

# 回归传统农耕 回归传统喜迎冬至演讲稿(实用5篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。相信许多人会觉得范文很难写？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

## 回归传统农耕篇一

敬爱的老师们，亲爱的同学们：

大家早上好！我是来自1807班的姜xx[]今天我国旗下演讲的题目是《回归传统节，感受冬至日》。

“春雨惊春清谷天，夏满芒夏暑相连。秋处露秋寒霜降，冬雪雪冬小大寒。”昨天是12月22日，也就是我国24节气中的冬至。早在两千五百多年前的春秋时代，中国就测定出了冬至，冬至是二十四节气中最早制定出的一个，冬至这天阳光恰好直射在地球的南回归线上，此时我们所处的北半球白天最短，黑夜最长。古人有诗云：“家家捣米做汤圆，知是明朝冬至天。”江南地区，吃汤圆，吃米团是过冬至的传统习俗，因此冬至的汤圆又叫“冬至团”民间更有“吃了汤圆大一岁”之说。北方地区有冬至宰羊，吃饺子，吃馄饨的习俗。冬至吃饺子，是不忘“医圣”张仲景“祛寒娇耳汤”的恩惠。至今还有“冬至不端饺子碗，冻掉耳朵没人管”的民谣。

由此可见冬至意味着难熬的严冬的到来，可人们为何又要大加庆祝呢？这确实是一个很有意思的问题。东西方在这个问题上有着惊人一致的智慧。英国诗人雪莱说“冬天来了，春天还会远吗？”老子说“物极必反，衰极必兴，否极泰来”是啊，人生的拐点，往往是在最低的时候才开始攀升。在寒冷里触摸温暖，在黑夜中遇见光亮。只要我们牢记最可贵的

希望，就如同过了夜最长，昼最短的冬至，尽管气温日降，但毕竟昼渐长，夜渐短，终将春回大地。

但如今，不少人只记得万圣节，圣诞节等西方节日。却忘了我们自己的传统节日，国学大师怀沙说“几千年的中国传统文化就是‘精神的氧气’”，毕竟“树的影子拉得再长，也离不开树根；我走得再远，也走不出心。”中华文明养育了我们五千年，历史的印记早已烙印在每个炎黄子孙的生命里。当我们追韩剧，追日番，万圣节送糖果的时候，我们是否想起活字印刷术，道德经，还有那汨罗江畔的身影。

为了中国传统文化的的保护，从20xx年起，许多传统节日成为法定节假日，唯有保护住民族文化之根，续接断裂的文化之脉，才能真正实现国家的全面发展与进步。让我们一起来期待，一起努力，重新紧握那远去的传统文化，使其重归我华夏大地，使其长盛不衰！让我们一起期待，让我国的传统文化在神州大地上再次展现出傲人的风采。

漫步校园，感受冬至的气息，醉心于传统文化。

最后预祝所有高二同学合格考顺利，一次通过！

我的演讲完毕，谢谢大家！

## 回归传统农耕篇二

大家好！

接近年底，各种东西方节日纷纷到来。

今天是阳历12月22日，也是我国农历中一个非常重要的节气“冬至”，它是一个内容丰富的传统节日，民间有“冬至大如年”的说法。早在周代，我们的祖先已经用土圭观测太阳，测定出冬至了。它是二十四节气中最早制定出的一个，

其节日传承已近3000年，是重要的非物质文化遗产。

冬至这天，夜最长，昼最短，冬至过后，各地气候都进入最寒冷的阶段，相信这几天有关全国各地气温骤降的新闻报道，大家都有所关注；而在我们安庆，每年严寒天气的代表——下霜，其时间也往往在冬至前后。

