

感恩系列

一个为期三周的课程系列，教导孩子们如何向神表达感恩，感谢祂所赐的一切供应。

其他资源：

布告栏 I 神是美善的 见下页

第1课 摩西和米利暗

我们可以通过唱赞美诗来告诉神我们的感激之情。

第2课 哈拿心存感激

孩子们将学习到，放弃一些东西可以显出感恩之心。

第3课 保罗的感恩

孩子们将学会无论面对何种情况都能心存感恩！

布告栏 I 神是美善的

(God is Good)

介绍

一个非常丰富多彩的布告栏，表达感恩神赐予我们所有美好的事物。
(译者注：在学习“感恩节”这个系列课程期间，老师可以做这个布告栏放在教室里。)

主题

祝福，供给，感恩，感恩节

材料

模板 见下页

未上色的模板 p6-7

字母模板

<https://www.kidssundayschool.com/bulletin-boards/letter-and-number-templates>

星星或小闪光贴纸用于云朵的光芒

真的糖果用于贴在毯子上

浅蓝色建筑纸用于天空背景

深蓝色或黑色建筑纸用于字母

绿色建筑纸用于草地和树叶

黄色和红色建筑纸用于毯子和苹果

棕色建筑纸用于火鸡

紫色建筑纸用于葡萄（用椭圆形制作）

橙色建筑纸用于南瓜

