

# 清明节文化手抄报内容 清明节手抄报内容文字(实用5篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 清明节文化手抄报内容篇一

清明节的起源，据传始于古代帝王将相墓祭之礼，后来民间亦相仿效，于此日祭祖扫墓。清明节又叫踏青节，在仲春与暮春之交，是中国的传统节日，也是最重要的祭祀节日之一。下面是小编给大家带来的清明节手抄报内容简短文字【8篇】，以供大家参考！

相传春秋时期，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，劝他面君讨赏，然而介子推最鄙视那些争功讨赏的人。他打好行装，同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。晋文公见状，恸哭。装殓时，从树洞里发现一，上写道：割肉奉君尽丹心，但愿主公常清明。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。

## 1、扫墓祭祖的习俗

中国历，寒食禁火，祭奠先人，早已蔚为习俗。唐朝之后，寒食节逐渐式微，于清明节扫墓祭祖成了此后持续不断的节俗传统。唐朝大诗人白居易《寒食野望吟》诗云：乌啼鹊噪昏乔木，清明寒食谁家哭？风吹旷野纸钱飞，古墓累累春草绿。棠梨花映白杨树，尽是生死离别处。冥漠重泉哭不闻，萧萧暮雨人归去。宋朝诗人高菊卿也曾于一诗中描写道：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。日落狐狸眠冢上，一滴何曾到九泉！就是到了今天的社会，人们在清明节前后仍有上坟扫墓祭祖的习俗：铲除杂草，放上供品，于坟前上香祷祝，燃纸钱金锭，或简单地献上一束鲜花，以寄托对先人的怀念。

## 2、踏青的习俗

清明之时，正值春回大地，人们乃因利趁便，扫墓之余亦一家老少在山乡野间游乐一番，回家时顺手折几枝叶芽初绽的柳枝戴在头上，怡乐融融。也有的人特意于清明节期间到大自然去欣赏和领略生机勃勃的春日景象，郊外远足，一抒在严冬以来的郁结心胸，这种踏青也叫春游，古代叫探春、寻春。其含义，就是脚踏青草，在郊野游玩，观赏春色。

清明前后正是踏青的好时光，所以成为清明节俗的一项重要内容。古时妇女平日不能随便出游，清明扫墓是难得的踏青

的机会，故妇女们在清明节比男人玩得更开心，民间有女人的清明男人的年之说。

### 3、插柳的习俗

清明节是杨柳发芽抽绿的时间，民间有折柳、戴柳、插柳的习俗。人们踏青时顺手折下几枝柳条，可拿在手中把玩，也可编成帽子戴在头上，也可带回家插在门楣、屋檐上。谚语有清明不戴柳，红颜成皓首清明不戴柳，死后变黄狗的说法，说明清明折柳在旧时是很普遍的习俗。据说柳枝具有辟邪的功用，那么插柳戴柳不仅是时尚的装饰，而且有祈福辟邪之效了。清明插柳也可能跟过去寒食节以柳枝乞取新火的习俗有关。今天看来，随意折取柳枝是对树木的一种损害，是不宜提倡的。

清明节插柳植树的风习，据说是纪念发明各种农业生产工具并曾尝百草的神农氏；另一说是介子推死时所抱的柳树后来复活，晋文公赐名为清明柳，并折柳成圈戴在头上，此习俗后传入民间。虽然有着不同的典故源流，但这些风俗仍不离人们对春回大地的喜悦。

### 4、清明游乐的习俗

清明节除了上述扫墓祭祖、踏青插柳的习俗之外，还有大量纯属游乐的风习，千百年来，倍受人们的喜爱，如延续至今的`牵钩、放风筝和荡秋千等，也还有曾盛行一时，惟今已不复见的射柳和蹴鞠。

### 5、牵钩的习俗

牵钩是古称，其实就是现代的拔河运动。据说春秋时，楚国为了进攻吴国，以牵钩这种运动来增强人民的体质。它主要是以一根麻绳，两头分为许多小绳，比赛时，以一面大旗为界，一声令下，双方各自用力拉绳，鼓乐齐鸣，双方助威呐

喊，热闹非常。

## 6、放风筝的习俗

放风筝是清明节人们最喜爱的活动之一。古人相信若某人生病可将其病况写或画于扎制的风筝上，用线系着风筝在空中放飞，让它飞至高空就拉线剪断，疾病灾难便会随着风筝一起飞走。后来，风筝亦逐渐发展成广为流行的郊游娱乐活动。

