# 最新感恩教育班会教案(精)(7篇)

来源：网络 作者：独酌月影 更新时间：2024-06-22

*最新感恩教育班会教案(精)一大家好！这天我演讲的题目是：学会感恩。感恩无处不在。我站在那里的理由是什么？就是感恩。感谢老师们同学们的支持，感谢学校给予的机会，感谢父母的生育与培养，也要感谢我自我的付出。因为感谢着这些，我这天便站在那里了。宗...*

**最新感恩教育班会教案(精)一**

大家好！

这天我演讲的题目是：学会感恩。

感恩无处不在。我站在那里的理由是什么？就是感恩。感谢老师们同学们的支持，感谢学校给予的机会，感谢父母的生育与培养，也要感谢我自我的付出。因为感谢着这些，我这天便站在那里了。

宗教是最崇尚感恩的。他们感谢天神，感谢主。当然，我们感谢的，远比他们要多很多。

感谢父母，他们给予你生命，抚养你成人；感谢老师，他们教给你知识，引领你做“大写的人”；感谢朋友，他们让你感受到世界的温暖；感谢对手，他们令你不断进取、努力。

感谢太阳，它让你获得温暖；感谢江河，它让你拥有清水；感谢大地，它让你有生存空间。

感恩，是一种心态，一种品质，一种艺术。

感恩是乐观。感谢困难，感谢挫折，不是乐观么？感谢对手，感谢敌人，不是乐观么？对于我们不甚喜欢的一些人和事物，尽量想到它的正面，想到它对我们的利处，从而去感谢它，不是乐观么？所以，感恩，是一种乐观的心态。

感恩是礼貌。有人帮忙了我们，我们随口说声“谢谢”，可能会给对方心里带来一股暖流。有人为我们付出了许多，我们感谢他，他可能会更加多的帮我们。怀着感恩的心，是有礼貌，是知恩图报。所以，感恩，是一种有礼貌的品质。

感恩是画笔。学会感恩，生活将变得无比精彩。感恩描绘着生活，将生活中大块的写意，挥洒得酣畅淋漓；将生活中清淡的山水，点缀得清秀飘逸；将生活中细致的工笔，描绘得细腻精美。所以，感恩，是一种多样的艺术。

常说：“三有三为。”

心中有祖国，为祖国做件事。不是为了回报、感谢伟大的祖国么？

心中有群众，为群众做件事，不是为了回报、感谢温暖的群众么？

心中有他人，为他人做件事。不是为了回报、感谢生活中的每个人么？

有人说，忘记感恩是人的天性。当我们偶然来到这个世界上，什么都还没来得及做的时候，我们就已经开始享受前人带给我们物质和精神上的一切成果了。这就提醒着我们每一个人，要怀有一颗感恩的心。

常怀感恩的心，我们便会更加感激和怀想那些有恩于我们却不言回报的每一个人。正是因为他们的存在，我们才有了这天的幸福和喜悦。常怀感恩之心，便会以给予别人更多的帮忙和鼓励为最大的快乐，便能对落难或者绝处求生的人们爱心融融地伸出援助之手，而且不求回报。常怀感恩之心，对别人对环境就会少一分挑剔，而多一分欣赏。

“感恩的心，感谢有你，伴我一生，让我有勇气做我自我；感恩的心，感谢命运，花开花落，我一样会珍惜……”学会珍惜你的幸福，学会感谢你身边的一切，因为珍惜才会拥有，感恩才能天长地久……

感恩，是我们生活中永恒的话题。学会感恩，学会热爱生活。我们将会感受到更多快乐

**最新感恩教育班会教案(精)二**

通过本次班会抒发学生对老师的感激之情，从而从而促进和加深师生之间的理解与感情，激励学生更加热爱老师、尊敬老师，开成师生团结、友爱、向上的班级氛围。

1、用幻灯片打出标题。

2、将教室座位布置成矩形，让学生应对面地交流，有利于学生尽情地发表自己的感想。

学生主持，由具体案例铺开，让学生参与讨论，发言，相互交流感想和学习体会。

小组讨论，个别发言，教师总结。

制作幻灯片

在欢快的音乐中主持人报告本次活动的好处。

资料记录：大家明白教师节快到了，所以我请在场的每一位同学起立，向我们敬爱的老师们说一声：教师节快乐!