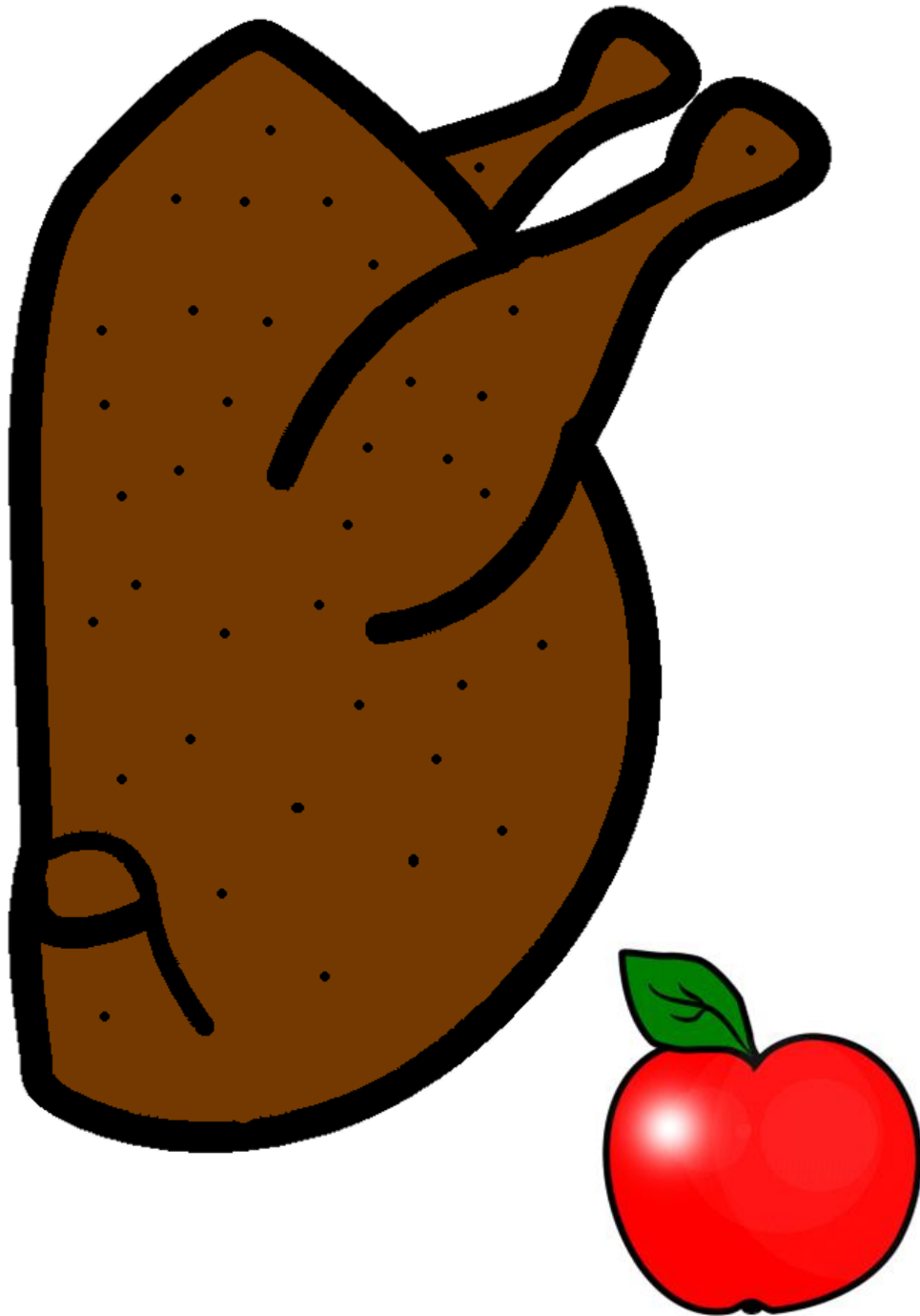
白色建筑纸用于盘子和云朵

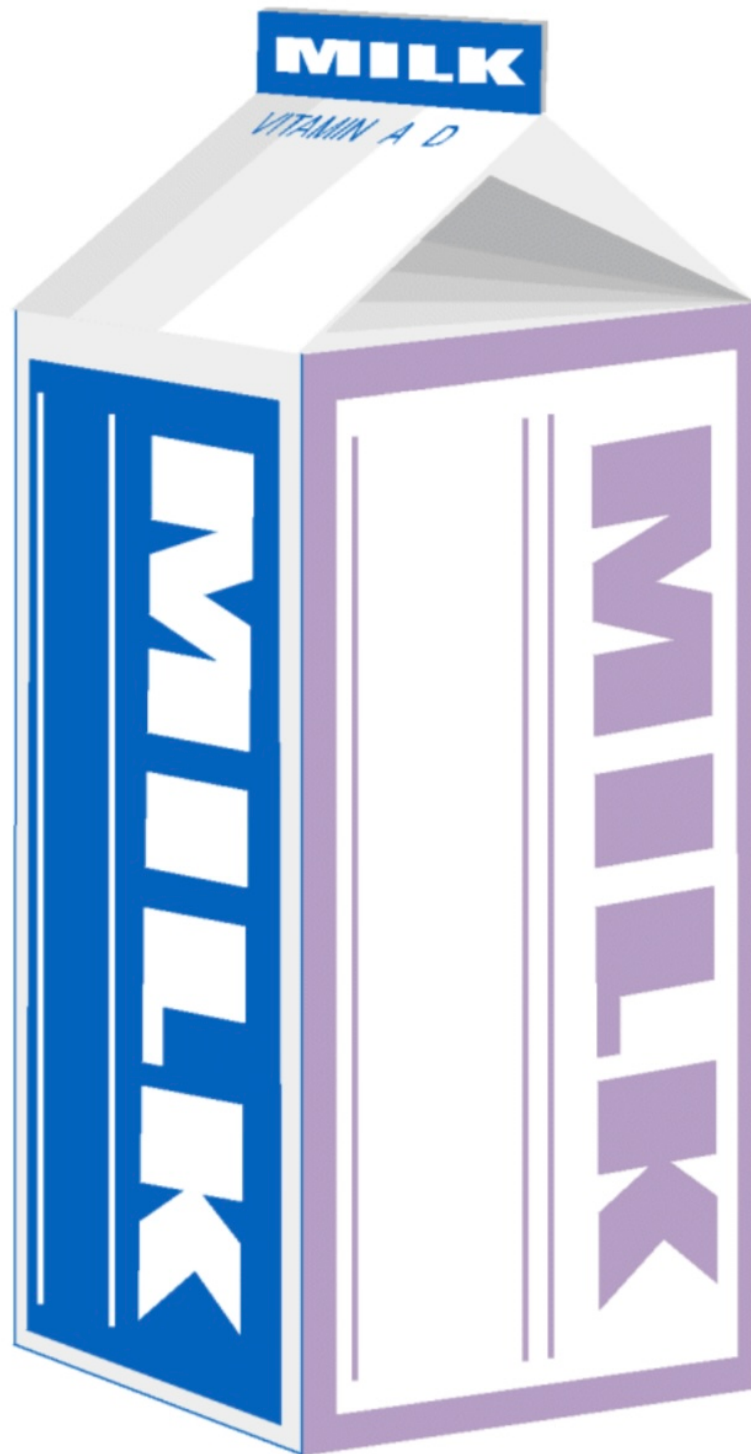
说明

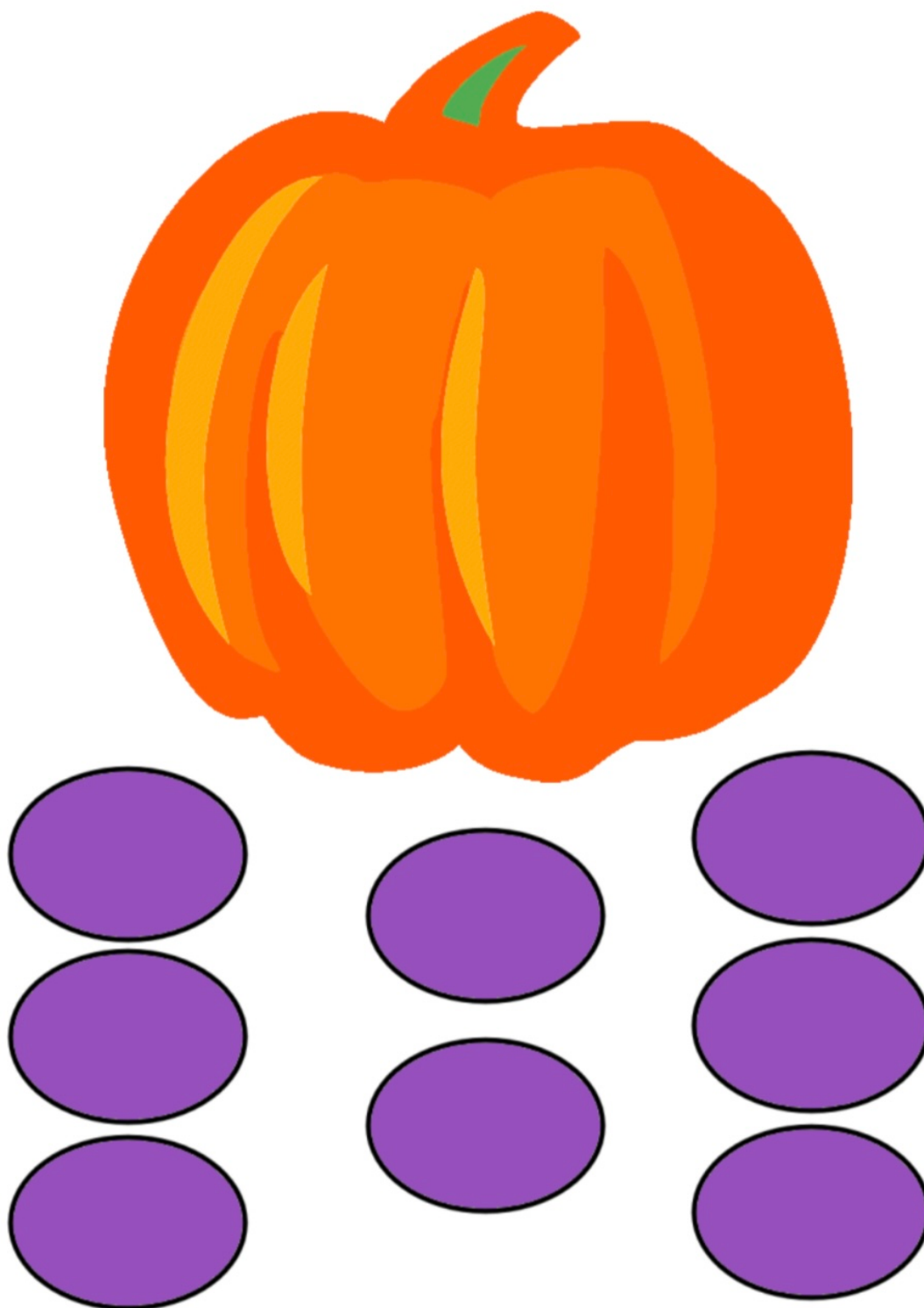
对于牛奶盒子，可以剪出一个真实牛奶盒的一面，或用上面的牛奶盒模板。

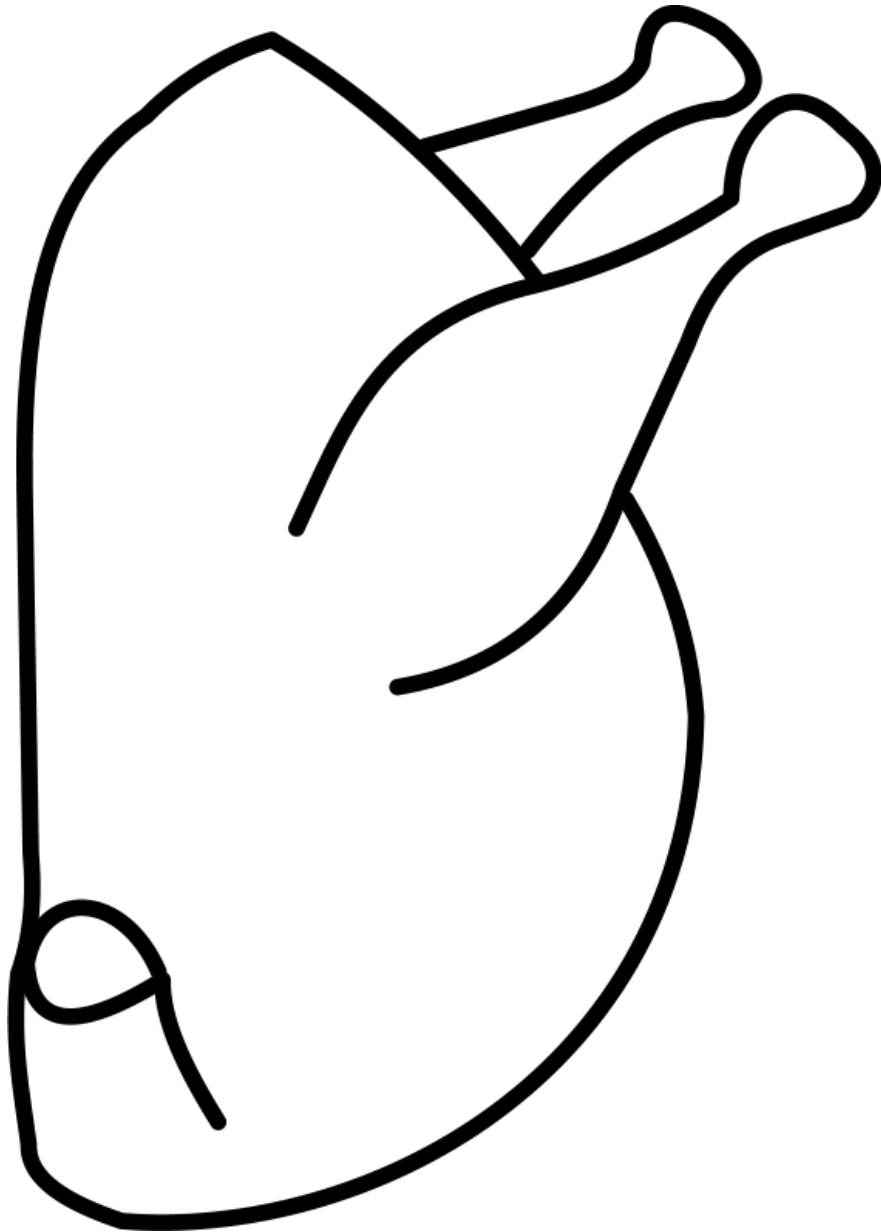
孩子们会喜欢帮你把星星或其他贴纸粘好。向他们解释，这个布告栏只是神所提供美好事物的一些例子。问问他们，这些，还有哪些神给了他们可以感恩的东西。

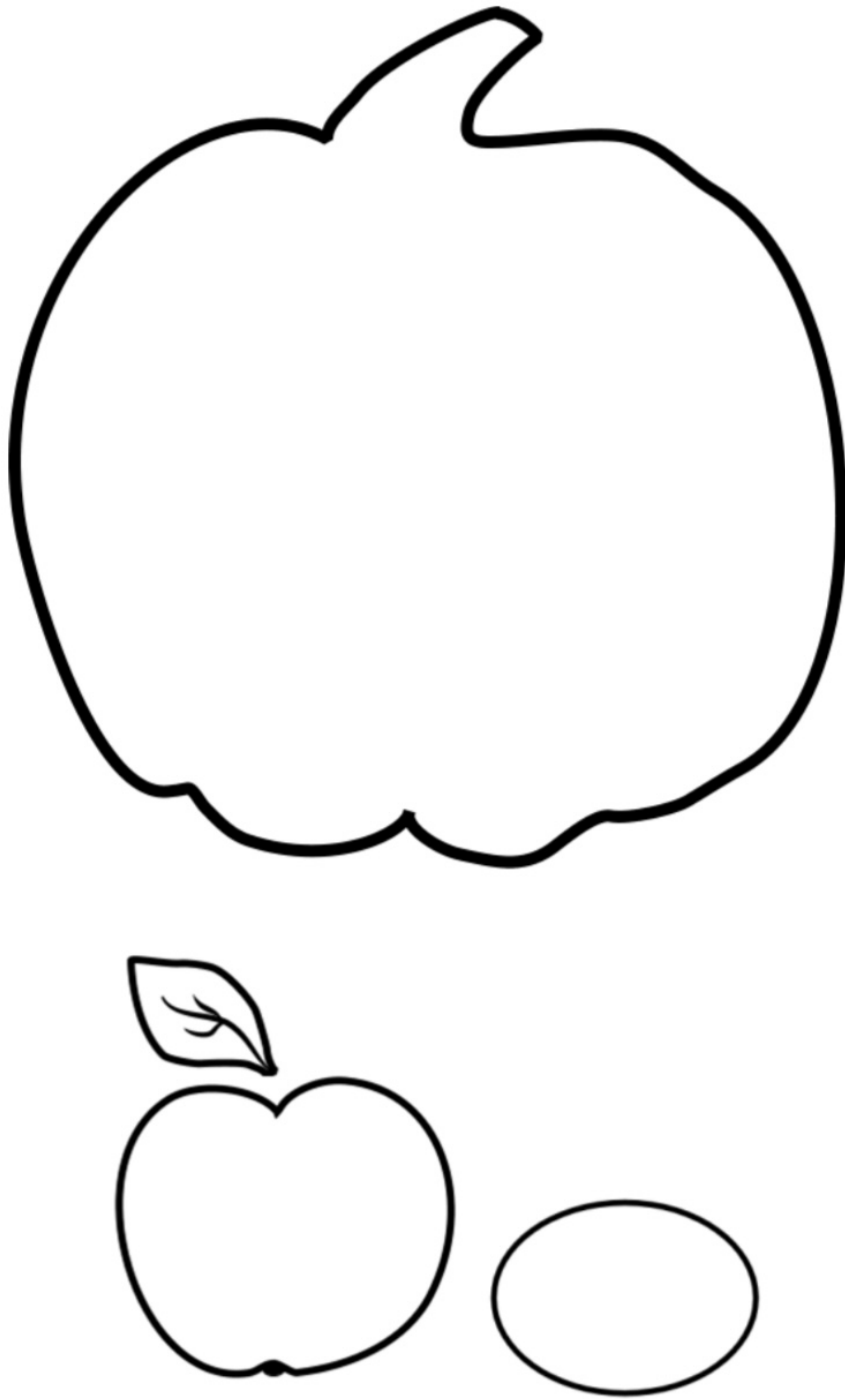












第1课 摩西和米利暗

介绍

我们可以通过唱赞美诗来告诉神我们的感激之情。

主题

赞美，感恩

等孩子(10分钟)

活动 I 乐器动物园 p4

开头的祷告(5分钟)

参见：开头的祷告 见“课程指南/第5部分”

经节(5分钟)

耶和华是我的力量，是我的诗歌，祂也成了我的拯救。这是我的神，我要赞美祂；是我父亲的神，我要尊崇祂。 -出 15:2

从下面选择教法：

(背诵经文) I 各种教法 (1) 见“教学辅导”

(背诵经文) I 各种教法 (2) 见“教学辅导”

(背诵经文) I 各种教法 (3) 见“教学辅导”

故事(15分钟)

让孩子围在你身边开始讲故事时间。介绍之后，按提示读经文。

介绍：

现在是十一月。有谁知道在十一月我们庆祝的假期吗？（感恩节）这是我们专门谈论感恩的时候。你知道有很多方法可以向神表达我们的感激之情吗？今天，我们将通过学习摩西和米利暗如何以及为什么感谢神，来开始我们的感恩节课程系列。

读出15:1-6;19-21（摩西和米利暗感谢神。）

问题讨论：

1. 摩西怎样向神表示感谢？（唱诗歌。）
2. 摩西为什么感恩？（因为神分开大海，又淹没了敌人。）
3. 摩西如何描述神？（强大，有能力、伟大、威严的战士）
4. 还有谁通过诗歌表达感谢？（米利暗，摩西和亚伦的妹妹。）
5. 表达感谢还有什么别的方式？（通过乐器，例如鼓/手鼓。）
6. 第二首诗歌是如何描述神的？（高度敬拜/赞美。）
7. 我们可以用同样的方式表达对神的感谢吗？（是的！）

趣味时光(15分钟)

活动 I 表达感谢 p5

祷告/点心(10分钟)

参见：结尾的祷告 见“课程指南/第6部分”

带领孩子们祷告，然后分发健康的点心。吃东西时，听一些敬拜的音乐。谈谈声音、乐器以及音乐给你的感受。让孩子们也说说对音乐的感受。提醒孩子们，唱歌和弹奏乐器是向神表示感谢的美好的方式。

结束时的活动(5-10分钟)

手工 I 庆祝手摇器 p6

下节课

下周再来上一堂关于如何感恩的课。

家庭反馈单

课结束之前，把反馈单 (p3) 发给每个孩子。

主日学家庭反馈单

感恩系列

第1课

摩西和米利暗

写给父母：

这张反馈单让您知悉您的孩子今天在主日学所学的内容。包含“牢记神的话语”，一个建议的活动来巩固课程内容，还有一个简短的祷告。参与以上内容并和孩子交流，对你和孩子都会非常有益。



所学内容：

现在是11月份 - 这个时候我们会谈论很多关于感恩的事。今天，通过学习摩西和米利暗为什么感谢神，开始了我们的感恩节课程系列。摩西和米利暗通过诗歌、敬拜和演奏乐器来表达对神的感谢。我们可以用同样的方式表达我们的感激之情！音乐是我们表达感恩最熟悉的方式之一，当我们以感恩的心唱歌赞美神时，神很高兴。（使用的经文：出埃及记 15:1-6, 19-21）



牢记神的话语：

“耶和华是我的力量，是我的诗歌，祂也成了我的拯救。这是我的神，我要赞美祂；是我父亲的神，我要尊崇祂。” - 出 15:2

这一周里跟孩子要多练习这节经文。这不仅会帮助孩子记住这节经文，也会帮助他/她巩固课堂里所学的内容。



建议的亲子活动：

对不同类型的乐器，到互联网上查看其图片，聆听其声音。更具体地说，多了解敬拜期间在教堂看到的乐器。问孩子，他/她更喜欢哪种乐器。虽然每种乐器都可以用来赞美神，但让孩子知道，我们的声音其实也是乐器！我们可以在任何地方用我们的声音和乐器来表达对神的感谢和赞美。



每天的祷告：

感谢神，保护我们，爱我们！教我们有感恩的心，教我们表达感恩。感谢你差遣耶稣为我们的罪死在十字架上。阿们。

活动 I 乐器动物园

(MUSICAL INSTRUMENT PETTING ZOO)

介绍

孩子们将边演奏乐器边敬拜神。

主题

赞美、感恩、敬拜

材料

各种（玩具）乐器：尤克里里、手鼓、摇铃/马拉卡、木琴等。



时间

大约10分钟

课前准备

将乐器摊在桌子上。

说明

1.做

孩子们到达时，邀请他们玩这些乐器。如有需要，教他们如何演奏。鼓励孩子们轮流玩乐器（因为可能没办法一人一个），或者挑一首诗歌，让他们可以边演奏乐器边唱。

2.说

知道吗，我们可以用演奏乐器来表达对神的感谢。圣经中有许多人用唱歌、弹奏乐器来敬拜赞美神。当我们用音乐来感谢神时，神会很高兴。

活动 I 表达感谢

(SHOWING THANKFULNESS)

介绍

孩子们用好的和坏的方式来表达感激之情。

主题

行为，感恩



时间

大约10分钟

说明

1.做

向全班解释表达感谢的好的和坏的方式。表演一两种方式来表达感激之情，然后邀请志愿者表演其余的。包括：抱怨、帮助、争吵、拥抱、顺服、撅着嘴、称赞、打架等。在大家正确猜出每个动作含义后，帮助大家确定这是好的还是坏的方式。

2.说

说“谢谢”很好，但以好的方式来表达我们的感激之情就更好！本周练习以不同的方式表达你的感激之情，因为，如果我们可以感谢他人，那么我们也可以感谢神！

手工 I 庆祝手摇器 (CELEBRATION SHAKERS)

