# 端午节一分钟演讲稿

来源：网络 作者：水墨画意 更新时间：2025-07-04

*端午节一分钟演讲稿【精选5篇】面对压力，屈原秉持宁折不弯，宁为玉碎，不为瓦全的思想，在与保守势力的斗争中显示了自己的高尚节操，赤诚的爱国之心。下面给大家带来一些关于端午节一分钟演讲稿，欢迎阅读与借鉴，希望对你们有帮助!1端午节一分钟演讲稿亲...*

端午节一分钟演讲稿【精选5篇】

面对压力，屈原秉持宁折不弯，宁为玉碎，不为瓦全的思想，在与保守势力的斗争中显示了自己的高尚节操，赤诚的爱国之心。下面给大家带来一些关于端午节一分钟演讲稿，欢迎阅读与借鉴，希望对你们有帮助!

**1端午节一分钟演讲稿**

亲爱的老师们、同学们：

农历五月初五是端午节，又称端阳节、端午节、午日、夏节、午日、五一节、艾节等。

每年的这一天，人们都会举行一些重要的活动，比如在门上插艾草、吃粽子、戴香包和赛龙舟。今年的X是农历五月初五，我们即将迎来一年一度的中国传统节日端午节。

那么端午节是怎么来的呢？据说两千多年前，楚国的医生屈原关心人民的疾苦，深受人民的爱戴。他投河自尽后，楚国人民纷纷赶到汨罗江边吊唁他。人们在河上来回划船打捞他的尸体，于是就有了赛龙舟的习俗。吃粽子的.习俗是人们把用楝树叶和彩色丝绸包裹的饭团扔进河里，以表达对屈原的纪念。因此，每年农历五月初五被定为端午节。

端午节期间，家家户户都要吃粽子，挂艾叶，戴香包，赛龙舟，举行诗歌会纪念屈原，庆祝节日。

然而，随着时代的变迁，越来越多的外来文化渗透到我们的生活中，曾经热闹的节日逐渐被人们遗忘。我们似乎不再关心几千年的传统文化，而是将更多的注意力转向西方节日，如圣诞节和愚人节。当我们还沉浸在西方节日的欢声笑语中时，20\_\_年，韩国向联合国教科文组织申请将端午节作为其非物质文化遗产，列入国家遗产名录。

听到这些我们是什么样的心情？这不仅仅是一个传统节日的得失，更是一些庆祝活动的缺失。更重要的是，它是中华民族的传统节日，它保留着中华民族独特的文化记忆。每一个传统节日都能增强中华民族的凝聚力和向心力。然而现在，这个我们度过了两千多年的传统节日却成了其他国家的民族遗产。我们是多么的尴尬和无助。

中国传统节日丰富多彩，文化内涵丰富，保留着我们祖先独特的文化记忆。我们应该对祖先创造的历史文化遗产心怀感激和敬畏。

同学们，我们是中华民族的栋梁，中华文明需要一起传承和发扬。希望大家不要忽视自己的传统节日，让中华文明在中国的土地上铸就辉煌！

谢谢大家。我的发言到此结束。祝大家端午节快乐！

**2端午节一分钟演讲稿**

老师们，同学们：

早上好！

农历五月初五，是我们中华民族的传统节日——端午节。民间流传着这样一首儿歌：“五月五，是端阳，门插艾，香满堂。吃粽子，撒白糖，赛龙舟，喜洋洋。”端午节始于中国的春秋战国时期，至今已有多年历史。那么它到底是一个什么样的节日呢？

第一，端午节是纪念诗人的节日，是爱国的节日。因为爱国诗人屈原见国破人亡，五月初五投汨罗江。屈原沉江后，古人将竹筒装米投入江中，万舟齐发、呐喊鼓乐吓退蛟龙，以此表示对屈原的`崇敬和怀念，后来演变成为吃粽子、赛龙舟的习俗。经过千百年的传承，屈原的爱国主义情怀与端午节的人文内涵已密不可分。端午节成为中国人传递爱国主义情感和精神的重要仪式。