请各位同学先不要坐下，请同学们唱起我们最熟悉的《感恩的心》同学请坐，下面我们来看看宋朝时，岳武穆王是如何尊师的。下面我们来了解一下全球教师节小资料(见文稿)下面自由发言：

1.讲讲你和老师之间难忘的事

2.跟老师说几句祝福的话

让我们边听着音乐，边读着诗句。(见文稿)

让我们来猜猜她们是谁(问题见文稿)(答案：殷老师，吕老师，石老师，冯老师)下面请听同学们的致辞(见文稿)

请全体同学起立，看着屏幕对老师说：老实您辛苦了!老师，我们爱您!

踏遍心田的每一角，踩透心灵的每一寸，满是对您的敬意。

我祝各位老师：我若是ceo，您就是ceo的老师。我若是总统，您就是妈妈。不管我将来人生的路将是怎样，我都会永久爱您，老师!

这天的班会就到那里吧!谢谢大家的参与!

**最新感恩教育班会教案(精)三**

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好!我是，我演讲的题目是《感恩父母，孝心无价》。

我们沐浴着爱的阳光长大，我们滋润着人间的真情成长，多少次带着幸福的感觉进入梦乡，多少回含着感动的泪花畅想未来。有一个词语最亲切，有一声呼唤最动听，有一个人最要感谢，有一个人最应感恩，它就是——“妈妈”。

妈妈的皱纹深了，她把美丽的青春给了我，妈妈的手粗了，她把温暖的阳光给了我，妈妈的腰弯了，她把挺直的脊梁给了我，妈妈的眼花了，她把明亮的双眸给了我。面对妈妈深沉的感情，聆听妈妈殷切的心愿 ，我们应该学会感恩，应该学会感激。

让我们过上幸福的生活，让我们没有忧虑地成长，是所有父母的心愿，如果说母爱是船，载着我们从少年走向成熟;那么父爱就是一片海，给了我们一个幸福的港湾。如果母亲的真情，点燃了我们心中的希望; 那么父亲的厚爱，将是鼓起我们远航的风帆。拿什么来感谢你，我的父母!父母的爱说不完、道不尽，所有的恩情我们铭记于心。

相信每一个赤诚忠厚的孩子，都曾在心底向父母许下“孝”的宏愿，相信来日方长，相信水到渠成，相信自己必有功成名就衣锦还乡的那一天，可以从容尽孝。

可惜人们忘了，忘了时间的残酷，忘了人生的短暂，忘了世上有永远无法报答的恩情，忘了生命本身有不堪一击的脆弱。父母走了，带着对我们深深的挂念。父母走了，遗留给我们永无偿还的心情。你就永远无以言孝。有一些事情，当我们年轻的时候，无法懂得。当我们懂得的时候，已不再年轻。世上有些东西可以弥补，有些东西永无弥补。

“孝”是稍纵即逝的眷恋，“孝”是无法重现的幸福。“孝”是一失足成千古恨的往事，“孝”是生命与生命交接处的链条，一旦断裂，永无连接。

赶快为你的父母尽一份孝心。也许是一处豪宅，也许是一片砖瓦;也许是大洋彼岸的一只鸿雁，也许是近在咫尺的一个口信;也许是数以万计的金钱，也许只是含着体温的一枚硬币……但“孝”的天平上，它们等值。

只是，天下的儿女们，一定要抓紧啊!趁你父母健在的时候，尽一份你的孝心。

我的演讲完毕，谢谢大家!

**最新感恩教育班会教案(精)四**

有一小部分人对感恩教育还是不大明白。那么，究竟什么是所谓的感恩教育呢?我们曾经被哪些事情所感动过呢?我想起以前看过的现实里的一个真实的故事：1976年唐山大地震，几十万活泼的生命，随房屋的轰然倒塌，霎时归为沉寂。在清理废墟中，人们发现了一件震撼人心的事：许多年轻的母亲，都把孩子紧紧护在怀中，僵硬为辉煌的雕塑在这生死关头，她们最先想到的是孩子，几乎在同一时间，用同一种方式，以自己的血肉之躯来保护小生命，想抵挡死神坚硬的打击。孩子们在母亲的怀里虽然永远闭上了眼睛，身体却毫发未伤。这是一种多么伟大的母爱啊!她们永远把孩子放在第一位，因为爱孩子，而忽略了自己的一切，甚至是生命。我相信各位同学的父母在遇到这种情况时，也会这样做的，因为我们是他们的孩子，他们关心我们胜过关心自己。

