

# 2023年杂技传统文化演讲稿三分钟 传统文化演讲稿(精选6篇)

演讲比朗诵更自然，更自由，可以随着讲稿的内容而变化站位。一般说来，不要在演讲人前边安放讲桌，顶多安一个话筒，以增加音量和效果。优质的演讲稿该怎么样去写呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇演讲稿吧，我们一起来看一看吧。

## 杂技传统文化演讲稿三分钟篇一

我的父亲是一名中医。做外一个访问学者他怀着一个伟大的梦想去了美国，让全世界更多的人受惠于中国传统医学。但在那期间，他遇到了些中国同胞，他们不但主张废除中医，还说我父亲缺少国际公民的素质。

当然不是！在我看来，国际公民身份意味着对世界文化的深刻理解和巨大尊重，但这种心态是建立在我们民族身份基础上的，只有我们充分地表现出我们的民族身份，才有可能成为国际公民！换句话说，国际公民从家里做起！要成为国际公民，我们在意识到自己的民族文化身份，正是有了民族身份，我们才知道自己到底是谁，要做些什么，向哪个方向前进；正是有了民族身份，我们才能被世界铭记与尊重。比如说孔子，他可是外语都不会说，但凭着对人类智慧做出的巨大贡献，他成了一个无人不知的中国人；成龙，作为一个中国的文化大使，之所以被广受欢迎，不是因为他穿牛仔，喝可口可乐，而是他的中国功夫，和他那低调的微笑！

所以，大家看，民族身份其实正是使全球化的基础，全球化不意味，也不应意味着民族身份的丧失。要在世界做好一个国际公民，先得在中国做好一个中国人！

女士们先生们，全球化是我们无法逃避的时代潮流，竟然我

们没有其他选择，为什么不主动拥抱它呢？带着我们的民族身份去拥抱它！只有这样，我们才能成为一个真正的国际公民！

谢谢！

## 杂技传统文化演讲稿三分钟篇二

早上好！

昨天是我国的传统节日端午节。五月五，是端阳，门插艾，香满堂。吃粽子，撒白糖，赛龙舟，喜洋洋。

第一，端午节是纪念诗人屈原的节日。因为爱国诗人屈原见国破人亡，五月初五投汨(mi)罗江。屈原沉江后，古人将竹筒装米投入江中，万舟齐放、呐喊鼓乐吓退蛟龙，以此表示对屈原的崇敬和怀念。第二，端午节是卫生节。端午前后正是春夏交替之时，天气炎热，多雨潮湿，蚊虫滋生，是传染病的高发时节。为了避免疾病的发生，古人在端午节时插艾叶用以驱蚊蝇、虫蚁，净化空气。

第三，端午节是体育节。因为人们在这天要在水上赛龙舟。龙舟竞渡是一项很有气势、极具合作精神的竞技活动。端午竞渡能对强身健体、民众团结起到很好的促进作用。

第四，端午节是美食节。早在晋代，粽子就被正式定为端午节食品。人们浸糯米、洗粽叶、包粽子，其花色品种更为繁多。从形状看有四角形、锥形、菱形。从馅料看，北方多包小枣；南方则有豆沙、鲜肉、火腿、蛋黄等多种馅料，可谓粽叶飘香粽子可口。

同学们，中国的传统节日文化内涵丰厚，希望我们能怀着敬爱之心和珍爱之情成为古老文明与传统文化的继承者和传播者。

1、同学们不要去江、河、塘、湖畔或工地积水坑等水边玩耍、洗手、洗脚、游泳。

2、同学们外出游泳，一定要有会游泳的家长陪同，万一发生溺水事故，便于抢救，学校绝对禁止学生私自组织外出游泳，以免发生意外。

3、游泳时要有自护意识，在身体过饱、过饥和过于疲劳都不要下水游泳；

4、游泳时要有自救常识和能力，若发生了抽筋现象，应一边自救，一边大声呼救，以免发生意外。游泳时不要互相打闹、嬉戏；不了解水深及水底情况时，不要跳水；患有心脏病及其他慢性病的人，不能参加游泳，以免发生意外。

5、不逞强好胜，有的人自觉水性好，好表现，喜欢长时间潜水或在深水区做各种动作。

谢谢大家！

## 杂技传统文化演讲稿三分钟篇三

大家好！

中国的传统节日形式多样，内容丰富，是我们中华民族悠久的历史文化的一个组成部分。

传统节日的形成过程，是一个民族或国家的历史文化长期积淀凝聚的过程，这些节日无一不是从远古发展过来的，从这些流传至今的节日风俗里，还可以清晰地看到古代人民社会生活的精彩画面。

节日的起源和发展是一个逐渐形成，潜移默化地完善，慢慢渗入到社会生活的过程。它和社会的发展一样，是人类社会

发展到一定阶段的产物。我国古代的这些节日，大多和天文、历法、数学，以及后来划分出的节气有关，这从文献上至少可以追溯到《夏小正》、《尚书》，到战国时期，一年中划分的二十四个节气，已基本齐备，后来的传统节日，全都和这些节气密切相关。