## 7、荡秋千的习俗

秋千最早叫千秋，相传秋千为春秋时齐桓公从北方民族山戎所传入，汉以后成为清明及其它如端午节、寒食节等节日的民间游戏。秋千最初是用一根绳子，以手抓绳而荡，后发展成于木架上悬挂两绳，下拴横板而成。

## 8、射柳的习俗

射柳是一种练习射箭技巧的游戏。据明朝人的记载，就是将鸽子放在葫芦里，然后将葫芦高挂于柳树上，弯弓射中葫芦，鸽子飞出，以飞鸽飞的高度来判定胜负。

## 9、蹴鞠的习俗

清明节除了祭祖扫墓之外，还有各项户外活动，像踏青、郊游、荡秋千等等，在祭奠追思的感伤之余，还融合了欢乐赏春的气氛。在这些活动中，蹴鞠就是一项十分有趣的活动。蹴鞠，就是现在足球的前身，球皮是用皮革做成，球内用毛塞紧。相传蹴鞠早于商代已有，战国时期流入民间，至汉代更成了军中用以练身习武，并列于兵书。

近年来，在蹴鞠的发源地山东淄博又兴起蹴鞠热，许多市民参与其中，既锻炼了身体，又传承了两千多年的民俗。

## 10、斗鸡的习俗

古代清明盛行斗鸡游戏，斗鸡由清明开始，斗到夏至为止。我国最早的斗鸡记录，见于《左传》。到了唐代，斗鸡成风，不仅是民间斗鸡，连皇上也参加斗鸡。如唐玄宗最喜斗鸡。

## 11、蚕花会的习俗

蚕花会蚕花会是蚕乡一种特有的民俗文化，过去清明节期间，梧桐、乌镇、崇福、洲泉等地都有此项民俗活动。其中以洲泉的马鸣庙和青石的双庙诸的蚕花会最为精彩隆重。马鸣庙位于洲泉镇西，在当地有庙中之称，每年蚕花会人山人海，活动频繁，有迎蚕神、摇快船、闹台阁、拜香凳、打拳、龙灯、翘高竿、唱戏文等十多项活动。本篇文章来自资料管理下载。这些活动有的在岸上进行，绝大多数在船上进行，极具水乡特色。近几年乌镇香市活动中的蚕花会，仅有迎蚕神、踏白船、翘高竿等几个项目，大有潜力可挖。

## 12、拔河的习俗

早期叫牵钩钩强，唐朝始叫拔河。它发明于春秋后期，开始盛行于军中，后来流传于民间。唐玄宗时曾在清明时举行大规模的拔河比赛。从那时起，拔河成为清明习俗的一部分。

1. 清爽的杨柳风，温润的清明雨，柔嫩的阳春草，懵懂的早醒虫。携晓风微雨虫鸣上路吧！
2. 清明节到了，老祖宗喊你们回去扫墓！三根香，一对烛，清明不能忘祭祖。纸要烧，揖要作，工作汇报要清楚。保护老小都平安，逝者安息生者乐！清明快乐！
3. 去扫墓，祭先祖，事业顺，心情好，白天晚上没烦恼。看春日，百花香，轻松自在负担少。清明节，你要凡事看开，事事自在！

4. 佳节清明桃李笑，野田荒冢自生愁。雷惊天地龙蛇蛰，雨足郊原草木柔。独在异乡为异客，清明佳节倍思亲。遥知亲人扫墓时，在此场上少一人。祝清明节快乐。

5. 云朵装点着天空的精彩，问候装点着友谊的精彩，真情装点着岁月的精彩，清明装点着春天的精彩!盼结伴踏青去，发条短信问候你，折柳祈相逢!

6. 清明节到了，如果你平安，我祝你快乐;如果你富有，我祝你健康;如果你幸福，我祝你甜蜜;如果你无恙，我祝你吉祥;如果你伤感，我祝你生命中没有缺憾。

7. 清明节，雨下或不下，我的关心在那里;柳插或不插，我的思念在那里;酒喝或不喝，我的情义在那里;你念或不念，我的祝福在那里。祝你平安!

8. 清明节，雨纷纷，话养生，多珍重;踏青游，好时节，防过敏，花草远;蚊虫叮，要防护，讲卫生，防疾病;休息好，精神佳，心情好，更健康!

