# 元宵节的来历与习俗5则范文

来源：网络 作者：琴心剑胆 更新时间：2024-07-03

*第一篇：元宵节的来历与习俗正月十五是传统节日元宵节，也是大年的最后一天，而在这样一个日子里，自然有很多需要注意的东西。下面是小编给大家整理的元宵节的来历与习俗，欢迎大家借鉴与参考，肯定对大家有所帮助。元宵节的来历与习俗元宵节是汉文帝刘恒上...*

**第一篇：元宵节的来历与习俗**

正月十五是传统节日元宵节，也是大年的最后一天，而在这样一个日子里，自然有很多需要注意的东西。下面是小编给大家整理的元宵节的来历与习俗，欢迎大家借鉴与参考，肯定对大家有所帮助。

元宵节的来历与习俗

元宵节是汉文帝刘恒上台后，为了庆祝消灭诸吕、恢复刘姓执政而将正月十五定为元宵节的。文帝是汉高祖刘邦的第二个儿子，他当了皇帝，深感创造太平盛世不容易，就把平息诸吕之乱的正月十五日定为庆祝性节日，元宵就是元夜、元夕，是一年的第一个月圆之夜，定为元宵节合乎人们的愿望，也让人感到吉祥如意。这一夜京城不实行霄禁，百姓可以自由上街观灯游玩。

元宵节的习俗

元宵节传统食俗为吃元宵，意味团圆、吉祥，意在祝福全家团圆和睦，在新的一年中康乐幸福。不管南方北方，到了正月十五这一天，都要合家团聚吃元宵。“元宵”这种食品名称，出现于宋末元初，是因为人们习惯在上元节之夜吃它的缘故。元宵又叫“圆宵”、“圆子”，南方常叫“汤圆”、“水圆”，宋人因见其煮熟后浮于水中，称之为“浮圆子”。南宋周必大《平国续稿》记云：“元宵煮浮圆子，前辈似未曾赋比……”《岁时杂记》曰：“煮糯为丸，糖为噪，谓之圆子。”其制法是以各色果饵和蜜糖为馅，用糯米粉团包裹起来搓成圆球，置水中煮熟而食。圆子与耍狮、舞龙的球一样是月亮的象征物，食圆子含有祭月、赏月的意味。同时，元宵圆子跟中秋之月饼一样，含有家人团圆的意味。周必大《元宵浮圆子》诗云：“星灿乌云里，珠浮浊水中。今夕是何夕，团圆事事同。”1913年，袁世凯因元宵与“袁消”谐音。似于己不利，便下令改元宵为“汤圆”，沿用至今。元宵的品种和吃法。北宋下在烧沸的水中，配以白糖、蜜枣、桂花、桂圆等物。南宋时开始有了中间包糖的“乳糖圆子”。其后，元宵馅又有甜、咸之分。桂花、果仁、芝麻等制作;咸馅多为荤馅，单包肉或肉蔬合包。元宵大多以水煮食，但也有油炸食用的，《卢氏杂说》里的“油炸追子”其实就是一种油炸元宵。今天，元宵的吃法就更加丰富了，不少人甚至开始了中西结合吃法，比如巧克力就已成为元宵馅之一。

吃元宵的象征

“元宵”作为食品，在中国也由来已久。宋代，民间即流行一种元宵节吃的新奇食品。这种食品，最早叫“浮元子”后称“元宵”，生意人还美其名曰“元宝”。古时“元宵”价格比较贵，有一首诗说：“贵客钩帘看御街，市中珍品一时来。帘前花架无路行，不得金钱不得回。”

正月十五吃元宵，元宵即“汤圆”以白糖、玫瑰、芝麻、豆沙、黄桂、核桃仁、果仁、枣泥等为馅，用糯米粉包成圆形，可荤可素，风味各异。可汤煮、油炸、蒸食，有团圆美满之意。陕西的汤圆不是包的，而是在糯米粉中“滚”成的，或煮司或油炸，热热火火，团团圆圆。

**第二篇：元宵节的来历、习俗、灯谜**

元宵节的来历：

农历正月十五是元宵节。又称上元节、元夜、灯节。相传，汉文帝（前179—前157年）为庆祝周勃于正月十五勘平诸吕之乱，每逢此夜，必出宫游玩，与民同乐，在古代，夜同宵，正月又称元月，汉文帝就将正月十五定为元宵节，这一夜就叫元宵。司马迁创建《太初历》，将元宵节列为重大节日。隋、唐、宋以来，更是盛极一时。《隋书·音乐志》日：“每当正月，万国来朝，留至十五日于端门外建国门内，绵亘八里，列戏为戏场”，参加歌舞者足达数万，从昏达旦，至晦而罢。当随着社会和时代的变迁，元宵节的风俗习惯早已有了较大的变化，但至今仍是中国民间传统节日。元宵节的习俗：吃汤圆、猜灯谜、赏花灯、踩高跷、舞狮子

