

# 汉服的演讲稿三分钟(大全9篇)

演讲作为人类一种社会实践活动，它必须具备以下几个条件：演讲者、听众、沟通二者的媒介以及时间、环境。那么我们写演讲稿要注意的内容有什么呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的演讲稿模板范文，我们一起来了解一下吧。

## 汉服的演讲稿三分钟篇一

大家好！中国传统文化源远流长，绵延五千年。中国人以中国文化为荣，外国人来中国是因为向往中国博大精深的文化。

春晚的一首歌《中国范儿》唱出了博大精深的中国文化，从真曹礼的篆书手法方面反映了博大精深的中国书法文化。笙笛吹出中国的音乐文化，梅、兰、竹、菊绘汉字，唐诗宋词唱出中国风，中国传统文化是中华民族的瑰宝。

如今，中国正逐步走上世界舞台，21世纪是中国人的世纪。有了这个，中国人的地位就提高了。我们的文化遗产将引领全世界，以此为荣，为我们的祖国歌唱。

中国人的眉毛一天比一天高，而这背后，中国文化也越来越明显。

五千年的中国传统文化孕育了中国儿女，孕育了文明文明的中华民族。我们为你的中国文化鼓掌。作为一对有着如此悠久文化历史的中国儿女，他们感受到了无尽的财富。中国是一个日益强大的国家，因为它有灿烂的中国文化。这是一种真正的礼仪。

弘扬中国传统文化精神和高尚品格，作为中国人的后代，了解中国文化，传承中华文明，弘扬民族精神，是义不容辞的责任。

## 汉服的演讲稿三分钟篇二

沧海桑田，中华民族走过悠悠五千年，而在这历史长河里，黄河岸边迸发出智慧的火花，那便是我所欣赏的中国文化。

作为文明古国的重要象征，语言文字是一个民族的精神，汉语以其生生不息的生命力流传了几千年而未衰亡，这种强大的生命力早已被世人所折服为四大古文明。埃及的文化早在尼罗河水的泛滥和英国的殖民中泡的失去颜色；灿烂的古巴比伦文明在风沙的肆虐中成了废墟；而强大的玛雅文明，如今人们只能在亚马逊原始丛林的遗址里想象它曾经拥有的辉煌。惟有汉语，成为流传五千年的文化屹立不倒，为世人所推崇。

汉语作为中华民族恒古至今的语言，体现的是我们这个国家，这个民族的精神。她是根植与民族灵魂与血液间的文化符号。试想，倘若没有汉语，又怎么会有“达则兼济天下，穷则独善其身”的持节；又怎么会有“非淡泊无以明志，非宁静无以致远”的高志；又怎么会有“人生自古谁无死，留取丹心照汗青”爱国热情！

太多太多，融汇成中华民族生生不息的民族精神和一如既往的中华美德。

这不禁又让我想起了中国文化的精神内涵——中华传统美德。“修身”、“齐家”、“治国”作为中华美德的三个方面是不可不谈的，而作为高中生的我们则更应注重“修身”之所在。令我感触最深的便是刚经历的军训生活。大家一定还记得那篇军训日志里所说的那句话：“当我看到站在我前面的男生，汗水从指尖滑落，才发现地上早已是一滩积水的时候，我被感动着，同时也告诉自己不能放弃……”大家一定也还记得去食堂打饭时，男生谦让着让女生排到自己的前方，同学们即使遇到不喜欢吃的饭菜也不曾浪费，大家更不会忘记对宿管阿姨的一声声问候，一句句感谢……真的，90后的学

子们正是用自己的实际行动诠释着温、良、恭、俭、让的中华美德，也正是我们自己将这看似古老却终将永恒的中华美德传承了下来。

中国文化承载的不仅是祖先对生命的体验和感悟，更是中华民族永垂不朽的精神财富。

中国文化是神秘的，是古老的，是丰富的。我们应该为中华文化流传至今而感到自豪。也该为传承中华文化而献出自己的一份力。中国文化博大精深，今天所讲的只是其中的一小部分，但也正因为她的广博才让我欣赏她，并由衷的热爱她。最后，我也要呼吁同学们一起关注中国文化，将中华民族的文明继续传承下去，只有这样，中国文化——这坛承传了千年的佳酿，才会越陈越香！

## 汉服的演讲稿三分钟篇三

每个中华人，都必须拥有自己国家的传统美德。中华美德有很多，比如说礼让、谦虚、尊老爱幼等等等等。

就好比说《孔融让梨》这个故事吧！孔融小小年纪，就知道要把大的梨让给比自己大和比自己小的人，而自己，却一个人拿了一个最小的梨。这就是中华美德之一尊老爱幼。

尊老爱幼有很多种体现，比如说：帮家长倒一次水、帮家长洗一次脚、陪弟弟妹妹玩……这些都是很有必要的。

再比如说，现在大街上的一些人随手乱扔东西，让大街变的到处都是垃圾，什么塑料纸、瓜果皮一眨眼就可以看到，让清洁工人每天都忙忙碌碌地，早出晚归。试问对于那些扔垃圾的人，如果你是清洁工人，你的心里会怎样想？是否会很不舒服呢？所以，我要告诉那些乱扔垃圾的人：“快反省吧，不要再乱扔垃圾了，做一个不会乱扔垃圾的中华人吧！”这就是中华美德之二，不随手乱扔垃圾。