9. 清明节，小长假，愿你背上安全的行囊，顺着快乐的导航，带上健康的行装，朝着幸福的前方，心里装满喜悦，手里握住希望，向绚丽多彩的人生，快乐前行!

10. 清明节，小长假，忧愁烦恼都放下;去踏青，去旅游，健康安全记心头;出远门，衣带足，吃饱睡好精神足;多休息，多放松，甜蜜快乐放心中。

11. 清明至，祭先祖。携家人，去扫墓。缅怀意，深情诉。人生路，莫停步。勤梳理，多回顾。平常心，把握住。柳色新，春莫负。多保重，情如故。

12. 让风筝飞，飞走忧愁。请踏青去，去除烦恼。把祖先祭，祭走哀伤。将柳枝插，插满生机。清明节至，祝你健康平安，

幸福快乐。顺风顺水，吉祥如意。

13. 我们每个人都应该记住曾在自己生命留下回忆的人，无论过去的还是现在的。清明节了，逝去的美好，记牢；现在的欢笑，拥抱；让温情传进人人手机号！

14. 清明时节故人忆，绵绵思绪难自己。回首往事情依依，更添悲情人哭泣。鲜花纸钱坟前祭，只愿天堂无别离。保佑生者体康健，快乐幸福直到底！

根据全市“我们的节日·清明节”主题活动要求，我局高度重视，结合实际，把组织开展“我们的节日·清明节”主题活动纳入思想主题活动内容，向各科室下发了通知，以“缅怀革命先烈、继承革命传统”为主题，组织开展了清明节祭奠革命先烈、网上祭拜英烈等活动。同时，为维护清明节期间良好的市容环境，营造节日氛围，我局对清明放水节期间的城市管理执法工作作了精心部署和周密安排，确保节日期间市容秩序和环境卫生管理工作顺利完成。现将活动开展情况总结如下：

## 一、加强领导，明确责任

我局成立了“城管局清明节主题活动”工作领导小组。组长由局长\_\_同志担任，副组长由各副局长、执法大队长、环卫局负责人担任。领导小组下设办公室、办公室设在局行政办，由副局长谢国荣具体牵头，行政办具体落实各项工作。把思想教育与城市管理工作相结合，并按照市政府统一部署，认真组织开展好清明节主题活动。

## 二、全局组织开展纪念革命先烈活动

4月5日组织全局干部职工到烈士陵园进行文明祭扫，引导人们接受革命传统教育，继承先烈遗志、珍惜幸福生活，树立建设美好新家园的信心和决心。

组织全局干部职工参与网上祭先烈活动。在\_\_网上祭奠、献花，发表心得、感言，过一个既文明又环保的清明节。

### 三、清明节期间我市城市管理成效显著

广大干部职工把思想教育落实到行动上，把革命先烈的自我牺牲精神体现到城市管理工作中，以良好的城市秩序迎接清明节到来。一是重点对老城区、新堰坎、建设路、公园路、一环路、都江堰大道、二环路等重要街口、巷口进行了定点定岗，包括大队守岗20个，各中队定岗30个，明细巡逻路线，确保各项工作不留盲区、死角；二是局班子成员亲临一线，靠前指挥，环卫职工、执法人员全体干部职工放弃休假坚守一线；三是节前组织300余人开展城市管理集中专项整治。

由“两镇一街道”牵头，重点对中小街道进行了专项整治。节前整治共劝导疏散流动窜卖8000处，规范越门占道经营1754处，收缴违章物品1138件、“牛皮癣”广告1.5万张，城市中小街道秩序有了根本好转；四是加强城乡生活垃圾清运工作，加大收运力度，确保日产日清。对城区晚班微型车组行车安全、垃圾清运质量及车组作息时间等情况进行突击检查，城区每日清运各类生活垃圾200余吨，有效杜绝街面垃圾暴桶现象的发生；五是加到清扫保洁督查。

节前召开各清扫公司负责人工作会，安排布置节日期间环境清扫保洁工作，责任落实到位，加强巡查和督查；六是取消清明展销会，有力保障了清明节期间良好的市容秩序和环境卫生；七是切实加强清明放水节主会场周边秩序管理，营造良好的节庆氛围。

