

# 2023年清明节国旗下讲话稿幼儿园教师(汇总8篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？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。

## 清明节国旗下讲话稿幼儿园教师篇一

各位老师、同学们：

早上好！

今天我讲话的题目是《清明时节忆先烈》。

严冬在春风中消退，岁月在奋斗中远去，不知不觉又是一年清明时。刚刚过去的清明节是国家重新修订节假日制度后，第一个与传统节日相关的法定节假日。

清明既是节日也是节气之一，这是唯一一个与二十四节气重合的节日。每年4月5日前后，我国黄河中下游及其以南地区平均气温一般在10℃以上。这时我们大部分地区气候温暖、草木萌茂，改变冬季寒冷枯黄的景象。清明一到，气温升高，雨量增多，正是春耕春种的大好时节，故有“清明前后，点瓜种豆”、“植树造林，莫过清明”的农谚。春光明媚、草木吐绿的清明时节，也是人们春游、踏青的好时机。

清明节是我国民间重要的传统节日，这是一个纪念祖先的节日，祭祖和扫墓是清明节中的的重要仪式，历代沿袭成为中华民族一种固定的风俗。“清明时节雨纷纷，路上行人欲断魂”，每当这个特殊的时候，人们都会倍加思念已经死去的

亲人。清明前后，每个家庭都会在长辈的带领下，为先祖扫墓，既是为传承每一家生生不息的家风和美德，也是慎终追远、敦亲睦族及行孝的具体表现。

清明节也是民族扫墓节。在这个唤来春风慰忠魂的特殊日子里，每一所学校，都会举行庄重的祭扫仪式，虔诚而肃穆地追念那些创造新中国、建设新中国的革命先辈。上周星期三的下午初一年级全体同学前往扬州市烈士陵园，举行了“弘扬先烈精神，树立远大理想”的清明节扫墓活动。清明，无论是小家还是大家，在中国人心中，都有一个朴素的思想，就是不忘历史，不忘先辈。

生命已逝，也无来世之说，我们的祭奠他们也收不到，那我们为何还延续着这种看似荒诞的行为？祭奠，只是一种形式，正如我们开运动会，要举行隆重的开幕式，开幕式本身与运动无关，但它可以唤醒我们心中的激情。祭奠可以表达我们心中的情感。

祭奠祖先，表达的是子孙对亲长的追思，这种情感显示的正是我们中华民族的孝道，它不仅是思念的情感和行动，更是一种庄严的承诺：对先人永怀感恩之心，感谢先人赋予我们生命并给予荫庇，并借祭奠将这种思想传继给后代，让他们珍惜眼前的亲人，笃行孝道！“清明无客不思家”，清明，唤起的是怎样一份对家对亲人的深切的牵挂！

缅怀先烈，让我们永远也不会忘记我们头顶的红旗是怎样的灿烂？在灿烂的恢弘里，叠印着那枪林弹雨中挺起的坚毅身躯，那弥漫硝烟中发出的震天吼声，那甲午海战、“九·一八”事变、大渡河畔、淮海战场上隆隆的枪炮声，那关天培、邓世昌、杨靖宇、董存瑞无畏的气概，刀刻般铸写不朽历史诗篇。清明，我们缅怀先烈，回眸英雄事迹，聆听生命长眠、精神永垂的乐音，解读抛头颅、洒热血的豪情……在心底巍然矗立一座民族气概的丰碑。

不管我们将来从事什么职业，我们祖国的儿女，肩负着先烈们没有完成的事业，肩负着建设经济发达、文明富强、巍然屹立于世界东方伟大祖国的历史重任，让我们以实际行动呼唤文明春风，告慰烈士忠魂！

谢谢大家。

## 清明节国旗下讲话稿幼儿园教师篇二

各位老师、各位同学：

早上好！

上星期一我们过了清明。今天，我们来谈谈清明节。

清明节已有两千多年历史，至今仍是中华民族包括海外华人的重要节日之一。公历4月5日前后为清明节，原为二十四节气之一。全国汉族和部分少数民族地区过此节日。20xx年，清明节被国务院列入第一批国家级非物质文化遗产名录。

