# 最新民族风俗手抄报简单(通用8篇)

来源：网络 作者：心上花开 更新时间：2025-07-23

*在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。民族风俗手抄报简单篇一一到纳西族的精髓——丽江古城后，便闻到了一股木头的独特气味。这是古城两旁的民居散...*

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

**民族风俗手抄报简单篇一**

一到纳西族的精髓——丽江古城后，便闻到了一股木头的独特气味。这是古城两旁的民居散发出来的气味，这里的民居都是土木结构的“木楞房”，顶上是砖瓦。脚下的条石，经历了八百多年的风风雨雨，被磨得很光滑了。小路的旁边，总有一条很清澈的小溪缓缓流过。这便是纳西族人生活的地方。原生态的环境，你烦躁的心一定会平静下来。这里远离汽车的\'尘嚣，展现在你眼前的只有原始，安静，让人陶醉的古城。

古城的中心——四方街，墙壁上刻有许多象形文字，就是纳西文字，纳西族是迄今为止还在使用象形文字的民族。夜幕渐渐降临，在四方街的广场中央熊熊燃起一堆篝火，打跳马上要开始了。纳西族的居民们到一栋栋房子前叫唤人们，大家纷纷从楼里出来，参加这一次打跳。

一时间，音乐响起了，纳西族人们开始跳舞了。姑娘们穿着鲜艳的宽袖布袍和对襟长衫，腰间束着各色彩带，背披着羊皮，头上带一串白色的圆片，小伙子们穿着棉布衣，头戴毡帽，只见他们时而往前，时而往后，时而踢脚，时而挥手。他们手拉手围成一圈，绕着火堆欢快地跳着，每个人的脸上都洋溢着笑容。许多游客争先恐后地加入行列，圈子越围越大。我的脚也痒了，加入了欢快的打跳行列。刚开始，我那拙笨的舞步怎么也跟不上节拍，渐渐地我终于掌握三步一跺脚的技巧，我沉浸在欢乐的海洋中。

朋友，百闻不如一见，还是亲自去体验一下纳西族的独特风情吧！相信你也会像我一样喜爱这个热情友好团节的民族。

**民族风俗手抄报简单篇二**

南传上座部佛教，有史料可证的是约在7世纪中由缅甸传入中国云南地区。上座部佛教传入云南后，公元8世纪左右进入发展时期，10至15世纪进入鼎盛时期。最初经典只口耳相传。约在11世纪前后，泰润文书写的佛经经缅甸传入西双版纳，至傣文创制后始有刻写贝叶经文。临沧、普洱两地的上座部佛教，传入时间比西双版纳、德宏地区更晚。根据耿马县的史料记载，佛教传入耿马县的时间是公元1473年，是从缅甸掸邦传入的。上座部佛教传入景谷的时间大约是17世纪中期。

南传上座部佛教在云南地区形成很多教派，按其名称可分为润、摆庄、多列、左祗四派。西双版纳的大龙、景洪、罕等傣族地区流行的上座部佛教属于润派，润派是林居派，居住在山林中。僧人们带来了傣润文佛经，以后又建立塔寺，制订僧制。此后，润派佛教又传入德宏、临沧地区。此外，德宏、临沧地区还有多列、左抵两个派别，这两派原为林居，传入傣族地区后，改为村居，往往在村落或寨边。另有摆庄派，流行于德宏及保山地区的傣族中，这一派是从缅甸瓦城传入的。

由于小乘佛教主张男子在一生中要过一段脱离家庭的宗教生活，才能除苦积善，成为受教化的新人，成年后有社会地位，所以过去农村中佛寺很多，送子弟入寺为僧很普遍。特别是在西双版纳，未成年的男子几乎都要过一段僧侣生活，识字念经，然后还俗回家，有的就终身为僧。傣族的斋僧赕佛活动极为频繁，且很虔诚。由于村寨各户有共同负担寺院开支和僧侣生活的义务，加上其他宗教活动经费，约占农户农业收入的1/5，成为农民的沉重负担。新中国成立后，解除了不合理的宗教负担。

20世纪90年代以来，中国境内的傣族社会在宗教观念上出现了分化，老年人仍然按照宗教传统进行着宗教活动，而青年人的宗教观念则出现了明显的淡化，其重要表现之一为很多家庭已不再送孩子进佛寺当和尚，中青年人普遍认为读书比进寺更加重要。另一方面，青年人对于传统的宗教活动和礼教并不反对。