可是同学们，你们又有多少人是把父母放在第一位的呢?不少同学总是不断地报怨自己的父母这样不好，那样不对，对父母的行为和做法挑三拣四，横加指责，甚至于直接与父母顶撞!你们知道自己父母身体的健康状况吗?你们记得自己父母的生日吗?有的连自己父母的工作单位在哪都不知道，想想看，父母为你们付出那么多精力和心血，你关心过他们吗?你为你们的父母做过什么呢?如果什么也没做过的话，那又有什么理由去指责你们的父母呢?对待自己的父母尚且如此，又怎么敢奢望你们会善待你们的老师和朋友呢?国家有难，又怎么敢指望你为他抛头胪洒热血呢?如果人人都是这么自私自利的话，社会哪里还会有温情呢?如果我们生活在这个失去温情的世界，那么我们活着又有什么意义呢?光靠喊口号是没有任何用处的，我们应该用我们实际的行动来关爱我们的父母!同学们，我想说，假如今天是我生命中的最后一天，首先我们应该怀着感恩的心，感谢父母对我们的养育之恩，为他们尽自己的一份孝心;感谢那些曾有恩于我们却不求回报的人。常怀感恩之心，我们对人对环境就会多一份欣赏，少一份挑剔。

当每天早晨睁开双眼，你应该庆幸，今天我还活着;活着是多么地美好，世界上每天发生那么多的灾难和不幸，却没有一件落在我的头上，我活得很快乐。什么是幸福?想起世界上有那么多的难民，你应该懂得吃得饱其实也是一种幸福。比起那么先天性残疾的人，我们为自己拥有健全的肢体和聪明的大脑感到，幸福。那些天生残疾的人尚且没有埋怨老天的残忍和不公，仍然为了能够更好地生存而在不断地奋斗着，那么拥有健全的肢体，聪明大脑的我们，又有什么理由去怨天尤人呢?

感恩是五彩画笔。学会感恩，生活将变得无比精彩。感恩描绘着生活，将生活中大块的写意，挥洒得酣畅淋漓;将生活中清淡的山水，点缀得清秀飘逸;将生活中细致的工笔，描绘得细腻精美。

“感恩的心，感谢有你，伴我一生，让我有勇气做我自己;感恩的心，感谢命运，花开花落，我一样会珍惜……”同学们，让我们象这首歌词里所写的，学会珍惜你的幸福吧!学会感谢你身边的一切吧!因为珍惜才会拥有，感恩才能天长地久……

努力吧，同学们，为了我们国家的更加繁荣和富强，为了我们的母亲的强健和安康，努力吧!让我们怀着感恩的心一路走来，让我们的人生焕发出光彩吧!

为了弘扬中华民族美德，进一步加强和改进未成年人思想道德建设，让学生学会“感恩”，懂得尊重他人，以感恩的心面对生活，养成良好的文明习惯，用自己的实际行动来回报关心自己的父母、回报社会，报效祖国。5月27日上午，北史家务乡王庄小学举行了以感恩教育为主题的演讲稿比赛活动。

由于期末将近，学习任务较紧，因此比赛在4—6年级以演讲稿形式举行。要求参赛选手的演讲稿，确保主题突出，内容充实。在活动前，各班通过班队会的方式，让每个学生参与感恩事件搜集，讨论感恩的内涵，从自己的亲身经历出发，结合自己的生活感受，从不同侧面写出感恩之心对自己学习和成长的巨大作用。经语文组老师评定，评出一等奖2名，二等奖4名、三等奖6名和优秀奖10名。

通过活动的参与，学生懂得了自己的成长离不开老师、家长的付出，社会的关爱与扶持，懂得了人与人之间要相互扶持，知道感恩。大大推动了学校感恩教育的向前发展，相信在今后的学习和生活中，王庄小学的所有师生一定会把感恩的心付诸于行动当中，使自己成为一个有道德、有素质、有文化的现代社会的文明人。

