# 最新端午节演讲稿分钟内容(汇总11篇)

来源：网络 作者：青苔石径 更新时间：2024-06-02

*演讲中的抑扬顿挫，相当于音乐中的节奏，音乐需要节拍，演讲也需要节拍，你应该让你的演讲充满节奏感，节奏就是你口头表达进度的度量。演讲的直观性使其与听众直接交流，极易感染和打动听众。下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。端午节演讲稿分...*

演讲中的抑扬顿挫，相当于音乐中的节奏，音乐需要节拍，演讲也需要节拍，你应该让你的演讲充满节奏感，节奏就是你口头表达进度的度量。演讲的直观性使其与听众直接交流，极易感染和打动听众。下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

**端午节演讲稿分钟内容篇一**

农历五月初五，是中国最有特色的日子----端午节。端午节是为纪念伟大诗人屈原所定的节日。

每到端午节这一天，我们家家户户都会包棕子，用新鲜的竹叶来缚棕，里面放有配料，分有咸粽子和甜粽子两种口味。甜粽子有豆沙、枣泥;咸的呢，就是咸肉啊!烧鸡、蛋黄、绿豆、叉烧等材料。包好的粽子放在一个锅里煮，等粽子熟了以后，会闻到淡淡的竹叶香，清香四溢，弥漫整个厨房……。解开扎绳，剥开粽子叶。甜粽子里藏着红红的粽肉，咸粽子里白白的粽肉都升腾着蒸汽，散发着一种特有的蒸棕香。最爱吃甜食的我深爱的还是枣红般的甜粽子。

端午时节，家里包了一大把粽子，总要送亲戚朋友一大包，一大包的。其他人也用自家包的粽子作为谢意送给我们。

在我的家乡也有在端午节划龙舟的习俗，在端午节这一天各村都会组织一次小型的“龙船”比赛。家家户户身强力壮的男人都要参加，女的靠一边，只有观看的份儿。五六条窄窄的，瘦长的舟子，前头是一个大大的龙头。十多个人坐在一起，奋力地划桨前进，力争第一个到达终点。尽管下着雨儿，船上的人淋得遍体湿透，分不清是汗还是雨，但是这点是不要紧的。在这关键时刻，赢了比赛才重要。

村里的“龙船”太小儿科啦!对我来说一点也不过瘾。要看还是电视直播的，地地道道的龙舟赛。长长的龙船上坐满了肌肉鼓鼓的大汉。中间是鼓手，前头的人呐喊助威，声势震天。细雨霏霏，江水涌涌，男儿尽显勇敢，坚强本色。

故乡的端午节哟，你给了我多少喜悦和欢乐啊!端午粽飘香，龙舟响当当，好事成双双!端午节流露出的是地道故乡情，是一种古老的传统，是对诗人屈原的爱国精神一种钦佩，赞颂。吃着正宗的家乡粽子，看着精彩的家乡龙舟赛，心里头别有一番滋味。

**端午节演讲稿分钟内容篇二**

亲爱的同学们：

大家好！

农历五月初五是中国的传统节日——端午节。人们会通过赛龙舟、包粽子、喝雄黄酒等形式来来纪念一颗不朽的灵魂——屈原。

据《史记》\"屈原贾生列传\"记载，屈原，是春秋时期楚怀王的大臣。他倡导举贤授能，富国强兵，力主联齐抗秦，遭到贵族子兰等人的强烈反对，屈原遭馋去职，被赶出都城，流放到沅、湘流域。在流放中，他写下了忧国忧民的《离骚》、《天问》、《九歌》等不朽诗篇，独具风貌，影响深远。公元前278年，秦军攻破楚国京都。屈原眼看自己的祖国被侵略，心如刀割，但是始终不忍舍弃自己的祖国，于五月五日，在写下了绝笔作《怀沙》之后，抱石投汨罗江身死，以自己的生命谱写了一曲壮丽的爱国主义乐章。

