

2023年清明节班会活动过程 清明节班会教案(大全8篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

清明节班会活动过程篇一

1. 知道清明节的来历以及一些习俗。
2. 通过教育，让学生感知今天的幸福生活来之不易，是无数革命先烈用生命和鲜血换来的，先烈们的精神永远值得我们学习。

师：今天，我们在这里举行“清明节”主题班会。希望同学们能够在班会中有所收获，也预祝你们的班会获得成功！

师：同学们，你们知道今年的4月5日是什么节日吗？

师：对，那天是我们一年一度的清明节。清明节是我们中国人传统的纪念祖先的节日。说起清明节的来历，我们就会想起一个人——介子推。下面，让我们来听一听介子推的故事吧。

(1)到了清明节，最主要的一项活动就是祭祖扫墓了。这一习俗相沿已久，据史书记载，秦汉时，墓祭已成为不可或缺的礼俗活动。古人有描写清明扫墓的诗，唐代杜牧的名句：“清明时节雨纷纷，路上行人欲断魂。”这些诗句都十分真切地反映了当时清明扫墓时的情景和氛围。

为什么要在清明扫墓呢？这大概是因为冬去春来，草木萌生。

人们想到了先人的坟茔，在祭扫时，给坟墓铲除杂草，添加新土，供上祭品，燃香奠酒，烧些纸钱，或在树枝上挂些纸条，举行简单的祭祀仪式，以表示对死者的怀念。

(2)清明节的习俗是丰富有趣的，除了讲究禁火。扫墓，还有踏青。荡秋千。蹴鞠。打马球。插柳等一系列风俗体育活动。相传这是因为清明节要寒食禁火，为了防止寒食冷餐伤身，所以大家来参加一些体育活动，以锻炼身体。因此，这个节日中既有祭扫新坟生别死离的悲酸泪，又有踏青游玩的欢笑声，是一个富有特色的节日。

我主要向大家介绍一个放风筝的习俗。放风筝也是清明时节人们所喜爱的活动。每逢清明时节，人们不仅白天放，夜间也放。夜里在风筝下或在拉线上挂上一串串彩色的小灯笼，象闪烁的明星，被称为“神灯”。过去，有的人把风筝放上蓝天后，便剪断牵线，任凭清风把它们送往天涯海角，据说这样能除病消灾，给自己带来好运。

鲜花像灿烂的火把燃烧在眼前……

五星红旗像熊熊的烈焰映红了苍穹……

面对庄严的墓碑我们心如潮涌

面对先烈的英灵我们热泪盈眶……

耳边，仿佛还震荡着激烈的枪炮声

眼前，好像还弥漫着战斗的浓浓硝烟……

永远不会忘记身先士卒，革命志士逞英豪

永远不会忘记力战顽敌，一片丹心照乾坤

一个声音高喊着勇往直前，战斗不息……

是你们使天空变得晴朗高远

是你们使大地变得瑰丽斑斓

是你们使阳光变得灿烂辉煌

是你们使春风变得和煦温暖

高亢的国歌在耳边响起鲜艳的国旗在空中飘扬

听，革命先烈鲜红的热血

师：今天，在《清明节》的主题班会中，我们同学既了解了清明节的一些知识，又知道了一些为祖国为人民抛头颅洒热血的英雄先烈的事迹。我们都不应该忘记，我们今天的幸福生活来之不易，是无数革命先烈用生命和鲜血换来的，先烈们的精神永远值得我们学习。希望你们能发扬先烈们的革命精神，在今后的学习和生活中做一个正直无私的人，长大为祖国做贡献。

清明节班会活动过程篇二

老师们、同学们：

早上好！

明天，是清明节，我想很多同学都回家祭祖扫墓了。

“清明时节雨纷纷，路上行人欲断魂。”说的就是每当这个特殊的时候，人们都会倍加思念已经死去的亲人，心情难免伤感。今天在这庄严的升旗仪式上，我们凝视着烈士鲜血所染的国旗，不觉思绪又回到那艰苦峥嵘的岁月：旧中国饱受战争的创伤和帝国主义的欺凌，人民受尽磨难和屈辱。旧上海的公园门口曾立着一块醒目的牌子，上面写着“华人与狗不