节气为节日的产生提供了前题条件，大部分节日在先秦时期，就已初露端倪，但是其中风俗内容的丰富与流行，还需要有一个漫长的发展过程。最早的风俗活动是和原始崇拜、迷信禁忌有关；神话传奇故事为节日凭添了几分浪漫色彩；还有宗教对节日的冲击与影响；一些历史人物被赋予永恒的纪念渗入节日，所有这些，都融合凝聚节日的内容里，使中国的节日有了深沉的历史感。

到汉代，我国主要的传统节日都已经定型，人们常说这些节日起源于汉代，汉代是中国统一后第一个大发展时期，政治经济稳定，科学文化有了很大发展，这对节日的最后形成提供了良好的社会条件。

节日发展到唐代，已经从原始祭拜、禁忌神秘的气氛中解放出来，转为娱乐礼仪型，成为真正的佳节良辰。从此，节日变得欢快喜庆，丰富多采，许多体育、享乐的活动内容出现，并很快成为一种时尚流行开来，这些风俗一直延续发展，经久不衰。

值得一提的是，在漫长的历史长河中，历代的文人雅士、诗人墨客，为一个个节日谱写了许多千古名篇，这些诗文脍炙人口，被广为传颂，使我国的传统节日渗透出深厚的文化底蕴，精彩浪漫，大俗中透着大雅，雅俗共赏。

中国的节日有很强的内聚力和广泛的包容性，一到过节，举国同庆，这与我们民族源远流长的悠久历史一脉相承，是一份宝贵的精神文化遗产。

## 杂技传统文化演讲稿三分钟篇四

当你沉迷于魏紫的那句“山无棱，天地合而为一，却敢与你独树一帜”时，你知道乐府里有句话吗，“为恶！我想好好了解你，我会长命百岁。山中无陵，江水瘦，冬雷雷人，夏雨雪，天地合一，却敢与君绝！”；当你不断高喊“脚踏实地，实事求是”的时候，你是否知道它来自《汉书》中的“修身，实事求是”；当你是“哈汉”“哈日”的时候，当你痴迷于日本动漫和韩剧的时候，你知道《山海经》里的童话，昆曲的历史，十二木卡姆的声音吗。

传统文化之美在于它的历史，这是先人的精神积淀，也是几千年的传承。但今天，在这个充满情趣和繁华的时代，歌唱中的故乡正在消逝。我们像迷路的孩子一样回头看，却找不到回家的路。那个，有着水墨香的故乡，那个，我们的精神家园。

今天，你看不到元宵节的灯笼，看不到端午节的船挂香符号，看不到玉兰盆地的驱鬼，看不到重阳爬进山茱萸。我们不再欣赏“融四岁能做梨；香酒玲，能暖桌”，我们才突然从风靡全国的《东风破》感受到古典美。你知道有多少语言在流逝，有多少民俗在消失，有多少乐器技艺在失传，有多少文化遗产和古建筑在被破坏…90后怎么办？古语有言：大学之道，在明明德，在新民，在止于至善。

一个民族，一个国家，如果忘记了过去，会怎么样？它该如何向前，如何大踏步地走在世界前面。身为祖国的未来，如果我们不珍惜，不继承，它们将如何保全自我？未来，不论多么发达的高科技，都难以替代历史的一抔黄土；无论我们在这颗星球上能走多远，总要有一点东西，铭记于心。

先人曾说：“穷则独善其身，达则兼济天下”，让我们去“修身齐家治国平天下”，即《礼记》中的“古之欲明明德于天下者；先治其国；欲治其国者，先齐其家；欲齐其家者，

先修其身;欲修其身者，先正其心;……心正而后身修，身修而后家齐，家齐而后国治，国治而后天下平。”清代学者张横渠说：“为天地立心，为生民立命，为往圣继绝学，为万世开太平。”今天，我们尚且不谈奉献社会，不谈为国捐躯，但我们要知道什么才是我们中国人的根基。我们要左手紧握“且教世界换了人间的”壮志豪情，右手秉持义不容辞勇于担当的道义，去为传统文化开创一片天。

让我们回到繁华的盛唐，与李太白一起酒入豪肠，与王昌龄一起醉卧沙场;让我们回到如画的江南，醉心于三国的尔虞我诈，感伤于西厢的且悲且怆。五千年的传统文化是我们不变的荣光，她的下一缕墨香需要我们共同的力量，让我们一起，去传承她的滋养，成就她最灿烂的辉煌。

## 杂技传统文化演讲稿三分钟篇五

大家好!

