# 202\_年热爱生命杰克伦敦原文 热爱生命关注健康心得体会(精选14篇)

来源：网络 作者：花开彼岸 更新时间：2024-11-08

*人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。热爱生命杰克伦敦原文篇一在这个...*

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

**热爱生命杰克伦敦原文篇一**

在这个快节奏的时代，在越来越多的人们的生活中，各种群体中体现出了生命质量逐渐下降的趋势。尽管现代医学技术的发展让我们看到了希望，但是人们还是需要更多的去关注自己的健康。如今的人们不再消极地对待自己的生活，他们开始拥有一种热爱生命的精神，注重自身的养生保健和健康管理，越来越多的人们正走上了一个健康的生活轨道。

第二段：热爱生命的重要性。

“没有健康的身体，再多的钱都是一摊废纸”，这是多少人都明白的道理。但其实，能够完全放下手上的事情，尽情地享受生活是一种幸福，而身体健康的人才能做到这一点。尤其在这个时代，高血压，糖尿病等现代疾病成为最让人担心的健康问题，因此，我们必须重视并热爱生命，注重保持身体健康。

现在，生活中越来越多人意识到了健康的重要性，纷纷立志去关注自己的健康。其实，只要在平常的生活中持之以恒地进行健康管理，那么就能拥有舒适、幸福的生活。比如，合理饮食、科学运动、健康作息等都是提升身体体质的最有效的方法。

第四段：健康生活的体验。

随着时代的变迁，人们的生活水平也不断提高，越来越多的人开始开始关注健康并重视生活质量。他们通过自己的实际体验，感受到了健康的美好。在日常生活中，坚持运动让他们的身体更加强壮；保持好的饮食让他们的身体更加强健；有良好的睡眠让他们白天的工作也更加顺利。

第五段：结语。

总之，热爱生命是一种积极的生活态度，健康是生命的保障。我们应该注重自身的健康，坚持运动、合理饮食和保持良好的作息习惯，进行有效的健康管理。通过日积月累的坚持，我们就能够享受到健康带来的幸福和美好。追求身体健康并不是需要巨大的付出，相反，保持健康仅需我们每天细微的坚持，并追求更加健康的人生。

**热爱生命杰克伦敦原文篇二**

生活中听说过很多的例子，比如：雷锋，他在自己有限的生命里，做了数不胜数的不留名好事，所以他是默默无闻的英雄。在我们的身边也有许多真真切切的人，今天我就来介绍一个这样的人。

妈妈有一个朋友，也是我的一个阿姨，她的左手因为骨癌而高位截肢，致使她装上了假肢，令她的左手成为了她人生中的一件摆设品，而她却很坚强，不向生活屈服。妈妈带我去阿姨家玩的时候，我发现阿姨用一只右手会做很多事情，阿姨给我们倒茶、洗水果，给自己的孩子穿袜子、穿鞋，看我在一边坐着无聊就帮我打开电脑，查了一些儿童网站让我玩，我真的不敢相信，这些事情如果让我都用一只手来完成的话，是否会像阿姨一样做的这样熟练？过了很长一段时间，我和妈妈又一次在马路上碰见了阿姨，这次更是让我大吃一惊，阿姨居然是用一只手骑车子，听妈妈说，阿姨学骑车子可是费了很大的劲，不知道摔了多少跤才学会的，我还听妈妈说，阿姨还想学开车，要是有那种适合一只手的残疾人开的车阿姨早就去学了，真的佩服阿姨这种学无止境、永不服输的精神。

生命其实是一种非常美妙、美好的东西，你可以好好使用，也可以白白糟蹋，不过我要选择热爱自己的生命，学雷锋叔叔，在自己的有生之年里做更多有意义的事；学阿姨身残志不残，努力尝试自以为做不到的事情，真心地热爱生活、。

**热爱生命杰克伦敦原文篇三**

人的生命只有一次，所以我们要珍惜生命、。

生活中，有许多身残志坚的人，比如：张海迪、杏林子、张云成、张云鹏等。他们乐观地生活，与命运抗争，活出了自己的精彩，为我们做出了榜样。

我的身边也有一位这样身残志坚的人。

邻居李大叔，早年因干活时不幸被一箱重货砸中，失去了一条腿。可是，身残志坚的他并没有叹息生命的不公，更没有自暴自弃，反而更加热爱生活，珍惜生命。

每天清晨，我都能看见他拄着拐杖散步的`身影，还能为女儿接送孩子上学、放学。

我家不远处的小街上，还有一位残疾人，他双耳失聪，嘴不能讲话。可他并没有像有些残疾人那样，跪在路边乞讨，靠别人施舍生活。他以自己的能力，低价为别人补衣服、补裤子，为社会做出了自己的一份贡献。

