# 传承中华民族传统文化励志优秀演讲稿范文

来源：网络 作者：风月无边 更新时间：2025-07-15

*中华民族是一个有五千年文明史的古老国家。中华民族的传统美德源远流长。作为中国人，我们为我们的传统美德和民族精神感到自豪。我们的传统美德是以道德为基础的，为帮助大家学习方便，小编收集整理了传承中华民族传统文化励志演讲稿，希望可以帮助您，欢迎借...*

中华民族是一个有五千年文明史的古老国家。中华民族的传统美德源远流长。作为中国人，我们为我们的传统美德和民族精神感到自豪。我们的传统美德是以道德为基础的，为帮助大家学习方便，小编收集整理了传承中华民族传统文化励志演讲稿，希望可以帮助您，欢迎借鉴学习!

**传承中华民族传统文化励志演讲稿1**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家早上好!

古人描绘的美好生活，，仙鹤长鸣，神鹿奔跃，日月轮回，世代不息。

中华文化源远流长，东方文化美德几千年长盛不衰，文化是民族的生命，文化与民族共生共存，只有民族文化的复兴，才有完整意义上的民族伟大复兴。道德是民族文化的一部分，是文化的灵魂，也是民族的价值观，更是一个民族文明程度的重要标志。传统社会的美德教育往往最初从亲缘关系开始，靠的是世世代代传承下来。幼儿从小就感受到亲情的薰陶：

中华传统美德，是世代相传并不断调整和更新的思维方式、价值观念、行为准则和风俗习惯;她既有强烈的历史遗传性，又有鲜活的现实变异性;她作为文化的基因，在每个中国人的血液中流淌;她无时无刻不在影响着每个中国人和自己的后代。

一个民族特有的民族精神，既是对民族传统的继承，又要不断适应时代的需要，使历史与现实相联，使民族精神真正体现传统精神和时代精神。

民族精神“重在弘扬”、“重在培
育”，但在弘扬和培育民族精神的过程中尤其要处理好继承和创新的关系。继承是前提，创新才是根本，是弘扬和培育民族精神的永恒动力。作为一个民族的精神支柱，仅有历史的传承是远远不够的。惟有创新，才能发展;惟有创新，才能不朽。历史没有止步，创新就不应该停止，民族精神也就不会终结。中华民族精神是与时俱进的精神，是历史性和时代性的统一，继承与创新的统一。它始终是发展的、前进的。在我国革命、建设和改革的每一个重要历史关头，都会孕育出新的民族精神。无论是中国gcd人在革命战争年代形成的“井冈山精神”、“长征精神”、“延安精神”、“红岩精神”、“西柏坡精神”，还是建设和改革年代形成的“大庆精神”、“两弹一星精神”、“抗洪精神”、“抗击非典精神”等等，都是中华民族自强不息、艰苦奋斗精神的延续与升华，是中国gcd人与时俱进的时代创造。

正是这种闪烁着时代光辉的民族精神，造就了一大批具有先进思想并顽强奋斗精神的杰出人物：林则徐、谭嗣同、瞿秋白、\_、鲁迅、雷锋、王进喜、焦裕禄、孔繁森，他们为振兴中华上下求索、矢志不渝，推动了历史发展和民族进步，深刻地改变着时代的面貌，他们高扬着鲜明的时代精神，挺起了坚强的民族脊梁。这就是一个民族的精神和力量。

汉唐气象，时代华章。与中华民族迈向现代化的雄健步伐相伴，一种昂扬向上、与时俱进的时代精神正在神州大地激越弘扬。

一部中华五千年文明史，正是一部浩气长存正气磅礴的绚丽诗史，在这个历史长河中，不断有正气人物，正气故事出现。在我们宏伟壮阔的中国特色社会主义事业建设中，英雄人物、英雄事迹也是层出不穷的，在他们的身上真正体现着中华民族的美德和社会公德，也张扬着浩然的民族正气和民族精神，这些是我们对青少年学生进行公民道德和民青少年学生是祖国的未来和民族的希望，在他们身上有没有优秀的民族精神，是关系到社会主义千秋大业的大事。因此，我们一定要切实加强对青少年学生民族精神的教育，努力把其培养成为中国特色社会主义事业合格建设者。

族精神教育的生动教材。只有不断弘扬和培育符合时代特征的民族精神，并用它来哺育下一代，我们的民族振兴才会有希望。

爱国是中华民族的传统、是中华子孙的美德，爱国更是对中华民族精神的一种生动的诠释。而中华民族精神则是中国革命胜利和建设的精神动力，是光照千秋的高尚情操，是伟大的中华之魂。

我的演讲到此结束，谢谢大家!