清明节是中国传统节日，聚合寒食节又临春分好节气。主要的活动是祭祀、祭祖，文化底蕴丰厚，遂形成了今日清明节扫墓的习俗。

中华民族极重视伦理、道德、文化，认为行孝义是人本精神、



民族精神。这一优良传统是值得延承的、值的发扬的。

## 1、扫墓行孝义

扫墓是主题，因为在清明节这一天是祭奠亡灵的日子。中国传统的方法是土葬，所以也称上坟、扫墓、祭扫。为故人的坟墓添些土，清除墓碑上的灰尘，再摆些贡品鲜花等。或是远去的先人，或是刚离别的亲友，到清明节时，来到他们的坟前表示悼念之情思念之心。人生即意味着生死，岁月转换，回头便是年轮。缅怀故人，孝敬亲长是美德，让我们一起施行。

## 2、清明好时节

《历书》记载：“春分后十五日，斗指丁，为清明，时万物皆洁齐而清明，盖时当气清景明，万物皆显，因此得名。”清明一到，气温升高，正是春耕春种的大好时节，故有“清明前后，种瓜点豆”之说。

这时的天，不躁不寒，春风盎然，宜居宜行。去掉春冬的冷意，人们这时开始活动起来。农民伯伯开始犁他的田，种瓜种豆，种上新鲜的蔬菜；而闲适的工作人群可以带上孩子，扫墓踏青，插柳栽树，做一些有意义而又愉悦身心的事情。清明节的习俗自古有很多，荡秋千、放风筝等皆可效行倡导。

## 3、延优良传统

现在的学生教学，每至清明，必写清明文章、记录清明节扫墓祭拜感想。目的非常明确，培养学生对传统文化清明节日的了解。或是学生随家长去扫墓，或是学校组织一起进行烈士扫墓为，亦或是网上扫墓。为何要去扫墓？冰心《寄小读者》中语：“清明扫墓，虽不焚化纸钱，也可训练小孩子一种恭肃静默的对先人的敬礼。”认识先烈，知荣辱礼敬，懂孝行深义，承优良传统，这就是我们中国人、这就是清明节扫墓

的意义。

又一个清明节，又一个缅怀先烈的日子。我们来到了烈士的墓前，祭奠长眠在这里的先烈的英灵。站在烈士墓前，我们心潮起伏，思绪万千。革命先烈们有的为了民族独立和国家尊严献出了宝贵的生命；有的为了彻底埋葬旧世界，建立社会主义新中国而前赴后继，英勇作战，抛头颅、洒热血；也有的在和平建设时期，为了祖国的繁荣富强而献出青春和热血。

先烈们，在中华民族面临生死存亡的危险时刻，是你们用自己的血肉之躯筑起了钢铁长城，与日本帝国主义侵略者进行着殊死拼搏。你们倒下了，但成千上万“不愿做奴隶的人们”站起来了，他们高唱着“义勇军进行曲”，去继承你们未竟的事业；先烈们，是你们把对国家、对劳苦大众的爱化作战斗中同敌人拼杀的精神力量，不怕牺牲，勇往直前，以摧枯拉朽之势，宣布了蒋家王朝的灭亡，建立了人民当家作主的新中国；先烈们，在社会主义建设最需要的时刻，又是你们抛去了家庭和个人的一切，毫不犹豫，挺身而出，把宝贵的生命无私地献给了祖国和人民，把满腔的热血洒遍祖国大地。

面对你们，我们怎么能不肃然起敬？你们的辉煌业绩，将彪炳史册、万古流芳！你们的英名将与日月同辉，与江河共存！我们敬慕你们，无私奉献的英雄！正是因为有了你们这些无数的革命先烈，有了你们的崇高，有了你们的无私才有了今天的和平环境，才有了祖国的繁荣昌盛。

战争的年代造就了烈士们的勇敢与坚强，和平美好的环境为我们提供了学知识、长才能、成栋梁的机会。我们有信心，因为我们有榜样！同学们，我们是时代的幸运儿，我们应该懂得幸福生活来之不易，我们更应该懂得所肩负的历史责任和历史使命。我们要爱自己，更要爱祖国，我们要发奋学习，为她增光，为她添彩！

同学们，让我们继承先烈的遗志，为家乡的建设、为祖国的

繁荣富强而努力学习，共创美好明天！先烈们永垂不朽！

1、清明节如果去扫墓的话，要把时间多选在下午3点前完成为好，因为此前为阳气旺的时间，利于拜祭，切莫在傍晚黄昏时去，如果时间来不及，可以拖后一天去，因为黄昏时阴气过重，易对体质弱的人不利。