灯谜：

铁公鸡(打一成语)——一毛不拔爱好旅游(打一成语)——喜出望外

盲人摸象(打一成语)——不识大体蜜饯黄连(打一成语)——同甘共苦

会计(打一成语)——足智多谋逆水划船(打一成语——力争上游

快刀斩乱麻(打一成语——迎刃而解翘翘板(打一成语)——此起彼落

遇事不求人(打一成语)——自力更生脱粒机(打一成语)——吞吞吐吐

四通八达(打一成语)——头头是道一块变九块(打一成语)——四分五裂

节日的焰火(打一成语)——五彩缤纷乖(打一成语)——乘人不备

相声(打一成语)——装腔作势逆水划船(打一成语)——激流勇进

伞兵(打一成语)——从天而降兔子请老虎(打一成语)——寅yín吃卯mǎo粮

照相底片——颠倒黑白平原门下客三千——胜友如云

桁héng(打一成语)——行将就木圆寂(打一成语)——坐以待毙

哑巴打手势(打一成语)——不言而喻仙乐(打一成语)——不同凡响

零存整取(打一成语)——积少成多初一(打一成语)——日新月异

暗中下围棋(打一成语)——皂白不分并重(打一成语)——恰如其分

八十八(打一成语)——入木三分超好牙刷(打一成语)——一毛不拔

打边鼓(打一成语)——旁敲侧击感冒通(打一成语)——有伤风化

鲁达当和尚(打一成语)——半路出家皇(打一成语)——白玉无暇

举重比赛(打一成语)——斤斤计较纸老虎(打一成语)——外强中干

美梦(打一成语)——好景不长农产品(打一成语)——土生土长

无底洞(打一成语)——深不可测

**第三篇：端午节习俗与来历**

端午节的习俗与来历

篇一：端午节的来历和习俗

端午节的来历和习俗

农历五月初五端午节，是我国最大的传统节日之一。端午亦称端五，“端”的意思和“初”相同，称“端五”也就如称“初五”；端五的“五”字又与“午”相通，按地支顺序推算，五月正是“午”月。又因午时为“阳辰”，所以端五也叫“端阳”。五月五日，月、日都是五，故称重五，也称重午。

关于端午节的来历，时至今日至少有四、五种说法，诸如：纪念屈原说；吴越民族图腾祭说；起于三代夏至节说；恶月恶日驱避说，等等。迄今为止，影响最广的端午起源的观点是纪念屈原说。在民俗文化领域，我国民众把端午节的龙舟竞渡和吃粽子都与屈原联系起来。传说屈原投江以后，当地人民伤其死，便驾舟奋力营救，因有竞渡风俗；又说人们常放食品到水中致祭屈原，但多为蛟龙所食，后因屈原的提示才用楝树叶包饭，外缠彩丝，做成后来的粽子样。

端午节的习俗主要有：吃粽子于门上插艾或菖蒲驱邪，系长命缕，饮雄黄酒或以之消毒，赛龙舟等等。粽子又叫“角黍”、“筒粽”，前者是由于形状有棱角、内裹粘米而得名，后者顾名思义大概是用竹筒盛米煮成。端午节吃粽子，在魏晋时代已经很盛行。这种食品是在每年端午和夏至两个节日里食用。

賽龙舟，是端午节的主要习俗。相传起源于古时楚国人因舍不得贤臣屈原投江死去，许多人划船追赶拯救。他们争先恐后，追至洞庭湖时不见踪迹。之后每年五月五日划龙舟以纪念之。借划龙舟驱散江中之鱼，以免鱼吃掉屈原的身体。竞渡之习，盛行于吴、越、楚。其实，“龙舟竞渡”早在战国时代就有了。在急鼓声中划刻成龙形的独木舟，做竞渡游戏，以娱神与乐人，是祭仪中半宗教性、半娱乐性的节目。

后来，赛龙舟除纪念屈原之外，在各地人们还付予了不同的寓意。

江浙地区划龙舟，兼有纪念当地出生的近代女民主革命家秋瑾的意义。夜龙船上，张灯结彩，来往穿梭，水上水下，情景动人，别具情趣。贵州苗族人民在农历五月二十五至二十八举行“龙船节”，以庆祝插秧胜利和预祝五谷丰登。云南傣族同胞则在泼水节赛龙舟，纪念古代英雄岩红窝。不同民族、不同地区，划龙舟的传说有所不同。直到今天在南方的不少临江河湖海的地区，每年端节都要举行富有自己特色的龙舟竞赛活动。