像他们这样的人，身体残疾，意志却很坚定，他们，值得我们学习。

看过这些消息，我不禁想：这些人有健全的身体，却不，简直就是在虚度光阴，浪费生命。

虽然我们不能延长自己生命的长度，却可以拓展生命的宽度。我们一定要以身残志坚的人为榜样，好好学习，多做好事、善事，让生命在充满爱的阳光中绽放出耀眼的光芒。

**热爱生命杰克伦敦原文篇四**

我们每个人都是一粒微尘，生而为人，拥有这个美丽多彩的世界，是多么幸运的一件事。生命是那么的宝贵，我们应该珍爱生命，热爱生命，尽可能地活出自己的精彩。在这个主题下，我想分享一下我对珍爱生命热爱生命的一些心得体会。

首先，珍爱生命就是要懂得感恩。人只有感恩于生活，感恩于得到的每一份爱，才能真正地珍爱生命。我们要庆幸自己生在一个和平安定的国家，有社会的关怀，有家人的爱护。在艰难困苦的时候，我们要知道感谢生活还给我们的机会和希望。当我们受到他人的帮助时，要学会说声谢谢。感恩的心情会帮助我们更好地理解自己，理解他人，以及这个世界。

其次，珍爱生命就是要学会宽容和包容。每个人都有自己独特的个性和思维方式，不同的人会有不同的观点和看法。当我们遇到与自己意见不合的人或事物时，我们要学会理解和宽容。与其去争吵、冲突，不如用包容来化解矛盾，让一切都能在和谐中解决。只有珍爱生命、包容他人，我们才能够享受到心灵的宁静和内心的快乐。

而热爱生命就是要追求自己的梦想，过有意义的人生。每个人的生命中都有许多的梦想和愿望，而那些不断追寻梦想，并全力以赴去实现的人，才会真正热爱生命。无论梦想有多大，有多难以实现，我们都要相信自己的能力，勇往直前，不惧怕困难。正如马丁·路德·金曾经说过：“如果你不能飞，那就试着奔跑；如果你不能奔跑，那就试着走；如果你不能走，那就试着爬；如果你不能爬，那就试着钻进去；不管你怎么样，继续往前。”

在热爱生命的同时，我们也要学会享受生活中的小幸福。人生的经历中，总会有许多美好的时刻，只是我们有时会因为追求完美而忽略了这些温馨。当我们在忙碌中停下来，仔细琢磨生活的细节时，我们就能发现有许多值得我们骄傲和高兴的事情。这些小幸福，或是一缕阳光、一阵微风，或是与家人朋友共度的美好时光，都值得我们去认真体验和珍藏。

最后，珍爱生命热爱生命还意味着我们要积极地面对困难和挫折。生命中会有各种各样的坎坷和挑战，而我们面对困难的态度决定了我们的人生质量。珍爱生命，就是要积极面对一切困难，勇敢地迎接挑战。困难和挫折不是我们的敌人，只是生活给我们的考验。当我们学会从中吸取经验和教训时，我们就会变得更加坚强。

珍爱生命热爱生命，是我们每个人都应该持有的态度。通过感恩、宽容和包容，追求梦想和享受小幸福，积极面对挑战和困难，我们就能成为珍爱生命的人，收获更多的快乐和幸福。让我们一起珍爱生命，热爱生命，活出精彩的人生！

**热爱生命杰克伦敦原文篇五**

“不幸儿”，和我们不一样，他们是残疾人，但是有一些残疾人是非常乐观的，下面我带你们认识一个人。

。

·胡哲，出生在澳大利亚，他一出生就没有四肢，只有一只小脚丫，但是他没有放弃自己，他勇于去面对身体的残障，结果，他创造了生命的奇迹，获得了会计与财务规划学士学位、著名的残疾人演讲家、生命的创始人组织者。他虽然没有四肢，但却拥有灿烂的笑容和开朗的性格去享受自己的生命，他会开游艇、游泳、踢足球。他是一个残疾人，但是他非常乐观，能做那些我们以为他不能做的事情。相对于他来说，我们现在完好无缺，但有一些人，却不热爱自己的生命，不用生命去做一些有意义的事。可见胡哲，比有些正常人，把短暂的生命拿去做一些非常有意义的事，我为此非常敬佩他。

。

生命虽然是非常短暂的，但是我们可以用短暂的生命做一些有意义的事，我们一定要珍惜时间，把成绩提上去，将来要做一个有用的人，帮助一些经济有负担的人和参与一些有意义的活动，让自己的生命更加精彩，这才不会让宝贵的.生命白白浪费。