说到乱扔垃圾，我就会想起它的孪生兄弟：随地吐痰。随地吐痰也是一个坏毛病，把痰吐到地下，就会造成空气污染，对你，对我、对大家都是没有好处的。

其实要不做到这些也很简单，只要心里有这个信念，随手乱扔垃圾、随地吐痰就不会再出现了。

中华美德里还有乐于助人。当同学有困难时，我们一定要去帮助他，而不是蔑视他。或者，在公共汽车上有空位时，我们就要先看看自己身旁有没有老人或身体不便的人，这时候，我们就要把位子让给那些人坐。

同学们，除了这些，中华美德还有很多很多。它经常会在我们中间出现。所以，我们一定要做一个拥有中华美德的中华人！

## 汉服的演讲稿三分钟篇四

大家好！

文明美德就是一泓清泉可以为我们滋润心灵，给予我们心灵的慰藉。关心体贴他人，在他人急需的时候，能主动热情地给予帮助和照顾，急人之急，帮人之苦，忧人之忧，救人之危，以帮助别人为快乐，这是文明道德的一种高尚行为。

从\*\*爷爷的事迹中，我感受到了人间的浓浓真情。那些事虽然平凡，但看得见，摸得着，学得到。这种无形的道德力量影响着，改变着越来越多的人。中华民族自古以来都是一个讲究品德教育、个人修养的民族。一句温暖的话语，一个甜蜜的微笑，一个友好的动作，一种执著的追求，一次慰藉人心的宽容，融会成美德赞颂曲上一个个拨动人心的音符。

上个月，我在一次放学回家的路上，因为不小心被一块石头绊倒了，我的脚受伤骨折了，导致我不能下地走路。我担心

耽误学习，心里很着急。班主任老师知道了不断地安慰我，帮助我。第三天，爸爸背我来上学，同学们看着我的特别“登场”，全班顿时像炸开了锅，有的同学见我这样子，连忙帮我翻椅子；有的同学关切地问我道：“\*\*，你的脚没事吧？”还有的同学问我：“\*\*，你的脚几天才能好啊？”有的同学虽然没有说话，但是，我能从他的目光中看出他对我关心。在脚受伤的期间，同学们都十分热心地帮我，其中，\*\*同学最辛苦，在班上，他的力气最大，每当上下课，\*\*总会问我：“\*\*，你要不要上厕所。需要的话我背你下去。”我们的教室在三楼，而厕所在一楼，每次\*\*背我都相当吃力，走到了一楼，\*\*已经汗流浹背。

文明美德是一抹芳香，在你遇到困难时带给你信心与勇气；文明美德是一坛陈放的老酒，时间越是长久，越是芳香扑鼻。

## 汉服的演讲稿三分钟篇五

大家早上好！

xx节的喜悦还在继续，安静的心情释放着心的微笑。转眼又到九月初九重阳节。

自古以来，九月九就是思念的节日，古诗有云：遥知兄弟登高处，遍插茱萸少一人。就是古代人在重阳节思念之情，在古代重阳是团圆的日子，因为不能团圆，在外的诗人心中思念家中的兄弟亲人，写下了传世的诗歌。

思念之心，字字显露真情。现在我们国家给重阳节赋予新的寓意，这一天定为老年节，我国同世界上的好多国家一样，慢慢步入老年社会，关爱老年人，关心长辈，已成为整个社会的责任。让每个人献出一点爱，这世界就会变得更美丽。有一天你我也会老，看看老年的亲人，一晃几十年下去，那也许就是每个人的写照。

老年人也曾经年轻过，有过美丽的青春，有过追求，有着对社会的贡献，当你面对一对白发苍苍的老人，翻阅年轻时的照片，你心中可有感动！

美丽的容颜在时光的海中被描绘成苍白和皱纹，每一纹，也有深深地爱呀，当你看到晨中相扶的老人在风景中轻轻走过，笑容绽放在慈祥的脸，心中那份感动不能自己；还有那一对年约六旬的老人身着大红的运动服在那奔跑的身影，让人羡慕；当然也有流浪在街头的老人，一脸人生的苦涩，和那渴望相助的眼，让人受不了，受不了。

人生最美夕阳红，世间最美老年花，没有人会永远年轻，老年人拥有的是智慧和经验，别说老年人爱啰嗦，每一句话里有真情，每一个字也是渴望，多陪老人说说话，会有好处，明理和涵养在时光之海已浸入到内里，没有浮华，没有虚假，只有渴望，想与子孙辈多点相处的时间，多一些相聚的时刻，可以知道孩子们的生活，为孩子的幸福开心，为每一个亲人祈福。只要孩子们过的好，老人心中就无所牵挂了。