2、不要去太偏僻的地方祭祀，因为祭祀难免要去一些人烟稀少的地方，是走人们常走的路，不要在偏远地区踏青，一个是安全方面的考虑。再者容易有负能量的气场。如果确实需要去的话，建议是多人一起同行为好。

3、清明节去拜祭先人的话，可以随身配带好玉佩，这样可以避免不良磁场信息，如果没有玉佩的人，可以戴上避邪的物品或者佩带佛像之类的宗教物品。气场比较弱的朋友，是回家跨火盆或洒柚子叶水，以消除负面的能量，在日常生活中也常见有人扫墓回来就会发热或不舒服，用这种方法可以避免。

4、体质弱的人如果扫墓回来，可以去人多的地方走走或者有阳光的话，照射下为好，同时要尽量不要带了一脚的泥土回家。扫墓时，要多毕恭毕敬，不要踩到别人家的墓或踢到别人家墓上的供品。墓地处是不可嬉笑打闹，特别是带有小孩的要注意。

5、墓地为庄重肃穆的地方，切勿随便乱说话，对故去的人要有恭敬之心，切勿脚踩墓碑或者手扶墓碑，万万不可对别的墓地发表评论。在祭祀和扫墓需要多真诚，在路边有坟墓时候，行走或是站立，都应该毕恭毕敬，表情必须严肃，应怀有恭敬之心。扫墓过程中，不应该将碎石碎土扰动地太多，以免影响周围环境。

6、清明节前后也是梦到故去的人高发的时间段，梦见已故去的亲人或好友，这就代表着你得去扫拜他们的墓地了，如实

在去不了的，也要让人代为扫拜。切莫嫌麻烦，恭敬之心多存。这种梦境的现象往往在清明前后出现比较多。

7、家中如有人形的物品，在清明前后多收起来，放到看不见的地方为好，如人脸的造形，人形的饰物。

8、孕妇与幼儿在清明前后要多注意，不必去墓地，多远离阴暗的场所为好，除非特别的情况，要去的话一定要配上护身符。如果是女性扫墓去的话，是要避开例假的时间，滴天居士建议怀孕的妇女也别去扫墓，在家祭拜下就可以了。

9、墓穴潮湿主是非常严重不利的风水，扫墓时可多观察下，另墓碑要完整，也不可以有杂草丛生，建议多修缮下为好。关注先人的墓碑是对祖先的尊敬。祖先的坟墓必须能够正确地清理杂草，添加一些好土好花。消除碎片，做好后墓碑上的清洁。要将整个墓地外观换新一下，而且心中必须充满怀敬之心。

10、清明节可以在门上悬挂柳枝、桃木等，阻挡邪气入侵，清明有鬼节之称，且人们大多去祭拜祖先，从墓地、陵园等回来，为保证不把邪气带回，在门外有一层阻挡，民间素有桃木辟邪的说法，加上柳枝，都可以斜插或挂在门口，起到阻挡邪气入侵的作用。

11、放风筝是清明时节常见的一项活动。对自己之前运势不太满意的朋友，还可以在清明节这天，利用这项活动，把自己不好的运势放走，给好运腾出空间。这也是风水中的方法。

12、因为扫墓也往往是亲人相聚到一起的时候，此时要注意切不可在墓地周围合影留念，这样会有不利，建议在阳光充足，气场强旺的地方再合影为好。

1、清明扫墓怎么净身、防身

取红包袋一个，内中放七片榕树叶与盐米少许。若无榕树叶，可以用艾草、芙蓉叶替代。在出发去扫墓前，把红包放在上衣口袋，扫墓完成后，记得将红包丢掉，不可带回家，这样做有助于避开不好的气场。

而为了保险起见，在扫墓结束后，建议大家到外面的餐厅吃饭，或是去商场买东西，亦或是外面公厕方便都好，然后再回家，这样来避免不干净的东西跟你回家。

## 2、扫墓忌讳嘻笑打闹，也不能胡乱拍照

墓地是先人的安居之所，所以扫墓时，记住不能做出对祖先不敬之事，诸如跨过坟墓供品，喧哗笑闹、随处小便等都万万不可。另外，清明扫墓是为了纪念祖先，这是后人带着追思之意向亡灵敬拜的时候，因此自拍或合影的举动都不合宜，更忌讳将坟墓拍入镜头。