屈原死后，楚国百姓非常哀痛，纷纷涌到汨罗江边去凭吊屈原。渔夫们划起船只，在江上来回打捞他的身体。有的渔夫拿出饭团、鸡蛋等食物丢进江里，希望鱼龙虾蟹吃饱了，不会去咬屈大夫的身体了。有的拿来一坛雄黄酒倒进江里，希望晕倒蛟龙水兽，以免伤害屈大夫。后来怕饭团为蛟龙所食，人们想出用楝树叶包饭，外缠彩丝，发展成为粽子。

郭沫若评价屈原为\"伟大的爱国诗人\"。他开浪漫主义诗歌之先河，创立了\"与天地兮同寿，与日月兮同光\"的楚辞文体；发明了香草美人传统。他奔流肆意的想象，源源不绝的才情，似河流汇聚成海一般，浩瀚无垠。我国文最长的抒情诗——《离骚》，就是他集毕生心血所成的作品。

屈原死了已有2300年了，今天我们来纪念他，主要是学习他爱祖国爱人民、坚持真理、宁死不屈的\'精神和他\"可与日月争辉\"的人格。屈原作为一个改革家，他的政治理念，他的改革期望，都因当时客观残酷的社会条件而失败了。但作为一个伟大的爱国者、思想家和文学家，他却成功了。\"举世皆浊我独清，举世皆醉我独醒\"是他的气节，\"路漫漫其修远兮，吾将上下而求索\"是他的伟岸。他如菊的淡雅，如莲的圣洁，强大的精神力量，为后人颂扬，激励感染了无数中华儿女前行的脚步！

屈原的伟大，不仅是他刻骨铭心的诗句，更是他矢志不移的爱国精神，不与佞小人同流合污的高风亮节。五千年中华文明史少不了屈原，灿烂的中国文学史少不了屈原。

屈原的精神是不朽的。不管时光如何变迁，他永远上生活在岁月的长河里，永远铭记在人们的心中！

谢谢大家！

**端午节演讲稿分钟内容篇三**

大家都知道农历五月初五是端午节吧!在我家，奶奶总会忙着包粽子。

早几天，奶奶就会去超市买来糯米和粽叶，然后把粽叶放锅里煮一下，再捞出来用刷子刷干净，等到端午节那天就可以拿来包粽子了。

端午节那天，我和妈妈还在睡梦中，奶奶就在喊包粽子了。只见奶奶准备了好几种馅儿，有蜜枣，豆豆，猪肉，我最喜欢吃蜜枣了，妈妈则喜欢吃什么都不加的白粽子。“动手吧!”奶奶说。我和妈妈相视一笑，因为妈妈是第一次包粽子，我吗肯定不会包的了。但还是跟奶奶学学，试一试才知道会不会吗!

我和妈妈各自拿起粽叶，按奶奶所教的\'一步一步来。因为是初次包粽子，妈妈笑着说：“怎么搞得，看起来简简单单的，做起来手比脚还笨呢!”我听了，看了看妈妈手里那不成形的粽子，哈哈大笑起来，和我的差不多吗!要角没角，太太难看了。奶奶则鼓励我们：“第一个不行，第二个肯定会有进步的。”就这样，妈妈倒是一个包的比一个好，而我还是没学会。

**端午节演讲稿分钟内容篇四**

尊敬的老师们，同学们：

早上好！

同学们，你们能列举出我国的传统节日吗？

6月25日（农历五月初五）是今年的端午节。端午节是我国传统的节日的代表。它的历史可追溯到春秋战国时期，至今已有两千多年。端午还被称为端阳、重午、女儿节、龙日等。

民间纪念端午节的风俗很丰富，较普遍的庆祝形式有赛龙舟、吃粽子、挂艾草等等。每一项端午习俗背后都蕴涵着深厚的文化内涵留存着独特的文化记忆。

传统节日是一个民族的身份证和文化标签。然后，当我们的生活被高科技元素充斥时，人们也多多少少冷落了传统节日，丢失了对文化传统的记忆。

谢谢大家。

**端午节演讲稿分钟内容篇五**

大家好！今天我要跟大家分享一个很有趣的节日——端午节。

“端午”二字，起源于旧时人们用木片写的“节日名称”，音译成了现在的“端午”。这个节日源远流长，大约可以追溯到三千多年前商朝的贵族们祭祀先人、祈求平安的传统。后来，这个节日逐渐演变成了龙舟竞渡、食粽子、挂艾叶等习俗，成为了历史文化与民俗风情交融的节日。