这是老人，让人尊敬的老人。而年轻人一般不能发现这一点，生活的压力好大，工作的压力和竞争，让人累和疲惫，可以认为有理由不回家，不想念老人，这是一种不正确的思想，当你已经长大的时候，父母可能在一天天衰老，思念和担忧的心时常动在心头，一句话，一句问候，不能回家，打个电话也好。

那是给你整个世界的人呀！不可以不记得。只要有时间，就要陪陪老人，给干点活也好，陪妈妈吃饭，陪爸爸看电视，看父母的的笑颜，心中也是欣慰！

讲个亲身的经历给你们听，我从小在外婆家住的时间比较长，经常在街上玩沙，来人的时候，藏入外婆的怀抱里，所以我常去看望，常握住外婆干瘦的手，用我的手包她的手，用她的手包我的手，外婆在我妈那说，自己看大的孩子就是亲，

就是亲。而有点严肃的外公最喜欢抱我的女儿。

我的外婆在今年离去了，我没有握她手的机会，想到这，泪在我眼中转来转去，我想到要多去看我的外公，让他多笑一笑，安慰他的心，我的母亲和姨妈会陪着他，我也会尽我的孝心。

所以，年轻的朋友们，记住爱你们的长辈，多陪陪他们，可以到任何时候不后悔，可以心中无憾，可以让老人的笑容绽放。梦中的我常常想起好多的人，有离世的亲人，有大街上孤独的老人，经常在梦中醒来，有时有泪，有时感觉我的亲人轻抚的温热和慈爱的笑颜。

有一天你也会老，想想那会是什么样子，人生是一面镜子，对照人生，尊重老人，爱护老人是传统的美德。是社会的责任。让老人笑在重阳，笑在每一天。

把最美好的祝福送给全天下的老人！快乐，幸福，笑口常开。

## 汉服的演讲稿三分钟篇六

节日，是指生活中值得纪念的重要日子。是世界人民为适应生产和生活的需要而共同创造的一种民俗文化，是世界民俗文化的重要组成部分。下面小编为大家带来传统节日演讲稿模板，希望大家喜欢！

老师们、同学们！

大家早上好！

端午节是古老的传统节日，始于中国的春秋战国时期，至今已有20\_\_多年历史。

据《史记》记载，屈原，是春秋时期楚怀王的大臣。他倡导举贤授能，富国强兵，力主联齐抗秦，遭到贵族强烈反对，屈原去职，被赶出成都，流放到沅。湘流域。他在流放中，写下了忧国忧民的《离骚》、《天问》、《九歌》等不朽诗篇等，独具风貌，影响深远(因而，端午节也称诗人节)。公元前278年，秦军攻破楚国京都。屈原眼看自己的祖国被侵略，心如刀割，但是始终不忍舍弃自己的祖国，于五月五日，在写下了绝笔作《怀沙》之后，抱石投汨罗江身死，以自己的生命谱写了一曲壮丽的爱国主义乐章。

传说屈原死后，楚国百姓哀痛异常，纷纷涌到汨罗江边去凭吊屈原。渔夫们划起船只，在江上来回打捞他的真身。有些渔夫拿出为屈原准备的饭团、鸡蛋等食物丢进江里，说是让鱼龙虾蟹吃饱了，就不会去咬屈大夫的身体了。人们见后纷纷效仿。后来因为怕饭团为蛟龙所食，人们想出用楝树叶包饭，外缠彩丝，发展成粽子。以后每年五月初五定位端午节。

毋庸讳言，这些年来，我国的传统节日总离不开吃，端午节吃粽子，清明节吃青团，元宵节吃汤圆，中秋节吃月饼，春节更不在话下。大鱼大肉让你吃到你不想吃，农耕社会时饥饿的恐惧形成了我国传统节日最鲜明的风俗——吃。如今，满足了温饱需求的人们正在奔向全面小康，什么时候都有的吃，想吃多少都可以。传统节日的吸引力一下子失去了特有的魅力，在继承传统文化方面，我们守着“聚宝盆”却不善于保护和挖掘，比如文字，当代青年有几个熟识并能运用繁体字？都不认识，又如何了解古代文化？再比如造纸术，我国造纸工业生产的结果是传统手工业的流失，许多高质量的宣纸要到日本和韩国才能买到，他们不但继承了我们传统造纸技术，还有新的发展。就拿端午节来说，它已融入各个临近国家的文化中，形成了独特的生命力，在新加坡，每年端午节举行的国际龙舟邀请赛闻名于世；在韩国，端午节被称为手轮节，是插秧结束后祈求丰年的日子。在很长一段时间里，中国人眼于创新，却往往容易忽视对传统文化的坚持，文化的缺失必然导致精神断层甚至扭曲，而精神的再次断层又将