得入内。”外国轮船在黄浦江上肆意闯荡，撞翻中国民船，淹死中国人也不管。

那时洋人在中国土地上为所欲为，国人已丧失了最起码的做人尊严。祖国危难之时，无数爱国志士挺身而出，为了祖国的独立统一和人民的解放，甘洒一腔热血。从不惜千金买宝刀，貂裘换酒也堪豪的女侠秋瑾，到一腔热血勤珍重，洒去犹能化碧涛的邹容；从江姐到刘胡兰；从黄继光到董存瑞……无数英烈用他们的生命，谱写了一曲曲壮烈的爱国乐章。

难道他们不知道生命的可贵吗？不！他们非常珍惜自己的生命，但是他们深深懂得：在祖国危亡之时，作为一个中国人，保卫祖国，拯救祖国是自己的责任，为了祖国的解放，先烈们抛头颅洒热血，战火中出生入死，监牢里坚贞不屈，刑场上大义凛然。他们用生命、热血换来了华夏民族的新生。

英烈们虽打下了江山，但他们的事业还没有完成。与发达国家相比，中国依然贫穷落后。为了圆民族的强盛梦，让先烈的理想变成现实，每个炎黄子孙责无旁贷地担负起建设富强祖国的历史重任。是的，目前中国还穷，正因为如此，才需要我们来开拓建造一个美丽的家园。美国曾经也很穷，美国牛仔当年开发西部时也绝没有可口可乐，但他们的后代没有抱怨、观望，更没有逃避和背叛。靠着一代又一代人的努力，他们富强起来了。

清贫的中国正需要这样的硬气，继承先烈遗志，实现先烈遗愿，我们唯有卧薪尝胆，自强不息。谁不想自己的祖国日益强大呢？谁不想在走出国门时可以骄傲地称自己是中国人呢？祖国是民族的根，爱国是民族的魂。世界上任何一个伟大的民族都把爱国作为自己精神的支信和力量的源泉。

“应知学问难，在乎点滴勤”，老师们，同学们，只争朝夕，发奋努力吧，让我们以优异的成绩告慰青松下长眠的烈士。

清明节班会活动过程篇三

今天，我班组织了“清明的随想”主题班会。

在这次班会上，主持人丁玥和周文畅由杜甫熟为人知的《清明》：“清明时节雨纷纷，路上行人欲断魂”开始了这次主题班会。

首先，两位主持人给我们介绍了有关清明节的气候和由来，还为我们介绍了清明节的习俗，例如：讲究禁火、扫墓，还有踏青、荡秋千、踢蹴鞠、打马球、插柳等。还有饮食特色：清明节的饮食方面，各地有不同的节日食品。由于寒食节与清明节合二为一的关系，一些地方还保留着清明节吃冷食的习惯。在山东，吃鸡蛋和凉馒头，莱阳、招远、长岛吃鸡蛋和冷高粱米饭，据说不这样的话就会遭冰雹。秦安吃冷煎饼卷生苦菜，据说吃了眼睛明亮。晋中一带还保留着清明前一日禁火的习惯。

接下来，由主持人周文畅朗诵了一首有关清明节的诗歌：

然后，主持人圆满的结束了这次主题班会。

清明节班会活动过程篇四

独坐窗前，孤单的人享受着从未有过的孤独。窗外，微风平静了思绪，天空湛蓝，偶尔有落叶归根，纷飞的季节无限的繁华，执笔，让人不由得想到了那些流放于记忆中的浅色时光。

初遇·回首

春天来的是如此突然，仿佛一个踉跄，我们就跌进了无边的春色之中。似乎蝶翅间携得一缕春风，吹过我的心间。空气中弥漫着温暖的笑容，轻轻的一次凝视，友好的一声问候，

让我们结为挚友，彼此之间无话不谈。我们笑过、哭过、闹过，彼此温暖感动过。

转眼就到了离别的季节，我们把再见说得那么简单。离别的思绪紧紧纠缠，窗外的风景倒退了时间。也许，收藏友情，无非是一个凝泪的回眸，一伤再难的感动。因为相对永恒的存在而被忽略，也因为相对距离的拉开而被追忆。