## 3、清明节扫墓用什么花，穿什么衣服合适

清明节扫墓通常使用有思念和怀念含义的菊花，但花色不宜太艳，一般以白色、黄色最为适合，也可以搭配一些绿叶较大的鲜花，如百合、康乃馨等，更能表现对先人的追思敬意。

清明节扫墓为尊重逝者，衣着装扮应该以自然、素雅端庄为主，一般是穿深色衣服而忌讳大红大紫、过于暴露的衣着。另外需要注意，除了扫墓时带去的供品，祭祀的花束和墓地的花草、昆虫、野果，一定不要带回家中。

## 4、清明时节忌讳探视亲朋好友

清明节是祭奠祖先的特殊时候，一般不应安排清明节当天去探视亲朋好友，这是为了避免不吉利。若是清明节之前已经提前扫墓了，那么清明节当天可以到附近人多的地方走走，如人多的商场、市集等，到了晚上应该早点回家。

## 5、扫墓当日一早，察看自己的额头

扫墓当日早上洗脸之前，先照照镜子看看自己的额头，若呈现乌黑气色，则表示时运较低，在参加扫墓时，除了按照上文所述做好净身、防身准备，也可在右手佩戴黑色系的水晶，或翡翠观音、佛公、开运红绳等，以此来帮助化解。

## 清明节文化手抄报内容篇二

有关清明节的习俗：

中国历，寒食禁火，祭奠先人，早已蔚为习俗。唐朝之后，寒食节逐渐式微，于清明节扫墓祭祖成了此后持续不断的节俗传统。唐朝大诗人白居易《寒食野望吟》诗云：乌啼鹊噪昏乔木，清明寒食谁家哭？风吹旷野纸钱飞，古墓累累春草绿。棠梨花映白杨树，尽是生死离别处。冥漠重泉哭不闻，萧萧暮雨人归去。宋朝诗人高菊卿也曾于一诗中描写道：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。日落狐狸眠冢上，一滴何曾到九泉！就是到了今天的社会，人们在清明节前后仍有上坟扫墓祭祖的习俗：铲除杂草，放上供品，于坟前上香祷祝，燃纸钱金锭，或简单地献上一束鲜花，以寄托对先人的怀念。

清明之时，正值春回大地，人们乃因利趁便，扫墓之余亦一家老少在山乡野间游乐一番，回家时顺手折几枝叶芽初绽的柳枝戴在头上，怡乐融融。也有的人特意于清明节期间到大自然去欣赏和领略生机勃勃的春日景象，郊外远足，一抒在严冬以来的郁结心胸，这种踏青也叫春游，古代叫探春、寻春。其含义，就是脚踏青草，在郊野游玩，观赏春色。

清明前后正是踏青的好时光，所以成为清明节俗的一项重要内容。古时妇女平日不能随便出游，清明扫墓是难得的踏青的机会，故妇女们在清明节比男人玩得更开心，民间有女人

的清明男人的年之说。

清明节是杨柳发芽抽绿的时间，民间有折柳、戴柳、插柳的习俗。人们踏青时顺手折下几枝柳条，可拿在手中把玩，也可编成帽子戴在头上，也可带回家插在门楣、屋檐上。谚语有清明不戴柳，红颜成皓首清明不戴柳，死后变黄狗的说法，说明清明折柳在旧时是很普遍的习俗。据说柳枝具有辟邪的功用，那么插柳戴柳不仅是时尚的装饰，而且有祈福辟邪之效了。清明插柳也可能跟过去寒食节以柳枝乞取新火的习俗有关。今天看来，随意折取柳枝是对树木的一种损害，是不宜提倡的。

清明节插柳植树的风习，据说是纪念发明各种农业生产工具并曾尝百草的神农氏；另一说是介子推死时所抱的柳树后来复活，晋文公赐名为清明柳，并折柳成圈戴在头上，此习俗后传入民间。虽然有着不同的典故源流，但这些风俗仍不离人们对春回大地的喜悦。

清明节除了上述扫墓祭祖、踏青插柳的习俗之外，还有大量纯属游乐的风习，千百年来，倍受人们的喜爱，如延续至今的`牵钩、放风筝和荡秋千等，也还有曾盛行一时，惟今已不复见的射柳和蹴鞠。

牵钩是古称，其实就是现代的拔河运动。据说春秋时，楚国为了进攻吴国，以牵钩这种运动来增强人民的体质。它主要是以一根麻绳，两头分为许多小绳，比赛时，以一面大旗为界，一声令下，双方各自用力拉绳，鼓乐齐鸣，双方助威呐喊，热闹非常。