。

广东顺德中孚教育。

。

指导老师：杨俊梅。

**热爱生命杰克伦敦原文篇六**

(一) 整体感知。

本文节选自美国著名小说家杰克•伦敦同名小说中的后半部分（结尾除外）。作者以雄健、粗犷的笔触，细腻、逼真地叙述了一个身处绝境、濒临死亡的人，在顽强的求生意识和钢铁般的意志作用下，经过艰苦卓绝的搏斗，终于战胜了饥饿、伤病、寒冷以及野兽的威胁而起死回生的传奇故事。这篇小说之所以成为一部传世佳作，是因为它以巨大的艺术力量表达了热爱生命可以帮助一个人战胜死亡的主题，给人以鼓舞。

(二)学法引导。

学习本文，首先要认真阅读全文，思考：小说主人公在茫茫荒原上面临哪些生死考验？他为什么能超越极限、战胜病狼而顽强地生存下来？然后反复阅读课文，找出描写主人公与恐惧、疲倦、病狼作斗争的语句，体会这些描写有何作用。同时抓住文中的一些重点语句进行品味，以此来深切领悟主人公对生命的热爱追求，领悟人的伟大与坚强。此外，本文情节环环相扣，波澜起伏，语言朴素、精炼，学习时要细心体味。

(三)审美鉴赏。

顽强超越的坚韧美。

《热爱生命》这部小说以雄健、粗犷的笔触，记述了一个传奇性与逼真性高度统一的悲壮故事，深刻地启示人们：人活着就要同形形色色的艰难险阻进行顽强的抗争与搏斗。而只有勇于去追求胜利、抗争命运，才能充分享受到生命的价值与快乐。主人公之所以最终取得了胜利，不仅在于他那面对悲惨命运决不服输的倔强个性，也不仅在于他那“就是到了死神的铁掌里”也仍然要反抗的抗争精神。最难能可贵的是，即使到了生命垂危、令人绝望的关键时刻，“这个人”仍然坚守着做人的道德良知，体现了他坚韧不拔的可贵品质。

(四)重点难点突破。

[析]此题意在引导学生把握小说的内容，体会主人公的精神魅力。

2本文没有写出主人公的姓名,这样做有什么特别的用意?

[析]此题意在引导学生领会这篇小说的象征意味，这是西方许多文学作品的艺术特点。

[参考答案]小说主人公没有名字，仅以“这个人”指代，隐含着作者以他作为整个人类象征的用意.

3、小说有大量细腻的心理描写与逼真的细节描写。试着找出几例，仔细体会。

[析]此题意在引导学生了解心理描写和细节描写的作用。

[参考答案]作品有大量的心理描写，如第三段、第五段对生与死的思索，第八段对自己所处方位的判断等都是。细节描写,如嚼骨头的细节，在水坑边舀鱼的细节，最后他与狼较量的细节等.这些心理描写和细节描写,作者准确地摹拟了主人公在特定境遇中的心理感受与意识活动，非常逼真地展示了一个疲惫、衰弱的人在荒原上的艰难求生过程，都写得细腻逼真，增添了小说的真实性和形象性。

4人或动物在极端恶劣的环境面前，往往会迸发出强烈的求生欲望，做出一些令人不可思议的壮举。你听说过这样的故事吗？请你查找资料，将它们整理出来，与大家交流。

[析]这是一个拓展延伸的习题,旨在通过课外积累,加深对本文主题思想的认识。

[参考答案]略.

二、自学阶梯评估。

达标训练。

1、小说《热爱生命》的作者是     （国别）小说家     （姓名）。

2、下列一组词语中，有四个字书写不正确，找出来，并订正。

吹毛求疵 令人作沤  奄奄一息  闪铄  耷拉  蜿蜒 窒息。

错字    。

订正    。

4、写出四个带有“狼”字的成语。

能力提高。

读下面的文字，反复揣摩文章的内涵，回答问题.

这一天，他和那条船之间的距离缩短了三英里；第二天，又缩短了两英里——因为现在他是跟比尔先前一样地在爬；到了第五天末尾，他发现那条船离开他仍然有七英里，而他每天连一英里也爬不到了。晚秋的晴天气仍然继续，他于是继续爬，继续晕，辗转不停地爬；而那头狼也始终跟在他后面，不断地咳嗽和喘气。他的膝盖已经和他的脚一样鲜血淋漓，尽管他撕下了身上的衬衫来垫膝盖，他背后的苔藓和岩石上仍然留下了一路血迹。有一次，他回头看见病狼正饿得发慌地舐着他的血迹，他不由得清清楚楚地看到了自己可能遭到的结局——除非——除非他干掉这只狼。于是，一幕从来没有演出过的残酷的求生悲剧就开始了——病人一路爬着，病狼一路跛着，两个生灵就这样在荒原里拖着垂死的驱壳，相互猎取着对方的生命。

如果这是一条健康的狼，那么，他觉得倒也没有多大关系；可是，一想到自己要喂到这么一只令人作呕、只剩下一口气的狼的胃里，他就觉得非常厌恶。他就是这样吹毛求疵。现在，他脑子里又开始胡思乱想，又给幻像弄得迷迷糊糊，而神智清楚的时候也愈来愈少，愈来愈短。