流连·挚爱

窗外扑进几缕皎洁的月光，撒在白日未合的试卷上，我冥思苦想，怎奈也想不出一个所以然来。轻轻的一声敲门声，妈妈端着一杯热牛奶走了进来，放在我的书桌上，我一愣，下意识的看了看她，她微笑着说：“静下心来好好想，妈妈为你泡了一杯牛奶暖暖身子。”那样朴实无华的一句话却轻易地拨弄了我的心弦。一股暖流溢到我的全身各处，爱，像滕蔓，悄悄爬满心灵，极具生命力的成长。

我是一个不安分的人，从来不敢在原地逗留太久，父母不会阻挡也不会抱怨，他们只是默默追随我的脚步，用一种沉寂却润泽心灵的爱，鼓励我走好接下来的每一步。

追梦·流年

阵阵凉风扬起紫蓝色的窗帘，让我因为有些暴晒而眩晕的头脑清醒了过来，我想着考试结束后的浴火重生，之后却要面对成绩单，不知是应该兴奋还是悲伤。人越大，就越少有人逼你，做自己想做的事情，不做不想做的事情，在“不付出”和“不得到”之间，早已做了选择，没有什么好怨天尤人的。我一直在希望的田野上奔跑，虽然偶尔也被失望绊倒。

梦真重，像沾满了那些年的雨滴。成长，是一个时辰一个时辰熬出来的。青春也太短，并没有时间留给遗憾，若不是终点，请一直微笑向前。默默珍藏好那奋不顾身的青春年华，

因为那是对成长最好的纪念。

收藏起那逝去的叶子，连同对友情的喟叹，亲情的温暖，梦想的执着，时光的回溯。谁的剪刀，裁剪了生命中的浅色时光？珍藏在心中的记忆却永不会逝去。

清明节班会活动过程篇五

1、认知目标：通过班会，让学生对我国的传统节日——清明节有更具体、详实的了解。

2、情感目标：通讲故事知道我们今天的幸福生活来之不易，我们要努力学习，担负起建设祖国的重任。

3、行为目标：通过活动能认清自己的不足，学会好好学习、热爱生活、爱父母、爱同学、爱老师、爱班级、爱社会。

男：为了祖国的解放和人民幸福美满的生活，有多少革命先烈长眠于地下。

女：历史不会忘记他们，共和国不会忘记他们，我们更不会忘记他们。

男：曾几何时，我们的祖先以先进的科学和灿烂的文化矗立在世界民族的峰巅。

女：而近百年黑暗与屈辱的历史，又将她推向深渊。

男：为了改变这一切，多少仁人志士在苦苦探索与奋斗中含恨而去。

女：只有在中国共产党的领导下，烈士们的鲜血才点亮了中国的天。

男：今天，我们在这里以革命的名义想想过去。

女：以现代化建设飞速发展的现实来告慰英魂。

合：先烈们，你们安息吧！

男：松涛阵阵，那仿佛是先烈们发出了欣慰的微笑。先烈们，如果你们在天有灵，就请你们看一看你们的鲜血浇灌出的美丽的鲜花吧！

女：历史刻在石头上的记录可以随时间的流逝而渐渐消失，但刻在人们头脑中的记忆却永远清晰。

男：有形的纪念碑可能会垮掉，但人们心里的纪念碑却永远屹立。

女：我们不会忘记，我们怎能忘记！

女：不，他们希望的是受过深重灾难的祖国在我们的手中变得更加强盛、美丽。

1、清明节由来，清明节习俗，清明节食品，清明节纪念方式及国外清明节。