**最新感恩教育班会教案(精)五**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好!我演讲的题目是：学会感恩。

宗教是最崇尚感恩的。他们感谢天神，感谢主。当然，我们感谢的，远比他们要多很多。

感谢父母，他们给予你生命，抚养你成人;感谢老师，他们教给你知识，引领你做“大写的人”;感谢朋友，他们让你感受到世界的温暖;感谢对手，他们令你不断进取、努力。

感谢太阳，它让你获得温暖;感谢江河，它让你拥有清水;感谢大地，它让你有生存空间。

感恩是乐观。感谢困难，感谢挫折，不是乐观么?感谢对手，感谢敌人，不是乐观么?对于我们不甚喜欢的一些人和事物，尽量想到它的正面，想到它对我们的利处，从而去感谢它，不是乐观么?所以，感恩，是一种乐观的心态。

感恩是礼貌。有人帮助了我们，我们随口说声“谢谢”，可能会给对方心里带来一股暖流。有人为我们付出了许多，我们感谢他，他可能会更加多的帮我们。怀着感恩的心，是有礼貌，是知恩图报。所以，感恩，是一种有礼貌的品质。

有人说，忘记感恩是人的天性。当我们偶然来到这个世界上，什么都还没来得及做的时候，我们就已经开始享受前人带给我们物质和精神上的一切成果了。这就提醒着我们每一个人，要怀有一颗感恩的心。

常怀感恩之心，我们便会更加感激和怀想那些有恩于我们却不言回报的每一个人。正是因为他们的存在，我们才有了今天的幸福和喜悦。常怀感恩之心，便会以给予别人更多的帮助和鼓励为最大的快乐，便能对落难或者绝处求生的人们爱心融融地伸出援助之手，而且不求回报。常怀感恩之心，对别人对环境就会少一分挑剔，而多一分欣赏。

感恩，是我们生活中永恒的话题。学会感恩，学会热爱生活。我们将会感受到更多快乐。

**最新感恩教育班会教案(精)六**

敬爱的老师、亲爱的同学们：

大家早上好!今天我演讲的题目是：“怀着感恩的心一路走来”。

今天很高兴有机会和大家在一起聊一聊当下倡导并受到人们广为关注的感恩教育。感恩，其实是无处不在的。今天我站在这里的理由是什么?那就是感恩。感谢父母给予我生命;感谢朋友让我感受到世界的温暖;感谢老师教给我知识;感谢太阳让我获得温暖;感谢今天的对手让我不断进取、努力;更感谢学校给予的这次机会……

有些人对感恩教育还不大明白。那么，究竟什么是感恩教育呢?我们曾被哪些事情感动过呢?我想起以前看过的一个真实的故事：1976年唐山大地震，几十万活泼的生命，随房屋的轰然倒塌，霎时归为沉寂。在清理废墟中，人们发现了一件震撼人心的事：许多年轻的母亲，都把孩子紧紧护在怀中，僵硬为辉煌的雕塑在这生死关头，她们最先想到的是孩子，几乎在同一时间，用同一种方式，以自己的血肉之躯来保护小生命，想抵挡死神坚硬的打击。孩子们在母亲的怀里虽然永远闭上了眼睛，身体却毫发未伤。这是一种多么伟大的母爱啊!她们永远把孩子放在第一位，因为爱孩子，而忽略了自己的一切，甚至是生命。我相信各位同学的父母在遇到这种情况时，也会这样做的，因为我们是他们的孩子，他们关心我们胜过关心自己。

可是同学们，你们又有多少人是把父母放在第一位的呢?不少同学总是不断地报怨自己的父母这样不好，那样不对，对父母的行为和做法挑三拣四，横加指责，甚至于直接与父母顶撞!你们知道自己父母身体的健康状况吗?你们记得自己父母的生日吗?有的连自己父母的工作单位在哪都不知道，想想看，父母为你们付出那么多精力和心血，你关心过他们吗?你为你们的父母做过什么呢?如果什么也没做过的话，那又有什么理由去指责你们的父母呢?对待自己的父母尚且如此，又怎么敢奢望你们会善待你们的老师和朋友呢?国家有难，又怎么敢指望你为他抛头胪洒热血呢?如果人人都是这么自私自利的话，社会哪里还会有温情呢?如果我们生活在这个失去温情的世界，那么我们活着又有什么意义呢?光靠喊口号是没有任何用处的，我们应该用我们实际的行动来关爱我们的父母!同学们，我想说，假如今天是我生命中的最后一天，首先我们应该怀着感恩的心，感谢父母对我们的养育之恩，为他们尽自己的一份孝心;感谢那些曾有恩于我们却不求回报的人。常怀感恩之心，我们对人对环境就会多一份欣赏，少一份挑剔。