既然冬至意味着难熬的严冬的到来，人们为何又要大加庆祝呢？这是个很有意思的问题。东西方在这个问题上有着惊人一致的智慧。在西方，诗人雪莱说——“冬天来了，春天还会远吗？”在东方，老子说——物极必反，哀极必兴，否极泰来。是啊，人生的拐点往往在最低点开始攀升，只要我们牢记最可宝贵的希望，就如过了夜最长，昼最短的冬至，尽管气温日降，但毕竟昼渐长，夜渐短，终将春回大地。圣诞节本是个洋节日，这些年在中国也大为流行，圣诞未至，圣诞的味道已早早在众多商家蔓延开来。也不追崇圣诞节，但我尊重圣诞节的庆典，因为耶稣是西方文化中悲天悯人情怀的代表，就如东方的孔子，印度的佛陀。相信不少同学已经发现，经典文学名著中，最为伟大动人的情怀就是悲天悯人的情怀，如屈原之于《离骚》，司马迁之于《史记》，曹雪芹之于《红楼梦》，雨果之于《巴黎圣母院》，托尔斯泰之于《安娜·卡列宁娜》，乃至现代的鲁迅、沈从文等众多大师巨著莫不如此。

有人说，人生来就是要受苦的，你看，人脸上的两道眉毛是“草字头”，眼睛、鼻梁构成个“十”字，下面再加上一个“口”，那不就是个“苦”字吗？所以人都是哭着来到这个世界的。但有些人离开这个世界时，他们为世界减少了痛苦：有的人为世界减少了水灾，如上古的大禹；有的人为世界消除了狂犬病，如法国的巴斯德；有的人为世界减少了饥饿，如当代的袁隆平· · · · · · 身处苦难，心忧世人，这份悲悯情怀是值得我们深思与尊敬的。

从这个意义上讲，不管是传统节日，还是洋节日，都可以用

宽广的胸怀去面对，取其精华，去其糟粕。我的演讲完毕，谢谢大家。

## 回归传统农耕篇三

亲爱的老师、同学们：

大家早上好！

明天就是12月21日。你知道那是个什么日子吗？是的，冬至。冬至是中国农历中一个重要的节气。早在2500年前的春秋时期，中国就确定了冬至，这是二十四节气中最早制定的一个。

冬至是北半球白昼最短、黑夜最长的一天。冬至过后，全国人民进入最冷的时期，也称为进九。从冬至后的第一天到立春，人们通常会数“九”来测量天气的变化。

冬至也是中华民族的一个传统节日。据记载，在周朝和秦朝，十一月是冬天的第一个月，冬至是新年的第一天。曾有“冬至大如年”的说法。

换句话说，人们最初庆祝冬至是为了庆祝新年的到来。2500多年后的今天，冬至依然在这一历史文化背景下散发着不可抗拒的魅力。

现在，冬至在一些地方仍然作为一个节日来庆祝。在北方，人们有习惯在冬至期间宰羊、吃饺子和馄饨。在南方，这一天则有吃米团、长线面的习惯。

冬至，还是锻炼身体的好时候。冬季来临的时候，很多学生害怕冷，不想活动，岂不知，冬天是一个很好的锻炼时间，小学生在冬季室外锻炼，身体经常受到寒冷的刺激，可以增强人体对寒冷，支气管炎和其他冬季常见病阻力。

冬季接受室外阳光的照射，阳光中的紫外线不仅能促进人体的造血功能，对治疗和预防贫血有积极作用，还能促进身体对钙、磷的吸收，有助于骨骼的生长发育。

另外，阳光中的紫外线可以杀死人体皮肤、衣服上的病毒和细菌，对人体有消毒作用。学生正处于生长发育的关键期，冬季锻炼不仅有利于身体的健康成长，在提高学习效率的同时，锻炼也会产生积极的作用。

但是我们必须注意准备活动，在运动前后及时脱掉和添加衣服，选择合适的运动场地，注意自己和他人的安全，长期锻炼，我们的身体御寒能力和抵御病毒攻击的能力一定会提高。等春风拂面时，身体更柔韧，身体各脏器的功能更完善。

冬至过后，一年一度的元旦就要到了，最后祝老师、同学们身体健康、开心快乐！谢谢大家！

## 回归传统农耕篇四

亲爱的老师们、同学们：

大家好，我是来自信息技术系16软件二班的马瑜翎。今天我国旗下演讲的题目是“回忆传统，喜迎冬至”。

春雨惊春清谷天，夏满芒夏暑相连，秋处露秋寒霜降，冬雪雪冬小大寒。24节气的歌谣伴随着我们度过一年又一年。转眼间，冬至已悄然而至。它的到来，意味着我们即将告别温暖的20xx年，迎来崭新的20xx年。