介绍

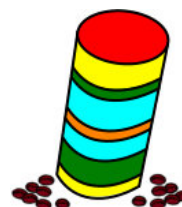
孩子们自己做一个乐器，通过音乐来敬拜神。

主题

感恩、敬拜

材料

卫生纸内壳
彩色纸条（尺寸为 5 ½ 英寸 x 1 英寸）
干豆子
胶带
透明胶带
贴纸
卷丝带（可选）



时间

大约10分钟

课前准备

用胶带封住每个卫生纸内壳的一端。然后放入大约 10 颗干豆子，再用胶带封住开口端，把豆子封在里面。接下来，为每个孩子剪 6-10 张纸条。最后，在每个孩子的桌子上，放一个卫生纸内壳、纸条、透明胶带和贴纸。

说明

1.做

让孩子们装饰自己的手摇器，将纸条贴在内壳上。然后贴上贴纸。此外，孩子们还可以将卷丝带缠绕在上面作为额外的装饰。

2.说

现在我们有自己的乐器来敬拜神了！乐器是一种有趣的方式，让我们向神表明我们感谢祂，我们爱祂。

第2课 哈拿心存感激

介绍

孩子们将学习到，放弃一些东西可以显出感恩之心。

主题

祈祷, 牺牲, 感恩

等孩子(10分钟)

活动 I 感谢挑战 p4

开头的祷告(5分钟)

参见：开头的祷告 见“课程指南/第5部分”

经节(7分钟)

没有谁像耶和华那样圣别。 -撒母耳记上2:2a

向全班宣读这节经文，解释只有神是圣洁的，或者说是完美的，我们可以向祂表示感谢。解释说表示感谢的一种方式欢呼！再读一遍这节经文，请全班同学和你一起“欢呼”。然后考虑在房间里游行，跺脚，或拍手，同时为这节经文欢呼。

故事(15分钟)

请孩子们坐在你面前的地板上，听你讲圣经故事。若有必要，可以用儿童圣经，用图片来加强故事，这样孩子们会更容易理解。

介绍：

这个系列的上一课我们谈到了摩西和米利暗用歌曲和乐器来表达对神的感激之情。今天我们将学习一个叫哈拿的女子，以及她为什么会感恩。首先，你有没有放弃过对你非常重要的东西？做起来是容易还是困难？我们将学习哈拿是如何放弃或牺牲一些对她非常重要的东西来向神表示感谢的。

读 撒母耳记上1：10-11，20，24-28，2：1-2（哈拿的请求和神的回答。）

问题讨论：

1. 哈拿祷告时在做什么？（痛哭）
2. 她请求什么？（为得到一个儿子）
3. 她向神起誓或承诺什么？（将他终身献与耶和华，不用剃刀剃他的头-这是她发誓的标志）
4. 神是否满足了哈拿的要求？（是的！）
5. 孩子的名字是什么？（撒母耳）
6. 哈拿是否遵守了她的承诺？（是的）
7. 她带着撒母耳去圣殿时还带了什么？（三只公牛，一伊法细面，一皮袋酒）
8. 哈拿把撒母耳托付给谁？（祭司以利）
9. 我们怎么知道哈拿对神有感恩之心？（她通过祷告赞美神）

总结：哈拿非常感谢神，她把自己唯一的儿子献给了神，让他来服事神！这对她来说一定很难。然而，哈

拿仍然心存感激，因为她知道若没有神，她将一直没有孩子。她谦卑地明白，一切都属于神，甚至她唯一的孩子。而且，由于她感恩的牺牲，神极大地使用了她的儿子撒母耳。

趣味时光(10分钟)

手工 I 感恩的木偶 p6

备选-趣味时光(10分钟)

手工 I 感恩的礼物 p8

祷告/点心(10分钟)

参见：结尾的祷告 见“课程指南/第6部分”

带孩子们做祷告，然后分发健康的点心。请孩子们通过击掌或拥抱来表达对点心的感激之情。然后和全班分享你个人，曾牺牲或放弃一些东西来表达对神的爱和感恩。鼓励孩子们以类似的方式行事，例如把玩具送给朋友或为有需要的家庭提供食物。

结束时的活动(10分钟)

提供树叶剪纸，请孩子们说出他们所感谢的人/事/物。用记号笔在每片树叶上写上一个，然后请孩子们帮忙把树叶贴在教室的门上或白板上。向全班解释，这些树叶将提醒我们应该对神和他人表示感谢的所有理由。

下节课

下周再来，看看有什么精彩的课程在等着你。

家庭反馈单

课结束之前，把反馈单 (p3) 发给每个孩子。

主日学家庭反馈单

感恩节系列

第2课

哈拿心存感激

写给父母：

这张反馈单让您知悉您的孩子今天在主日学所学的内容。包含“牢记神的话语”，一个建议的活动来巩固课程内容，还有一个简短的祷告。参与以上内容并和孩子交流，对你和孩子都会非常有益。



所学内容：

哈拿非常感谢神，她把自己唯一的儿子献给了神，让他来服事神！这对她来说一定很难。然而，哈拿仍然心存感激，因为她知道若没有神，她将一直没有孩子。她谦卑地明白，一切都属于神，甚至她唯一的孩子。而且，由于她感恩的牺牲，神极大地使用了她的儿子撒母耳。(所用经文：撒母耳记上1：10-11，20，24-28，2：1-2)



牢记神的话语：

没有谁像耶和華那样圣别。-撒母耳记上2:2a

向孩子读这节经文，解释只有神是圣洁的，或者说是完美的，我们可以向祂表示感谢。解释说表示感谢的一种方式欢呼！然后考虑在房间里游行，跺脚，或拍手，同时为这节经文欢呼。



建议的亲子活动：

在外面寻找一些大树叶，然后在建筑纸上描出树叶的形状。把叶子剪下来，让孩子说出他们所感谢的人/事/物。用记号笔在每片树叶上写上一个，接下来，和你的孩子一起将这些叶子展示在冰箱上或海报板上。向孩子解释，这些树叶将提醒我们应该对神和他人表示感谢的所有理由。



每天的祷告：

感谢神，感谢哈拿在感恩方面这么好的榜样！教导我们拥有一颗感恩的心，使我们愿意牺牲一些东西以此向对神和他人表示感谢。教导我们如何表现出感恩的心。为耶稣的榜样和祂的牺牲感谢你。阿们。