说到端午节，我们第一个想到的就是那香喷喷的粽子。我相信大家都知道，粽子是端午节时必不可少的.传统食品之一。粽子有很多种味道，有咸的、甜的、香的、辣的等等。我最爱的是咸肉粽，把糯米包裹着肥嫩的猪肉，慢慢地一口一口品尝，香气溢满了整个口腔，美味极了。

此外，端午节还有一个相当有趣、有刺激的活动——龙舟竞渡。据说这项活动也有着非常深厚的历史渊源。在古代，人们相信龙神可以保佑他们免受疾病与灾祸的侵袭，于是就有了龙舟竞渡。这项活动不仅考验着参赛者的速度和体力，还考验他们的团队协作能力。大家一起划桨，一齐维持节奏，竞逐着胜利，这种气氛真是非常的热闹、非常的欢乐。

但是，最有趣的仍然是我们自己动手编织手工艺品，比如挂艾叶。挂艾叶的习俗是为了驱邪避瘟疫，形式包括编挂艾叶、插艾、熏艾、喝艾汤等等。在这个过程中，我们可以体验制作艾叶的过程，也能深刻地感受到古人对抗疫病的求生意愿。

和其他一些传统节日相比，端午节的意义更加深远。它不仅代表着丰收、祈福，也代表着团结、友爱和信仰。我们在这个节日里，既可以感受到美味佳肴带来的快乐，又可以体验到团队合作的力量，更能够体悟到中华传统文化的博大精深。

总之，端午节是一种积极向上的节日文化，我们要珍惜这个传统节日，同时也要加深对端午节的了解和体验。让我们一起传承中华文化，共同祝愿祖国繁荣昌盛！

谢谢大家！

**端午节演讲稿分钟内容篇六**

你们好！

我叫xxx是xxx学校初三的学生。很荣幸来参加这次演讲比赛。今天我想为大家介绍一下中国的传统节日——端午节。

端午节为每年农历五月初五，又称端阳节、五月节等等，是夏季的一个驱除瘟疫的节日。

关于端午节的由来有很多种说法，最广为人知的当是战国时期楚国爱国诗人屈原的故事了。据说，屈原投江后，当地百姓马上划船捞救，一直行至洞庭湖，始终不见屈原的尸体。那时，恰逢雨天，湖面上的小舟一起汇集在岸边的亭子旁。当人们得知是为了打捞屈原时，再次冒雨出动，争相划进茫茫的洞庭湖。为了寄托哀思，人们荡舟江河之上，此后才逐渐发展成为龙舟竞赛。百姓们又怕江河里的鱼吃掉他的身体，就纷纷回家拿来米团投入江中，以免鱼虾糟蹋屈原的尸体，后来就形成了吃粽子的习俗。于是，端午节也就慢慢地被后人沿袭了下来。

端午节的时候，南北方的习俗也不太相同。北方人喜欢在这一天吃粽子和鸡蛋。而南方人则会在门上挂上艾草、菖蒲等来驱除毒气和不祥之物。有些地方，人们还会在端午节这一天喝雄黄酒以驱虫解毒！

端午节最盛大的活动莫过于赛龙舟了。龙舟，与普通的船不太相同，一般都是用木头雕成的，然后涂上彩绘。船尾大多数也是用整块木头雕制，上面刻着鳞甲。赛龙舟前，先要请龙、祭神。正式开始时候，现场锣鼓喧天，人声鼎沸，气氛十分热烈。