让学生知道清明节的日期；清明节的别名；随着网络发展，清明节有了不同的纪念方式；我们家乡清明节的食品和习俗。

汉高祖刘邦在功成名就后想到谁？如果是你，你是怎么想的？

汉高祖刘邦在功成名就后想到的是自己的父母、祖宗。身体发肤受之父母，

只有爱父母的人，才会爱同学、爱老师、爱班级、爱社会。

为新中国献身的叔叔阿姨们是怎样想的？怎样做的？如果是你，

你敢吗？

体会：我们今天的幸福生活是无数先烈用生命换来的，我们的道路是先辈用鲜血铺成的。是他们为我们民族的解放，共产主义理想的实现不计个人得失，不畏艰难险阻。“东方红，太阳升”，是他们用自己的热血和生命掀开了我们祖国崭新的历史篇章！他们把生存的权利留给了后代，用血肉筑成了新的长城。认识到刘邦是小我，是小爱，他们才是大我，是大爱。

学生明理：我们会完成你们未完的遗愿，努力学习，将来使我们祖国更富强。

清明节班会活动过程篇六

老师们、同学们：

大家好。传统节日——清明主题班会现在开始！转眼间，清明节就将在这百花齐放的春天之中走来。很多同学也许对清明节还是没有很多的了解吧。或许单纯只知道这天，学校放假；这天，要去上坟。

让我们来了解清明节吧！

清明节又叫踏青节，在仲春与暮春之交，也就是冬至后的第108天。是中国传统节日，也是最重要的祭祀节日之一，是祭祖和扫墓的日子。中国汉族传统的清明节大约始于周代，距今已有二千五百多年的历史。受汉族文化的影响，中国的满族、赫哲族、壮族、鄂伦春族、侗族、土家族、苗族、瑶族、黎族、水族、京族、羌族等24个少数民族，也都有过清明节的习俗。虽然各地习俗不尽相同，但扫墓祭祖、踏青郊游是基本主题。

(请同学回答)

让我们挨个了解了解吧！

这是我国古代清明节习俗。秋千即揪着皮绳而迁移。它的历史很古老，最早叫千秋，后来为了避忌讳，而改为秋千。荡秋千不仅可以增进健康。至今为止，都被人们所喜爱。

放风筝也是清明时节人们所喜爱的活动。每逢清明时节，人们不仅白天放，夜间也放。夜里在风筝下或风稳拉线上挂上一串串彩色的小灯笼，象闪烁的明星，被称为“神灯”。过去，有的人把风筝放上蓝天后，便剪断牵线，任凭清风把它们送往天涯海角，据说这样能除病消灾，给自己带来好运。所以清明节要放风筝。

踏青又名春游。古时叫探春、寻春等。三月清明，春回大地，自然界到处呈现一派生机勃勃的景象，正是郊游的大好时光。我国民间长期保持着清明踏青的习惯。

扫墓时，人们要携带酒食果品、纸钱等物品到墓地，将食物供祭在亲人墓前，再将纸钱焚化，为坟墓培上新土，折几枝嫩绿的新枝插在坟上，然后叩头行礼祭拜，最后吃掉酒食回家。

在中国人的饮食文化中，端午节要吃粽子喝雄黄酒、中秋节要吃月饼、元宵节要吃汤圆，那清明节应该吃什么呢？其实清明节饮食并没有统一品种，各地的习惯差异比较大，所以饮食各有偏好，内涵也更加丰富。

