

小学生冬至的演讲稿(实用8篇)

竞选过程中，候选人需要与对手进行辩论和比拼，以争取选民的支持。小编为大家整理了一些实现理想的方法和经验，大家可以借鉴一下。

小学生冬至的演讲稿篇一

尊敬的老师、亲爱的`同学们：

大家上午好！我是来自四二中队的xx□由于今天下雨，我将在广播室给大家分享本周的主题《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”大如年，是我国廿四节气之一，俗称“冬节”。在这一天，因为太阳刚好直射在南回归线，使得生活在北半球的我们感觉到白天最短。根据以前的`传统，人们在冬至这一天，会画梅花一枝，素墨勾出九九八十一朵花。每天用红笔或黑笔涂染一朵花瓣，花瓣涂尽了，九九八十一朵花出来了，春天也就到了，所以称为“九九消寒图”；也有的是横十画、竖十画，制成一个九九八十一格的方块图表。每天涂抹一格、九尽格满，称为“九九消寒表”。最文雅当属“九九消寒迎春联”，每联九字，每字九画，每天在上下联各填一笔，如上联写有“春泉垂春柳春染春美”；下联对以“秋院挂秋柿秋送秋香”，真是绝妙佳联！

冬至，也是中国人的一个传统节日。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！

20xx年，在老师的教育下，我们茁壮成长；在同学的陪伴下，我们快乐成长；在爸爸妈妈的爱护下，我们健康成长；我们在不断地吸收阳光雨露，经历我们快乐的童年生活。本周三就是冬至了，我校会分年级庆祝冬至节，回家后，和家人一起画一张“九九消寒图”，做一张“九九消寒表”吧，等把图画完，表填完，百花盛开的春天就会展现在眼前了，最后预祝大家迎来更美好的20xx年！

我的分享到此结束，谢谢大家！

小学生冬至的演讲稿篇二

大家好！

可想而知，每个地方的冬至节的风俗都不同。今天是冬至，我就来说说南北方的习俗吧。

北方有个冬至小传说：冬至节如果不吃面食，耳朵就会掉。所以现在人们看到的饺子大多数都做成耳朵的形状。冬至时，屋外寒风凛冽，北方人会在炕上放上张小桌子，炕下点着柴火，一家人坐在热腾腾的炕上，吃着热乎乎的饺子，兴致来了，还会从门框上摘下一颗红辣椒嚼一嚼，在寒冷的冬天再也没有比这更温馨的事了。

在我们南方，尤其是台州，冬至圆，却是台州百姓的首选。

饺子和冬至圆，两者的'味道不同。饺子，咸而鲜美，而冬至圆是甜甜的，稠稠的。我想这应该是和两地的气候有关系。北方很冷，天天下着鹅毛大雪，到处一片雪白，那些生机勃勃的东西都到雪底下去了，就像饺子，外面的皮白白的，最鲜美的东西都躲在皮里面。南方相对热一点，大冬天的也有太阳照，冬至圆也就被晒“黑”了，所以冬至圆是橘黄色的。

饺子和冬至圆的形状不同，一弯一圆，颜色不同，一白一黄，味道不同，一咸一甜，自然做法也不同。饺子是在饺皮里包上一些猪肉、冬笋等，然后把皮捏起来，放进锅里煮几分钟，才能消灭这“月牙儿”。冬至圆，是将面粉做成一个个大团子，在团子里嵌上一些豆沙，补圆，最后烧熟捞起，在豆黄粉上滚几下，即可入口。

朋友，冬至节是个传统节日，你那边是吃什么的呢？请与我们大家一起分享吧。

谢谢大家！

小学生冬至的演讲稿篇三

尊敬的老师们、同学们：

大家，早上好！

过几天就是12月22日了，大家知道这一天是什么日子吗？对，就是冬至。冬至是中国农历中一个重要的节气。早在二千五百多年前的春秋时代，中国就测定出了冬至，它是二十四节气中最早制订出的一个。

冬至这一天，北半球白天最短，黑夜最长。冬至过后，各地都进入最寒冷的阶段，也就是人们常说的“进九”，我国民间有“冷在三九，热在三伏”的说法。自冬至后的第一天到开春，人们习惯数着天数；来衡量天气的变化。“一九二九不

出手;三九四九冰上走;五九六九沿河看柳;七九河开八九雁来;九九加一九，耕牛遍地走。”