疯，不过，就是到了死神的铁掌里，他仍然要反抗它，不肯死。

他闭上眼睛，极其小心地让自己镇静下去。疲倦像涨潮一样。从他身体的各处涌上来，但是他刚强地打起精神，绝不让这种令人窒息的疲倦把他淹没。这种要命的疲倦，很像一片大海，一涨再涨，一点一点地淹没他的意识。有时候，他几乎完全给淹没了，他只能用无力的双手划着，漂游过那黑茫茫的一片；可是，有时候，他又会凭着一种奇怪的心灵作用，另外找到一丝毅力，比较坚强地划着。

1.试用简洁的语言概括选文的主要内容。

2.开头为什么反复交代“他和那条船”的距离？

3.狼的“样子可笑极了”，为什么“他一点也不觉得有趣”？

4.“这一点，……非常镇静”，“这一点”指什么？

5.画线句子运用了比喻的修辞方法，有何表达效果？

6.你有过极度疲倦的感受吗？试用形象的语言描绘出来。

开放探究。

阅读下面的文字，回答问题。

这位父亲心中只有一个念头：“儿子在等着我。”他挖了8个小时，12个小时，24个小时，36个小时，没人再来阻挡他。他满脸灰尘，浑身上下破烂不堪，到处是血迹。到第38个小时，他突然听到底下传出孩子的声音：“爸爸，是你吗？”

是儿子的声音！父亲大喊：“阿曼达，我的儿子！”“爸爸，真的是你吗？”“是我，是爸爸，我的儿子。”“我告诉同学们不要害怕，说只要我爸爸活着，就一定会来找我，也就能救出大家。因为你说过，不论发生什么，你总会和我在一起的。”“你现在怎么样？有几个孩子还活着？”“我们这里有14个同学，都活着，我们都在教室的墙角，屋顶塌下来架了个大三角形，我们没被砸着。”父亲大声向四周叫喊：“这里有14个孩子，都活着！快来人！”过路的几个人赶紧上前帮忙，50分钟后，一个安全的小出口开辟了出来，父亲声音颤抖地说：“出来吧！阿曼达。”“不，爸爸，先让别的同学出去吧！我知道你会跟我在一起，我不怕，不论发生什么，我知道你总会和我在一起的。”

这对了不起的父子在经历了巨大的磨难后，无比幸福的紧紧拥抱在一起。

1、 以上几段文字，叙述了一个什么事件？

2、 你认为文中画线句子写得好吗？说明理由。

3、 请写出文中表现阿曼达父子心心相连的一句话。

4、 文章结尾一段说这对父子“了不起”。仔细阅读文章，根据文章中对父子二人的描写，说说他们各有什么了不起的地方。

5、请根据文章内容提示，想象地震刚刚发生、教室刚刚塌陷时阿曼达的处境，写一段他的所见、所想和所做。不超过100字。

三、资料下载。

顽强的生命之歌。

——杰克•伦敦《热爱生命》读后感。

脍炙人口的小说《热爱生命》曾经轰动欧美，并得到了列宁的称赞。作品中表现出的强烈的大自然气息，勇敢和冒险的浪漫精神，人“要活下去”的坚强意志深深地吸引着我，使人读来激动不已。这篇小说中，杰克•伦敦以巨大的艺术力量平静地叙述了一个惊心动魄的生命与死亡抗争的故事，表现了对生命的酷爱如何帮一个人战胜了死亡；尽管病饿交加，筋疲力尽，仍然在徒手搏斗中把紧跟在后面的一只饿狼制服了，并且通过冰天雪地的荒野，挣扎着来到海边，终于被一艘捕鲸船救起。

这个悲壮的故事，生动地展示了人性的伟大和坚强。充分展现出人性深处的闪光点，生动逼真地描写出了生命的坚韧与顽强，奏响了一曲顽强的生命赞歌，可谓撼人心魄。

生命本身蕴涵着巨大的潜在能量。生命有时极其脆弱，瞬间，它可能就会化为乌有；可是生命有时又异常强大，强大得令人惊叹。这种能量让你不管面对什么，哪怕是吞噬你的荒野、野兽，还是饥饿、疾病的折磨，都会支撑着你勇敢地战胜它。而在背后支撑生命、提供能量的无疑就是坚定的信念。只要心中生存的信念还在，只要不轻易放弃自己的生命，再窘困的处境也能绝处逢生。另一方面来说，热爱生命，就要有所信仰，有所追求。当人们没有了信仰，没有了追求，生命便完全成了一副躯壳，与一具行尸走肉何已？！。