在中国农历二十四个节气中，既是节气又是节日的只有清明。二十四节气比较客观地反映了一年四季气温、降雨、物候等方面的变化，古代劳动人民据此来安排农事。清明一到，气温升高，雨量增多，正是春耕春种的大好时节，故有“清明前后，点瓜种豆”、“植树造林，莫过清明”的农谚。

但是，清明作为节日，与纯粹的节气又有所不同，它包含着丰富的风俗活动内容。清明节是纪念祖先的节日，主要活动仪式是祭祖、扫墓。秦汉时代，墓祭已成为人们重要的礼俗活动之一。扫墓原是清明节前一天寒食节的内容。寒食节相传起源于晋文公对介子推的悼念。唐玄宗开元二十年诏令天下，“寒食上墓”。后来，由于寒食与清明日子接近，这个民间禁火扫墓的日子就逐渐与清明合二为一了。寒食既成为清明的别称，也变成为清明时节的一个习俗，清明之日不动

烟火，只吃凉的食品，在北方，老百姓吃枣饼、麦糕等，在南方，则多为青团和糯米糖藕。

按照旧俗，清明扫墓时，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”，写出了清明节的特殊气氛。

清明节是人性美好的一种表现，我们中国人，世世代代通过清明这个节日表达我们对先人和亲人的缅怀和敬仰之心。

把祭祀先人与中华民族重视孝道、慎终追远的民族性格直接联系起来，清明节体现了中国人感恩、不忘本的道德意识，其文化意义类似西方的感恩节。清明节祭祖扫墓、追念先人功德的活动，与中国文化深层的祖先崇拜、孝的文化之间有着深刻的关系，而这种文化正是中国社会几千年来得以和谐稳定发展的支柱，而这也是清明节具有强大生命力的民间根基。

清明节，又叫踏青节。清明正值春光明媚、草木吐绿、百花盛开的时节，所以古人有清明踏青的习俗，并喜欢开展一些体育活动，如“踏青”、“放风筝”和“荡秋千”等。

宋代文人李弥大有一首诗写道：“蒙蒙细雨网春晖，南阳清明二月时。细草养泥留燕子，好花藏蜜待蜂儿”。为我们编织了一幅生机盎然的画卷，可谓心境好、景色新，一派鸟语花香！

踏青春游固然是必不可少，但大文豪苏东坡却显得格外冷静。他在《东栏梨花》诗里写道：“梨花淡白柳深青，柳絮飞时花满城。惆怅东栏一株雪，人生看处几清明”。他告诉我们，这美好的时光当然是令人陶醉的，但人生几何，切莫因为沉

湮于此而忘记珍惜时光。

难怪有位民俗学家这样定义清明节：“中国最重要的传统节日之一。它不仅是人们祭奠祖先、缅怀先人的节日，也是中华民族认祖归宗的纽带，更是一个远足踏青、亲近自然、催护新生的春季仪式。”

最后，我想说的是，作为一个中国人，无论将来你身在何方，都不能忘记中华民族悠悠五千年的传统文化。

我的讲话完了，谢谢大家！

## 清明节国旗下讲话稿幼儿园教师篇三

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

大家早上好！4月x日，是清明节。

在我国，清明节是二十四节气之一，先人们创造的二十四节气，极其精准地反映了一年四季的时令变化，让人叹服。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，种瓜种豆”之说。

清明节也是我国传统节日，2006年，该民俗节日经国务院批准列入第一批国家级非物质文化遗产名录。清明时节，扫墓、踏青、插柳、放风筝。从历史传承中遗留下来的风俗也传递着人们朴素的情感。

清明节同时也是法定假日，2007年12月14日，国务院正式发布决定，将清明、端午、中秋定为法定假日，所以，与纯粹的节气又有所不同，清明节又包含着某种纪念意义。今天，让我们怀着无比沉重和景仰的心情来缅怀革命先烈，继承革命传统。

忆往昔峥嵘岁月稠。回首中国百年的近、现代史，每一页历史都写满了英烈们可歌可泣的壮丽诗篇：不屈外辱，虎门销烟的林则徐；我自横刀向天笑，去留肝胆两昆仑的谭嗣同；生当作人杰，死亦为鬼雄的秋瑾；生的伟大，死的光荣的刘胡兰；炸碉堡的董存瑞，堵枪眼的黄继光，守纪律的邱少云；地雷战，地道战，飞虎队、一代代中华儿女为了崇高的革命信念，马革裹尸，战死沙场，壮志未酬身先死，留下一曲曲千古传唱的英雄赞歌。

为什么战旗美如画，英雄的鲜血染红了它，为什么大地春常在，英雄的生命开鲜花。

我们要明白：灿烂的中华文明是我们的祖先创造的，今天的幸福生活是无数先烈的鲜血换来的，要永远拥有一颗感恩的心，感恩祖先，感恩先烈，感恩伟大的中国，感恩父母和师长。

同学们，振兴中华、实现中华民族伟大复兴的崇高使命将历史地落在你们的肩上。雄关漫道真如铁，而今迈步从头越。你们是祖国的未来，民族的希望，让我们继承革命先烈们的优良传统，锐意进取，自强不息，为中华之崛起而努力奋斗吧！

## 清明节国旗下讲话稿幼儿园教师篇四

老师们、同学们：

清明时节雨纷纷，路上行人欲断魂，这是唐代大诗人杜牧的一句诗，讲得是扫墓人对逝去的亲人的牵挂。中国人是有情有义的，是不忘根本的。在春天百花盛开、万象更新日子里，我们怀念先祖，祭奠英烈，重温传统，有着特殊的意义：我们知道我们的身上有历史责任、民族寄托，我们要倍加珍惜现在，同心合力，奋发拼搏，创造一个让先祖自豪、先烈告慰的世界。

不知道大家有没有听过这样一个故事，在春秋时，赵国公子重耳因政治迫害流亡列国，最后在几个忠心耿耿的老臣的帮助下，几经艰难，才重回赵国，执掌政权，成为春秋五霸中最著名的一个，史称晋文公。在这几个最忠心耿耿的老臣中，贡献最大的是介子推。但是介子推是一个非常高尚的人，一旦事业成功就退隐山林，和老母亲过起了隐居生活。当时晋文公为报大恩，让他的御林军上山搜索，没有找到。有人出了个主意，说放火烧山，三面点火，留下一方，大火起时介子推会自己走出来的。于是晋文公下令举火烧山，不料大火烧了三天三夜，大火熄灭后，也不见介子推出来。上山一看，介子推母子俩抱着一棵烧焦的大柳树已经死了。晋文公非常后悔，但已没有什么办法，哭拜安葬以后，发现介子推的脊梁堵着的柳树树洞，洞里好象有什么东西。掏出一看，原来是片衣襟，上面题了一首血诗：

割肉奉君尽丹心，但愿主公常清明。

柳下作鬼终不见，强似伴君作谏臣。

倘若主公心有我，忆我之时常自省。

臣在九泉心无愧，勤政清明复清明。

这就是清明两字的来源，同学们，清明的含义是一位忠贞的老臣的寄托，清明的含义是志向高洁，清心明智。晋文公含着泪将血书藏入袖中，为了纪念介子推，他又下令把这座山命名为介山，并在山上建立祠堂，把放火烧山的这一天定为寒食节，告谕全国，每年这天禁忌烟火，只吃寒食，寒食节即古代清明节。他还用这段烧焦的柳木，做了双木屐，每天穿着，常常望着它叹道：悲哉足下。足下这个词，现在是用来对上级或同辈之间相互尊称，来源就在这里。

同学们，中华民族文化源远流长，中国文字、中国语言、中国艺术、中国医学、四大发明，等等，都是中国先祖留给我

们的财富，最大的财富还是清明节、端午节等等节日里，先祖先烈的事迹里包含的精神财富。五千多年的发展中，中华民族形成了以爱国主义为核心的团结统一、爱好和平、勤劳勇敢、自强不息的伟大民族精神，先有孟子的养浩然之气，富贵不能淫，贫贱不能移，威武不能屈，范仲淹的先天下之忧而忧，后天下之乐而乐，以及敬老尊贤的伦理精神、天人合一的和合精神，后有井冈山精神、长征精神、延安精神、抗洪精神，等等一切为祖国，为人民勇挑责任、自强不息、无私奉献、与时俱进的精神永远激励我们奋力直前。现在我们正处在实现中华民族伟大复兴的征途上，继承和发扬优秀的民族精神，追忆民族英魂，无疑意义深远。