带来什么?有句话说的好：只又民族才是世界的，在面临全球经济一体化的今天，该如何保护与继承我们传统文化，显然已是一个不容回避的问题，而现时的洋节兴盛与传统节日衰落间的反差，更凸显了这个问题的迫切性。

端午节是一种传统，也是一种文化。也是我们的魂。屈原并没有因为别国的强大而抛弃自己的故土。也未因自己人生的失意而投奔别国。他的忠是一种广义的，一种大爱，一种永恒，不计报酬与代价。用灵魂之歌来谱写生命之歌。也许我们一生都不会遇到这种大事大非的事。但你是否考虑过在我们平常生活中其实又时刻都体现着忠，不计报酬与代价的忠与你自己，忠于你所爱的人，忠于爱你的人。平凡，朴实没什么不好，就看你如何走出自己的路，放出那属于自己的光芒。

老师们，同学们：大家上午好！

我今天国旗下讲话的题目是：端午节随想。

农历五月初五是我国的传统节日——端午节。端午节，又称端阳节。关于端午节起源的传说有很多，其中，纪念屈原的说法流传得最广。历的这天人们会通过赛龙舟、包粽子等形式来纪念一颗不朽的灵魂——屈原。

屈原是我国古代伟大的爱国诗人，出生在两千多年前战国时期的楚国。他为人正直，学识渊博，很有才干，在楚国担任要职。因为他坚决主张抗击秦国侵略，而受到打击、排斥，被楚王赶出了朝廷。屈原悲愤至极，在流放途中写下了许多充满爱国主义精神的诗篇，如：《离骚》、《天问》、《九歌》等影响深远的诗篇。后来，秦国军队攻占了楚国的都城。楚国失地千里，尸横遍野。屈原心如刀绞，他不愿意看到国破家亡的惨景，就在农历五月五日这一天，在写下了绝笔《怀沙》之后，抱石投江而死，以自己的生命谱写了一曲壮丽的爱国主义乐章。

百姓们爱戴屈原，当听到他自杀的消息后，纷纷划船打捞屈原的遗体，但没能找到。他们怕江中的鱼虾会咬食屈原的遗体，又纷纷把江米装进竹筒，扔到水里，想用江米喂食鱼虾来保护屈原的遗体。从此，每年的五月初五，人们都会自发地来到江边，悼念屈原，还要划着船冲进汹涌的波涛，象征人们争相打捞屈原遗体，以此来寄托对屈原的哀思。久而久之就形成了端午节赛龙舟的习俗。

屈原离世已有两千多年了，今天我们来纪念他，主要是学习他爱祖国爱人民、坚持真理、宁死不屈的精神和他“可与日月争辉”的人格。屈原的精神是不朽的。不管时光如何变迁，他会永远生活在岁月的长河里，永远铭记在人们的心中！

让我们怀着对伟大爱国之士的敬爱之心和珍爱之情来看待中华的每一个传统佳节吧！每一个传统节日都有着丰厚的文化内涵，留存着华夏民族独特的文化记忆。

感谢大家耐心的倾听，在此，请大家接受我提前的节日祝福：端午节安康！谢谢。

尊敬的各位老师、亲爱的各位同学：

大家早上好！

今天是农历五月初五，中国的传统节日——端午节。人们会通过赛龙舟、包粽子、喝雄黄酒等形式来来纪念一颗不朽的灵魂——屈原。

据《史记》“屈原贾生列传”记载，屈原，是春秋时期楚怀王的大臣。他倡导举贤授能，富国强兵，力主联齐抗秦，遭到贵族子兰等人的强烈反对，屈原遭馋去职，被赶出都城，流放到沅、湘流域。在流放中，他写下了忧国忧民的《离骚》、《天问》、《九歌》等不朽诗篇，独具风貌，影响深远。公元前278年，秦军攻破楚国京都。屈原眼看自己的祖国被侵略，

心如刀割，但是始终不忍舍弃自己的祖国，于五月五日，在写下了绝笔作《怀沙》之后，抱石投汨罗江身死，以自己的生命谱写了一曲壮丽的爱国主义乐章。屈原死后，楚国百姓非常哀痛，纷纷涌到汨罗江边去凭吊屈原。渔夫们划起船只，在江上来回打捞他的身体。有的渔夫拿出饭团、鸡蛋等食物丢进江里，希望鱼龙虾蟹吃饱了，不会去咬屈大夫的身体了。有的拿来一坛雄黄酒倒进江里，希望晕倒蛟龙水兽，以免伤害屈大夫。后来怕饭团为蛟龙所食，人们想出用楝树叶包饭，外缠彩丝，发展成为粽子。