每个人，都有义务，有能力传承我们的文化。民国政界名家吴国桢，于暮年在美国完成了《中国的文化》一书，虽然那时，他早已过了年少气盛的年龄，甚至身在异土，但他心在中华，还有着拯救中华传统文化的信念，所以能够著成这本简单易懂，却又不失科学性与深刻道理的名作。可见，无论年龄与地位，无论家世如何或者身在何方，只有你有一颗热爱文化的心，都能将文化传承甚至发展下去。

坚守传统文化也是意义重大的。不仅要从个体努力，也要从政府，从国家，保护这一文明的领土不再受任何玷污。韩国，是申遗大国之一。零五年，在端午节申遗中，我国落败;后来，他们提交了“风水”的申遗书;现在，他们又将目光落在了“火炕”上。越来越多的传统文化披上了别国的外衣，成为他人的遗产。若再这样下去，我们的子孙回首，只能看见一片冠着其他名称的历史。文化对一个国家来说，是区别于其他地区的民族精神的体现，是代表它千年历史的结晶。若

一个民族失去了文化，人民也将无法在世界中找到自己的归属。由此可见，传统文化对一个国家的重要性。

保护传统文化，已是迫在眉睫的紧事。传承至今的工艺与习俗，都是千百年炼出的精华，无论失去哪个，都会给我们带来不可弥补的巨大遗憾。现在，愈来愈多的人意识到了它们的重要性，也开始着手去保护。为学生开设讲座和课堂；给节日设立假期；通过网络为将失传的工艺寻找继承人……。我们应尽一切努力，去保护流传下来的文化！

传统文化带给我们的，不仅是各种名号，或看似离我们十分遥远的专有名词；更是四大发明的伟大，是各种节日的丰富多彩，是四大文明古国无上的骄傲！这些文化，组成了我们的宏伟的历史，也造就了我们辉煌的今天。我们也应抱着感激的心情，去坚守我们珍贵的传统文化！

保护文化，传承文化，发扬文化，愿每个中国人，都能为这传承的文化感到无尽的骄傲与自豪！

## 杂技传统文化演讲稿三分钟篇六

大家好！今天我演讲的题目是“学习老子《道德经》，弘扬优秀传统文化”，目的是要把我的学习体会告诉大家，与大家一起分享，互相交流，共同勉励，促进我们高职教育深入发展。

其中一个重要内容是继承、弘扬中华民族优秀传统文化。老子的《道德经》是中华民族优秀传统文化中的瑰宝，它博大精深，充分体现了中国古代的朴素辩证法，揭示了事物的产生、发展、变化的规律。学习《道德经》，对于加强文化建设，提高人们素质，促进社会和谐，具有极其重要的意义。

《道德经》里的道指的是规律，道家认为“规律是自然的，变化的，不为人所控制的。”要“充分尊重规律，然后才是

利用规律。”这是一种非常朴素的辩证思想，全面体现了我国古代人民对大自然的探索与思考，具有很强的科学性。道家对规律的认识，不仅对中国传统文化思想产生了深远的影响，而且至今仍具有深远的意义，仍然是我们认识世界、改造世界、利用世界的有力武器。道家对规律的科学认识，从小的方面说，对每个人的生活、工作、学习具有指导意义；从大的方面说，对国家经济社会发展，具有非常久远的指导性。

“善者，吾善之。不善者，吾亦善之，善德。”这句话告诉我们，不管别人是善是恶，都能一视同仁，这是一种美好的品德。它的真正涵义是，不仅在于教善人和圣人如何不与不善人同流合污，而是要教善人和圣人如何教化不善之人，使人改恶从善，最后达到人人向善修道，天下太平。所以，我们学习老子这句话后，在与别人交往时，不能以自己的原则去判断别人，然后决定是否与之交往；而是在积极与善人和圣人交往，向善人和圣人学习的同时，也要与不善之人交往，通过自己的日常行为去教化不善之人，使大家都成为善人。如果我们的社会真能做到这一点，将是一个和善社会，给每个人带来无穷的幸福，享受人生的快乐。

“合抱之木，生于毫末；九层之台，起于累土；千里之行，始于足下。”这是《道德经》中很有影响力的句子，也是被人们广泛传诵的。它告诉我们，任何伟大人物的成长，任何伟大事业的成就，都是从细小做起，要脚踏实地，勤学苦练，不断耕耘。任何好高骛远、不切实际的想法都要不得，也是不可能实现的。我们每个人要成就自己的事业，实现自己的人生目标与人生价值，就必须记住老子这句话，做到“千里之行，始于足下。”认认真真学习，兢兢业业工作，朝着既定目标，一步一步迈进，那就能干出一番事业，不虚度人生，实现辉煌。

各位领导、老师们，教师是人类社会进步和人类文明发展的传播者和建设者，是学校工作的主体，是学生成长前进的领路人，身为教师担负着承上启下、继往开来的重大责任。所



以，在当前中央号召加强文化建设的浓厚氛围中，我们教师要静下心来，多学习中华优秀传统文化，特别要多学习《道德经》这样的中华优秀传统文化的瑰宝，提高自身素质，争当中华优秀传统文化的继承者与传播者。

我的演讲完了，谢谢大家！