原始宗教信仰。

傣族还供奉自己村寨的社神，傣语称“丢拉曼”，也称“披曼”，是保护神，每年要祭祀两次，栽秧前为祈求丰收，秋收后为谢恩，要集体杀牛或猪一头，各家备贡品送入供奉社神的房内，待念完祭词后，大家共食。新加入社的成员，要用鸡、酒和腊肉条供奉社神。在勐海等地屠宰祭牲仍保留着剽牛和食牛皮的风俗。元江、新平等地的傣族，普遍崇拜龙树、龙神，元江江边傣族每年农历3月祭龙树时，全村要杀红牛，杀前在红牛身上用白灰画成花纹，还要在牛身上披红绿布。同月还要杀猪祭“天公地母”，以求保佑牲畜平安。

**民族风俗手抄报简单篇三**

傣族是一个盛产竹子的民族，所以除了竹筒饭，就连他们住的房子都是竹楼。之所以用竹子，是因为竹子可以防酷热和湿气。

如果你是阳历的4月13日至4月15日到傣族来游玩，那么你要小心啦，因为这是傣族在过新年——泼水节，所以稍不留神，就会成为“落汤鸡”!到了泼水节，傣族的男女老少就穿着节日的盛装，挑着清水，先来到佛寺浴佛，然后就开始互相泼水，你泼我，我泼你，一朵朵水花在空中盛开，它象征着吉祥、幸福、健康。

**民族风俗手抄报简单篇四**

人间四月天，春色满江南。今天由我来讲讲茅山庙会这一个传统的民俗。

茅山庙会，是传统民俗与春天的一场约会。农历三月十八日，具有两千多年的文明史的茅山古镇今天迎来了属于自己的节日，空气中到处都弥漫着节庆的气息，威风锣鼓，激扬茅山福地;龙腾狮舞，跃动古镇春风。来自周边城镇的老百姓们汇集一堂争相观望茅山庙会的盛况，颇有“平民狂欢节”之感。

追溯茅山庙会，约始于清乾隆年间，已有二百余年，今年是茅山有组织规划的第二十二届庙会，庙会虽然有些迷信色彩，但其目的是去集商贾，交流物资，供应春耕生产及人民生活所需用品，起到振兴经济，搞活市场的作用，另有文艺青年，发挥特长，化装表演，比赛娱乐，丰富群众的精神文化生活。

早晨八点，“哐哐哐”的锣声声解开了庙会的帷幕，威风凛凛的舞龙队率先登场，在空中飞舞翻腾的舞龙引得众人高声欢呼。这些舞龙队由各个乡镇组成，一般一个乡出两条龙，多则四条，舞龙由专门的船运送，到达茅山后被安置在当地的庙中，待到庙会正点，以旌旗、锣鼓、号角为前导，将舞龙从庙中请出来。龙身大多用竹扎成圆龙状，节节相连，外面覆罩画有龙鳞的巨幅红布，每隔五六尺有一人掌竿，首尾相距约莫有十数来丈长。龙前由一人持竿领前，竿顶竖一巨球，作为引导。舞动时，巨球前后左右四周摇摆，龙首作抢球状，引起龙身游走飞动。

舞龙穿过东岳庙，东岳庙会源于东岳大帝的原型——三茅真君的茅盈，他也是南方道教的创始人，每一条舞龙都在东岳大帝像前三叩头以示祈福，最终到达景德禅寺稍作歇息，等待下午一点的扫街。香客们跟随龙队进庙拜佛，寺庙里摩肩接踵，人烟鼎沸，漫天的烟雾让人恍如仙境。而由千年古刹之称的景德禅寺更是香烟缭绕，梵鸣悠长，大雄宝殿也在今日举行上梁仪式。寺内卧佛殿、藏经楼、方丈室上梁和山门殿已经重修完毕，对外开放，卧佛殿最为热闹，造价大约一亿的卧佛由缅甸进口的玉石雕琢而成，重约6吨，他静静地接受来往香客的膜拜，聆听他们的心声，潜心修行拜佛的老奶奶穿着藏青的法袍在卧佛殿外等待，满眼的虔诚和期待，满身的坦然和灵气。

来自兴化的淮剧团在景德禅寺里搭台表演，老百姓们为了看得清楚，早早地就用条凳占上了地方，茅山号子那嘹亮的唱腔和急促的节奏穿过天空，站在老远就能听见，柔软缠绵的舞蹈，天真可爱的小朋友同台演绎，给台下的老百姓提供了一台充满欢声笑语的视觉盛宴。