当每天早晨睁开双眼，你应该庆幸，今天我还活着;活着是多么地美好，世界上每天发生那么多的灾难和不幸，却没有一件落在我的头上，我活得很快乐。什么是幸福?想起世界上有那么多的难民，你应该懂得吃得饱其实也是一种幸福。比起那么先天性残疾的人，我们为自己拥有健全的肢体和聪明的大脑感到，幸福。那些天生残疾的人尚且没有埋怨老天的残忍和不公，仍然为了能够更好地生存而在不断地奋斗着，那么拥有健全的肢体，聪明大脑的我们，又有什么理由去怨天尤人呢?

感恩是五彩画笔。学会感恩，生活将变得无比精彩。感恩描绘着生活，将生活中大块的写意，挥洒得酣畅淋漓;将生活中清淡的山水，点缀得清秀飘逸;将生活中细致的工笔，描绘得细腻精美。

“感恩的心，感谢有你，伴我一生，让我有勇气做我自己;感恩的心，感谢命运，花开花落，我一样会珍惜……”同学们，让我们象这首歌词里所写的，学会珍惜你的幸福吧!学会感谢你身边的一切吧!因为珍惜才会拥有，感恩才能天长地久……

努力吧，同学们，为了我们国家的更加繁荣和富强，为了我们的母亲的强健和安康，努力吧!让我们怀着感恩的心一路走来，让我们的人生焕发出光彩吧!

**最新感恩教育班会教案(精)七**

各位同学，各位老师:

大家好!

5月的第二个星期日是母亲节，这是一个温馨而又美好的节日。在这里我首先预祝天下所有的母亲幸福安康，快乐到永远。同学们，我们从哪里来?听到这个问题，大家肯定都会说，是父母把我们带到世界上来的。是啊，十多年前的某一天，我们的父母用泪水和幸福的笑容迎接了我们的到来。但当我们来到世上的那一刻起，父母们却多了一项繁重的工作——照顾我们。尽管这是一种沉重的负担，但父母们却毫无怨言地抚养我长大。为了给我们一个舒适的生活环境，他们总是那么辛苦，那么努力。我想起以前看到过的一篇报导:一位母亲陪同儿子参加高考，儿子在教室里考试，母亲在外面守侯。因为天气太热，气温过高，不久这位母亲便中暑倒在了地上，被路人送到了医院。在医院，母亲一直没有苏醒过来，令众多医生束手无策，最后还是一个护士想到一个好点子，在母亲的耳边轻轻地说“高考结束了”。话还没说完，母亲便坐立起来，大声地说“我得赶紧问问我儿子考得怎么样?!”在这个生死关头，母亲心里牵挂的仍是正在考试的儿子。这是一种多么伟大的母爱啊，她永远把儿子放在了第一位，因为关心儿子，而忽略了自己的一切，甚至是生命。我相信各位同学的家长在遇到这种情况的时候，也同样会为你们付出的，因为你是他们的孩子。他们爱你，他们关心你胜过自己的生命。

还有一篇报导，一位不识字的母亲劳作了大半辈子，买了一副银手镯，很是珍爱，成天戴在手上舍不得摘下。有一次她去城里看望他正在读高三的儿子，儿子惊奇地发现母亲手上的手镯不见了，便问他母亲手镯去哪了，母亲笑盈盈地掏出一个蓝布包，说:“娘用这副手镯给你换回来两本“天书”，这回俺娃考大学可就有希望啦!”看着母亲充满笑意的脸，儿子感到很惊奇，这个世界上哪有保证能考上大学的“天书”啊?社会上的骗子这么多，该不会是上当受骗了吧?接过布包，层层打开，果然，那两本所谓的“天书”，不过是两本小学课本罢了。儿子一急，准备说出真相，希望找到骗子挽回损失。可是当他看到母亲满脸的皱纹和充满希望的双眼的时候，儿子放弃了。他实在不忍心告诉他母亲这个残酷的事实，柔弱的母亲将受不了这样致命的打击!于是便笑着告诉母亲:“娘，你回去吧，我记下啦!一定考好”!望着母亲渐渐离去的瘦小背影，儿子哭了，哭得很伤心，回去后，儿子便把这个充满爱意的“天书”摆放在最显眼的位置，让它激励自己。半年后的高考，儿子获得了前所未有的成功，北京的一所重点大学录取了他。