但说起清明，最让人神魂颠倒的还是那一个个香喷喷的青团吧~在清明节，我们千万不能忘记好吃的。呵呵~那就是青团！绿色的外壳包着香浓的豆沙，恩，美味极了！

清明节的美食可不止青团哦，大家看着，不要流口水哦。

每个地方过清明节的方式各不相同，清明节，山西全省盛

行“打秋千”，还盛行放风筝。田间街头，到处可以看到欢乐的孩童，手牵长线奔跑竞比。民间忌使针，忌洗衣，大部分地区妇女忌行路。傍晚以前，要在大门前洒一条灰线，据说可以阻止鬼魂进宅。哀与乐并存、敬与畏同在，是清明节民俗活动的特点。

台湾有一个特殊习俗，如果在这一年内家中有喜事，扫墓时要整修坟墓，还得准备一个小红灯(油灯)点在墓前，回家时再带回家，据说可招来更多的喜气和吉祥。

在舟山，人们祭奠时，出于对先人的尊重怀念之情，人们皆先剪除杂草，修整陵木，搬土培坟，所以称之为扫墓。继而，点香烧烛，摆螺蛳、青饼、条子糕、菜肴等供品，老式的家长率全家老小下跪磕头，新式的行鞠躬礼。祭礼毕，坟顶插竹幡，焚烧纸钱及冥钱，给围观上坟的小孩分“麻糍钱”(麻糍即青饼，其形状有圆形的，也有菱形的)。上坟后，回家还要做“清明羹饭”。

在河北的上坟烧纸钱讲究“早清明，晚十一(农历鬼节)”。扫墓烧纸在清明前一周就开始了，而清明当天已很少有人去扫墓了。冀南地区则选择在清明节的前一天寒食节扫墓。

谁来读读这些关于清明的对联？

同学们知道吗，清明节有人在先祖亡亲墓前垂泪，也有人在爱宠坟前掩泣。不止是人有墓地，宠物同样也有墓地。人们为宠物扫墓也跟拜祭祖先差不多，宠物墓前有照片、有白菊、有生前至爱的玩具作陪，还有的以水泥、大理石碑筑就跟人一样。除实体墓地外，宠物网络墓地、纪念博客也蔚然风行。和悼念亲人的网上祭堂一样，宠物祭堂可以祭酒、献花，申请也容易，多数只需输入宠物和主人的名字即可。：这就是为宠物狗做的一个坟墓。

五(1)班传统节日——清明主题班会到此结束。谢谢大家。

清明节班会活动过程篇七

1、认知目标：通过班会，让学生对我国的传统节日——清明节有更具体、详实的了解。

2、情感目标：通讲故事知道我们今天的幸福生活来之不易，我们要努力学习，担负起建设祖国的重任。

3、行为目标：通过活动能认清自己的不足，学会好好学习、热爱生活、爱父母、爱同学、爱老师、爱班级、爱社会。

吴：为了祖国的解放和人民幸福美满的生活，有多少革命先烈长眠于地下。

凌：历史不会忘记他们，共和国不会忘记他们，我们更不会忘记他们。

吴：曾几何时，我们的祖先以先进的科学和灿烂的文化矗立在世界民族的峰巅。

凌：而近百年黑暗与屈辱的历史，又将她推向深渊。

吴：为了改变这一切，多少仁人志士在苦苦探索与奋斗中含恨而去。

凌：只有在中国共产党的领导下，烈士们的鲜血才点亮了中国的天。

吴：今天，我们在这里以革命的名义想想过去。

凌：以现代化建设飞速发展的现实来告慰英魂。合：先烈们，你们安息吧！

吴：松涛阵阵，那仿佛是先烈们发出了欣慰的微笑。先烈们，

如果你们在天有灵，就请你们看一看你们的鲜血浇灌出的美丽的鲜花吧！

凌：历史刻在石头上的记录可以随时间的流逝而渐渐消失，但刻在人们头脑中的记忆却永远清晰。

吴：有形的纪念碑可能会垮掉，但人们心里的纪念碑却永远屹立。

凌：我们不会忘记，我们怎能忘记！

凌：不，他们希望的是受过深重灾难的祖国在我们的手中变得更加强盛、美丽。

吴：清明祭祖扫墓，是中华民族慎终追远、敦亲睦族及行孝品德的具体表现。自古以来，清明扫墓不仅是纪念自己的祖先，对历史上为人民立过功，做过好事的人物，人民都会纪念他。为了了解我国的传统节日清明节，我们举办了这次班会。