放风筝是清明节人们最喜爱的活动之一。古人相信若某人生病可将其病况写或画于扎制的风筝上，用线系着风筝在空中放飞，让它飞至高空就拉线剪断，疾病灾难便会随着风筝一起飞走。后来，风筝亦逐渐发展成广为流行的郊游娱乐活动。

秋千最早叫千秋，相传秋千为春秋时齐桓公从北方民族山戎所传入，汉以后成为清明及其它如端午节、寒食节等节日的民间游戏。秋千最初是用一根绳子，以手抓绳而荡，后发展成于木架上悬挂两绳，下拴横板而成。

射柳是一种练习射箭技巧的游戏。据明朝人的记载，就是将鸽子放在葫芦里，然后将葫芦高挂于柳树上，弯弓射中葫芦，鸽子飞出，以飞鸽飞的高度来判定胜负。

清明节除了祭祖扫墓之外，还有各项户外活动，像踏青、郊游、荡秋千等等，在祭奠追思的感伤之余，还融合了欢乐赏春的气氛。在这些活动中，蹴鞠就是一项十分有趣的活动。蹴鞠，就是现在足球的前身，球皮是用皮革做成，球内用毛塞紧。相传蹴鞠早于商代已有，战国时期流入民间，至汉代更成了军中用以练身习武，并列于兵书。

近年来，在蹴鞠的发源地山东淄博又兴起蹴鞠热，许多市民参与其中，既锻炼了身体，又传承了两千多年的民俗。

古代清明盛行斗鸡游戏，斗鸡由清明开始，斗到夏至为止。我国最早的斗鸡记录，见于《左传》。到了唐代，斗鸡成风，不仅是民间斗鸡，连皇上也参加斗鸡。如唐玄宗最喜斗鸡。

蚕花会蚕花会是蚕乡一种特有的民俗文化，过去清明节期间，梧桐、乌镇、崇福、洲泉等地都有此项民俗活动。其中以洲泉的马鸣庙和青石的双庙诸的蚕花会最为精彩隆重。马鸣庙位于洲泉镇西，在当地有庙中之称，每年蚕花会人山人海，活动频繁，有迎蚕神、摇快船、闹台阁、拜香凳、打拳、龙灯、翘高竿、唱戏文等十多项活动。这些活动有的在岸上进行，绝大多数在船上进行，极具水乡特色。近几年乌镇香市活动中的蚕花会，仅有迎蚕神、踏白船、翘高竿等几个项目，大有潜力可挖。

早期叫牵钩钩强，唐朝始叫拔河。它发明于春秋后期，开始



盛行于军中，后来流传于民间。唐玄宗时曾在清明时举行大规模的拔河比赛。从那时起，拔河成为清明习俗的一部分。

## 清明节文化手抄报内容篇三

清明节是一个纪念祖先的节日。主要是扫墓，扫墓是慎终追远、敦亲睦族及行孝的具体表现。清明节是在仲春与暮春之交，也就是冬至后的106天。国家非常重视非物质文化遗产的保护，2006年5月20日，该民俗经国务院批准列入第一批国家级非物质文化遗产名录。

但是，清明作为节日，与纯粹的节气又有所不同。节气是我国物候变化、时令顺序的标志，而节日则包含着一定的风俗活动和某种纪念意义。

清明节是我国传统节日，也是最重要的祭祀节日，是祭祖和扫墓的日子。扫墓俗称上坟，祭祀死者的一种活动。汉族和一些少数民族大多都是在清明节扫墓。

按照旧的习俗，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。唐代诗人杜牧的诗《清明》曰：“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。”写出了清明的特殊气氛。

清明节，又叫踏青节，按阳历来说，它是在每年的4月4日至6日之间，正是春光明媚草木吐绿的时节，也正是人们春游（古代叫踏青）的好时候，所以古人有清明踏青，并开展一系列体育活动的的习俗。

直到今天，清明节祭拜祖先，悼念已逝的亲人的习俗仍很盛行。

清明节是我国汉族的传统节日之一，为中国二十四节气之一，时间约在每年的阳历4月5日前后。古有清明前一天为“寒食节”之说，相传起于春秋时期晋文公悼念介子推“割股充饥”一事，后逐渐清明寒食合二为一。