然而，同学们，你们是否扪心自问过:你对父母的挂念又有多少呢?你是否留意过父母的生日?民间有谚语:儿生日，娘苦日。当你在为自己生日庆贺时，你是否想到过用死亡般的痛苦，让你降生的母亲呢?是否曾真诚地给孕育你生命的母亲一声祝福呢?据报道，今年北京某学校的抽样调查却显示:有近50%的学生竟不知道自己父母的生日，更谈不上对父母的生日祝福。春晚上有这么一个节目——《假话真情》，讲的是一个父亲在自己生日那天，以自己有病为由，骗子女们在百忙中回了家。当子女知道真相后，心中充满了懊悔之情。不少同学总是不断地报怨自己的父母这样不好，那样不对，对父母的行为和做法挑三拣四，横加指责，甚至于直接与父母顶撞!

目前社会上一些不孝敬父母的行为不能不引起我们的反思。下面有两个真实的事例，大家不妨听一听。

故事一:3月21日《齐鲁晚报》报道，济南一女孩因为母亲没有给她买衣服，两人在公交车上发生争执，嚷道:“你为什么不给我买啊!”随后，竟揪住母亲的衣领，对母亲大打出手，乘客劝阻被破口大骂。

故事二:无独有偶。3月27日上午，郑州一名15岁左右的女孩因为母亲不为自己买头饰，当街对着母亲大骂脏话，并扇了她两个耳光。母亲顿时泪流不止。在巡防队员的干涉下，这名少女狠狠地对母亲说“你给我回家等着”。

这两个真实的事例真可谓令人发指呀。像这样的不孝敬父母，甚至虐待父母、丧失人性的事情在我们的社会生活中时时的演绎着，发生着。

同学们，你可知“丝丝白发儿女债，历历深纹父母痕”。虽然我们或许不能“香九龄，能温席”，或许不必如田世国一般捐肾救母，但是我们应以寸草之心报三春阳晖。对我们而言，感恩就是珍惜时间，努力学习，以优异的成绩来回报所有关心我们的心。到底我们该怎样孝顺父母呢?现在我们还正在努力求学的阶段，还不能养活父母，所以还不能做到这种地步，那是长大的事情，现在你只能做一些孝顺父母的事就是:

第一:努力求学，不让父母担心自己的功课、自己的课业、自己的成绩，尽到做学生的本份的话，那就不会让父母亲担心了。

第二:要照顾好自己的身体，不要感染了疾病，这样子，才不会使父母操心你的身体，晚上睡觉时，不要把父母帮你盖的被子踢掉，这样不仅回让自己受凉，还会让父母再起来帮你盖被子，这样会把父母累垮了。

第三:不要学坏，一些坏孩子教你抽烟、喝酒、杀人、放火，你绝对不能跟他们学，自己被警察抓是自己的事，更何况还要拖累自己的父母，让父母没面子，实在是太不孝顺了。

第四:要帮父母做家事，在家里的时候，要帮父母做一些事，分担父母的工作，例如:帮父母洗洗碗、拖拖地、扫扫地、擦一些家具……等，这事情不必等到以后在做，现在小学生时就可以做了，当然不只是这样几项而已，要当个孝顺的孩子不只是做这样的工作而已，还有很多事情你都要自己去做喔!

俗话说“感恩是小德，忘恩是大恶”，牢记亲恩，孝敬父母是我们中华民族的传统美德。我们要爱自己的父母，当他们拖着疲惫的脚步下班回来时，送上一杯热水，一声问候;当他们心情不愉快时，送去一个抚摸，一份安慰;当他们过生日时，送上一个拥抱，一句祝福。我们要从小体贴、孝敬父母，了解他们的疾苦，体谅他们的困难，尽量帮他们分担家务，给他们带来欢乐，报答他们的养育之恩。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找