同学们，士不可以不弘毅，任重而道远。让我们从追远中获取清明的力量，为国家好好努力。

谢谢！

## 清明节国旗下讲话稿幼儿园教师篇五

亲爱的小朋友们：

你们好，伴随着浓浓的春意，我们快要迎来四月，4月4日是清明节，所以我们四月份的教育主题是”缅怀革命先烈”。

今天我讲话的题目是《永远的纪念》又是一年清明节。沐浴着和煦的春风，我们聚集在鲜艳的国旗下缅怀革命先烈，站在这里，我们心中感慨万千，并不是为烈士生命的消失而悲叹，而是被那伟大的生命价值所震撼。那些英勇的烈士们不愧为炎黄子孙的后代，不愧为新中国永远的丰碑。我们凝视着烈士鲜血所染的国旗，一幅幅英雄的画卷展现在我们眼前，烈士们为了祖国独立统一挺身而出，为了人民的解放，甘洒一腔热血。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？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，爱国主义就是他们巨大的精神力量。为了祖国的解放，他们能在战火中出生入死，能在监牢里坚贞不屈，能在刑场上大义凛然。他们用生命、热血换来了华夏民族的新生。

历史不会忘记，高矗的胜利丰碑是无数先烈用热血和头颅垒就的。如今的光明和幸福是烈士们用鲜血换来的。立足今天，放眼未来，让我们缅怀革命先烈，学习先辈的爱国主义精神和英雄气概，将历史永远铭记我们的身上。

那我们新一代的少年该怎样用行动来缅怀先烈呢。其实新的世纪早已给爱国主义注入了新的内涵，爱国不再变的虚无，我想我们要爱国、我们要学习先烈的精神，首先应该爱我们的学习、爱我们的学校、遵纪守法等等一些小事情，小细节上。每个周一，我们来到操场举行庄严的升旗仪式，我们唱着国歌，向国旗庄严的行队礼，在肃穆的队礼中，表达了我们先烈们的尊重。在上公共汽车，你主动让年长的爷爷奶奶先上车，当你在公共汽车上站起身给抱孩子的阿姨让座的时候，你就宏扬了中华民族的传统美德，你就在文明的礼仪之邦中描绘了绚丽的一笔。在春意盎然的春天，你和父母在自家房屋前的花坛中重下一棵小树、小花，或者给学校花坛里的小树除除杂草，浇一浇水，拣掉垃圾，你就美化了我们的社区，我们的学校，你是多么热爱我们的家乡，多么热爱我们的祖国呀！忆往昔，诉不尽我们对先烈的无限怀念；看今朝，唱不完我们对明天无限的憧憬；展未来，我们信心百倍，壮志豪情。

让我们行动起来，在家庭做孝顺父母、关怀他人的孩子，在学校做团结友爱、勤奋学习、热爱劳动的好学生；在社区我们做讲究文明、保护环境的好公民；以实际行动呼唤祖国美好的明天，告慰烈士的忠魂。

## 清明节国旗下讲话稿幼儿园教师篇六

老师们，同学们：

大家早上好！

首先，我给大家讲个故事：春秋时代，晋国国君的儿子重耳为躲避追杀，在介子推等人的帮助下逃到了国外。他们在荒山中迷了路，又找不到东西吃，此时的重耳还心系百姓，这感动了介子推，他从自己腿上割了一块肉，烤熟了递给重耳吃。重耳在外流亡了19年后，终于回国做了国君。他给跟随他逃亡的人都封了赏，惟独忘了介子推。经人提醒，他非常过意不去，决定亲自去请介子推。谁知道介子推早就带着老母亲躲到绵山里去了，重耳带人搜山，也没能找到他们。有人提议放火烧山，重耳采纳了这个建议，结果适得其反，把介子母子烧死在一棵大柳树下。重耳非常后悔，把他们葬在柳树下，为忌烟火，他命令全国百姓每个的这一天都不得点火做饭，定为“寒食节”。第二年，重耳领群臣去绵山祭奠，发现柳树复活了，就把这棵柳树命名为“清明柳”，把“寒食节”禁火，在“清明节”插柳，代代相传，成了全国性的大节日。本周我们即将迎来这一传统节日——清明节。清明既是节日也是节气之一，这是一个与二十四节气重合的节日。清明节是一个既肃穆又轻松的节日，可以开展祭扫、踏青、蹴鞠、荡秋千、放风筝等活动，而重要活动是祭扫。我今天国旗下讲话的题目是《传承中华美德，争做文明学生，构建和谐校园》。