相传大禹治水后，人们就用“清明”之语庆贺水患已除，天下太平。此时春暖花开，万物复苏，天清地明，正是春游踏青的好时节。踏青早在唐代就已开始，历代承袭成为习惯。踏青除了欣赏大自然的湖光山色、春光美景之外，还开展各种文娱活动，增添生活情趣。

清明节流行扫墓，其实扫墓乃清明节前一天寒食节的内容，寒食相传起于晋文公悼念介子推一事。唐玄宗开元二十年诏令天下，“寒食上墓”。因寒食与清明相接，后来就逐渐传成清明扫墓了。明清时期，清明扫墓更为盛行。古时扫墓，孩子们还常要放风筝。有的风筝上安有竹笛，经风一吹能发出响声，犹如筝的声音，据说风筝的名字也就是这么来的。

清明节还有许多失传的风俗，如古代曾长期流传的戴柳、射柳、打秋千等，据载，辽代风俗最重清明节，上至朝廷下至庶民百姓都以打秋千为乐，仕女云集，踏青之风也极盛。

## 清明节文化手抄报内容篇四

祭祀的方式有：

拒绝采用焚烧冥币、烧香化烛、燃放鞭炮等旧有祭祀习俗，倡导采用鲜花祭扫、植树祭扫、网络祭扫、家庭追思等文明环保的方式来寄托哀思。

倡导“简祭”“薄祭”“公祭”等新的祭祀形式，反对铺张浪费、大操大办、相互攀比，抵制庸俗愚昧、封建迷信的祭祀陋习，使清明节祭祀由注重实地实物祭扫向以精神传承为主转移。

倡导保持良好的精神状态，在缅怀与追思中增强对生命的尊重和对生活的热爱，倡导参加郊游、踏青、放风筝等民俗活动，举行经典诵读，烈士陵园入党、入团、“成人宣誓”等活动，亲近自然、陶冶情操，形成积极健康向上的人生态度。

增强安全意识，严禁在十字路口、社区楼院等公共场所和山场、林区等禁火区域焚烧冥币、燃放鞭炮，严防火灾和伤亡事故的发生。倡导平安出行，遵守治安管理秩序，合理安排祭扫时间和路线，避免发生各类安全事故，共同营造一个和谐有序的节日环境。

## 清明节文化手抄报内容篇五

清明节是中国传统节日，聚合寒食节又临春分好节气。主要的活动是祭祀、祭祖，文化底蕴丰厚，遂形成了今日清明节扫墓的习俗。

中华民族极重视伦理、道德、文化，认为行孝义是人本精神、民族精神。这一优良传统是值得延承的、值的发扬的。

### 1、扫墓行孝义

扫墓是主题，因为在清明节这一天是祭奠亡灵的日子。中国传统的方法是土葬，所以也称上坟、扫墓、祭扫。为故人的坟墓添些土，清除墓碑上的灰尘，再摆些贡品鲜花等。或是远去的先人，或是刚离别的亲友，到清明节时，来到他们的坟前表示悼念之情思念之心。人生即意味着生死，岁月转换，回头便是年轮。缅怀故人，孝敬亲长是美德，让我们一起施行。

### 2、清明好时节

《历书》记载：“春分后十五日，斗指丁，为清明，时万物皆洁齐而清明，盖时当气清景明，万物皆显，因此得名。”

清明一到，气温升高，正是春耕春种的大好时节，故有“清明前后，种瓜点豆”之说。

这时的天，不躁不寒，春风盎然，宜居宜行。去掉春冬的冷意，人们这时开始活动起来。农民伯伯开始犁他的田，种瓜种豆，种上新鲜的蔬菜；而闲适的工作人群可以带上孩子，扫墓踏青，插柳栽树，做一些有意义而又愉悦身心的事情。清明节的习俗自古有很多，荡秋千、放风筝等皆可效行倡导。

### 3、延优良传统

现在的学生教学，每至清明，必写清明文章、记录清明节扫墓祭拜感想。目的非常明确，培养学生对传统文化清明节日的了解。或是学生随家长去扫墓，或是学校组织一起进行烈士扫墓为，亦或是网上扫墓。为何要去扫墓？冰心《寄小读者》中语：“清明扫墓，虽不焚化纸钱，也可训练小孩子一种恭肃静默的对先人的敬礼。”认识先烈，知荣辱礼敬，懂孝行深义，承优良传统，这就是我们中国人、这就是清明节扫墓的意义。