第二点，端午节是卫生节。端午前后正是春夏交替之时，天气炎热，多雨潮湿，蚊虫滋生，病虫害渐多，是传染病的高发时节。为了避免疾病的发生，古人在端午节前后插艾叶用以驱蚊蝇、虫蚁，净化空气。端午这一天，成年人还要饮雄黄酒驱蛇虫，小孩子要佩戴藏有朱砂、雄黄、香草的香囊预防疾病。这些习俗表达的是古人驱瘟避邪、祈福佑安的愿望。这样来看，端午节是中国最早的“卫生防疫节”。

第三点，端午节是体育节，因为人们在这天要在水上赛龙舟。龙舟竞渡是一项很有气势、极具合作精神的竞技活动。端午竞渡能对群众性的水上运动、强身健体、民众团结起到很好的推动和促进作用。现在龙舟竞渡逐渐演变成一项国际体育赛事，起到友谊纽带的作用。

第四点，端午节是美食节，因为我们要吃可口粽子。晋代，粽子被正式定为端午节食品。人们浸糯米、洗粽叶、包粽子，其花色品种更为繁多。形状看有四角形、锥形、菱形、有用竹筒装米密封烤熟的“筒粽”。从馅料看，北方多包小枣的北京枣粽；南方则有豆沙、鲜肉、火腿、蛋黄等多种馅料，其中以浙江嘉兴粽子为代表。可谓粽叶飘香粽子可口。

同学们，中国的传统节日五彩缤纷，文化内涵丰厚，因为地域不同，各地的习俗也稍有不同。有些传统的习惯已经淡化了不少，今天的国旗下讲话，我们了解了端午文化，也希望我们能作为传统文化的传承者。让我们怀着敬爱之心和珍爱之情来过好中华民族的每一个传统佳节吧！

**3端午节一分钟演讲稿**

各位老师、各位同学：

早上好！在开始今天的讲话前，先让我为大家读一读这首歌谣：“五月五，是端阳。门插艾，香满堂。吃粽子，撒白糖。龙舟下水喜洋洋。倍枥锼档降慕谌站褪羌唇吹降亩宋缃凇

今年的6月16日是农历五月初五，是我国传统节日端午节。端午时节，千家品粽，万户悬囊，人们纷纷挂艾草、赛龙舟、办诗会。

关于端午节起源的传说可多了，其中，纪念屈原的说法流传得最广。屈原是我国古代伟大的爱国诗人，出生在战国时期的楚国。他为人正直，学识渊博，很有才干，在楚国担任了重要职务。因为他主张坚决对抗秦国侵略，而受到打击、排斥，还被楚王赶出了朝廷。屈原悲愤极了，在流放途中写下了许多充满爱国精神的诗篇，最有名的是《离骚》。后来，秦国军队攻占了楚国都城。楚国失地千里，尸横遍野。屈原心如刀割，他不愿意看到国破家亡的惨景，就在农历五月五日这一天，怀抱石块，跳进了汨罗江。当时他62岁。

百姓们爱戴屈原，当听到他自杀的消息后，纷纷划着船奔向江中，去打捞屈原的遗体，但没能找到。他们怕江中的鱼虾会咬

食屈原的遗体，又纷纷把江米装迸竹筒，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，我国南方就形成了端午节赛龙舟的习俗。因此，端午节又成了纪念屈原的`节日。

每逢佳节倍思亲，我们将如何度过一个有意义的传统节日呢？

让我们把粽叶轻轻展开，将爱国情包入。两千多年前，三闾大夫屈原情系百姓，心忧天下，怀石投江殉国。为了纪念这位伟大的爱国诗人，人们每到这天便把用五色丝线包裹的粽子投到水中，表达悼念之情。屈原的爱国精神，影响和感召着一代又一代中华儿女。