老师们，同学们，时间如水，历史飞越，五千年的中华民族形成了代代相传的美德：

我们曾记得，“人生自古谁无死，留取丹心照汗青”的爱国情操；

曾记得，“长风破浪会有时，直挂云帆济沧海”的昂扬锐气；

曾记得，“先天下之忧而忧，后天下之乐而”的博大胸怀；

曾记得，“富贵不能淫，贫贱不能移，威武不能屈”的浩然正气；

古人如是，今人亦如斯。

我们忘不了，毛泽东“问苍茫大地，谁主沉浮”的豪情壮志；

忘不了，周恩来“大江歌罢掉头东，邃密群科济世穷”的远大志向；

忘不了，朱自清“宁死也不领美国的救济粮”的铮铮铁骨；

忘不了，谭嗣同“我自横刀向天笑，去留肝胆两昆仑”的英勇无畏；

正是这些闪烁着时代光辉的民族精神的先烈们，挺起了坚强的民族脊梁，我们倍感自豪和骄傲！然而，在传承美德的路上，我们也不难发现诸多难堪与困惑。

我们曾看到，操场上飞舞的纸屑，墙壁上显眼的脚印，课桌上刀刻的痕迹……

我们曾听到，花草被践踏时的呻吟，树木被折断时的哭泣，寝教室的打闹声……

老师们，同学们，忆往昔，诉不尽我们对先烈们的无限怀念；看今朝，唱不完我们对明天无限的憧憬；展未来，我们信心百倍，壮志豪情。让我们以实际行动，学习英烈精神，传承中华美德，争做文明学生，构建和谐校园，告慰烈士忠魂！

## 清明节国旗下讲话稿幼儿园教师篇七

在社会发展不断提速的今天，接触并使用讲话稿的人越来越多，讲话稿一般是开会前或出席重要场合前准备的发言稿。相信许多人会觉得讲话稿很难写吧，下面是小编精心整理的清明节国旗下讲话稿范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

亲爱的老师、同学们：

早上好！

我想你们应该记得，在中华民族面临生死存亡的危险时刻，是先烈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。他们倒下了，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”，去继承你们未完的事业；是先烈们把对国家、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；是先烈们在社会主义建设最需要的时刻，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。

今天，我们站在鲜艳的五星红旗下，这是用烈士鲜血染红的五星红旗，我们胸前佩戴着红领巾，它是红旗的一角，难道，我们不应该抚今追昔，寄托哀思吗？望着胸前飘扬的红领巾，我们心潮澎湃，虽然过雪山、草地的生活已经过去，虽然枪林弹雨的战争硝烟已经弥散，但是我们深深懂得，21世纪是知识经济的时代，是瞬息万变的时代，我们少年儿童面临着更加严峻的挑战。建设有中国特色的社会主义，实现中华民族的全面振兴，重任落在我们肩上。我们一定要树立远大理想，接过革命先辈的红旗，继承他们的光荣传统，努力学好科学文化知识，做新世纪的小主人，亲爱的同学们，让我们一起立下自己的榛榛誓言：准备着，为共产主义事业而奋斗！

虽然，我们不需要像先烈们那样抛头颅，洒热血，用身躯筑起共和国的长城，但我们有责任做好自己的事：用知识武装头脑，勤奋读书。寒门出仕子，仕子治天下。也许，现在你还没有挑大任的雄心伟略，但你应该有改变自己命运，掌控自己未来的设想。所以你得学习，要学习首先要具备良好的学习品质。