清乾隆二十九年（1736 年），台湾开始举行龙舟竞渡。当时台湾知府蒋元君曾在台南市法华寺半月池主持友谊赛。现在台湾每年五月五日都举行龙舟竞赛。在香港，也举行竞渡。此外，划龙舟也先后传入邻国日本、越南等及英国。1980年，赛龙舟被列入中国国家体育比赛项目，并每年举行“屈原杯”龙舟赛。1991 年 6 月 16 日（农历五月初五），在屈原的第二故乡中国湖南岳阳市，举行首届国际龙舟节。在竞渡前，举行了既保存传统仪式又注入新的现代因素的“龙头祭”。“龙头”被抬入屈子祠内，由运动员给龙头“上红”（披红带）后，主祭人宣读祭文，并为龙头“开光”（即点晴）。然后，参加祭龙的全体人员三鞠躬，龙头即被抬去汩罗江，奔向龙舟赛场。此次参加比赛、交易会和联欢活动的多达 60余万人，可谓盛况空前。尔后，湖南便定期举办国际龙舟节。赛龙舟将盛传于世。

端午节的故事

纪念屈原

此说最早出自南朝梁代吴均《续齐谐记》和北周宗懔《荆楚岁时记》的记载。据说，屈原于五月初五自投汨罗江，死后为蛟龙所困，世人哀之，每于此日投五色丝粽子于水中，以驱蛟龙。又传，屈原投汨罗江后，当地百姓闻讯马上划船捞救，一直行至洞庭湖，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。当人们得知是打捞贤臣屈大夫时，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。看来，端午节吃粽子、赛龙舟与纪念屈原相关，有唐代文秀

《端午》诗为证：“节分端午自谁言，万古传闻为屈原。堪笑楚江空渺渺，不能洗得直臣冤。”

端午节插菖蒲艾草的传说

话说唐朝僖宗年间，黄巢领兵造反，所到之处，杀人甚多。老百姓对黄巢有很多误解，只要一听见黄巢来了，就急急忙忙地逃难。

这一年五月，黄巢的军队攻进河南，兵临邓州城下，有一天，黄巢骑马到城外勘察地形，只见一批批老弱妇孺涌出城外，他看见一个妇人背着包袱，一手拉着一个年纪小的男孩，另一只手却抱着一个年纪较大的男孩。黄巢感到很奇怪，就下马问道：“大嫂，你急急忙忙要到哪里去?”那妇人回答：“听说黄巢的军队就要攻进邓州了。城里的男人都被征调去守城，我们这些老老小小，不如早些逃命。”

黄巢又指着小孩问她：“你为什么手牵小的，却怀抱大的呢?”那妇人就说：“怀里抱的，是大伯家唯一的活口。手里牵的才是我亲生的儿子。万一情况危急时，我宁可丢掉自己的儿子，也得为大伯家留下这根独苗。”

黄巢听了，深受感动，就对那妇人说：“大嫂，好，你快快回去，用菖蒲和艾草插在门口，这样，黄巢的军队就不会伤害你了。”

妇人听了，将信将疑，不过她还是回到城里，把这个消息传了出去。第二天，正是五月初五端阳节，黄巢的军队果然攻下了邓州城，只见城里家家户户门上都挂着菖蒲、艾草。为了遵守对那位妇人的承诺，黄巢只得无可奈何地领兵离去，因而全城得以幸免于难。

为了纪念这件事，此后每到端午节，人们就在门上插菖蒲、艾草，这个习俗一直流传到今天，而且从河南一直传到各地，几乎传遍整个中国。

端午节的对联

1、千载招魂悲楚仕

万人抚卷叹离骚

2、去秽除邪，千户门前悬虎艾

尊贤吊古，万人江岸喝龙舟

3、汨罗沉没一流恨

湘楚长怀千古羞

4、难得钟情两遭流放离骚赋

惟怀义胆一佐报国厄运横

5、义报祖国放逐难泯诗人志

魂牵桑梓情爱唯倾荆楚山

6、包粽子，举国欢宴聚亲友，

赛龙舟，把酒吟诗慰圣贤

7、我为他哭屈落水

他为我辈壮升天

8、不畏汨罗河水深

甘冒东海浪涛激

9、时逢端午思屈子

每见龙舟想汨罗

10、应悬虎艾赛龙舟吃粽子

莫赋闲诗撒怨气叹屈公

篇二：端午节由来和习俗

课题：端午（加考前辅导）

教学目标：1、让孩子们了解民族文化，感受文化的魅力

2、复习观察法、写人、写事方法，与考试相结合教学重点：感受民族文化，感受快乐课堂

教学难点：复习观察法、写人、写事方法，与考试相结合教学用具：粽子，雄黄酒，艾叶

教学过程：

一、组织教学

1、点名

2、点评

二、导入

同学们，今天是什么节日呀？

今天，我们金笔作文的家人们就要在一起度过这个属于我们中国人的节日——端午节。关于端午节的来历和习俗，你知道多少呢？竖起你的耳朵听好了，端午节又叫端五节、端阳节、重五节、重午节、天中节、夏节、五月节、菖节、蒲节、龙舟节、浴兰节、粽子节、诗人节等，记住这些回家可以向你的家人炫耀炫耀！

端午节的习俗有哪些呢？我们这儿比较常见的是吃粽子，看看还有哪些习俗是你不知道的。女儿回娘家、悬挂菖蒲艾草、佩香囊、赛龙舟、荡秋千、给小孩子涂雄黄酒、饮用雄黄酒、吃咸蛋、吃粽子、吃时令水果。

今天，我们过端午节，也要来个正式一点的，大家一起来感受一下

咱们民族文化的魅力。

三、新授

（一）艾草

刚刚进教室的时候，大家有没有什么新发现？

传说艾草是神仙的宝剑。传说，在远古时候，水怪想淹一些地方用来做他的地盘，可是这样的想法被天上的神仙知道了，神仙怜悯地上的百姓，便想了一个方法。

神仙砍了艾草和菖蒲做成宝剑，先去找水怪决斗，在经

过了几天几夜以后，神仙终于胜利了。水怪答应神仙，只要是神仙的子孙，那它就不去侵犯，如果做不到，就让神仙做法砍死。神仙答应了，他们就说好，只要在墙上挂艾草和菖蒲的人家，那就属于神仙，没有的，那就归水怪所有。

到端午的时候，水怪乘着浪头来了。当浪来到一户户人家的屋檐下的时候，水怪总会看见这人家屋檐下挂着一束象宝剑一样的艾草和菖蒲，跑了许多的地方，只淹了一些没人住的空房子。最后，天黑了，水怪只好悻悻的回去了。

原来那天决斗后，神仙就把手中用来做宝剑的艾草和菖蒲洒到了人们住的房子上面，所以到了端午，才出现了这样的情景。后来，到了端午节的时候，人们就会在自己家的墙上挂一些艾草和菖蒲，来吓退水怪，以此来保存自己的房屋和财产。

同时，艾草也有杀菌除虫的功效。夏天到了。艾草正当时。六神也推出了艾草杀菌皂。艾草也是一种中药。

现在大家都知道端午节悬挂艾草的传说了，以后让你写民俗文化，应该不成问题吧！接下来，欢迎咱们的另外一位嘉宾登场„„

（二）涂雄黄酒

这就是出现在《新白娘子传奇》中的那壶神奇的雄黄酒，白素贞喝了此酒之后，便闪现了真身，吓得许仙两腿直哆嗦，以至于两腿一软晕倒了。

端午节之后，气温升高，炎炎夏日来临，蚊虫就开始猖獗了。给小孩儿的额头上用雄黄酒涂上一个“王”字，不但可以驱蚊虫，还可以像猛虎一样辟邪。今天，我们就来一个涂雄黄酒的仪式，听话的同学可以得到一个“王”字，老师会把对你的祝福融在里边，希望得到老师祝福的同学，都能在期末考试中向老虎一样凶猛，考出好成绩！（给孩子们涂，强调纪律）

（三）吃粽子

接下来，我们要进入另外一个重要的环节——粽子来了。爱国诗人屈原抱石跳汨罗江以后，百姓纷纷引舟竞渡去打捞，沿水招魂，并将粽子投入水中，以免鱼虾吃他的身体。这个习俗延续到今天，已经两千多年了。