(一)、了解清明节

郭：清明节习俗清明节是传统的纪念祖先的节日，其主要形式是祭祖扫墓。这一习俗相沿已久，据史书记载，秦汉时，墓祭已成为不可或缺的礼俗活动。《汉书·严延年传》载，严氏即使离京千里也要在清明还归东海扫墓地。随着祖先崇拜和亲族意识的越来越发达和强固，远古时代没有纳入规范的墓祭，也归入了五礼中：士庶之家，宜许上墓，编入五礼，永为常式。

朝廷的推崇使墓祭活动更为盛行。古人有描写清明扫墓的诗：南北山头多墓田，清明祭扫各纷然；纸灰飞作白蝴蝶，泪血染成红杜鹃。民间广为流传的孟姜女寻夫小曲也有三月里来是清明，桃红柳绿百草青；别家坟上飘白纸，我家坟上冷清

清。唐代杜牧的名句：清明时节雨纷纷，路上行人欲断魂。这些诗句都十分真切地反映了当时清明扫墓时的情景和氛围。

为什么要在清明扫墓呢？这大概是因为冬去春来，草木萌生。人们想到了先人的坟茔，有否狐兔在穿穴打洞，会否因雨季来临而塌陷，所以要去亲临察看。在祭扫时，给坟墓铲除杂草，添加新土，供上祭品，燃香奠酒，烧些纸钱，或在树枝上挂些纸条，举行简单的祭祀仪式，以表示对死者的怀念。至于祭扫的日期，各地风俗不同，有的是在清明节的`前十天后十天；有的称前三后三；有的在清明前后逢单日举行；有些地方扫墓活动长达一个月。

祭扫烈士墓清明祭祖扫墓，是中华民族慎终追远、敦亲睦族及行孝品德的具体表现。自古以来，清明扫墓不光是纪念自己的祖先，对历史上为人民立过功，做过好事的人物，人民都会纪念他。清明节祭扫烈士墓和革命先烈纪念碑，已成为进行革命传统教育的好形式。

(二)、学会去爱

1、讲英雄故事(陈溪)

2、录象片段：解放战争

吴：为新中国献身的叔叔阿姨们是怎样想的？怎样做的？如果是你，你敢吗？

韦雨欣、李俊霖、凌读习作《小夜莺，我想对你说》。

凌：我们今天的幸福生活是无数先烈用生命换来的，我们的道路是先辈用鲜血铺成的。是他们为我们民族的解放，共产主义理想的实现不计个人得失，不畏艰难险阻。“东方红，太阳升”，是他们用自己的热血和生命掀开了我们祖国崭新的历史篇章！他们把生存的权利留给了后代，用血肉筑成了

新的长城。认识到刘邦是小我，是小爱，他们才是大我，是大爱。

3、于铭诗朗诵《站在烈士纪念碑前》

一阵雷声从墓碑上碾过，像掌声

没有人愿意，在十八岁就永远睡去

唯独绿色的他们，为了保护身后

那群白鸽子的梦，自动匍匐在地下

筑起一座长城，忘记是罪过

但也不要“永远年轻”来安慰这些长眠的人

也许有一天，墓碑也会长出皱纹

代替他们模仿，那个早已向往的

将军的年龄，还是别出声

崇敬烈士的人，必须像烈士一样沉默

只有雷有权力轰隆隆碾过，像战场的回声

或者，我们的心声，在烈士纪念碑前

——少先队员在烈士墓前献诗

为什么我们的脚步轻轻？为什么我们的心情沉重？

为什么苍天落泪？为什么松柏也动情？

这是一所伟大的学校，播撒着革命的火种。

从戊戌六君子的甘洒热血，到狼牙山五壮士的惊世壮动；

从三大战役的辉煌胜利，到天安门城楼上第一面五星红旗的冉冉升起……

先烈们斗志昂扬、势不可挡。先烈们视死如归、气贯长虹！

把滚烫的热血倾洒，把鲜花般的年华奉献。枪林弹雨中，

您挺起坚毅的身躯；硝烟弥漫中，您发出震天的吼声！

前面的战士倒下了，又有无数的战士冲向前；

一面红旗倒下了，又有无数面红旗高高举起。

热血奏响壮烈的凯歌，青春谱写光辉的历程。

忆往昔，诉不尽我们对烈士无限的崇敬。

看今朝，唱不完我们对明天无限的憧憬。

长江、黄河，因为你们满腔的热血而沸腾。

巍巍昆仑、万里长城，

因为你们豪迈的壮志而永恒！

敬爱的烈士啊！

你们虽然长眠不醒，但我们却将你们永记。

雄碑耸立，是你高大的身影，

溪水长流，是你不朽的心灵，
松柏常青，是你长存的浩气，
蓝天白云，是你英魂的栖地。

我们是文明礼貌的人；

我们是勇敢顽强的人；

我们是探索新知的人；

我们是雷锋精神的传人；

我们是共产主义的接班人。

班主任总结：

通过今天的班会活动我们深刻理解了清明节的来历和节日含义，中国人历来注重情感，不忘本，因此我们对先人的祭祀是发自内心的感恩与缅怀。我们相信亲人、先祖能够感受到我们的情意与祭奠，我们华夏儿女也一定会一代代延续而这种温情。我们还要沿着革命先烈走过的足迹，树立榜样，树立正确的人生观、价值观。清明节有它深刻的文化内涵，我们不仅要热爱它，过好它，还要更好的传承它。

清明节班会活动过程篇八

女：亲爱的同学

合：您们好

男：沿着冬离开的脚步，春天款款向我们走来，带来希望，带来温暖，带来繁华似锦，带来莺歌缭绕。

女：而在这欣欣向荣、生机勃勃的春日里，我们即将迎来一年一度的清明节。

男：清明时节雨纷纷，路上行人欲断魂。借问酒家何处有，牧童遥指杏花村。

女：说起清明节，大家应该是再熟悉不过了。

男：但是对于清明节的文化，大家又都了解了多少呢？下面就让陈xx来解说一下清明节的由来。春秋时期，晋公子重耳为逃避迫害而流亡国外，流亡途中，在一处渺无人烟的地方，又累又饿，再也无力站起来。随臣找了半天也找不到一点吃的，正在大家万分焦急的，随臣介子推走到僻静处，从自己的大腿上割下了一块肉，煮了一碗肉汤让公子喝了，重耳渐渐恢复了精神，当重耳发现肉是介子推自己腿割下的时候，流下了眼泪。十九年后，重耳作了国君，也就是历史上的晋文公。即位后文公重重赏了当初伴随他流亡的功臣，唯独忘了介子推。很多人为介子推鸣不平。介子推悄悄的到绵山隐居去了。晋文公听说后，羞愧莫及，亲自带人去请介子推，然而介子推已离家去了绵山。绵山山高路险，树木茂密，找寻两个人谈何容易，有人献计，从三面火烧绵山，逼出介子推。大火烧遍绵山，却没见介子推的身影，火熄后，人们才发现背着老母亲的介子推已坐在一棵老柳树下死了。为纪念介子推，晋文公下令将这一天定为寒食节。第二年晋文公率众臣登山祭奠，发现老柳树死而复活。便赐老柳树为“清明柳”，并晓谕天下，把寒食节的后一天定为清明节。寒食节是在清明节的前一天，古人常把寒食节的活动延续到清明，久而久之，人们便将寒食与清明合而为一。现在，清明节取代了寒食节，拜介子推的习俗，也变成清明扫墓的习俗了。