冬至，是中华民族的一个传统节日，起源于汉代，在古代，冬至比过年还受人们重视，同时，冬至日还被人们称为“安身静体”的节日，在这一天，人们会互赠好礼，相互拜访，将抛开所有的烦恼，快快乐乐的过完这一天。为什么冬至的影响这么大呢？究其原因，首先是先民们最容易直接观察到

这些气象的变化，毕竟这一天昼最短、夜最长，太阳升得最低；也因此，冬至的极寒对于先民们是最危险的。而过了冬至，阳气反生，下一个循环就开始了。老人又过了一个寒冬，孩子又长了一岁；太阳要高起来了，冰雪要化下去了；天要亮起来了，水要动起来了因此，冬至是轮回的起点，是值得庆贺的大吉之日。

据说，在冬至只要吃了饺子，无论天气再冷，耳朵也不会冻下来。说到吃饺子，还有一个美丽的传说。东汉时候，南阳有个名医，叫张仲景，他医术很高，不管什么疑难病症，都能手到病除，人们称赞他是妙手回春的医圣。有一年冬天，张仲景在路上看见许多穷人，穿的破破烂烂，脸上生了冻疮，耳朵都冻烂，张仲景看到后心里非常难过；回到家，他把一些治疗冻疮的药材放到锅里煮，煮好把它们放进面皮里，煮好就分给那些穷人，大家吃了饺子后，脸上的冻疮都好了，耳朵也好了，身上也暖和了。张仲景的爱心是严冬中的一缕温暖的阳光，爱心更是每个人心中的光明！

过完冬至，一年一度的元旦就接踵而来了，我们很快就要迎来20xx年啦，最后祝同学们在新的一年里健康快乐！

我的演讲结束，谢谢大家！

## 回归传统农耕篇五

亲爱的老师、同学们：

大家好！

今天我演讲的题目是《回归传统节，感受冬至日》

20xx年12月22日凌晨1：11，阳光恰好直射在地球的南回归线上，北半球开始进入白天最短、夜晚最长的一天。是的，明天就是24节气中的冬至。冬至节在我国有2500年的历史。

这一节令在现代人看来，可能仅仅是划分时间的标记，甚至一个无关紧要的日子；然而在我国传统社会里，冬至具有的人文意义可能盛于新年：殷周时期，冬至一直排在24个节气的首位，称之为“亚岁”；从汉代以来，每年冬至都要举行庆贺仪式，高峰时期朝廷休假三天，君不听政；民间歇市三天，欢度节日。唐人以“小岁”称冬至；宋人甚至有“肥冬瘦年”之说；其热闹程度不亚于过年。

为什么冬至的影响这么大呢？究其原因，首先是先民们最容易直接观察到这些气象的变化，毕竟这一天昼最短、夜最长，太阳升得最低；也因此，冬至的极寒对于先民们是最危险的。而过了冬至，阳气反生，下一个循环就开始了。老人又过了一个寒冬，孩子又长了一岁；太阳要高起来了，冰雪要化下去了；天要亮起来了，水要动起来了因此，冬至是轮回的起点，是值得庆贺的大吉之日。

春种夏长、秋收冬藏。古人在年年的轮回中品味出自然规律，他们以节令作为标志，按照亘古不变的土地的法则安排着自己的活动。然而在现代，在这个我们已经离土地很远的时代，在这个气候混乱、难以寻觅规律的时代，在这个冬的极寒已经不再能造成任何威胁的时代，冬至，和其他的节令一样，似乎要离我们远去了。我们在人工安排的时间表中丢失了轨迹、丢失了规律；在充满目标的生活里忘记了安静，忘记了家。然而，气候、土地在我们的血液中留下的痕迹，绝不是能够轻易磨灭的。还总是应该有这样一个时节，让天气肃敛，让人心安定，让游子回家。

走在校园的小路上，感受着冬至的气息。我醉心于中华传统文化的氛围，更热切地盼望每个中国人都能谨记自己的历史使命，传承中华优秀传统文化！

谢谢大家！