传统。他奔流肆意的想象，源源不绝的才情，似河流汇聚成海一般，浩瀚无垠。我国文最长的抒情诗——《离骚》，就是他毕生心血所成的作品。

屈原死了已有\_\_年了，今天我们来纪念他，主要是学习他爱祖国爱人民、坚持真理、宁死不屈的精神和他“可与日月争辉”的人格。屈原作为一个改革家，他的政治理念，他的改革期望，都因当时客观残酷的社会条件而失败了。但作为一个伟大的爱国者、思想家和文学家，他却成功了。“举世皆浊我独清，举世皆醉我独醒”是他的气节，“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”是他的伟岸。他如菊的淡雅，如莲的圣洁，强大的精神力量，为后人颂扬，激励感染了无数中华儿女前行的脚步！

屈原的伟大，不仅是他刻骨铭心的诗句，更是他矢志不移的爱国精神，不与\_佞小人同流合污的高风亮节。五千年中华文明史少不了屈原，灿烂的中国文学史少不了屈原。屈原的精神是不朽的。不管时光如何变迁，他永远上生活在岁月的长河里，永远铭记在人们的心中！

亲爱的同学们：

你们好！

在本周的日历上，有一个光辉的日子——1月1日，这标志着华夏神州又增添了一道年轮，标志着时代的航船乘风破浪，伟大祖国又迎来了充满希望的一年。

1月1日又称元旦，“元”是开始、第一的意思；“旦”是早晨、一天的意思。

随着即将到来的\_\_年1月1日，\_\_年的辉煌即将离我们远去，\_\_年是所有中国人都感到自豪的一年，是所有中国人都感到伤痛的一年，是所有中国人都感到骄傲的一年，\_\_年有太多的事无法让中国人忘怀，上海世界博览会，青海玉树地震。回首即将过去的一年，相信我们学校的每个人都心潮澎湃，感慨万千。在这一年中老师们辛勤培育学生，学生们努力学习，以各方面优异的成绩来回馈老师。

亲爱的同学们，\_\_年，是一个新的开始，是一个新的未来。

在此，送给同学们几点希望：

希望同学们在新的一年里，继续铭记一句话“爱在我们中生长，我们在爱中成长”。

希望同学们在新的一年里，能为自己定下新的计划，从现在开始，努力学好各门功课，积极参加学校组织的各项活动。

希望同学们在新的一年里，刻苦努力，不辜负老师和家长的嘱咐、不辜负这个美好的时代。

新年新气象，在新的一年里即将到来之际，向老师们和同学们送上新年的祝福：祝老师们在新的一年里工作顺利，幸福安康。祝同学们在新的一年里学习进步，更上一层楼。

我的演讲完毕，谢谢大家。

老师们、同学们：

大家好，首先让我真诚的祝愿你们在新的一年里身体健康。工作顺利，学习进步！

一元复始，万象更新。在这辞旧迎新的日子里，特向辛勤耕耘，无私奉献的全体教职员工，特向勤奋学习，立志成才的全体同学，致以新年最亲切的慰问和最诚挚的祝福。

回忆过去，我们豪情满怀；展望未来，我们信心百倍。站在新的起点，我们每一个同学都要展现出自己的新形象。也就是要做到珍爱生命，珍惜时间，学会做人，学会学习。

在新年到来之际，我们不能忘记512四川汶川的特大级地震中遇难的爷爷奶奶们，叔叔阿姨们以及所有遇难的学生们。人是万物之灵，珍惜生命，以人为本，从根本上懂得做人的道理。

活着就是为了祖国的富强去努力学习，去奋斗。只有奋斗才能使自己成为国家需要的栋梁之才，同学们。期末考试已经临近，我们要主动的认真去学习，去复习。争取在期末考试中取得好的成绩回报辛勤教导我们的老师及家长。

让我们站在20\_\_年的新起点，迈开坚定的脚步，齐心协力，与时俱进，为美好的明天更努力拼搏！谢谢大家！

尊敬的评委老师，亲爱的同学们：

大家好！

今天我演讲的题目是《喜迎元旦&闪光青春》。

听，耳畔笑语连连；看周围喜色万千。唱元旦之欢歌，扬青春的旗帜！随着即将到来的\_\_年，我们可爱的华夏神州又增添了

新的一道年轮，标志着时代的航船乘风破浪，伟大的祖国又迎来了充满希望的一年！

过去是美好的回忆，梦想是青春的旗帜！

青春拥有一双高贵的翅膀，自由自在，它在高出飞翔！风是它的羽翼，云是它多变的衣裳！它划过，犹如一道长虹，它闪烁，仿佛宙斯的闪电迅捷、有力、开拓无疆！把握青春，你就能拥有欢乐和梦想；追逐梦想，你就能拥有爱情、荣誉和坚定的希望！擎着青春的火炬，无所畏惧！

青春是奋发，青春是创造，青春是迈步进取，勇往直前！青春之所以可贵就在于它的朝气，欣欣向荣！青春之所以幸福，就在于它有光辉的前途！青春催人奋进！永不退缩！永不言败！