我们金笔作文的同学跟别人都不一样，因为我们不仅听话，而且懂得观察。那我们拿到粽子第一件事是？观察？举起来？

（每个孩子一个粽子）用我们的身体的各个器官去感受去观察这颗粽子。

眼睛：1、一个个小巧玲珑的小粽子穿着一件件漂亮的绿色外衣，仿

佛是在参加一个盛大的节日舞会。

2、没有拆封的粽子被五花大绑地请到了课堂上，真可怜！

3、我的粽子外衣已经变成了深绿色，甚至有些发黄了，看来它在蒸锅里吃了不少苦头呢！

4、粽子是三角形的，像极了举世闻名的金字塔，又像是陪伴着我的三角板。同桌的粽子是四角形的，跟我的不一样，有一个角的粽子已经忍不住探出头来。

5、黄黄的苇叶上一条条深深的纹路，像一条条羊肠小道。

手：1、我刚拿到粽子的时候，一种黏黏的东西就沾到我的手上，让人感觉很不舒服。

2、粽子热乎乎的，应该是从蒸笼里出来不久吧。

3、粽子外边的苇叶硬硬的，还很粗糙，摸起来有点扎手。轻轻捏捏粽子，会感觉里边的粽子是软乎乎的，真想赶紧拆开把它吃掉。鼻子：1、刚拿到粽子，一股淡淡的苇叶的清香就钻进了我的鼻孔，紧接着，一股浓浓的迷香也飘进了我的鼻子里，惹得我肚子里的馋虫大脑我的五脏六腑。

2、甜甜的蜜枣味儿，我的这颗粽子是不是蜜枣粽呢？

嘴巴：1、舔上一口，舌尖从软软的黏黏的糯米上滑过，就像触摸到丝滑的丝绸。

2、打开粽子以后，里边可是大有文章啊，糯米、蜜枣、红豆应有尽有，小小的粽子里却装满了祝福。蜜枣象征生活甜甜美美，红豆象征红红火火，糯米象征吉祥如意、五谷丰登。

小小粽子里边有大乾坤啊，只要我们动用我们的器官去观察，就会有奇妙的事情发生。

老师把最真诚的祝福已经送给你们了，现在轮到你们表现了，把你们的祝福也送给老师吧。（让孩子给自己和在场的老师涂雄黄酒）

（四）带五彩绳

刚刚咱们是互相送出了祝福，接下来，咱们要把祝福带在身上，当当当当，要这些线干什么呢？待会儿每位同学都要把这五种颜色的绳子搓到一起做一条五彩绳，然后把它送给你在金笔作文的好朋友或者老师，在做五彩绳的时候把自己的祝福放进去，让带着你做的绳子的同学或者老师，能时时刻刻感受你送的祝福。

四、复习

同学们，今天我们大家不仅在一起度过了快乐的端午节，也获得了很多写作的素材，现在回想一下，从你进入这个教室开始，这个教室哪些人都做了哪些事，这些人或事如果让你写成作文，你会起个什么样的题目。

人：《有创意的老师》《我的好朋友》

事：《一堂有趣的课》《欢度端午节》《端午节的故事》《一件快乐的事》《一件有趣的事》《假如我是一个粽子》《民俗节日——端午节》《美好一刻》《舌尖上的美味》《美味三角粽》

物：《粽子》《粽子的新发现》

篇三：15-端午节的来历和习俗

端午节的来历和习俗

端午节是夏季的一个驱除瘟疫的节日。端午节是我国汉族人民的传统节日，这一天必不可少的活动逐渐演变为吃粽子，赛龙舟，挂菖蒲`蒿草、艾叶，薰苍术、白芷，喝雄黄酒。据说，吃粽子和赛龙舟，是为了纪念屈原，所以解放后曾把端午节定名为?诗人节?，以纪念屈原。至于挂菖蒲、艾叶，薰苍术、白芷，喝雄黄酒，则据说是为了避邪。?中国端午节?为国家法定节假日之一，并列入世界非物质文化遗产名录。历代有大量诗、词、歌、赋等文学作品传世。

端午节粽子

端午节（英文为 DragonboatFestival 或 DoubleFift(:端午节的习俗与来历)hFestival）又称为端阳节，为每年的农历 5 月初五日，在湖北、湖南、贵

端午赛龙舟活动

州、四川一带，端午节又分为大端午与小端午。小端午为每年农历五月初五，大端午为每年农历五月十五日。20XX年，6 月 14 日，6 月 15 日，6 月 16 日为法定放假日子。20XX年 6 月 16 日为端午节。

时至今日，端午节在中国人民中仍是一个十分盛行的隆重节日。国家非常重视非物质文化遗产的保护，20XX 年 5 月日，该民俗经国务院批准列入第一批国家级非物质文化遗

产名录。

20XX 年 9 月 30 日在阿联酋首都阿布扎比召开的联合国教科文组织保护非物质文化遗产政府间委员会会议决定：中国端午节成功入选《世界人类非物质文化遗产代表作名录》。

法定节日

《国务院关于修改〈全国年节及纪念日放假办法〉的决定》（20XX 年 1 月 1 日起施行）第二条规定，?全体公民放假的节日：„„（五）端午节，放假一天（农历端午当日）„„?据此，自 20XX 年开始，端午节正式列入国家法定节日。在文化逐渐多元、信息日益丰富的今天，端午节等中国传统节日面临着不少挑战。这迫切需要人们与时俱进，既要保持传统，又要适应当今人们需要。

名称由来

?端?字有?初始?的意思，因此?端五?就是?初五?。而按照历法五月正是?午?月，因此?端五?也就渐渐演变成了现在的?端午?。《燕京岁时记》记载：?初五为五月单五，盖端字之转音也。?