现实生活中，有人慨叹生不逢时、人生如梦，有人抱怨活着真没意思，更有人说人生就是痛苦和无聊；于是在这种没有信仰的人生观唆使下，我们看到的是太多的生活的空虚和无聊，太多的游戏人生，太多的颓废和消沉以及百无聊赖……遇到生活中或工作上的些许困难、小事，不是想方设法去克服解决，而是“气不打一处来”，小事闹大，大事则要闹得寻死觅活。这同小说中的主人公克服险阻、艰难求生的勇气相比简直是天壤之别。可能有不少人曾经看过残疾人演出或残疾人运动会，那些身残志坚的勇士们克服着种种难以想象的困难甚至折磨，做出了连健全人都难以完成的任务。他们是热爱生命、勇于同困难作斗争的典范。

杰克•伦敦的《热爱生命》给了我们深刻的启示：为了达到一个人生的目标，就要同人生道路上的一切艰难险阻做殊死的搏斗，并且敢于胜利。面对生活、工作遇到困难甚至生命受到威胁的时候，我们不能坐以待毙；只有奋起抗争，因为除了胜利，我们别无选择！这篇小说中的主人公在重重艰难险阻面前，想要放弃生命，选择死亡是再容易不过的事情，但他却没有甘心就死，他选择了抗争。因此，人生要有所追求，要活的轰轰烈烈，成就一番事业，在生活中就要学会坚强、学会抗争，只有这样，我们才能不辜负生命的重托，才能对得起生命本身。

人，在自然中是渺小的，渺小得如同满地的荒草。但渺小的“人”因为拥有顽强的生命和坚定的信念而从远古走来、创造了异彩纷呈的文明和财富。

让我们永远拥抱伟大的、顽强的生命；让生命之树常青！

自学阶梯评估。

达标训练。

1、美国  杰克•伦敦。

2、

错字 缩 彩 沤 铄。

订正 束 采 呕 烁。

3、这里的“狼”可以看作是险恶的自然环境与自然力量的象征。

4、略。

能力提高。

1.在生死考验面前，因为对生命充满了热爱，所以他以惊人的毅力努力生存下来 。

2.说明了他极度虚弱，每行一步都极端困难，但他仍没有放弃 。

4.无论如何他也爬不完这四英里路 。

5.把疲倦比喻成涨潮，形象地写出了他疲倦到极点以至难以自制的情形 。

6.能恰当运用比喻等修辞手法且语言通顺即可.

开放探究。

1、阿曼达的父亲在地震后怀着坚定的信念成功地救出儿子。（亦可从阿曼达的角度总结）。

2、好。画线的句子运用了排比的手法，渲染时间延续过程又长又慢，突出强调父亲的坚忍不拔的毅力、不停的行动，顽强地救出儿子，深刻表现了他对儿子的挚爱之情。（此题答案开放。可从不同角度回答，答出一个方面即可。）。

3、“不论发生什么，我总会跟你在一起的。”

4、父亲信守承诺，挚爱儿子，不怕艰险的表现都体现了“了不起”。阿曼达信任父亲，热爱父亲，临危不惧，先人后己的表现都体现了“了不起”。

5、提示：可写孩子最初的惊慌，以及想到父亲的话后的坚定、镇静。

**热爱生命杰克伦敦原文篇七**

不管你是残疾人还是正常人，都不能因为某种原因而自暴自弃，因为生命只有一次，所以我们一定要热爱自己的生命。

。

贝多芬十分热爱自己的生命，他是一个人音乐家。

。

。

不幸的是，

。

他的耳朵。

。

突然失聪。

。

了，这对音乐家是多么的残忍。

。

的事。

。

啊

。

。

但他的为什么还被称为。

。

“

交响乐之父。

。

”

呢？原来是他那身残志坚的力量源源不断的给他自信心，他所。

。

作

。

的命运之曲，

。

正

。

的是在诉说着自己的一生和病魔斗争。

。

。

这是那一首给人。

。

传达正能量的。

。

曲子，

“

。

命运之曲。

。

”正。

是贝多芬完全聋的时候写的。

。

。

贝多芬没有放弃音乐，并且更加不依不饶，更加努力地学习音乐，如果。

。

换成。

。

别的音乐家。

。

突然。

。

聋了，他铁定会毫无顾忌地结束了自己的音乐生涯，而不。

。

会

。

在

。

了

。

我们。

。

的心中。

。

。

贝多芬还让我们明白了一个道理。

。

这个。

。

世界不会给你制造快乐，只有你对他人制造的快乐才是真正的快乐。

。

。

可以说贝多芬才是真的强者。

。

。

机器人可以克隆，带生命仅仅只有一次，我们应当为剥夺人类或动物的宝贵生命而感到惭愧。

。

。

我们的生命是父母给的，别人也。

。

是

。

一样。

。

。

最后送。

。

大家一句。

。

诗

“

。

留得青山在，不怕没柴烧。

。

”