下午一点，舞龙汇合，组成一条百米龙队，环绕茅山镇游行扫街。舞龙的用意，概括起来不外乎几条：一为祈雨祈福，二为娱神娱己，三为彰显力量，四为兴旺人丁。龙队前面有一人敲乱棒锣，以示紧急，继由马皮清路。马皮是当地人请来的巫师，在社祭前进行扫街，以驱除妖魔和邪气，马皮带领龙队穿过大街小巷的每一户人家，众人夹道欢迎，十多面颜色异同的彩旗，迎风招展，以助阵威，家家户户，秉烛焚香，燃放烟花鞭炮，以保来年平安吉祥。

放眼望去，是茅山浓厚的乡土风情让人陶醉，古镇老百姓在纳新同时不忘传承文化，刮面，扎香，自制的农具深受群众喜爱。在沿袭传统的同时也吸取新经验，谋求新发展，文化沟通的背后是经济的融合。所谓乱世的.黄金，盛世的古董，富裕起来的茅山人民，在政通人和的情况下，自发恢复茅山庙会，其目的是挖掘历史文化遗产，保护文化古迹，开发旅游经济，弘扬民族宗教文化，促进地方经济文化的发展，发展生产，繁荣经济，扩大市场，振兴茅山。

一座茅山，一方风水，拉动一方经济，也促进传统文化与现代文明的交融。

我们坚信福祉茅山!好运茅山!

讲到这里，大家都了解了茅山庙会的多少呢?

**民族风俗手抄报简单篇五**

56个民族，每一个民族都有自己的特色，我今天要介绍的是苗族和傣族的服饰。

苗族的服饰在各地各有其特点。黔西北、滇东北的苗族男子穿带有花纹的麻布衣服，肩披织有几何图案的羊毛毡；其他各地苗族男子一般都穿对襟或左大襟的短衣。下穿长裤，束大腰带，头缠青色长巾，冬天脚上多缠裹绑腿。古代苗族男子都蓄长发，挽椎髻于头顶，插木梳或发针，戴耳环、手镯、项圈等饰物。至清代末期，他们已不再蓄发挽椎髻，有的改梳长辫子。各地区苗族妇女服饰差异较大，式样约几十种之多，但大多数地区妇女穿大领对襟短衣和长短不同的百褶裙，有的长及脚面，有的短至腿根，仅七、八寸长。湘西，贵州松桃、凯里，广西大苗山，湖北宣恩等部分地区苗族穿大襟右衽上衣，下着宽脚裤。湘西苗族的上衣无领，衣袖和裤脚绣有宽大花边，头缠格子布或青布头巾，戴耳环、项圈、手镯等饰物。苗族妇女的头饰式样繁多，挽髻于头顶，配上各种式样的包头帕，有的包成尖顶、圆顶，有的把头发绕在支架上高竖于头顶上，别具风格。她们的盛装以黔东南独具特色，把银饰钉在衣服上成“银衣”，头上戴着形如牛角的银质头饰，高达尺余。

傣族。

各地傣族男子的服饰差别不大，一般都比较朴实大方，上身为无领对襟或大襟小袖短衫，下着宽腰无兜长裤净色长裤，多用白色、青色布包头，有的戴毛呢礼帽，天寒时喜披毛毯，四季常赤足。这种服装在耕作劳动时轻便舒适，在跳舞时又使穿着者显得健美潇洒。保留着古代“衣对襟”、“头缠布巾，喜挂背袋、带短刀”的特点，但衣料已很少再用自织“土布”。中山装和西装，已成傣族青壮男子的时装。近年来出现了有领对襟或大襟的小袖衫，头巾改为水红色、绿色、粉红色的绸子，裤子依旧。

苗族和傣族都有不同的地方，很有特点。

**民族风俗手抄报简单篇六**

“五十六个民族五十六支花，五十六组兄弟姐妹是一家……”正如这首歌中所唱中国是一个多民族的国家。

打开中国的地图，把视线对准中国的大西北，将视线锁定最美丽、最富饶、最宽广的那块土地，慢慢的接近它，来看看我们新疆的维吾尔族吧。

维吾尔族是中国北方的一个古老民族，“维吾尔”是维吾族的自称，是“团结”或“联合”的意思。维吾尔族是新疆的主体民族，遍布全疆，大部分居住在天山以南的喀什、和田、阿克苏等地州，天山以北的伊犁地区和其他各地州也都分布有维吾尔族人，据一九九八统计表明，全疆有维吾尔族1600万人，占总人口的47%，人口居全疆各少民族第一。

任何人都需要饮食，维吾尔也不例外，但他们吃的与我们则截然不同。

馕、是他们最重要的食物，他们有句话叫做“可以一日无菜，不可一日无馕。”可见馕对他们有多么重要，他们通常吃的有：芝麻馕、肉馕、片馕、芝麻馕、瓜子馕和窝窝馕。它们的馕，是中外文明的食物，所以必定会有不可思议之处，最大的馕是艾克曼馕，直径有半米，最小的是托克西馕，比饼干还要小些。

除了馕，烤肉也是他们的著名食物，至于肉类嘛，他们与我们喜爱的也截然不同，我们主要吃的是猪肉和鸡肉，他们主要吃的是牛肉和羊肉，架上烤炉，一会儿、金灿灿、香喷喷的烤肉，咬上一口，足以让你终生难忘。

除此之外，维吾尔族还是个爱鸟的名族，据不完全统计新疆是鸟类资源十分丰富的地区，据统计，有鸟类动物达340多种，占全国鸟类动物的30%。由于新疆鸟类资源丰富，所以维吾尔族自古以来就有爱鸟的习俗。鸟，被看作是吉祥的动物，不许孩子伤害鸟类，也不食鸟肉，并有饲养“布勒”(百灵鸟)、金黄鹂、鸽子、环颈雉等嗜好，特别喜欢燕子等鸟类来庭院做窝，他们认为有鸟类来院中作客，是一种好兆头。为了招来各种鸟来院中“作客”，伊犁、喀什等地的维吾尔族，专门制作了各种小巧玲珑的木箱，这种木箱既可以防风，又可以防雨，里面放上草秆和羽毛，并挂在庭院的树上或屋檐下，有的还专栽一个高高的木杆，把木箱挂在杆顶，欢迎各种鸟类来“落户”，同时还备有各种“食品”“招待”。维吾尔族的院落喜欢房前种栽花草，房后种植各种果树。盛夏，来到他们的屋前，你便会看到百花吐艳，蝶飞蜂舞，而在他们的房后，置身于“桃李不离人左右，只闻鸟鸣在东西”的境地。

说了这么多，大家现在最关心的一定是维吾尔人服装的习俗吧，好那就让你们“一饱眼福。”

据伊斯兰教规定，妇女除手脚外，全身都是羞体，所以她们外出就要戴上盖头或面纱。戴面纱的妇女大都是受宗教影响较深或是宗教人士家庭的.妇女。他们认为，妇女必需深居简出，不愿意外人轻易窥见。男人若窥见陌生女子的面容，就被认为是件不吉利和不幸的事情。但是，也有人说蒙面纱的起源是古代阿拉伯一带风沙大，蒙上面纱可以保护妇女的面部和防止落上尘土，有利于卫生。

说了维吾尔姑娘的风俗，我们再来看看维吾尔的小伙子吧，维吾尔族男子多喜欢在腰间系一条腰巾，维吾尔语称为“波塔“。“波塔”是随着维吾尔族的服装——长袷袢而产生的。长袷袢即长外衣，这种外衣没有扣子也没有口袋，腰巾可以起到扣子和口袋的作用——在腰巾中携带一些东西和食品等。维吾尔族男子穿上长袷袢，系上腰巾，显得雄姿勃勃，精神抖擞。腰巾长短不等，长的可达2米多，可以在腰间缠几圈。也有方形腰巾，系时在腰间露出一个角，显得别有一番风度。

维吾尔族信仰伊斯兰教，至今保持着宗教礼拜的习俗。他们每天要做5次礼拜(妇女不做礼拜)，分别在黎明、中午、下午、黄昏和夜晚。平时礼拜一般在自己的家里做，也有到清真寺去做的。每周五午后在清真寺举行一次集体“主麻拜”。每年分别在肉孜节和古尔邦节举行两次会礼，并且在斋月的每个夜晚都要做礼拜。

在清真寺做礼拜是件严肃的事情，在进入大殿之前，必须脱鞋，不许擤鼻子、吐痰、放屁。参加礼拜的人必须戴帽子，面朝圣地麦加的方向跪在地毯或毡子上，由身着传统教服、头戴伊斯兰帽的伊玛目(教长)带领做站立、赞颂、鞠躬、叩头、跪坐等动作。然后聆听伊玛目宣讲教义。礼拜毕，大家相互问候之后，便一一离去。