节日别称

据统计端午节的名称在我国所有传统节日中叫法最多，达二十多个，堪称节日别名之最。如有端五节、端阳节、重五节、重午节、天中节、夏节、五月节、菖节、蒲节、龙舟

节、浴兰节、屈原日、浴兰节、午日节、女儿节、地腊节、诗人节、龙日、午日、灯节、五蛋节等等。纪念屈原的节日！

端阳节

据《荆楚岁时记》载，因仲夏登高，顺阳在上，五月正是仲夏，它的第一个午日正是登高顺阳天气好的日子，故称五月初五为?端阳节?。

重午节

午，属十二支，农历五月为午月，五、午同音，五、五相重，故端午节又名?重午节?或?重五节?，有些地方也叫?五月节?。

天中节

古人认为，五月五日时，阳重人中天，故称这一天为?天中节?。

浴兰节

端午时值仲夏，是皮肤病多发季节，古人以兰草汤沐浴去污为俗。汉代《大戴礼》云：?午日以兰汤沐浴?。

解粽节

古人端午吃粽时，有比较各人解下粽叶的长度、长者为胜的游戏，故又有?解粽节?之称。

女儿节

明沈榜《宛署杂记》：?五月女儿节，系端午索，戴艾叶，五毒灵符。宛俗自五月初一至初五日，饰小闺女，尽态极研。出嫁女亦各归宁。因呼为女儿节。?

端礼节

在湘南地区沿古俗，于在在夏日来临之时的?五月初五?，在门上挂艾叶，用艾叶洗澡驱蚊的一个洗礼。人们认为经过洗礼，可以驱走疟疾，能够安全的渡过这个夏日多蚊的季节。

菖蒲节

古人认为?重午?是犯禁忌的日子，此时五毒尽出，因此端午风俗多为驱邪避毒，如在门上悬挂菖蒲、艾叶等，故端午节也称?菖蒲节?。

佩饰

旧时江浙一带端午时妇女的一种饰物。一般用金银丝或铜丝金箔做成，形状为小人骑虎，亦有另加钟、铃、缨及蒜、粽子等的。插在妇女发髻，也用以馈送。《清嘉录》云：?(五月五日)市人以金银丝制为繁缨、钟、铃诸状，骑人于虎，极精细，缀小钗，贯为串，或有用铜丝金箔者，供妇女插鬓。又互相献赉，名曰健人。?健人一说与艾人同意，只是以帛易艾，吴曼云《江乡节物词〃小序》云：?杭俗，健人即艾人，而易之以帛，作骆虎状，妇人皆戴之，?似此则当有驱邪辟疫之作用；一说即古时的步摇，纯为妇女装饰品(蔡云《吴献》注)。儿童头上还会用雄黄酒画上一个?王?

豆娘，旧时端五节妇女的头饰。多见于江南。一些地区

亦称作健人。此物一说源于古代的步摇，一说即艾人的别样

形式。《清嘉录》引《唐宋遗纪》云：?江谁南北，五日钗头彩胜之制，备极奇巧。凡以缯销翦制艾叶，或攒绣仙、佛、合、乌、虫、鱼、百兽之形，八宝群花之类。绉纱蜘蛛，绮榖凤麟，茧虎绒陀，排草蜥蜴，又螳蜘蝉蝎，又葫芦瓜果，色色逼真。加以幡幢宝盖，绣球繁缨，钟铃百状，或贯以串，名曰豆娘，不可胜纪。?

艾虎，旧时端午节驱邪辟祟之物，也作装饰品。我国古代视虎为神兽，俗以为可以镇祟辟邪、保佑安宁。《风俗通》云：?虎者阳物，百兽之长也。能噬食鬼魅，„„亦辟恶?。故民间多取虎为辟邪之用，其中尤以端午节的艾虎为最具特色。艾虎或以艾编剪而成，或剪彩为虎，粘以艾叶，佩戴于发际身畔。端午节饰戴艾虎的风习已经有千年以上的历史。宋陈元规《岁时广记》引《岁时杂记》：?端午以艾为虎形，至有如黑豆大者，或剪彩为小虎，粘艾叶以戴之。王沂公《端午帖子》诗：‘钗头艾虎辟群邪，晓驾祥云七宝车’。?又清富察敦崇《燕京岁时记》：?每至端阳，闺阁中之巧者，用绫罗制成小虎及粽子„„以彩线穿之，悬于钗头，或系于小儿之背，古诗云：‘玉燕钗头艾虎轻’，即此意也。?

画额，端午节时以雄黄涂抹小儿额头的习俗，云可驱避毒虫。典型的方法是用雄黄酒在小儿额头画?王?字，一借雄黄以驱毒，二借猛虎(?王?似虎的额纹，又虎为兽中之王，因以代虎)以镇邪。清富察敦祟《燕京岁时记》：?每至

**第四篇：元宵节来历**

元宵节来历

元宵节来历：

元宵节的历史由来：元宵节是中国的传统节日，早在2024多年前的西汉就有了，元宵赏灯始于东汉明帝时期，明帝提倡佛教，听说佛教有正月十五日僧人观佛舍利，点灯敬佛的做法，就命令这一天夜晚在皇宫和寺庙里点灯敬佛，令士族庶民都挂灯。以后这种佛教礼仪节日逐渐形成民间盛大的节日。该节经历了由宫廷到民间，由中原到全国的发展过程。在汉文帝时，已下令将正月十五定为元宵节。汉武帝时，“太一神”的祭祀活动定在正月十五。（太一：主宰宇宙一切之神）。司马迁创建“太初历”时，就已将元宵节确定为重大节日。

另有一说是元宵燃灯的习俗起源于道教的“三元说”；正月十五日为上元节，七月十五日为中元节，十月十五日为下元节。主管上、中、下三元的分别为天、地、人三官，天官喜乐，故上元节要燃灯。

元宵节习俗与礼物：

吃元宵

正月十五吃元宵，“元宵”作为食品，在我国也由来已久。宋代，民间即流行一种元宵节吃 的新奇食品。这种食品，最早叫“ 浮元子”后称“元宵”，生意人还美其名曰“元宝”。元宵即“汤圆”以白糖、玫瑰、芝麻、豆沙、黄桂、核桃仁、果仁、枣泥等为馅，用糯米粉包成圆形，可荤可素，风味各异。可汤煮、油炸、蒸食，有团圆美满之意。陕西的汤圆不是包的，而是在糯米粉中“滚”成的，或煮司或油炸，热热火火，团团圆圆。

观 灯

汉明帝永平年间（公元58--75），因明帝提倡佛法,适逢蔡愔从印度求得佛法归来，称印度摩喝陀国每逢正月十五，僧众云集瞻仰佛舍利，是参佛的吉日良辰。汉明帝为了弘扬佛法，下令正月十五夜在宫中和寺院“燃灯表佛”。此后，元宵放灯的习俗就由原来只在宫廷中举行而流传到民间。即每到正月十五，无论士族还是庶民都要挂灯，城乡通宵灯火辉煌。

元宵放灯的习俗，在唐代发展成为盛况空前的灯市，当时的京城长安已是拥有百万人口的世界最大都市，社会富庶。在皇帝的亲自倡导下，元宵灯节办得越来越豪华。中唐以后，已发展成为全民性的狂欢节。唐玄宗（公元685--762）时的开元盛世，长安的灯市规模很大，燃灯五万盏，花灯花样繁多，皇帝命人做巨型的灯楼，广达20间，高150尺，金光璀璨，极为壮观。

宋代，元宵灯会无论在规模和灯饰的奇幻精美都胜过唐代，而且活动更为民间化，民族特色更强。以后历代的元宵灯会不断发展，灯节的时间也越来越长。唐代的灯会是“上元前后各一日”，宋代又在十六之后加了两日，明代则延长到由初八到十八整整十天。

到了清代，满族入主中原，宫廷不再办灯会，民间的灯会却仍然壮观。日期缩短为五天，一直延续到今天。

灯在台湾民间具有光明与添丁的涵义，点燃灯火有照亮前程之意，且台语灯与丁谐音代表生男孩，因此往昔元宵节妇女都会刻意在灯下游走，希望“钻灯脚生卵葩”（就是钻到灯下游走，好生男孩）。

到了现代，元宵节仅仅就成为与家人团圆，一起吃元宵的节日。同时也慢慢延伸为春节的最后一天。很多人都在这一天送给父母礼物，与亲朋好友团圆。团圆的时候多少都会送亲朋好友一些礼物，那么现代人送礼都会选择烟酒茶等作为礼物，但是这种送礼难免会显得应付，敷衍，不够心意。那么如何才能让你的礼物显得有心意，变得高大上呢？