让我们从此刻起，珍惜我们宝贵的生命吧。

。

。

广东顺德中孚教育。

。

指导老师：陈芷欣。

**热爱生命杰克伦敦原文篇八**

教学目标。

1.体会小说细腻的心理描写和逼真的细节描写。

2.领会主人公的精神魅力及其象征意味。

3.体会小说主人公坚韧顽强、不畏艰险的性格特征，培养学生敬畏生命、热爱生命的理念。

教学重点　诵读，领会主人公的精神魅力。体会心理描写和细节描写的作用。

教学难点　体会小说的象征意义。

课时安排　1课时。

[教学步骤]。

一、导语设计。

(多媒体演播美国西部风情及淘金图片)。

同学们，说起美国小说家杰克•伦敦，我们自然会想到他富于传奇色彩的人生经历和拼搏中蕴蓄生命的北方小说。北极地带严寒自然情境中毅力坚强的人们，传递着的是撼人心魄的力量。今天，我们就一起走进小说《热爱生命》，去了解一个美国西部淘金者绝境求生的艰难历程。(板书文题、作者)。

二、资料助读。

投影：

杰克•伦敦简介。

杰克•伦敦(1876～1916)美国小说家，生于加利福尼亚旧金山一个破产农民家庭。他从幼年起就不得不出卖体力养活自己。他当过牧童、报童、童工、工人、水手。他还参加过1893年大恐慌中失业大军组成的抗议队伍，以流浪罪被捕入狱，罚做苦工几个月。出狱后，他一边拼命干活，一边刻苦学习，广泛涉猎达尔文、斯宾塞、尼采和马克思等人的著作。他曾考进加利福尼亚大学，一年后辍学。后来受了阿拉斯加淘金热的影响，加入了淘金者的行列，却因病空手而归，但带回了北方故事的丰富素材。从此，他埋头写作，成为“出卖脑力劳动”的职业作家。

杰克•伦敦从19xx年起连续发表了许多短篇小说，通称为“北方故事”，是他的成名之作。描写英国伦敦贫民窟和工人的悲惨生活《深渊中的人们》(1903)、自传体小说《马丁•伊登》(1909)、政治幻想小说《铁蹄》(1908)等许多中长篇小说和散文集，深刻地揭露资本主义社会的弊端和罪恶，有力地控诉资产阶级对劳动人民的剥削.公开号召用阶级斗争和武装革命推翻资本主义制度。

杰克•伦敦在不长的十几年创作生涯中共写了19部长篇小说，150多篇中短篇小说和大量文学报告集、散文集和论文。其中比较优秀的还有《荒野的呼唤》(1903)、《白牙》(1906)、《天大亮》(1910)、《月谷》(1913)、《墨西哥人》(1913)，和受到列宁赞赏的《热爱生命》(1906)。但是到了晚期，他逐渐脱离社会斗争，为了迎合出版商的需要和满足个人的物质享受也写了不少粗制滥造的作品。19xx年杰克•伦敦和他的代表作中的主人公马丁•伊登一样，在精神极度空虚和悲观失望中自杀身亡。

三、诵读，整体感知文意。

1.学生默读全文，初步感知小说情节结构，疏解字词。 。

教师提示小说情节：《热爱生命》讲述的是这样一个故事：一个美国西部的淘金者在返回的途中被朋友抛弃了，他独自跋涉在广袤的荒原上。冬天逼近了，寒风夹着雪花向他袭来，他已经没有一点食物了，而且他的腿受了伤，鞋子破了，脚在流血。他只能歪歪斜斜地蹒跚在布满沼泽、丘陵、小溪的荒原上，非常艰难地前行着。就在他的身体非常虚弱的时候，他遇到了一匹病狼。他发现这匹病狼跟在他的身后。舔着他的血迹尾随着他。就这样，两个濒临死亡的生灵拖着垂死的躯壳在荒原上互相猎取对方。为了活着回去、为了战胜这匹令他作呕的病狼.最终在人与狼的战斗中人获得了胜利，他咬死了狼，喝了狼的血。最终他获救了，使生命放射出耀眼的光芒。

学生筛选、概括，教师点拨：主人公所面临的生死考验有饥饿、恶劣的天气(“接下来是几天可怕的雨雪”)、个人体力的极度虚弱、伤病以及野兽的威胁(“这地方的狼很多”)等。他之所以能战胜这些并顽强地生存下来，是因为他坚韧顽强，不畏艰难险阻。他虽然身体衰弱无比。并且时常处于昏迷之中，却有着惊人的意志力。在这场人与自然、人与自我的至死搏斗中，人的伟大与坚强也最鲜明地体现了出来。作品所要弘扬的正是这样—种硬汉精神。

3.学生重点研渎小说最为精彩的场面也是高潮部分：人和狼最后的格斗。体会主人公坚毅顽强、勇敢拼搏的生命意志。

学生合作探讨，教师明确：

杰克•伦敦“为生存而拼搏”并获得成功，他喜欢用”狼”自比，小说中的场景构设无疑是他对社会进化论思想的体现。艰难爬行的主人公和一直尾随其后的饥饿不堪、奄奄一息的狼所面临的选择是简单而清晰的：要么战胜对方生存下去，要么被对方战胜，沦为牺牲品。主人公以他坚毅勇敢的性格和顽强不屈的生命意志，在同狼的最后搏斗中取胜，成为真正的“强者”。小说启示人们，生命是神奇而宝贵的，只有敬畏生命，热爱生命，才能让生命光芒四射。

文中的“狼”可以看作险恶的自然环境与自然力量的一种隐喻。

4.学生联系《伟大的悲剧》(茨威格)中探险家斯科特归途覆没和《荒岛余生》(笛福)中鲁滨孙荒岛求生的经历，深入领会小说的深刻意蕴。

板书设计。

杰克•伦敦。

“这个人”：坚韧顽强、不畏艰险。

饥饿。

恶劣的天气。

个人体力极度虚弱。

伤病。

野兽威胁。

“狼”隐喻险恶的自然环境与自然力量。

后记：主人公的坚毅勇敢的性格和顽强不屈的生命意志，令学生震撼。

**热爱生命杰克伦敦原文篇九**

一个夏日闷热的午后，狂风大作，电闪雷鸣。我坐在窗前，无意间看见一株小草经受着风雨的折磨，却倔强地挺立着。那鲜亮的绿色犹如一面旌旗在风雨中舞动。第二天，小草在阳光照耀下又抬起了头，那耀眼的绿色在阳光下更显生机勃勃，昨日的风雨化为珍珠点缀着小草，我深深地被小草坚强不屈的精神所震撼、所感动。小草尚且如此，面对困难和挫折，我们更应敢于斗争，做热爱生命的强者。

热爱生命，应懂得如何战胜自己，笑对生活。贝多芬双耳失聪，创作《命运交响曲》；杏林子受病痛折磨，写出许多优秀作品；张海迪躺在床上吃力地挥写着她对生命的感悟……他们用残缺的身体书写着生命顽强不屈的壮歌。

珍惜时间。

有些同学写作业时拖拖拉拉，只知玩耍，不思进取，明日复明日，荒废学业俗话说：昨天是作废的支票，明天是未发行的债券，只有今天是现金，只有珍惜时间，才能使生命精彩纷呈。

热爱生命，应懂得善待他人。生命没有高低贵贱之分，无论是亲人朋友还是陌生人，都需要我们用爱心去呵护。地震牵动着所有人的心，人们纷纷向汶川伸出援手。20元对灾区人民来说只是杯水车薪，但那是黄立同学用那只有四个手指的手投入爱心箱的。捐款那天，张旭带来了他心爱的储蓄罐。他们捐的钱是零碎的，但那颗关爱灾区人民的心却是完整的。“送人玫瑰，手有余香”，那是幸福的香味。漠视自己的生命，肆意践踏别人的生命的人是可悲的，也是可恨的。马加爵容不下同学的一个玩笑，残忍地剥夺了4个人的生命，最终断送了自己的一生。

。

**热爱生命杰克伦敦原文篇十**

这几天，我每天都会在上学时看见旁边墙缝中冒出来的小花，我不禁走上前看。这小花可真坚强，这墙角一点土都没有，就只有这几天别人家装修的水泥沙子，没有土壤，它怎么能长出来还开花呢？我问妈妈：“妈妈，为什么花能从墙缝中冒出来呢？”妈妈说：“生命力强，对世界有希望，生命如火！”听到这儿，我不禁对花儿竖起了大拇指。

还有一次，我在院里玩，看到一只蚂蚁，便突发奇想，用水把它淹没了。没想到它和会游泳一样，在水里挣扎着。大出我所料的是，我以为只淹了一个蚂蚁，不成想还有另一只。那只蚂蚁就去水里救这只挣扎的蚂蚁去了！可是这只最初落水的蚂蚁没有被救起便淹死了，但那只营救的蚂蚁没有放弃，还把它拖回地面，拖着回到了窝内。就让我震惊到了极点：蚂蚁世界里也有关爱生命、拯救生命的行动！

我用测血压的听诊器听我自己的心跳，有种莫名的`惧怕与敬畏，同时，有了对生命的思考……就像杏林子说的：“我可以白白糟蹋它，也可以好好地使用它。”我觉得，生命由自己决定，你想让它活，就好好生活。主宰自己的生命，让自己的生命有价值，是每个人一生的课题。

最后，我觉得生命就是需要你去热爱、去赞美，我们不能轻生，不应虚度。只有你觉得生命是美好的，你才会更，从而生命才可以一直美好！

**热爱生命杰克伦敦原文篇十一**

既然选择了远方。

便只顾风雨兼程。

我不去想是否能够赢得爱情。

既然钟情于玫瑰。

就勇敢地吐露真诚。

我不去想背后会不会袭来寒风冷雨。

既然目标是地平线。

留给世界的只能是背影。

我不去想未来是平坦还是泥泞。

一切都在意料之中。

。

**热爱生命杰克伦敦原文篇十二**

一说起生命现象，想必大家都不陌生了吧!在我的身边，就有许多关于生命现象的例子。

有一次，我回乡下。田里的杂草长得快比庄稼高了!我便帮着奶奶一起拔杂草。我们费了九牛二虎之力，好不容易才把杂草都拔了个精光。望着一大堆杂草，我心想：这杂草不能就这么扔在地里，得找个地方放!放哪里好呢?这时奶奶发话了：“宝贝，正愁着这草扔哪吧?来，咱把这堆草搬路边空地上，让这毒太阳给晒个一两天的，晒干了，搬回去当柴火用!”于是我们就把杂草搬到了路边的空地上。

过了几天，奶奶估摸着草该晒干了，又叫上我，去搬干草。没想到，有一部份杂草，竟冒出了新芽!真是不可思议!我们被杂草顽强的.生命力震惊了，所以，我们仅仅只把晒干了的，可以用来烧火的草搬走了。至于剩下的那一小部分，我们一致决定，让它继续活下去，茁壮成长!

植物都如此，努力让自已活得更好，人又何尝不能呢?所以，我们一定要，珍惜生命，遇到困难，勇敢面对，坚持不懈，我们要使自已活得更加光彩有力!

**热爱生命杰克伦敦原文篇十三**

关于生命，这个深奥的问题，我常常绞尽脑汁地去思考，但终究不知其解。

直到那一天，我在小区院子里找到了答案。

那时已是隆冬时节，天空突然给猝不及防的人们来了个大变脸。顿时雷声四起，狂风大作。接着便是瀑布般的大雨倾泻而来。面对这突如其来的灾害，我赶紧到小区中的商店避雨。屋外，雨哗哗地下着，愈来愈大。不知谁喊了一声：“快看花池！”群众的眼睛不约而同地如聚光灯般望过去——在枯黄的灌木丛中，一棵梅花树屹立在其中，树上的梅花三五成群地开放着，一簇一簇的，而且芳香四溢。行人不顾风雨的倾袭，纷纷上前驻足观看，我也跟了上去。在那一刻，我们不约而同地发出了惊叹。我想：生命莫不是如此吗？你无法选择出生的地点，亦无法选择面临的困难。但不论怎么样，只有努力与拼搏，才能开放出最艳丽的生命之花！

生命在于努力，人生亦是如此。我同样从家喻户晓的海伦·凯勒身上，找寻到了生命的.真谛。

众所周知，海伦·凯勒在童年遭受了莫大的不幸。小海伦三岁时，一场突如其来的疾病无情地掠夺了她的听觉、视觉。身为盲聋人的她不但没有放弃，反而自强不息。阅读大量盲文书籍，增长见识，提高知识水平，最终成为文学巨匠，她的著名作品《假如给我三天光明》，已被翻译成140多种文字。

即使你生下来有缺陷，这也不一定是坏事。只要你努力拼搏，终会有回报。

这便是生命的真谛，让我们珍惜生命，，让生活过得更有意义。

**热爱生命杰克伦敦原文篇十四**

记得在一本书上读到过一段话，对生命的描述很细腻、很实在——生命是宝贵的，但又是渺小的。生命是坚强的，但又是脆弱的。一场战争可以夺去很多人的生命，一场暴雨就会使许多植物凋谢零落。正是因为生命的来之不易，所以我们不能轻言放弃生命。换句话说，我们要、珍惜生命！

一天，一只小苍蝇在我家里“嗡嗡”的飞，很吵，我尝试了好几次想抓住它，可怎么都抓不住。我趁它在窗户上休息时，用窗纱罩住，然后用手伸进去抓住了它，就在那一瞬间，我发现它在垂死挣扎，我感到一股求生的.欲望在我手中跃动、挣扎，于是，我忍不住把它放生到了窗外。

还有一次，我在院子里和外公家的小猫玩耍，突然一下子跳出来一只蛐蛐。机灵的小猫怎能放过这天上掉下来的“美味馅饼”，一下子抓住了蛐蛐，任凭蛐蛐垂死挣扎，小猫并未生出怜悯之心，还是将它吃了下去，我无奈地拍了拍小猫的头。妈妈走过来，看到我沮丧的样子说：这是大自然的“食物链”，我们不能违抗。

苍蝇和蛐蛐临死前都有挣扎，这说明动物也懂得，都想在这个美丽的世界上努力的生存下来。我想，我们人类更应该，珍惜活着的每一天。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！