让我们把粽叶轻轻展开，将文明包入。传统文化史中华民族的根和源，是中华民族的精神血脉和延续基因。作为新时期的少年儿童，作为光荣的少先队员，我们要传承中华文明，并将它发扬光大。

让我们把粽叶轻轻展开，将责任包入。建设有中国特色的社会主义是我们国家发展的目标和方向，让我们肩负责任，勇于承担。

同学们，在这个绵延两千年的传统佳节里，让我们把粽叶轻轻展开，包住所有的感恩与祝福，送给我们伟大的祖国。

**4端午节一分钟演讲稿**

亲爱的老师们、同学们：

大家早上好！

我今天演讲的主题是端午节。

每年农历五月初五是端午节。今年，端午节在5月30日。端午节起源于中国，是中国重要的传统节日之一。传说是为了纪念著名爱国诗人屈原，也是中国第一个入选世界非物质文化遗产的节日。“清明插柳，端午插艾”，“粽子香，厨房香。艾香，充满了芬芳。桃枝在门内，出门望黄麦。”这些都是众所周知的关于端午节的说法，生动地反映了端午节在人们心中的习俗和地位。

今天，端午节仍然是中国人心目中非常受欢迎的盛大节日。吃粽子和赛龙舟都是端午节必不可少的活动。这是中国人两千多年来的传统习惯。作为中学生，更重要的`是我们要知道并拥有它所代表的精神。第一，弘扬屈原的爱国精神；二是体现在龙舟比赛中团结进取的精神。端午节是中华民族文化的展示。

同时，端午节也是促进家庭纽带和密切人际关系的机会。邻居们互相送粽子，和家人围坐在电视机前看龙舟赛。这些都是你平时享受不到的。

在此，希望大家都能关注端午节，关注这个中国的传统节日。

谢谢大家，我的演讲到此结束！

**5端午节一分钟演讲稿**

亲爱的同学和老师：

今天在国旗下我演讲的内容是《我国传统节日端午节》。

同学们，农历五月初五是中国传统的端午节。端午节的起源有许多传说，其中以纪念屈原的说法最为广泛。

屈原是中国古代伟大的爱国诗人，在楚国占有重要地位。由于他主张反抗秦国的侵略，所以遭到了别人的打击，并被楚王赶出了朝廷。后来，秦军占领了楚国首都。楚国失地千里，尸体遍地。屈原心如刀割，他不想看到国破家亡的景象，于是在农历五月五日这一天，他抱着石头跳进了汨罗江，他当时62岁。

老百姓非常爱戴屈原，听到他自杀的消息，他们划船到河中央抢救屈原的遗体，却找不到。他们担心河里的鱼虾会咬屈原的遗体，于是把米装进竹筒，然后扔进水里，以此来保护屈原的遗体。

从那时起，每年的五月五日，人们都会自发地来到江边悼念屈原，也会把船划入汹涌的波涛中，象征着人们争相抢救屈原的遗体，表达对屈原的思念。随着时间的推移，中国南方形成了端午节赛龙舟，吃粽子的习俗。因此，端午节已成为纪念屈原的节日。

20\_\_年以后，谈到屈原的爱国主义，我们提倡什么?我们提倡的是屈原对自由与和平的热爱，提倡的是对于祖国的高度责任感，提倡的是面对强权不屈不挠的\'精神。我们要深切感受对屈原对国家人民的深切情感。我看到了屈原对这片土地的深情，那就是我们脚下这片广阔的土地。

同学们，屈原因为热爱祖国，关心人民的苦难而受到人们的喜爱。当我们津津有味地吃粽子，看龙舟比赛时，别忘了两千多年前爱国诗人屈原。

希望我们珍惜今天的生活，互相鼓励，为中华之崛起而读书，成为一个努力为祖国建设献计献策的人，为自己的未来铺平道路，回报照顾我们的父母和教师，做一个无愧于祖国的人。

假期期间，请同学们注意安全，特别是最近流感比较严重，尽量少去公共场所。最后，祝同学们端午节快乐。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找