元宵节选礼物，首先要迎合节日习俗，中国人还是很讲究传统的，所以送些元宵之类的礼物。第二，最好选择与健康类有关的礼物，特别是跟自己最亲近或者你所求者的，要显得有心意，可以根据对方身体状况选择有心意的礼物。如果不了解，就选择一些有保健作用的功能饮品，比如好喝酒的人，送其解酒产品，家里有孩子，送些帮助孩子发育的产品，如果实在不好选择，送健康套装是最好不过的了。例如选择氨康源功能饮品，可以针对不同的人群选择不同的产品。也可选择其他品牌，但是氨康源品牌是小编认为性价比比较高，送礼比较合适的产品。

元宵节，是一个中国人民最重要的节日，吃元宵，看花灯，送礼物，已经成为我们在这个节日的习俗。传承着中国的传统文化，送出你最有心意的祝福。

**第五篇：“愚人节”的来历与习俗**

“愚人节”的来历与习俗

潍坊师范学校鞠贵芹

每年4月1日，是西方也是美国的民间传统节日——愚人节。这一天人们可以开各种各样的玩笑，可以撒善意的谎，“骗”与“被骗者”最后都以哈哈一笑了之。

关于愚人节的来历有不同的说法。一种说法认为，在中世纪时，多数基督教国家都根据儒略历，把4月1日定为新年节日来庆祝，这一天，人们要互赠礼物致贺。十六世纪末到十七世纪初，法国率先改革纪年法，首先采用格里历，即目前通用的阳历，把1月1日作为一年之始。但一些保守的人士旧俗难改，反对这种改革，依然按照旧历固执地在4月1日这一天送礼品，庆祝新年。这个“新年”，便成了一个虚假的节日。有些爱恶作剧的人，干脆有意地把礼物也变成虚假的，举办假招待会，并把上当受骗的人称为“四月傻瓜”或“上钩的鱼”。从此人们在4月1日便互相愚弄，成为西方流行的风俗。18世纪初，愚人节习俗传到英国，接着又被英国的早期移民带到了美国。

另一种说法则认为，愚人节起源于一个希腊神话传说。农业女神得墨忒尔，有一个聪慧美丽、活泼可爱的女儿佩尔塞福涅。在爱神的撺掇下，冥王哈得斯不可遏止地爱上了佩尔塞福涅并抢走了她。得墨忒尔发了疯般地寻找女儿，但众神慑于哈得斯的威力，或者闭口不谈，或者撒谎欺骗她，使她找遍了每一个角落都见不到女儿的踪影。后来在太阳神赫利俄斯的帮助下，她才得以见到女儿。在这个故事里，得墨忒尔是一个十足的“傻瓜”。她不知道爱神的把戏，不知道哈尔斯的阴谋，又屡屡受众神所骗。此后，人们便据这个传说设立了愚人节，以示劝诫。

不管愚人节究竟来自哪个故事，它都无可遏制地成为人们喜欢的节日；而且约定俗成了各种看似荒诞的风俗。有的地方，在这一天人们会组织家庭聚会，用水仙花和雏菊装饰房间，用布景法布置出象圣诞、新年一类的假环境，互相“圣诞快乐”或“新年快乐”。还有的地方是举办别开生面的鱼宴：纸板做的彩色小鱼请帖，餐桌上小巧的钓鱼竿，挂着一条小鱼，或是装满糖果的鱼篮，作为礼物送给客人，而后饱食一顿百鱼宴。还有一种做假菜的风俗。青青的菜叶下也许是一瓶鸡尾酒，红红的西红柿色拉下面却可能卧着大盒冰淇淋。

随着时间的推移，愚人节作弄人的手法，也是花样翻新，新意百出。不过愚人节最典型的活动还是大家互相开玩笑，用假话捉弄“愚人”。这一天，人们可以无所顾忌地设计恶作剧捉弄人，甚至报纸、电台也可以报道假新闻，被骗的人也不会生气，反而认为自己是最幸福最有好运的人。而且被骗者还被赋予了许

多可爱的称谓，诸如在苏格兰冠以“布谷鸟”之美名，法国人则俏皮地称之为“四月鱼”，可能是取其如四月小鱼，糊里糊涂地见饵就吞，容易上钩之意。节日是人类日常生活的精华，如一条条隔离带将冗长的、重复的日子，分成一个个“区域”，并通过一定的方式赋予它丰富美好的内涵，表现人们的情感需要在某种程度上体现了文化的民族传统与地域特色。试想，紧张劳动了一年的人们，终日蹙眉凝神的人们，一年中有这样一天可以放下所有的禁忌，如淘气的孩童般任性一回，不也是别一种幸福与轻松吗？

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找