除了赛龙舟，不同的地区都有不同的过节方式。在这里我也就不一一列举了。

虽然我已经说了很多，但这也只是端午节的一小部分，如果你感兴趣，那就亲自去中国体验一下吧！

我的演讲结束了

谢谢大家！

**端午节演讲稿分钟内容篇七**

你们好！

我叫xx是xx学校初三的学生。很荣幸来参加这次演讲比赛。今天我想为大家介绍一下中国的传统节日——端午节。

端午节为每年农历五月初五，又称端阳节、五月节等等，是夏季的一个驱除瘟疫的节日。

关于端午节的由来有很多种说法，最广为人知的当是战国时期楚国爱国诗人屈原的故事了。据说，屈原投江后，当地百姓马上划船捞救，一直行至洞庭湖，始终不见屈原的尸体。那时，恰逢雨天，湖面上的小舟一起汇集在岸边的亭子旁。当人们得知是为了打捞屈原时，再次冒雨出动，争相划进茫茫的洞庭湖。为了寄托哀思，人们荡舟江河之上，此后才逐渐发展成为龙舟竞赛。百姓们又怕江河里的鱼吃掉他的身体，就纷纷回家拿来米团投入江中，以免鱼虾糟蹋屈原的尸体，后来就形成了吃粽子的习俗。于是，端午节也就慢慢地被后人沿袭了下来。

端午节的时候，南北方的习俗也不太相同。北方人喜欢在这一天吃粽子和鸡蛋。而南方人则会在门上挂上艾草、菖蒲等来驱除毒气和不祥之物。有些地方，人们还会在端午节这一天喝雄黄酒以驱虫解毒！

端午节最盛大的活动莫过于赛龙舟了。龙舟，与普通的船不太相同，一般都是用木头雕成的，然后涂上彩绘。船尾大多数也是用整块木头雕制，上面刻着鳞甲。赛龙舟前，先要请龙、祭神。正式开始时候，现场锣鼓喧天，人声鼎沸，气氛十分热烈。

除了赛龙舟，不同的地区都有不同的过节方式。在这里我也就不一一列举了。

虽然我已经说了很多，但这也只是端午节的一小部分，如果你感兴趣，那就亲自去中国体验一下吧！

我的演讲结束了

谢谢大家！

**端午节演讲稿分钟内容篇八**

各位老师、亲爱的同学们：

大家早上好！

今天我国旗下的主题是《端午节的由来》

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20xx多年前战国时期的楚国。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，跳进了泪罗江。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。

同学们，屈原因为热爱祖国、关心百姓疾苦而受到人们的爱戴。当我们津津有味地吃棕子、观看赛龙舟时，不要忘记20xx多年前那位爱国大诗人——屈原。

让我们怀着敬爱之心和珍爱之情来看待中华这一传统佳节吧！提前祝大家端午节快乐！

**端午节演讲稿分钟内容篇九**

亲爱的老师、同学们：

大家好！

端午节为每年 农历五月初五，又称端阳节、午日节、五月节等；端午节是中国汉族人民纪念投汨罗江的爱国诗人屈原的传统节日，更有吃粽子，赛龙舟，挂菖蒲、蒿草、艾叶，薰苍术、白芷，喝雄黄酒的习俗。

粽子的种类非常多呢，如果按照地域分的话，大致有南，北之分。 另外，就是包粽子的叶子的种类，也有南，北之分。

粽子的南北之分：

南方因为盛产竹子，就地取材以竹叶来缚粽。一般人都喜欢采用新鲜竹叶，因为干竹叶绑出来的粽子，熟了以后没有竹叶的清香。

而北方人呢，就习惯用苇叶来绑粽子。苇叶叶片细长而窄，所以要用两三片重叠起来使用。

就口味而言，北方的粽子以甜味为主，南方的粽子甜少咸多。

因为是周日，所以妈妈在家也忙着包粽子。准备了很多材料，最主要的是粽叶、糯米，还有不同种类的“馅”，有蜜枣、豆沙、红豆、鲜肉、花生米，最后就是扎粽叶的线。

**端午节演讲稿分钟内容篇十**

今天我在国旗下的演讲题目是：纪念屈原，过端午节。

众所周知，农历五月初五是端午节。那么端午节是怎么来的呢?端午节又称端午，“端”与“初”的含义相同，所以“端午”又称为“初五”。端五中的\"五\"又和\"午\"相通，根据地支顺序来推算，五月刚好是\"午\"月。因为午时又有为\"阳辰\"的说法，因此端五也叫做\"端阳\"。此外，端午节还有许多其他的名称，例如夏节、浴兰节、女儿节、诗人节等等。

