

# 关于元宵节班会课



# 元宵节

每年农历的正月十五日，春节刚过，迎来的就是中国的传统节日——元宵节。

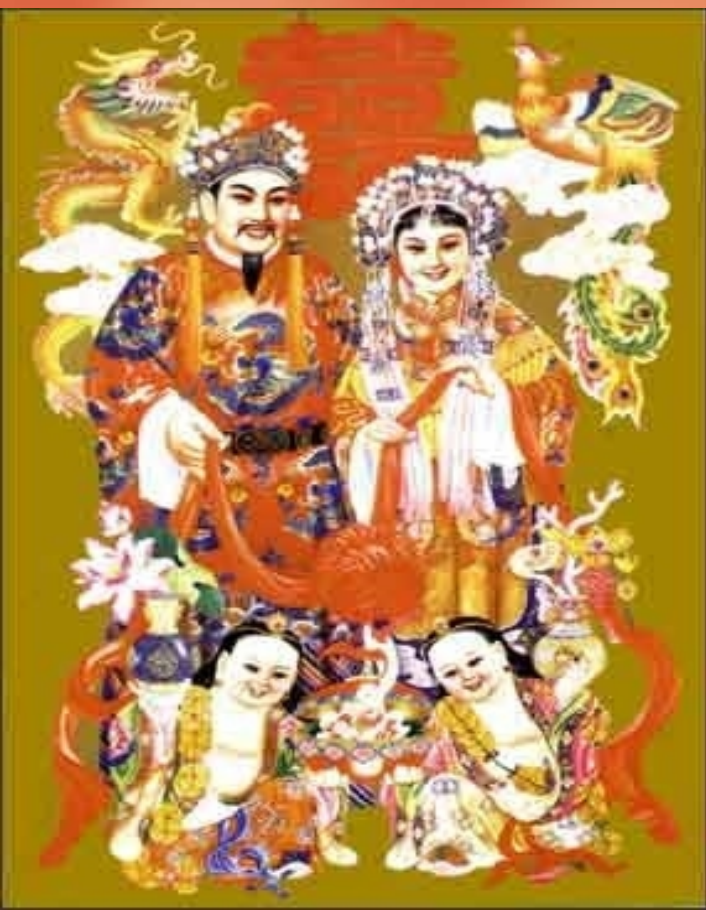
- ◆ 正月是农历的元月，古人称夜为“宵”，正月十五日是一年中第一个月圆之夜，所以称正月十五为元宵节。

# 一、元宵节的由来与传说

元宵节是中国的传统节日，早在2000多年前的西汉就有了，

元宵赏灯始于东汉，明帝提倡佛教，听说佛教有正月十五

僧人点灯敬佛的做法，就下令在皇宫和寺庙里点灯敬佛，以后这种佛教礼仪渐渐形成民间的盛大节日。由于它处在新的时间点上，人们用这一特殊的时间段来表达自己的生活愿望。



# 1、元宵节的典故

- ◆ 元宵节在中国已经有两千多年的历史，也称“元夕节”。按中国古代习惯，“元”指月亮正圆，一年之中有“三元”——正月十五为“上元”，七月十五为“中元”，十月十五为“下元”，故元宵节亦称为“上元节”。上、中、下三元分别主管天、地、人、三宫。



## 二、元宵节的习俗



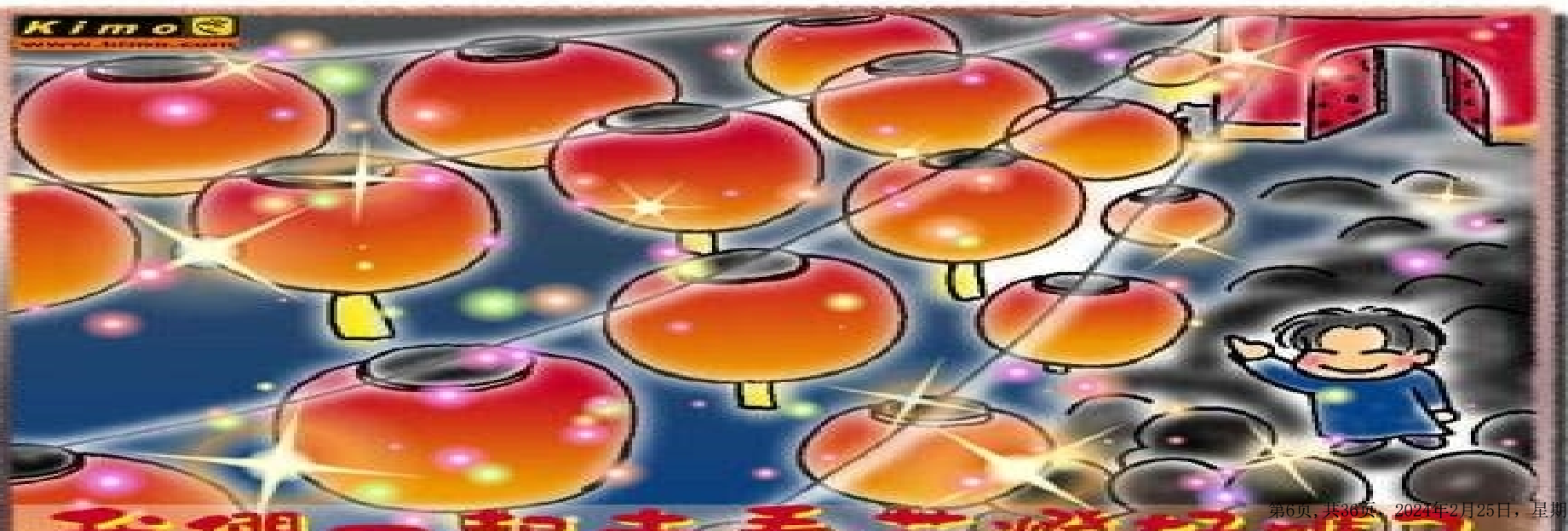
- ◆ 元宵节是中国的传统节日，全国各地都过。正月十五闹元宵，大部分地区的习俗是差不多的。在一元复始，大地回春的节日夜晚，天上明月高悬，地上彩灯万盏，人们观灯猜灯谜、吃元宵，成为世代相延的习俗。