百里不同风，千里不同俗，这句话说得真对，许多民族的风俗是与我们不同的，各种民族风俗丰富了我国的民族文化。

**民族风俗手抄报简单篇七**

中国有56个民族，每个民族都有自己的风俗民情。今天我要跟大家说说苗族的风俗。

苗族主要聚居于贵州省东南部、广西大苗山、海南岛及贵州、湖南、湖北、四川、云南、广西等省区的交界地带。

讲究真情实意，非常热情，最忌浮华与虚伪。主人路遇客人不抢走第一步，不走在前面；交谈中用敬语称呼；迎客要穿节日服装；对贵客要到寨外摆酒迎候；客人到家门，男主人要叫门，告知在家的女主人，女主人要唱歌开门迎客；在客人面前，女主人不登高上楼；宴会上以鸡、鸭待客为佳肴，以心、肝最贵重，要先给给客人或长者，客人则分给众人享用，次序是先长后幼。客人不要称主人“苗子”，他们喜自称“蒙”。

苗族十分注重礼仪。客人来访，必杀鸡宰鸭盛情款待，若是远道来的\'贵客，苗族人习惯先请客人饮牛角酒。吃鸡时，鸡头要敬给客人中的长者，鸡腿要赐给年纪最小的客人。有的地方还有分鸡心的习俗，即由家里年纪最大的主人用筷子把鸡心或鸭心拈给客人，但客人不能自己吃掉，必须把鸡心平分给在座的老人。如客人酒量小，不喜欢吃肥肉，可以说明情况，主人不勉强，但不吃饱喝足，则被视为看不起主人。

苗族的风俗是否别具风味？你知道哪些民族风俗，是不是也分享一下？

**民族风俗手抄报简单篇八**

在少数民族中同样盛行这祭月、拜月的风习。云南傣族在中秋之夜，盛行“拜月”风俗。傣族传说，月亮是天皇第三个儿子岩尖变的。岩尖是个英勇刚强的青年，他曾率领傣族人民打败过敌人，赢得了傣族乡亲的爱戴。后来，他不幸死后，变成了月亮，升向天空，继续发出柔和的月光，在黑暗中给傣族人民带来光明。每逢中秋节这天，小伙子一清早就带上火药枪上山打火雀、野鸡，猎取节日野味。姑娘、媳妇们忙着到湖边，池塘里抓鱼。他们都忙着准备节日的晚餐。老阿妈则忙着舂糯米，做大小不同的食物，四只桌角上各放一个糯米圆饼，每个饼上插一炷冷香。待到月亮从山林上空一升起来，就点燃冷香，全家大小开始“拜月”。然后，对空鸣放火药枪，以示对英雄岩尖的敬意。最后，全家老小欢乐地围坐在小方桌旁，品尝食物，谈笑赏月，尽兴方散。

鄂伦春人祭月时在露天空地放上一盆清水，摆上祭品，然后跪在盆前，向月叩拜;土族人用盆盛清水，将月亮的倒影受到清水盆中，然后，人们不停地用小石子打盆中的月亮，俗称“打月亮”。

广西西部壮族的“祭月请神”活动更典型，每年夏历八月中旬，有的就在中秋夜，人们在村头村尾露天处，设一供桌，供放祭品和香炉，桌子右边树一高约一尺的树枝或竹枝，象征社树，亦作月神下凡与上天的梯子，这里保存了古老的月亮神话因素。整个活动分为：请月神下凡，由一名或两名妇女作为月神的代言人;神人对歌;月神卜卦算命;歌手唱送神咒歌，送月神回天四个阶段。

蒙古族“追月”。中秋之夜，蒙古族人爱做“追月”的游戏。人们跨上骏马，在银白色月光下，奔驰在草原上。他们朝西放马奔驰，月亮由东方升起，坠落天西方。执着的蒙古骑手，不到月亮西下，“追月”不止。藏族“寻月”。西藏一些地区的藏族同胞欢度中秋的习俗是“寻月”。是日夜晚，男女青年和娃娃们，沿着河流，跟着倒映水中的明月，把周围河塘中的月影措遍，然后回家团圆吃月饼。

赫哲族“祭月”。在我国东北的赫哲族聚居地，每逢中秋佳节，人们要采葡萄、祭月。相传是为了纪念一个聪明、勤劳的赫哲族媳妇。她受不了婆婆的虐待，跑到江边向月亮求救。最后终于奔到了月亮上。

德昂族“串月”。云南潞西的德昂族青年男女，每逢中秋月明高挂，分外明亮的时候，山头塞尾，不时传来一阵悠扬动听葫芦笙，男女青年在一起“串月亮”倾诉衷情。有的还通过“串月亮”送宾榔、送茶订下婚约。

文档为doc格式。

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