首先，要自信。如果你有自信，你就会斗志昂扬，没什么可以阻止你，难题就会逐个击破，成功也就近在咫尺。

其次，态度决定一切。学习上容不得半点怠慢，要时刻端正态度，学习上并不存在投机取巧，你的付出总会和你的收获成正比，当然还需要正确的学习方法。好的方法+勤奋，那么你离成功不远了。

第三，学习贵在坚持。当你坚持一段时间后，当量的积累达到一定程度时，就会发生质的飞跃，此时的你就会有蓦然回首，柳暗花明的喜悦。

## 清明节国旗下讲话稿幼儿园教师篇八

各位老师、各位同学：

早上好！

上星期一我们过了清明。今天，我们来谈谈清明节。

清明节已有两千多年历史，至今仍是中华民族包括海外华人的重要节日之一。公历4月5日前后为清明节，原为二十四节气之一。全国汉族和部分少数民族地区过此节日。20xx年，清明节被国务院列入第一批国家级非物质文化遗产名录。

在中国农历二十四个节气中，既是节气又是节日的只有清明。

二十四节气比较客观地反映了一年四季气温、降雨、物候等方面的变化，古代劳动人民据此来安排农事。清明一到，气温升高，雨量增多，正是春耕春种的大好时节，故有“清明前后，点瓜种豆”、“植树造林，莫过清明”的农谚。

但是，清明作为节日，与纯粹的节气又有所不同，它包含着丰富的风俗活动内容。清明节是纪念祖先的节日，主要活动仪式是祭祖、扫墓。秦汉时代，墓祭已成为人们重要的礼俗活动之一。扫墓原是清明节前一天寒食节的内容。寒食节相传起源于晋文公对介子推的悼念。唐玄宗开元二十年诏令天下，“寒食上墓”。后来，由于寒食与清明日子接近，这个民间禁火扫墓的日子就逐渐与清明合二为一了。寒食既成为清明的别称，也变成为清明时节的一个习俗，清明之日不动烟火，只吃凉的食品，在北方，老百姓吃枣饼、麦糕等，在南方，则多为青团和糯米糖藕。

按照旧俗，清明扫墓时，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”，写出了清明节的特殊气氛。

清明节是人性美好的一种表现，我们中国人，世世代代通过清明这个节日表达我们对先人和亲人的缅怀和敬仰之心。

把祭祀先人与中华民族重视孝道、慎终追远的民族性格直接联系起来，清明节体现了中国人感恩、不忘本的道德意识，其文化意义类似西方的感恩节。清明节祭祖扫墓、追念先人功德的活动，与中国文化深层的祖先崇拜、孝的文化之间有着深刻的关系，而这种文化正是中国社会几千年来得以和谐稳定发展的支柱，而这也是清明节具有强大生命力的民间根基。

清明节，又叫踏青节。清明正值春光明媚、草木吐绿、百花盛开的时节，所以古人有清明踏青的习俗，并喜欢开展一些体育活动，如“踏青”、“放风筝”和“荡秋千”等。

宋代文人李弥大有一首诗写道：“蒙蒙细雨网春晖，南阳清明二月时。细草养泥留燕子，好花藏蜜待蜂儿”。为我们编织了一幅生机盎然的画卷，可谓心境好、景色新，一派鸟语花香！

踏青春游固然是必不可少，但大文豪苏东坡却显得格外冷静。他在《东栏梨花》诗里写道：“梨花淡白柳深青，柳絮飞时花满城。惆怅东栏一株雪，人生看处几清明”。他告诉我们，这美好的时光当然是令人陶醉的，但人生几何，切莫因为沉湎于此而忘记珍惜时光。

难怪有位民俗学家这样定义清明节：“中国最重要的传统节日之一。它不仅是人们祭奠祖先、缅怀先人的节日，也是中华民族认祖归宗的纽带，更是一个远足踏青、亲近自然、催护新生的春季仪式。”

最后，我想说的是，作为一个中国人，无论将来你身在何方，都不能忘记中华民族悠悠五千年的传统文化。

我的讲话完了，谢谢大家！