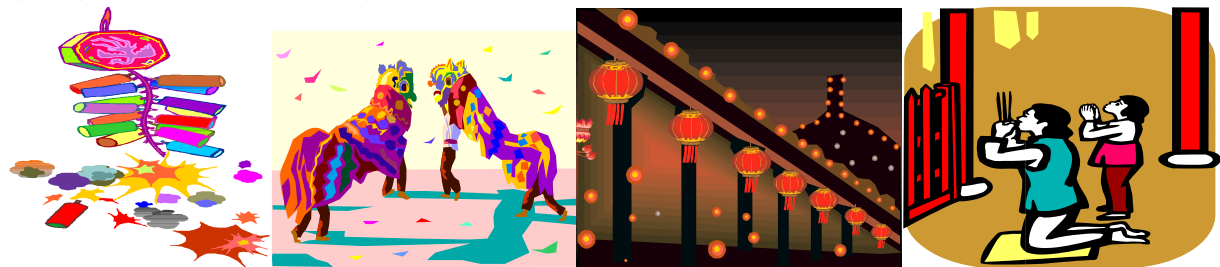
老师带领同学们讨论:

- 马来西亚社会的特色
- 华人节日知多少
- 讨论节日的意义和庆祝方式

马来西亚社会的特色

社会像一个大家庭，各族人民是家庭中的成员。大家有如兄弟姐妹，友爱地生活在一起。在日常生活中，人人都互相尊重，互相谅解。大家不分你我，互相帮助，互相照顾。

看图讲故事：各族人民怎样庆祝节日？



农历新年



开斋节



屠妖节



圣诞节

课程结束：教师可以让同学们手牵手围成圆圈，大家互相鼓励，大声一起说：“我要爱国，效忠我的祖国；同时也不忘民族文化，要把民族的优良传统保留下来，一代传承一代。维护民族传统文化是我们每一个人的责任。”

附加练习：让学生说说他们该如何爱护保卫自己的国家，老师也可以对照其他国家的事迹，让小朋友更了解自己的国家。