女：听了陈xx同学的介绍，我们对清明的由来了解得更多了。

男：我来问问你

女：好啊, 尽管问。

男：你知道清明节有哪些习俗吗？

女：我知道，清明节有许多人要出去扫墓的。

男：清明节的习俗，除了扫墓还有什么呢？现在让廉欣雨同学来概括一下

晖：到了清明节，最主要的一项活动就是祭祖扫墓了。这一习俗相沿已久，据史书记载，墓祭已成为不可或缺的礼俗活动。古人有描写清明扫墓的诗，唐代杜牧的名句：“清明时节雨纷纷，路上行人欲断魂。”这些诗句都十分真切地反映了当时清明扫墓时的情景和氛围。为什么要在清明扫墓呢？这大概是因为冬去春来，草木萌生。人们想到了先人的坟茔，在祭扫时，给坟墓铲除杂草，添加新土，供上祭品，燃香奠酒，烧些纸钱，或在树枝上挂些纸条，举行简单的祭祀仪式，以表示对死者的怀念。清明节的习俗是丰富有趣的，除了讲究扫墓，还有踏青、荡秋千、插柳等一系列风俗体育活动。相传这是因为清明节要寒食禁火，为了防止寒食冷餐伤身，所以大家来参加一些体育活动，以锻炼身体。

女：我在帮她补充一下, 这个节日中既有祭扫新坟生别死离的辛酸泪，又有踏青游玩的欢笑声，是一个富有特色的节日。放风筝也是清明时节人们所喜爱的活动。每逢清明时节，人们不仅白天放，夜间也放。夜里在风筝下或在拉线上挂上一串串彩色的小灯笼，象闪烁的明星，被称为“神灯”。过去，有的人把风筝放上蓝天后，便剪断牵线，任凭清风把它们送往天涯海角，据说这样能除病消灾，给自己带来好运。

男：谢谢廉同学及王同学为我们做的介绍，现在，我们又多了解了一些关于清明节的知识了。

女：我也有一个问题想问你。最近你都吃些什么呀？

男：这还用问吗，当然是青团子了。

女：那你知道我们清明节为什么要吃青团子吗？

男：因为这是清明节的传统习俗（停顿，似乎想不出），我……我们的邻居都在吃呢。

女：我知道这是传统习俗，但你知不知道这为什么是传统习俗？

男：这……我也不知道。

女：就由我来给大家细细介绍。传说有一年清明节太平天国大将陈太平被清兵追捕，附近耕田的一位农民上前帮忙，将陈太平化装成农民模样，与自己一起耕地。清在村里添兵设岗，每一个出村人都要接受检查，防止他们给陈太平带吃的东西。农民在思索带什么东西给陈太平吃时，一脚踩在一丛艾草上，滑了一跤，爬起来时只见手上、膝盖上都染上了绿莹莹的颜色。他顿时计上心头，连忙采了些艾草回家洗净煮烂挤汁，揉进糯米粉内，做成一只只米团子。然后把青溜溜的团子放在青草里，混过村口的哨兵。陈太平吃了青团，觉得又香又糯且不粘牙。吃青团的习俗就此流传开来。

男：说了这么多，想必大家应该了解了很多清明节的文化，下面我们就要考考大家。

合：我们一起进入知识竞答环节。

男：请问清明节古时又称什么节？（三月节）

女：请问中国传统的清明节始于什么朝代？（周朝）

男：请问清明节在现代来说又称什么节？（踏青节）

女：请问公历每年的几月几日之几月几日是清明节？（4月4

日至4月6日)

男：请问清明节是几几年被列入第一批国家级非物质文化遗产(20xx年)

女：清明节有着几千年的历史(20xx年)

男：古时候，人们把春游叫做什么(踏青)

女：好了，今天我们的知识竞答环节也到此结束了。

合：让我们一起从歌声《清明雨上》中结束本次班队主题会。