也就是说，人们最初过冬至节是为了庆祝新一年的到来。如今过了2500多年，在这浓厚的历史文化背景下，冬至仍散发着不可抗拒的魅力。

现在，一些地方还把冬至作为一个节日来过。北方地区有冬至宰羊，吃饺子、吃馄饨的习俗，南方地区在这一天则有吃米团、长线面的习惯。

冬至，还是锻炼身体的好时机。冬季来临，很多同学惧怕寒冷，不愿意活动，岂不知，冬季更是锻炼身体的大好时光，小学生冬季在室外进行锻炼，身体经常受到寒冷的刺激，可以增强人体对感冒、气管炎等冬季常见疾病的抵抗力;冬季在室外接受阳光的照射，阳光中的紫外线不但能促进人体的造血机能，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，阳光中的紫外线能杀死人体皮肤、衣服上的病毒和病菌，对人体有消毒作用。同学们正处在生长发育的关键时期，冬季锻炼不但有利于身体的健康成长，在提高学习效率，，锻炼意志方面也有积极的作用。

但一定要注意做好准备活动，运动前后及时脱掉和增添衣物，选择合适的运动场地，注意自身与他人的安全，长期坚持锻炼，我们身体御寒能力和抵抗病毒侵袭的能力肯定会增强。等春风拂面的时候，身体更灵活性，身体各脏器的机能更完善。

过完冬至，一年一度的元旦就接踵而来了，我们很快就要进去20xx年啦，最后祝老师们、同学们身体健康、开心快乐！谢谢大家！

小学生冬至的演讲稿篇四

各位老师、各位同学：

大家早上好！

今天，我演讲的题目是“冬至日，成长日”。

昨天是一年一度的冬至日。冬至是北半球全年中白天最短、黑夜最长的一天，冬至过后，各地气候都进入一个最寒冷的阶段。

在我国古代对冬至很重视，冬至被当作一个较大节日，冬至过节源于汉代，盛于唐宋，相沿至今。曾有“冬至大如年”的说法，说明人们过冬至比过年还重视，人们认为，过了冬至，白昼一天比一天长，阳气回升，是一个节气循环的开始，也是一个吉日，应该庆贺。在这一天，人们都会互赠好礼，相互拜访，将抛开所有的烦恼，快快乐乐的过完这一天。

现在，北方地区有冬至宰羊，吃饺子、吃馄饨的习俗，南方地区在这一天则有吃米团、长线面的习惯。

过完冬至，一年一度的元旦就接踵而来了，我们很快就要进入20xx年啦，对于我们小学生而言，过完冬至，意味着我们的年龄又长大了一岁，因此，冬至就成了一个成长日，在这特殊的日子，我们要反思自己的过去，思考我们的未来。我相信，只要我们从现在开始磨练自己，只要我们从身边的每一点小事做起，我们必将成为一个自强不息，具有远大理想、人格健全、品德高尚的接班人。

最后，在这美好的日子里，我给大家送去我最真挚的祝福，祝愿老师们身体健康，工作顺利，祝愿同学们开开心心，取得好成绩，祝愿天下所有人都平平安安。

谢谢大家!

小学生冬至的演讲稿篇五

尊敬的老师，同学们：

这个星期的星期五(12月21日)是我国农历中一个非常重要的节气——冬至。说起冬至，有些同学嘴馋了，因为这一天，按照习俗，家家户户是要吃汤圆的。

冬至是我国汉族一个传统节日，至今仍有不少地方有过冬至节的习俗。早在二千五百多年前的春秋时代，我国已经用土圭观测太阳测定出冬至来了，它是二十四节气中最早制订出的一个。时间在每年的阳历12月21日至23日之间。冬至是北半球全年中白天最短、黑夜最长的一天，过了冬至，白天就会一天天变长。古人对冬至的说法是：阴极之至，阳气始生，日南至，日短之至，日影长之至，故曰“冬至”。冬至过后，各地气候都进入一个最寒冷的阶段，也就是人们常说的“进九”，我国民间有“冷在三九，热在三伏”的说法。

现代天文科学测定，冬至日太阳直射南回归线，阳光对北半球最倾斜，北半球白天最短，黑夜最长，这天之后，太阳又逐渐北移。

在我国古代对冬至很重视，冬至被当作一个较大节日，冬至过节源于汉代，盛于唐宋，相沿至今。曾有“冬至大如年”的说法，而且有庆贺冬至的习俗。《汉书》中说：“冬至阳气起，君道长，故贺。”人们认为：过了冬至，白昼一天比一天长，阳气回升，是一个节气循环的开始，也是一个吉日，应该庆贺。《晋书》上记载有“魏晋冬至日受万国及百僚称贺??其仪亚于正旦。”说明古代对冬至日的重视。