春种秋收，是农民的收获，学业有成是学子的收获，经营有方是商人的收获，保家卫国是军人的收获，教子成材是父母的收获，而矢志不渝，奋发进取，勇于创新，建功立业就是青春的收获，就是青春的骄傲，就是青春的荣耀！如果说，春天是一年的青春，那么青春就是生命的春天！我们是早晨九点钟的太阳，我们将成为时代洪流中搏击风浪的勇士！

青春岁月，春暖花开，我们踏上人生的旅途还不久，前方还有无数的挫折需要我们去克服，有无数的事业需要我们去创造，有无数的难题需要我们去面对！风雨也好，艳阳也罢！只要我们充分珍惜和利用青春那块生命的基石，那么我们迎来的将是一道道靓丽的彩虹，一件件闪光的成就，一个个辉煌的胜利！我年轻，所以我更自信！自信是成功的源泉，希望是自信的动力！

我的演讲完毕！谢谢大家！

敬爱的老师，亲爱的同学们，

大家好!在这金桂飘香的九月，我们即将迎来一年一度的中秋佳节。中秋节，一直以来被誉为中华民族人情，诗情画意的中国传统节日，它在每一年农历的八月十五日，这是一个象征温暖团聚的日子，也是中华儿女乡愁的依托。

中秋节与春节、清明节、端午节被称为中国汉族的四大传统节日。“中秋”一词，最早见于《周礼》。据史籍记载，古代帝王祭月的节期为农历八月十五，时日恰逢三秋之半，故名“中秋节”；又因为这个节日在秋季八月，故又称“秋节”、“八月节”、“中秋节”等；又有祈求团圆的信仰和相关习俗活动，故亦称“团圆节”、“女儿节”。因中秋节的主要活动都是围绕“月”进行的，所以又俗称“月节”、“月夕”、“追月节”、“玩月节”、“拜月节”；在唐朝，中秋节还被称为“端正月”。中秋节的盛行始于宋朝，至明清时，已与元旦齐名，成为我国的主要节日之一。

中秋代表着团圆、和家欢聚。海上生明月，天涯共此时，中秋赏月已成为各地共有的习俗。家人都会坐在院子里，吃着月饼，欣赏悬挂天边的月亮，圆月知人心，和家人共进一顿晚餐，为远在他乡的亲人送上真诚的祝福，是中秋节最重要的章节。杜甫怀着无限的期望说“露从今夜白，月是故乡明。”苏轼更是真诚祝愿“但愿人长久，千里共婵娟”。古往今来，无数文人墨客都在书写关于中秋的诗篇。

中国传统文化博大精深、源远流长，同学们，我们应该铭记中华传统，继承中华美德，勿忘传统佳节，让我们共同分享这佳节到来的喜悦和欢乐!

谢谢大家!

大家好!

又到中秋了，天上的月似乎格外明亮。中秋，这个中国人心中仅次于春节的团圆节日，从古到今，演绎着多少美丽的传

说。从嫦娥奔月到吴刚伐桂，寄喻的都是一种离愁别绪，一种人间的真情。让我们的思绪随着苏轼爷爷的水调歌头去追月怀古吧！

明月几时有？把酒问青天。

不知天上宫阙，今夕是何年。

我欲乘风归去，又恐琼楼玉宇，高处不胜寒。

起舞弄清影，何似在人间？

转朱阁，低绮户，照无眠。

不应有恨，何事长向别时圆？

人有悲欢离合，月有阴晴圆缺，此事古难全。

但愿人长久，千里共婵娟。

一轮满月，团团圆圆，最能勾起怀念亲友的人间亲情，它凝聚着家庭的和睦、社会的和谐。“明月关山长相望，天下何处不中秋。”虽异域却同天。我想，那亲情友情总归是一致的。天下的月也一样的圆，一样的亮，一样烛照着有情之人。

中秋是中国人创造出来的优美神话，一千年一万年凝聚着团圆的愿望。中秋是一缕缕剪不断的眷念，生生世世一脉相传；中秋是中华民族凝聚力的体现。它展现了一种向往祥和，向往安宁的独特民族魅力。那就不管它是稀星朗月，还是风雨交加。都让我们在中秋的氛围中去细细品味人间的真情，感受生活的乐趣。让所有的艰辛与疲劳都融化在这祥和的中秋团聚之中，然后带着全身心的愉悦，踏上明天的旅程。

“但愿人长久，千里共婵娟。”值此团圆节日，愿普天之下的芸芸众生，中秋快乐！

谢谢大家!

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好!

一提到中秋节，大家就会想起月饼了!如今，我们的月饼种类越来越丰富了，它不仅寄托着我们对家乡的思念，也表达着我们的一种祝福。所以月饼是中秋节里最有代表性的东西了，也是我们和亲友之间联系的一个必然渠道。在这个中秋佳节里，让我们和家人一起月下品美食，一起享受这月圆的美和惬意吧!