## 习俗1、燃灯

- 元宵燃灯的习俗起自汉代。元宵节是名副其实的“灯节”，燃灯、观灯是这个节日的最主要的活动。由于灯象征美好、光明、喜庆和吉祥，经过历朝历代的传承，节日的灯式越来越多，有橘灯、绢灯、走马灯、孔明灯等等。





# 灯的传说

- ◆ 很久以前，一只神鸟因为迷路降落人间，被猎人射死了。天帝下令天兵于正月十五日到人间放火，把人类烧死。天帝的女儿不忍心百姓受难，把这个消息告诉了人们。一个老人家想出了在正月十四、十五、十六日，在家里挂红灯笼、点爆竹、放烟火的办法。正月十五这天晚上，天帝发觉人间一片红光，以为是燃烧的火焰，就走了。从此每到正月十五，家家户户都挂灯笼、放烟火来纪念这个日子。











## 习俗2、猜灯谜



灯谜是元宵节派生出来的一种文字游戏，出现在宋朝。将谜语贴在花灯上，供人们一边赏灯，一边猜迷，谜底多着眼于文字意义含义丰富。

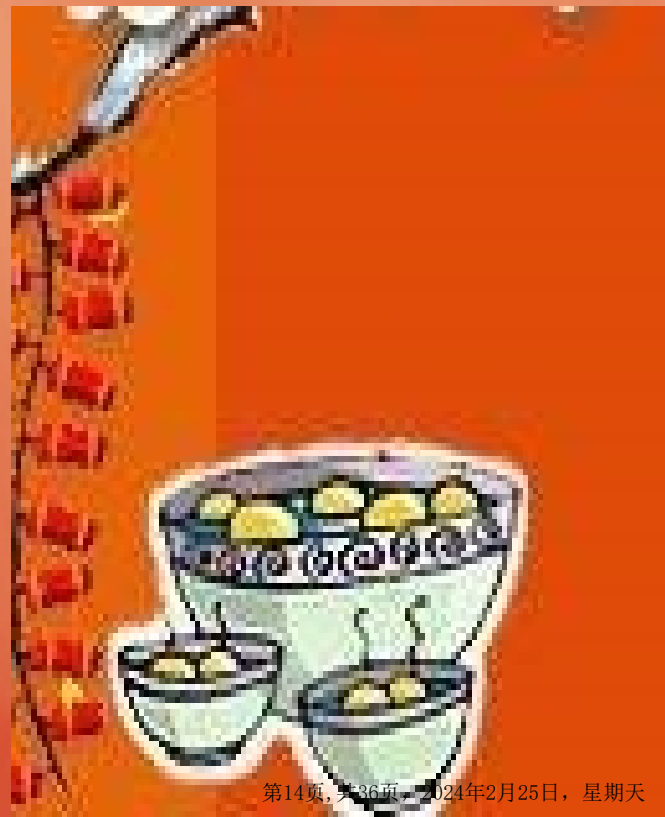
## 习俗3、吃汤圆

- ◆ 元宵节吃汤圆的习俗始于宋朝。北方叫元宵，南方称汤圆。意在祝福全家团圆和睦，在新的一年中康乐幸福。元宵由糯米制成，分实心和带馅两种。有香辣甜酸咸五味。可以煮、炒、油炸或蒸制。元宵汤圆和春节的年糕、端午节的粽子一样，都是节日食品。



# 汤圆的传说

- ◆ 宫女元宵想念父母，东方朔便想帮助她。他说火神君将用火烧城，而且最爱吃汤圆，正月十五晚上让元宵做汤圆供火神君，元宵因此见到了父母。由于元宵做的汤圆很好吃，人们就把汤圆叫元宵，把正月十五这天叫做元宵节。以后每到正月十五，人人都做汤圆。



## 习俗4、踩高跷



- ◆ 踩高跷是民间盛行的一种群众性技艺表演，早在春秋时已经出现，是我国古代百戏的其中一种。据说踩高跷这种形势，原来是古代人为了采集树上的野果来吃，给自己的腿上绑上两根长棍而发展起来的。

## 习俗5、舞狮子

- ◆ 舞狮子起源于三国时期，有南狮和北狮之分。狮子为百兽之尊，形象雄伟俊武，给人以威严、勇猛之感。古人将它当作勇敢和力量的象征，认为它能保佑平安，所以逐渐形成了在重大节日舞狮子的习俗。





# 三、元宵诗词



生查子 元夕

（宋）欧阳修

去年元夜时，花市灯如昼。  
月上柳梢头，人约黄昏后。  
今年元夜时，月与灯依旧。  
不见去年人，泪湿春衫袖。

# 猜灯谜



以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/858027133012006066>