现在，一些地方还把冬至作为一个节日来过。北方地区有冬至宰羊，吃饺子、吃馄饨的习俗，南方地区在这一天则有吃

冬至米团、冬至长线面的习惯。

过完冬至，一年一度的元旦就接踵而来了，我们很快就要进去20xx年啦，最后祝同学们在新的一年里开开心心，健康成长！

小学生冬至的演讲稿篇六

大家好！

“冬至”就是人们所说的“小年”，是我国二十四节气之一，俗称“冬节”。在这一天，因为太阳刚好直射在南回归线（又称为冬至线）上，使得北半球的白天最短，黑夜最长。

根据以前的传统，人们在冬至这一天，会画梅花一枝，素墨勾出九九八十一朵花。每天用红笔或黑笔涂染一朵花瓣，花瓣涂尽了，九九八十一朵花出来了，春天也就到了，所以称为“九九消寒图”；也有的是横十画、竖十画，制成一个九九八十一格的方块图表。每天涂抹一格、九尽格满，称为“九九消寒表”，民间还留有九九消寒图民谚：下点天阴上点晴，左风右雾雪中心。图中点得墨黑黑，门外已是草茵茵。最文雅的是九九消寒迎春联，是每联九字，每字九画，每天在上下联各填一笔，如上联写有春泉垂春柳春染春美；下联对以秋院挂秋柿秋送秋香，真是绝妙佳联！

今天也是冬至，我吃了甜甜的汤圆，根据民间的说法，我又长了一岁。我按古人的方法，做了一张“九九消寒表”，等我把“九九消寒表”填完，那时候就会是百花盛开，百鸟争鸣，一幅春天的景象又展现在眼前了。

谢谢大家！

小学生冬至的演讲稿篇七

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好：

今天是冬至，那什么是冬至呢？冬至是中国农历中一个重要的节气，也是中华民族的一个传统节日。早在二千五百多年前的春秋时代，中国就已经用土圭观测太阳，测定出了冬至，它是二十四节气中最早制订出的一个，时间在每年的公历12月21日至23日之间。冬至这天，太阳直射地面的位置到达一年的最南端，几乎直射南回归线(南纬 $23^{\circ} 26'$)。这一天北半球得到的阳光最少，比南半球少了50%。北半球的白昼达到最短，且越往北白昼越短。如中国最南端的一个小岛——(2° 33')这天的白昼达11小时59分，我们的邻居为10小时12分，而号称“中国最北端”的黑龙江省县(北纬 $52^{\circ} 58'$)仅有7小时34分。

中国古代的阴阳五行学说认为，冬至是阴消阳长转化的关键节气。冬至入九，数足九九，则春风送暖，寒意全消，所以俗语有“九九消寒”的说法。

冬季来临，很多孩子惧怕寒冷，不愿意活动，岂不知，冬季更是锻炼身体的大好时光，小学生冬季在室外进行锻炼，身体经常受到寒冷的刺激，可以增强人体对感冒、气管炎等冬季常见疾病的抵抗力；冬季在室外接受阳光的照射，阳光中的紫外线不但能促进人体的造血机能，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，阳光中的紫外线能杀死人体皮肤、衣服上的病毒和病菌，对人体有消毒作用。我们小朋友正处在生长发育的关键时期，冬季锻炼不但有利于身体的健康成长，在提高学习效率，发展个性，锻炼意志方面也有积极的作用。

冬季的体育运动项目有很多，如跳短绳，跳大绳，踢毽子，冬季长跑，既可以一人锻炼，也可以与小伙伴们一起合作或比赛。只要充分做好准备活动，运动前后及时脱掉和增添衣物，选择合适的运动场地，注意自身与他人的安全，长期坚持锻炼，我们身体御寒能力和抵抗病毒侵袭的能力肯定会增

强。等春风拂面的时候，身体更灵活性，身体各脏器的机能更完善。

小学生冬至的演讲稿篇八

大家好！

“冬至”就是人们所说的“小年”，是我国二十四节气之一，俗称“冬节”。在这一天，因为太阳刚好直射在南回归线（又称为冬至线）上，使得北半球的白天最短，黑夜最长。

根据以前的传统，人们在冬至这一天，会画梅花一枝，素墨勾出九九八十一朵花。每天用红笔或黑笔涂染一朵花瓣，花瓣涂尽了，九九八十一朵花出来了，春天也就到了，所以称为“九九消寒图”；也有的是横十画、竖十画，制成一个九九八十一格的方块图表。每天涂抹一格、九尽格满，称为“九九消寒表”，民间还留有九九消寒图民谚：下点天阴上点晴，左风右雾雪中心。图中点得墨黑黑，门外已是草茵茵。最文雅的是九九消寒迎春联，是每联九字，每字九画，每天在上下联各填一笔，如上联写有春泉垂春柳春染春美；下联对以秋院挂秋柿秋送秋香，真是绝妙佳联！

今天也是冬至，我吃了甜甜的汤圆，根据民间的说法，我又长了一岁。我按古人的方法，做了一张“九九消寒表”，等我把“九九消寒表”填完，那时候就会是百花盛开，百鸟争鸣，一幅春天的景象又展现在眼前了。

谢谢大家！