关于月饼的来源有很多种说法，其中我所知道的是，月饼之所以是一个圆形，是因为从古大家就开始对团圆这一个词开始向往和追寻了。小小的一个月饼，寄托了人们对家人的一种团圆的愿望，也寄托了一种美好的祝愿。不管你是身处异乡还是近在身边，品尝一个月饼，看一看天上的月亮，仿佛就能感受到来自亲人的祝福了。所以在中秋这个节日里，月饼是一道充满思念的菜，也是一道给予人安慰的良药。

对于中秋节，我想大家都知道，这是我们中华民族的一道文化，它传承千年，经久不衰，是有一定的历史意义以及传承意义的。我们作为一名新时代的小学生，在传承经典文化的这条道路上有不可推卸的责任，因此不管我们是否明白中秋的意义，我们也应该要知道中秋节的这个传统文化，明白这是我们每一个人都需要去承担的，把文化传承下去，祖国的力量才会更加的深厚，我们的生活也会在各种文化底蕴下更加的美好和舒适。

同学们，这个中秋节你们心中会有一些什么想法呢?希望我们在享受节日欢快的同时，也能去想一想要这个节日背后的那一道经典文化。希望我们可以带着这些传统文化一路前行，做一个有作为、有想法、有责任的中华少年!中秋节即将到来，

我在这里也给我们的老师和同学献上的祝福!祝大家中秋快乐,家庭圆满幸福!往后顺利无忧!

谢谢大家!

尊敬的老师, 同学们:

大家上午好!

我们马上就要迎来今年的中秋佳节了,这是我们国家传统的节日,亦是一个团圆的节日,我相信不管是在座的老师,还是同学,心里都特别的想要回家与家人团圆团聚。在这样一个美好的节日里,与家人共吃一餐饭,在桌上温馨聊天。

在迎中秋最明显的一个标志就是吃月饼,月饼都是圆圆的,象征的团团圆圆。中秋作为一个传统节日,一直延续到至今。我还记得小时候特别喜欢过节,因为过节一家人就会团聚在一起,特别的美满。

这个金秋时节能够迎来这样带有美好寓意的节日,是我们的幸运。我们应该珍惜节日带来的这些美好。从古至今,中秋一直伴着我们。在这样的日子,我们应该尽情的喝彩,尽情的去抒发我们的情感,勇敢的去对我的父母说出我们的爱。父母辛苦养育我们,我们真正的去回报给他们的就是当前力所能及的事情。对老师我们在这节日里,对他们表达感谢,感谢他们的教育和教学,让我们学会到很多的文化。迎来中秋,在学校的我们可以做一份代表这个节日的手抄报,在我们的教室黑板上画出这个节日的美好。

迎着中秋,怀着对未来的期待,一起去庆祝节日的到来。我们很幸运,能够作为传统节日的一个传承人,大家应该知道因为社会的发展和开放,我们国家也欣然接受外国的节日,实际上大部分的传统节日都有受到外来节日的冲击,更多的人更加偏向于外国节日。所以我们作为学生,作为祖国的未

来，我们首要其冲的就是保护这些节日，尤其是像中秋节这样的。这些承载着无数中华文化和民族文化的传统节日，是最需要我们去传承的。

那么，新的时代，我们一起迎来中秋美好佳节，让这个节日更好的发展下去，一起去维护好它。那么最后就是中秋来临之际，祝大家中秋快乐，家庭团圆美满!在这个节日里，与家人同坐一桌吃饭聊天，共赏圆月。

谢谢大家!

## 汉服的演讲稿三分钟篇七

大家好!

一提到中秋节，大家就会想起月饼了!如今，我们的月饼种类越来越丰富了，它不仅寄托着我们对家乡的思念，也表达着我们的一种祝福。所以月饼是中秋节里最有代表性的东西了，也是我们和亲友之间联系的一个必然渠道。在这个中秋佳节里，让我们和家人一起月下品美食，一起享受这月圆的美和惬意吧!

关于月饼的来源有很多种说法，其中我所知道的是，月饼之所以是一个圆形，是因为从古大家就开始对团圆这一个词开始向往和追寻了。小小的一个月饼，寄托了人们对家人的一种团圆的愿望，也寄托了一种美好的祝愿。不管你是身处异乡还是近在身边，品尝一个月饼，看一看天上的月亮，仿佛就能感受到来自亲人的祝福了。所以在中秋这个节日里，月饼是一道充满思念的菜，也是一道给予人安慰的良药。

对于中秋节，我想大家都知道，这是我们中华民族的一道文化，它传承千年，经久不衰，是有一定的历史意义以及传承意义的。我们作为一名新时代的小学生，在传承经典文化的

这条道路上有不可推卸的责任，因此不管我们是否明白中秋的意义，我们也应该要知道中秋节的这个传统文化，明白这是我们每一个人都需要去承担的，把文化传承下去，祖国的力量才会更加的深厚，我们的生活也会在各种文化底蕴下更加的美好和舒适。