**传承中华民族传统文化励志演讲稿2**

同学们、老师们，早上好，今天国旗下讲话的主题是《弘扬民族精神——从身边的一点一滴做起》。民族精神是一个民族赖以生存和发展的精神支撑。一个民族,没有振奋的精神和高尚的品格,不可能立于世界民族之林。

1839年6月3日，在虎门寨的海滩上，林则徐将从外国烟贩那儿缴来的二百多万斤鸦片全部销毁，硝烟现场礼炮轰鸣、群情沸腾。震惊中外的虎门销烟沉重打击了外国侵略者的嚣张气焰，维护了中华民族的尊严!林则徐的这种爱祖国、拒外侮的民族精神传颂千古。

前几年,在抗击非典的这场没有硝烟的战争中,不计其数的白衣天使们奋不顾身、前仆后继,在生死线上,以血肉之躯筑起生命的防线。他们用无私、勇敢和忠诚,悲壮地再现和传承了中华民族生生不息的民族精神。

从古到今，中华民族涌现了种种弘扬民族精神的感人事例，其实这一精神，同样贯穿着我们整个学习生活。对于同学们来说，首先要做“改陋习、树新风”的倡导者和实践者,从我做起、从现在做起,从一点一滴做起。

下课后，能自觉保持学校优良的学习环境，走廊上、阳台上、楼梯口、操场上，少些喧闹、少些追逐奔跑的身影，多些朗朗的读书声，多些有益身心健康的活动，多些捧着课外书津津有味读着的小小书虫。让学校成为学习交流的宝地。勤奋学习、沉稳善思也是民族精神的具体体现。

民族精神也体现在勤俭节约上，不管是在学校用餐还是在家中用餐，千万不能任性妄为，倾倒大量的饭菜，浪费粮食，要知道“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”，一粒米上凝聚着多少劳动人民的血汗，不能因为挑食、贪玩、爱吃零食等不良的习惯而让自己的健康与美德随着饭菜流失殆尽。

讲卫生，勤劳动是体现一个民族素质的重要部分，不破坏学校的公物，不乱采摘花朵树叶，不折断树枝打闹嬉戏，不乱丢废纸果壳，不随意吐痰、践踏草坪，同时还要尊重他人的劳动成果，不恶意破坏，主动帮助打扫卫生的同学，齐心协力使映照在蓝天下的美丽校园变得更加亮丽如新。

弘扬民族精神，展示中华民族的风采，其实很简单，只要从身边的一点一滴做起，讲文明、讲卫生、讲科学,刻苦学习、努力拼搏,打好一切基础，长大后为祖国的建设贡献自己的一份力量。

**传承中华民族传统文化励志演讲稿3**

尊敬的老师，亲爱的同学们，大家早上好!

我今天的演讲题目是《纪念传统节日传承传统文化》。

大家都知道，端午节是每年的农历五月初五。关于端午节的由来，有很多种说法，最常见的说法是为了纪念屈原。屈原的国家楚国被侵略，屈原跳江身亡，屈原死后，楚国百姓划龙舟，往江里投饭团、鸡蛋等，不让鱼吃屈原的身体，饭团逐渐发展成为今天的粽子。

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。\"端午节到底有哪些习俗呢?

端午节吃粽子是一个传统习俗。粽子皮是树叶做的，粽子馅有很多种。吃粽子的习俗还漂洋过海流传到国外呢。同学们，我想问几个问题，你吃过什么馅的粽子?你\_粽子吗?怎么包的呢?对，最常见的就是糯米、大枣包的粽子，你喜欢吃什么口味都可以自己调，也可以包肉粽子呢。我记得，在幼儿园的时候，端午节前举办过包粽子活动，当时我和姥姥都参加了。每逢端午节，社区也会组织各族居民一起包粽子呢。

端午节赛龙舟也是一种习俗，每年电视上都会演赛龙舟。

我听妈妈说，她的家乡在端午节有很多纪念活动。比如，清晨用艾叶洗手洗脸，门上插着艾草、彩色葫芦，用香草做一些香包，给小孩子戴五彩线，煮鸡蛋，包粽子等。一派喜气洋洋。总之，这个节日很重要，是民间的一个大节日。

以前端午节是中国的女儿节，每年人们都会拿五彩线团五彩球，在每年的五月初五的后一个雨天，人们就会把五彩球扔到下雨的地方，传说这样会带给人们一年的好运。

我们国家一直重视传统节日。近些年来，端午节列为法定节假日，全国人民欢度传统佳节。在这里，我特别想说的是，现在有很多人忽视了中国的传统节日，却喜欢外国的洋节，比如说：圣诞节、愚人节、万圣节，这是不能提倡的，我们是中国人，每个传统节日的背后都有深厚的传统文化，每过一次传统节日，身心都受到洗礼，我们应该为自己是中国人而感到自豪!

同学们，屈原的故事离我们很久远，但他的爱国情怀离我们很近。热爱伟大祖国，建设美好家园，需要我们每代人传承中国传统文化，我们是祖国的未来，要好好学习，长大后做一个对社会有用的人!

**传承中华民族传统文化励志演讲稿4**

各位老师，各位学长，各位前辈，各位小朋友们：

大家好!(向与会人员鞠躬)感恩这次大典的举办者和主持人，给了我这次汇报、学习、历练的机会!(向筹办者鞠躬)

我先自我介绍一下：我是一位传统文化学习传播、经典诵读力行的受益者。去年在这里，我向大家汇报了《现代人传承儒学的意义和方法》，今天我和大家分享的是这几年来学习、推广传统文化、诵读力行圣哲经典教诲的点滴心得。

自07年以来我和孩子们一起，在王老师的读经教育理念支持下诵读以儒家《大学》、《中庸》、《论语》、《孟子》、道家《老子》为核心的中国传统文化经典著作;按照经典的教诲“克己”、“克念”的要求，一路走来，可谓有酸也有甜，有苦也有辣!总起来说，可谓受益匪浅。

首先，和老师讲得一样，通过和孩子们诵读经典，我自己有了很大的进步。

圣人教导我们：“克己复礼为仁”、“克念作圣”、“行有不得者，皆反求诸己”、“吾日三省吾身”等等。这些理念让我改变了以前做事的心态，不再以自我为中心，脾气不再暴躁，开始反躬自省等等。正是这些改变，让我的家庭战火渐渐熄灭，挽救了我濒临破碎的家庭，给孩子的成长营造了比较和谐的家庭环境;也正是这些改变，让我对自己的命运不再有抱怨、嗔恨，明白了一切都是自己感召来的，只有从自己的内心真正改变开始，从自己的点滴行动无怨无悔的改变开始，做到“在邦无怨、在家无怨”，才能改变自己的命运。真的，传统文化所承载的圣德智慧，学了以后，相信;体解圣人心愿放下个人利益、颜面，发愿和圣人一样利益众生、利益社会，大同不至，誓不停息，死而后已!;《论语》中曾子教导我们“士不可以不弘毅，任重而道远，仁以为己任，不亦重乎?死而后已不亦远乎?”立大志向，知难而进，永不停息，是行，信、愿、行三者具矣，在圣人圣德圣慧的庇荫护佑下，我想我们的生命一定会大放光明，价值倍增!感恩老师的引导，感恩圣人留给我们的圣德智慧之作!

再有，以前我是一个心理素质极差，信心极为不足的人，三个人一起都不会不敢大声致词，看到别人激昂慷慨的演说羡慕的不得了，当快轮到自己的时候，心里就怦怦跳，上台后，本来准备充足的内容却什么也说不出来，通过和孩子一起读书，我有了信心和内容，我竟然能够当着这么多人引经据典，这大概就是“腹有诗书气自华”吧!再一次感恩老师的引导，感恩圣人留给我们的圣德智慧之作!

其次，是通过读经典孩子们的变化。

别人的孩子看电视、玩玩具、打游戏、看动画的时候，我要求我的孩子和我的学生是要读书的，时间久了，我的孩子和家长听话的学生读书的时候和别的孩子看电视、玩玩具、打游戏一样愉悦，一样投入。只要有文字、有书的地方。孩子们很快就会静下来，沉浸其中。这大概就是“志于道”的乐趣，大胆的比对一下，这大概就是复圣颜回“一箪食，一瓢饮，在陋巷，人不堪其忧，回也，不改其乐”的状态和境界吧!这种状态，学习和成才还用担忧吗?智慧的家长们，有缘到场的朋友们，让我们的孩子远离毒品——电视、游戏、肆无忌惮的玩耍、看动画，就像毒品一样侵蚀着我们孩子的心灵，我们的孩子欲罢不能，就像有烟瘾酒瘾一样，很痛苦——不要再让孩子一时表面愉悦，一生空空碌碌无为了!今天读圣贤书，好像苦了一点，可苦一阵子，幸福一辈子，虽苦亦乐，虽严，是真爱呀!

另有今年暑假，我们全日读诵论语，力行弟子规的经典共学班吸引了大中小学生20余人，一个月下来，孩子们经过一段时间的适应，甚至逆反，由于寄宿，最终适应下来，浮躁的贪欲，自我意识大大减少，继之而来的是彬彬有礼的儒雅风度和静下心来专心读书的良好习惯。我们所说的读书，是口诵心惟，是熟读玩味，念兹在兹，浸入心灵，见诸言行。所以，朋友们，及早为之，及早受益，事半功倍!

还有，就是在推广传统文化的过程中，我们得到了北京读经教育推广中心、北京华藏图书馆、以及安徽庐江传统文化教育中心种子老师、孔夫子后人孔先生、圣城曲阜儒者联合会段会长等等各界人士的无私帮助，让我体会到了“君子敬而无失，与人恭而有礼，四海之内皆兄弟”、“德不孤，必有邻”的圣言真实不虚!当然，我们也遇到了很多的不理解、不支持，甚至嘲讽，老子讲“人心惟危，道心惟微”，我们明白：这是很正常的，这也正印证了曾子讲得“仁以为己任，任重而道远”的圣言量!天下实现仁爱、德治、礼制，是孔夫子的理想，也是每一个有血性的人应该有的理想，可以讲，这个理想是无限量的大愿，几乎是不可能实现的，有人讲:“世风日下，人心不古”，我说：“人心不古古亦然，古代不也有大舜的继母、父亲和弟弟、也有闵子骞的母亲、也有盗跖嘛?”而且我敢说，未来，只要有人类，就一定会这样，这也正是一代代志士死而后已的不竭动力所在，也正因为如此，才需要我们一代又一代人，前赴后继义无反顾的为之努力。学习推行圣贤经典教育永无止境，有智慧的人们，想让自己和后代生命潜力发挥极致的人们，义无反顾的加入进来吧!

老子说，上士闻道，勤而行之;中士问道，若存若亡;下士闻道，大笑之。朋友们，现在您怎么想的，孔夫子所愿看到的他的血脉传人、和志向传人应该都是上士!子曰：闻义不能徒，不善不能改，是吾忧也。
孔子说：听到了正义的道理，却不能马上实行，身上的缺点也不能改正，这些都是我所忧虑的。孔子还说：见义不为，无勇也!

谨以此言与大家共勉!谢谢大家!

**传承中华民族传统文化励志演讲稿5**

为促进学生提高礼仪意识，自觉践行文明礼仪，弘扬传统文化，使学生养成良好的文明礼仪习惯。我中队在本学期开展了“文明伴我行，礼仪伴我长”为主题的教育活动。

具体是：

开展“我身边的礼仪”故事比赛，“校园竞开文明花”演讲比赛，“画身边的文明礼仪”等活动。

利用国旗下讲话、周会、中队会等时间，对学生深入开展日常行为规范教育，大力推进文明礼仪。

通过活动，我想谈几点体会：

1、教师一定要以身作则，作为传道授业解惑的育人者，承担着教书育人、为人师表的光荣职责。教师的仪容、表情、举止、服饰、谈吐、待人接物等都成为学生和社会的楷模。因此在日常生活中，我们要注意自己的一言一行，因为那会影响到学生，作为班主任一定要严格要求自己。

2、建立文明监督小队，各小队要认真实施监督任务。

3、在学生中开展
“做文明学生，做合格小公民”。比一比，谁能在校勤学识礼、关心同学、尊师爱校，遇到师长要问好、行鞠躬礼，同学之间使用文明礼貌用语，做一个好学生;能在家孝顺父母、关心亲人、勤俭节约、爱惜东西、自觉做家务劳动，做一个好孩子;能在社会敬老爱幼、爱护公物、遵守交通规则、遵纪守法。

4、结合每周的升旗仪式，我们把它作为培养学生文明礼仪的一次庄重而严肃的教育活动。在升旗仪式过程中，开展看谁站最笔直、行礼最标准、歌声最嘹亮的比赛，我们应该把爱国教育、理想教育、集体主义教育、礼仪养成教育有机的结合起来。既庄严实在、又有教育效果。5、把树立典型与带动全面结合起来。

我们要弘扬先进，树立典型。定期开展评比“文明小标兵”、“文明好学生”、“雏鹰争章评比”活动，每月评比一次。表扬先进，鼓励后进。6、把学校与家庭结合起来。学生的礼仪教育需要家长的配合，应该经常和家长取得联系，和他们多交流，争取他们的支持和理解，共同教育好学生。鼓励学生争当文明小标兵，养成讲文明，懂礼貌的好习惯。要限度地落实家庭教育与学校教育互相配合，使学校的礼仪教育从学校延伸到家庭。

相信，通过学校，家庭的共同努力，学生勤学、知礼，讲文明、懂礼貌的行为习惯会进一步养成，会把中华民族的优良传统进一步发扬光大。

**传承中华民族传统文化励志演讲稿**

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