活动 I 感谢挑战

(THANKS CHALLENGE)

介绍

孩子们排列字母，学习如何拼写 "感谢/THANKS"。

注意：这个活动只适用于会英文的学生。

主题

感恩



材料

活动页 见下页

剪刀

小塑料袋

时间

大约10分钟

课前准备

为每个孩子打印一份活动页，剪出字母方块，放在一个小塑料袋里。

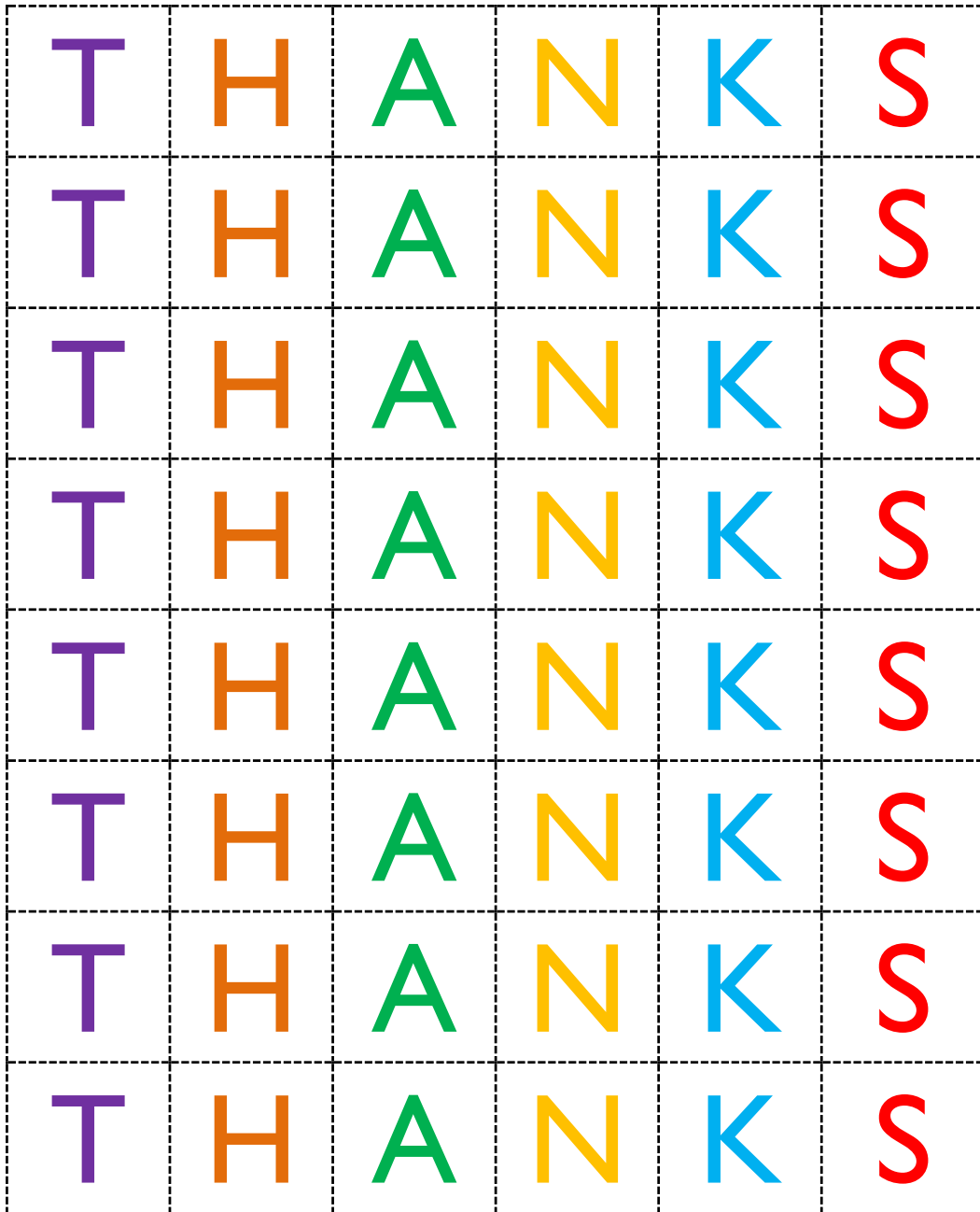
说明

1.做

请孩子们小心地清空他们的袋子，并把所有的方块翻过来，字母朝上。然后向全班展示如何拼出 "THANKS/感谢"，鼓励他们用自己的字母拼出尽可能多的这个词。

2.说

你能拼出多少个 "THANKS" (8)？看来我们拼了很多遍，这也教我们要多次表达我们的谢意！把这些字母带回家，在父母或兄弟姐妹的帮助下练习拼写 "THANKS"。表达我们的感激之情会让神高兴，以此向他人展示神的爱！



手工 I 感恩的木偶

(THANKFUL PUPPETS)

介绍

孩子们制作木偶并表演表达感恩的方式。

主题

感恩

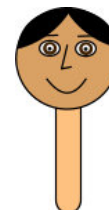
材料

活动页 见下页

剪刀、胶带、胶水

各种手工用品：胶粘眼、记号笔、蜡笔、毛线等。

木制手工棒



时间

大约10分钟

课前准备

为每个孩子打印一份活动页。在每个孩子的座位上放一份活动页、手工用品、剪刀、胶水和六根木制手工棒。

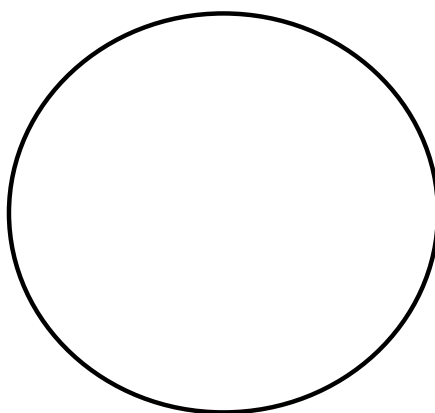
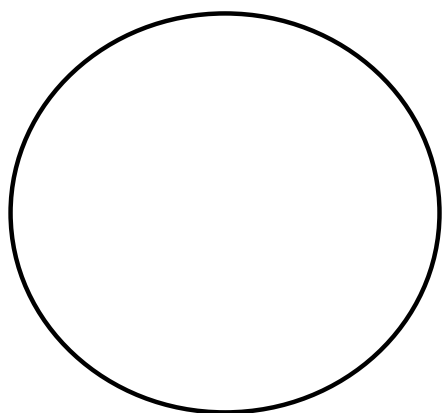
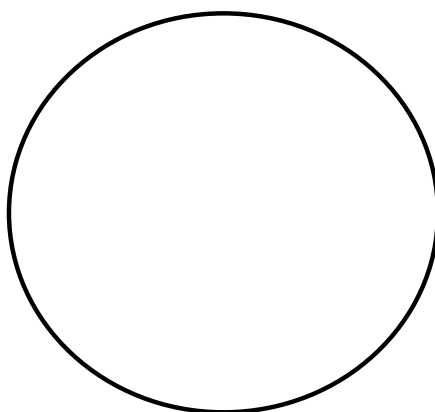
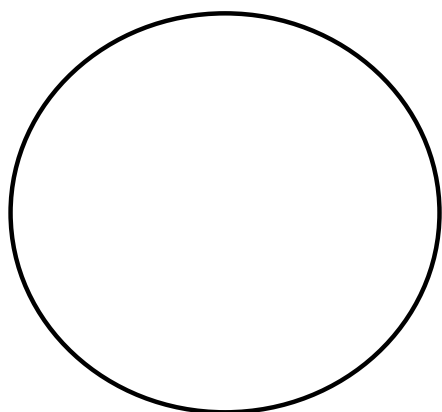
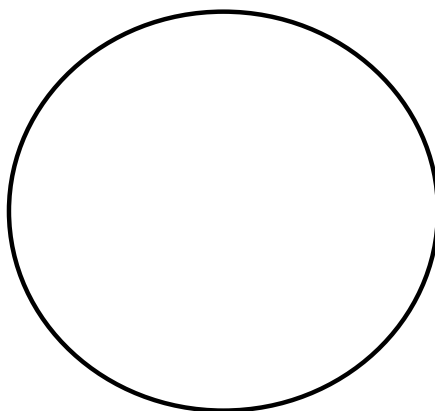
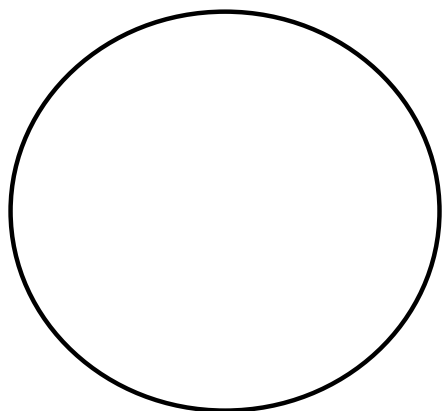
说明

1.做

请孩子们在其中一个圆圈里画上自己的脸，然后在其他圆圈里画上他们认识的其他人（父母、兄弟姐妹、朋友、老师等）的脸。他们可以用各种手工用品来装饰每张脸，如粘上胶粘眼或毛线。然后，孩子们将剪下木偶，并把它们粘在木制手工棒上，以完成这项工作。示范如何使用木偶，表演一种表示感谢的方式（如分享玩具或帮助朋友）。请孩子们轮流表演他们自己表达感恩的方式。

2.说

为什么表示感谢很重要（因为它使神喜悦，展现了祂的爱）？在家里为你的家人表演木偶戏，教他们用不同的方式来表达感激之情！



手工 I 感恩的礼物

(GIFTS OF THANKS)

介绍

孩子们打开礼物，发现表达感恩的不同方式。

主题

感恩

材料

礼品盒

小礼物：心形贴纸、气球、弹力球、蜡笔、25美分、包装好的糖果等

包装纸

剪刀和胶带



时间

大约10分钟

课前准备

将每件礼品放在一个礼品盒中，用剪刀和胶带将盒子包起来。

说明

每次请一个孩子选一个礼物，在全班面前打开。对每个礼物，用下面的解释。

心形贴纸：神希望我们全心全意地信靠祂。祂差派耶稣为我们的罪而死，当我们相信祂的时候，我们就把我们的交给了他！这是表达我们对神的感激之情的最大方式。

气球：我们如何吹起这个气球（用空气）？当我们用 "空气 "或声音来表达感激之情时，神会喜悦。

弹力球：与朋友分享玩具，是表示感谢的一种方式，比如这个球。

蜡笔：另一种表达感恩的方式，是用各种工具制作手工艺品，比如这支蜡笔，送给帮助过你的人。

25美分：我们可以通过给有需要的人送钱来表达对神的感谢。

糖果：另一种表达感恩的方式，是与饥饿的人分享食物。

第3课 保罗的感恩

介绍

孩子们将学会无论面对何种情况都能心存感恩！

主题

祷告，感恩

等孩子(10分钟)

活动 I 便利贴表情 p4

开头的祷告(5分钟)

参见：开头的祷告 见“课程指南/第5部分”

经节(7分钟)

我每逢想念你们，就感谢我的神。 -腓立比书 1:3

在卡纸上打印经文的各个字。在白板上写下经文并向班级朗读。然后给每个孩子1-2张纸，要班级一起合作，通过与白板上的字顺序匹配来排列这些字。然后再次朗读这段经文。如果时间允许，重复此活动。

故事(15分钟)

让孩子们坐在你面前的地板上，在朗读经文时为他们补充图片，以便孩子们更容易理解，如有必要，可以用儿童圣经。

介绍：

本月我们学到了向神和他人表达感激之情的许多方法。摩西和米利暗唱赞美诗表达他们的感激之情，而哈拿把儿子奉献给神在圣殿中服事。今天我们将学习为什么保罗对神和他的朋友腓立比人心存感恩。我们将从他的榜样中学到，即使面对困境，我们也能心存感恩。

读 腓立比书 1:1-21（保罗为腓立比人感恩）

讨论问题：

1. 保罗多久为腓立比人感谢一次神？（每当他想起他们）
2. 他如何祷告？（怀着喜乐！）
3. 保罗与腓立比人分享了什么？（神的爱和恩典）
4. 他祷告什么？（他们的爱会增长）
5. 在给腓立比人写信时，保罗身在何处？（在狱里）
6. 保罗被不公正的对待如何影响了他的朋友们？（他们更有动力传道！）
7. 面对福音的增长，尽管身在狱中，保罗的反应是什么？（幸福/欢喜）
8. 保罗知道会发生什么？（他将得拯救）
9. 保罗眼中“生”和“死”是什么？（活着意味着事奉基督，死了意味着与祂永远同在）
10. 保罗如何向神和他人表达感激之情？（通过祷告和信件）

保罗在监狱里写了一封感恩信给腓立比人，通过祷告向神表达了感恩之情。保罗教导我们，无论面对何种困境，我们都可以时刻感恩神，因为祂仍掌控着一切！因此，在我们觉得没有什么可感激的时候，我们可

以想起保罗的榜样，并相信神将继续看顾我们。

趣味时光(10分钟)

手工 I 感恩簿 p5

备选-趣味时光(10分钟)

手工 I 感恩餐垫 p7

祷告/点心(10分钟)

参见：结尾的祷告 见“课程指南/第6部分”

引导孩子们一起祷告，然后分发健康点心。告诉班级你很难向神表示感恩的一次经历。提醒班级，即使我们伤心、愤怒或沮丧，仍然有值得感激的事物。此外，无论我们面对什么情况，神都与我们同在！鼓励孩子们在这一周选择感恩。

结束时的活动(10分钟)

通过利用房间或走廊中的装饰和颜色来玩“感恩我要找”的游戏。提醒孩子们，感恩节时我们会挂上装饰，为提醒我们要感恩。

下节课

从主日学信仰课程中，选择另一个精彩的课程系列。

家庭反馈单

课结束之前，把反馈单 (p3) 发给每个孩子。

主日学家庭反馈单

感恩节系列

第3课

保罗的感恩

写给父母：

这张反馈单让您知悉您的孩子今天在主日学所学的内容。包含“牢记神的话语”，一个建议的活动来巩固课程内容，还有一个简短的祷告。参与以上内容并和孩子交流，对你和孩子都会非常有益。



所学内容：

这个月我们学到了很多种方式来向神和他人表达感激之情。摩西和米利暗唱赞美诗表达他们的感激之情，而哈拿将儿子奉献给神在圣殿中服事。今天我们学到，保罗对神和他的朋友腓立比人心存感激，即使面对困境，我们也能感恩。保罗在监狱里写了一封感恩信给腓立比人，并通过祷告向神表达感恩之情。因此，在我们觉得没有什么可感激的时候，我们可以记住保罗的榜样，并相信神将继续看顾我们。（所用经文：腓立比书 1:1-21）



牢记神的话语：

“我每逢想念你们，就感谢我的神。”-腓立比书 1:3

在卡纸上打印经文的各个字。从圣经中朗读这段经文，然后一起将这些字放在正确的位置上。根据需要多次朗读这段经文，帮助孩子认识其中不认识的字。



建议的亲子活动：

在杂货店或购物中心玩“感恩我要找”的游戏。可能要“找”的物品包括装饰品、典型的感恩节食物和秋天的颜色。每猜对一个物品，都请孩子说出一个他/她感激的事物。告诉孩子这些物品都提醒我们选择感恩。



每天的祷告：

感谢你，神，为保罗在面对不公正对待时仍表现出感恩的榜样！教导我们无论面对何种情况都拥有感恩的心。教导我们表达感激之情。感谢主耶稣的榜样和祂的牺牲。阿门。

活动 I 便利贴表情 (STICKY NOTE FACES)

介绍

孩子们将辨别什么时候容易或难以表达感激之情。

主题

感恩

材料

便利贴
马克笔



时间

大约10分钟

课前准备

给每个孩子一些便利贴和一支马克笔。

说明

1.做

告诉班上的孩子，当你朗读时，他们可以在每张便利贴上画一个开心的脸或难过的脸。

"我可以去看爷爷奶奶！"

"我们赢了足球比赛！"

"我们不得不送走我们的狗。"

"一场大雨淹没了我的家。"

"我有一个新书包。"

"我在学校惹麻烦了。"

"我的朋友对我喊了一声。"

"我爸爸帮我整理房间。"

2.说

你画了多少张开心/难过的脸？当你开心时很容易有感激之情吗（是的）？当你难过时很容易有感激之情吗（不是）？圣经告诉我们，无论何时，我们都可以感激，因为神一直爱我们并看顾我们。虽然我们难过或不开心时很难有感激之情，但请通过告诉他人我们爱神，来表达我们的感激之情！

手工 | 感恩簿

(THANKFULNESS BOOK)

介绍

孩子们将制作一个列着感恩神各种方式的小册子。

主题

感恩

材料

手工页 见下页

蜡笔

安全剪刀



时间

大约10分钟

课前准备

为每个孩子打印一份手工页。在每个孩子的座位上放置一份手工页、蜡笔和一把安全剪刀。提前作一个手工以展示给全班看。

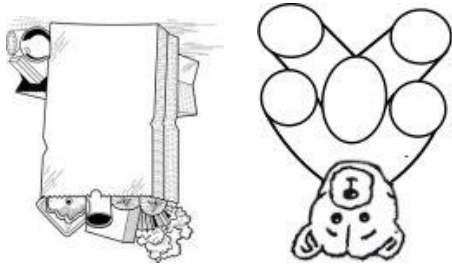
说明

1.做

读你为全班制作的小册子，提醒孩子们感恩的教导。请他们为自己的书上色，沿着实线用剪刀剪下，沿着虚线折叠（必要时提供帮助），制作他们自己的书。

2.说

我们可以通过诗歌和舞蹈、赠送东西以及不论发生什么都选择感恩的方式来向神表示感谢！在感恩节的准备期间，与家人一起读这本书。



I can give
things away
to thank God!

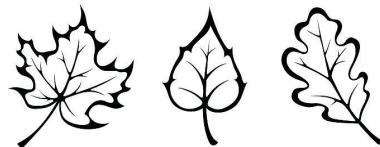


I can sing
and dance
to thank God!

I can thank
God no
matter what!



My
Thankfulness
Book



手工 I 感恩餐垫

(THANKFUL PLACEMATS)

介绍

孩子们将制作感恩餐垫，展示他们的感激之情。

主题

感恩

材料

11x14英寸彩色卡纸（考虑只使用棕色、黄色和橙色）

胶棒

秋季/感恩节贴纸

马克笔

剪刀

可选用品：塑压纸/机器、叶形剪、羽毛、印章等



时间

大约10分钟

课前准备

将材料放在孩子容易拿到的桌子中央。提前为孩子们制作一个餐垫，供他们参考。

说明

1.做

在他们选择的卡纸上描出孩子的手。帮助孩子们在每个手指上写下一件他们感激的事情。然后剪下手形并帮助孩子们将其粘贴到新的卡纸上。接下来，让孩子们用马克笔、贴纸和其他各种材料装饰他们的餐垫。最后，如果可能，将每个餐垫做上塑压。

2.说

在感恩节晚餐期间，用你自己做的餐垫告诉家人你在感恩节学到的感恩之道！