同学们，这个中秋节你们心中会有一些什么想法呢？希望我们在享受节日欢快的同时，也能去想一想这个节日背后的那一道经典文化。希望我们可以带着这些传统文化一路前行，做一个有作为、有想法、有责任的中华少年！中秋节即将到来，我在这里也给我们的老师和同学献上的祝福！祝大家中秋快乐，家庭圆满幸福！往后顺利无忧！

谢谢大家！

## 汉服的演讲稿三分钟篇八

老师们、同学们：早上好！

我们先回忆两件事：一是我校食堂每天都会接待同学们就餐，但是，当大家都吃完饭时，食堂里留下了一片狼藉，我们大多数的同学不能按量取食，造成严重的浪费。二是我校高一、二年级的同学近日开展了“跳蚤市场”体验活动，同学们能挣到的钱虽然很少，但我相信高一、二年级的同学们已经体验到了挣钱的困难和艰辛了，更能明白节约。其实，在任何时候勤俭节约都尤其重要。

勤俭是“勤”与“俭”的结合，只有勤奋才能创造劳动成果，只有节约才能珍惜劳动成果，两者相加，劳动者创造的成果才会越积越多，社会才能发展进步；反之，铺张浪费，则社会衰败。正如李商隐所说：“历览前贤国与家，成由勤俭败由奢。”一个勤劳的人总是不辞辛苦的努力工作，不断为人民为国家创造物质与精神财富；一个简朴的人总是十分爱惜每一件东西，不随便浪费，哪怕只是一张纸、一粒饭。

作为青年学生，也许我们对勤俭的体验不多，因为我们不曾有过饥饿的经历，尝过挨冻的滋味和“面朝黄土背朝天”的辛劳，但了解国情的人都知道，我们的国家物质财富并不宽裕，资源也并不丰富，我们不能、也无权去奢侈浪费。历史一再昭示“成由勤俭败由奢”的道理。勤俭是一种远见，一种态度，一种智慧。小到一个人，一个家庭，大到一个国家，整个人类，要想生存，要想发展，都离不开“勤俭节约”这四个字。一个没有勤俭节约、艰苦奋斗精神作支撑的国家是难以繁荣昌盛的；一个没有勤俭节约、艰苦奋斗精神作支撑的社会是难以长治久安的；一个没有勤俭节约、艰苦奋斗精神作支撑的民族是难以自立自强的；同样，一个不奉行勤俭节约、艰苦奋斗精神的个人也是难以有所作为的。事实上，勤俭已不仅仅是一种生活态度和习惯，更是一种难能可贵的精神，人唯有在勤俭中才能保持奋发的斗志、进取的激情和创造的冲动、去搏击人生风云，去描绘新生活的画卷。

同学们，祖辈的优良传统等待我们去继承、去发扬，让我们从身边做起，从小事做起，节约每一度电，节约每一滴水，节约每一粒粮食。用我们青春的刚劲拒绝安逸的诱惑，用饱满的精神内涵挤兑奢侈浪费的虚荣，以勤俭的作风开创美好的生活。

我的演讲到此结束，谢谢大家！

## 汉服的演讲稿三分钟篇九

你是否还记得：“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”、“滴水成河，聚沙成塔”的道理？中华民族节俭的传统美德已经伴随着一代又一代人，在建设有中国特色的社会主义事业中取得了辉煌成就。

作为21世纪中国的建设者，时代赋予我们不可推卸的责任。面对我国资源缺乏的严峻形势，充分认识资源供给不足已成为经济社会发展和全面建设小康社会目标的重要制约因素，

从有效开发和利用资源出发，崇尚节俭、适度消费的理念，牢固树立资源危机意识、勤俭节约意识和节约资源人人有责意识。

建设节约型社会离不开每一位公民在学习、工作和生活中的努力实践，资源的循环利用和社会环境的净化需要从我做起，从身边做起，从一点一滴做起。请“节约一滴水、节约一度电、节约一张纸、节约一粒米、节约一分钱、节约一寸土”，倡导使用循环用水、节能产品和再生材料，倡导俭朴的生活方式和适度消费，推广办公电子化和资源变废为宝。

从建设节约型社会利在当代，功在千秋的战略高度，结合各自工作岗位实际出发，围绕本单位在资源利用现状、存在的问题开展调查研究，提出建设节约型机关、校园和院所的意见和建议。广大青年科技人员要依靠科技进步，积极投身节约型技术的开发和利用，通过创新和改革，真正形成人尽其才、地尽其利、时尽其效的节约型社会。同时，节约教育是一项伟大的工程，建设节约型社会需要用我们青年率先垂范，广大青年教师要用自己的言行教育和感染学生，树立以勤俭节约为荣的风尚，培养勤俭节约的优秀品质。

青年朋友们，节约新时空已经展现，建设节约型社会任重而道远，让我们携手共进，用我们的智慧和行动去改变我们所能改变的一切。

勤俭节约美德不能丢。