端午节有那么多别称，间接解释了端午节习俗的起源，事情也是如此。关于端午节的起源，现在至少有四五种说法，例如纪念屈原说、恶月恶日驱避说、吴越民族图腾祭说、起于三代夏至节说等等。

迄今为止，对端午节起源最有影响的说法是纪念屈原。在民俗文化领域，端午节的主要习俗为赛龙舟。相传，古代楚国的人们因为不舍得贤惠大臣屈原投江而死，于是人们纷纷划船去救他。在他们追到洞庭湖的时候去不见了屈原的踪影。后面，人们在每年五月初五这一天，通过划龙舟来纪念屈原。

端午节吃粽子是中国人民的另一个传统习俗。粽子，又称\"筒粽\"、\"角黍\"，它有着悠久的历史和诸多花样。每年5月初，中国家家户户都会泡糯米、洗粽叶、包粽子，其花色品种也是多种多样。吃粽子的习俗在中国已经流行了几千年，并传到了韩国、日本和其他东南亚国家。

**端午节演讲稿分钟内容篇十一**

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

五月初五，汨罗江边，你——屈原，内心充满矛盾，充满无奈，你是多么希望能够报效国家，为国捐躯，可是天妒英才，不识人才得大王不给你机会，他昏庸无能，把大好江山毁于一旦，你被眼睁睁地看着国土被一次次侵蚀，直到再无楚国存在。大江彭湃，汹涌着向东流去，你的心随着这江水那样起伏不定，江水流逝了多少沧桑，楚国已不复存在，而你更感到前路茫茫。

“长太息以掩涕兮，哀民生之多艰!”你轻轻地哀叹，眼角间流下难以掩饰的泪水，一滴滴那么晶莹，发出多么柔弱的泪光，苍白的脸色中，勾住过往，遥望蓝天长长地哀叹一声，无奈的吟唱起一句句诗歌，歌声响彻天地，似乎想激起高高在上的人的“仁义”。

悲哀的声音中，表达了你对国家、对人民的热爱之情;表达了你怀才不遇的无奈心情;表达了你对人民处于水深火热中的哀怜之情!但不管你如何大声，可“伯乐”却不知在何处，你的一腔热血只能演变成满腹悲愤。你无奈，发出千叹万哀都言不了你那悲痛的心情!

汨罗江边，大风狂吹，江水更加汹涌，愤怒地拍打着江岸，一男子轻轻一跃，就此殉身。

你，就是这一跃。从此，大地上就少了一个伟大的爱国诗人;从此，中国传统节日中就多了一个。你可知，就在你殉身之后，有多少人为你而泪流满面，直至今日，仍有多少人为你感概不已。

你那可歌可泣的爱国情怀让我们赞叹不已，身为炎黄子孙的我们一定会继承和发扬你的爱国精神。从你殉身的那一日，“赛龙舟”便出现了，和“吃粽子”一起成为端午节的特色，和你一起成为中国的传说。为了什么呢?为了纪念你——一位伟大的爱国诗人，和缅怀你的爱国精神!

一本《离骚》，使中华文化增添了新的活力;一个端午节，使中华民族拥有传奇的一面;一种爱国情怀，更使中华人民的情操更高尚!而这一切，都是源自你——屈原。

或许在你投江之前，你为自己无法救黎民于水深火热之中，而感到遗憾，但是我想你现在知道你为中华民族的人民做了那么多事，一定会感到很欣慰。

我为你而骄傲，又为你而悲哀。骄傲的是我们有这样一位伟大的爱国诗人而自豪;悲哀的是时代的背景让你的才华无法施展，正所谓“千里马”常有，而“伯乐”却不常有，你是何其不幸地遇到这样的“主”啊!

今天，我们仍然过着这，为的是纪念一位伟大的爱国诗人——屈原!

我的演讲完毕，谢谢大家!

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn