# 走进春节习俗

来源：网络 作者：紫陌红尘 更新时间：2025-04-15

*第一篇：走进春节习俗走进中国春节一、调查目的了解春节习俗，对中国文化有进一步的了解。二、调查的基本情况春节是我国的传统的节日，也是我国最重要的节日，在春节期间，我国有很多的民俗。传统意义上的春节是指从腊月初八的腊祭或腊月二十三或二十四的祭...*

**第一篇：走进春节习俗**

走进中国春节

一、调查目的了解春节习俗，对中国文化有进一步的了解。

二、调查的基本情况

春节是我国的传统的节日，也是我国最重要的节日，在春节期间，我国有很多的民俗。传统意义上的春节是指从腊月初八的腊祭或腊月二十三或二十四的祭灶，一直到正月十五，其中以除夕和正月初一为高潮。这些活动均以祭祀神佛、祭奠祖先、除旧布新、迎禧接福、祈求丰年为主要内容。

三、调查内容

1、祭祀灶神：灶神，又称“灶神”，俗称“灶王爷”。每年腊月二十三或二十四返回大宫，玉皇大帝汇报情况。

除夕时分再返回人间。人们担心向玉皇大帝进谗言，所以再他去天宫的时候为他进行祭祀活动，希望他“上天言好事，下地保平安”。人们一般做好丰盛的大餐来祭祀希望祈求好运连连。

2．春联：（1）春联的来源：古代称“桃符”。据说，东汉王充《论衡o定鬼篇》中神荼、郁垒二神住在大桃树上，处理鬼魂。他们把为非作歹的恶鬼都喂老虎吃。因此，人们认为鬼害怕神荼、郁垒，也害怕桃树。于是每到过年的时候人们总在门口悬挂桃符或桃木人来趋鬼避邪保佑平安。（2）最早的春联：公元965年，后蜀皇帝孟昶在皇宫内门的桃符上写了：新春纳余庆，佳节号长春。这是我国已知最早的春联。此后春联成了春节最有代表性的民俗活动之一。

3、．年画：（1）门神画的来源：有三种说法。一说源于神荼、郁垒的神话传说，古人把二神像挂在门口驱鬼。一源于唐太宗命令秦琼、尉迟恭看门驱鬼，并把二将画在宫门上。一源于唐玄宗梦见钟馗为自己捉鬼，醒后命令画工把钟馗画在门上。（2）灶神画的来源：民间传说灶神在除夕从天宫返回人间，所以人们总在这时候买新的灶神画贴在门上，希望他能带来吉祥与幸福。

4、放鞭炮：（1）鞭炮，又名“爆竹”。新年钟声一落，大街小巷立刻鞭炮齐鸣，迎接新年到来。（2）爆竹的来历：据南朝梁代示懔《荆楚岁时记》记载?“正月一日，鸡鸣而起。先于庭前爆竹，以避山臊恶鬼。”意思是说，当时人在初一早上起床后先把竹子放在火里烧。竹子爆裂发出巨大的声响，就能吓跑怪兽与恶鬼，保护全家平安。大约到了唐朝，人们把竹筒里装上火药，点燃火药，发生爆响。后来，人们又用纸卷代替竹筒，就形成了和今天一样的鞭炮了。（3）鞭炮的种类：鞭炮有各种花样。宋代人把鞭炮稍加改进，又发明了烟花。烟花：又称“礼花”，“焰火”。它在爆炸时能发出极为绚丽的光芒。因而深受人们的喜爱。目前世界上许多国家都用烟花装点自己的节日夜空。

5、．舞狮子：白居易《西凉传》：假面胡人假狮子，刻木为头丝作尾。金镀眼镜银贴齿，奋迅毛衣摆双耳。如从流沙来万里，紫髯深目两胡儿。跳舞梁前来致辞，应似凉州未陷日。安西都护进来时。舞狮起原一南北朝朝代，即佛教兴起的时代。

6、．祭神祭祖：在传统的春节活动中，最重要的是祭神祭祖。迷信的家庭都设有专门的神龛，供奉各位神灵，同时还供奉有列祖列宗的牌位的画像。正月初一早上，人们恭敬地在神龛与祖宗牌位前献上供品，（其中包括刚刚煮好的第一碗饺子），点上香火。十分虔诚地感谢神明与祖宗在天之灵在过去一年对自己的保护并祈求他们保佑来年的幸福。

7．拜年：祭神祭祖之后，儿孙们开始向长辈亲人拜年。传统的拜年礼是向长辈亲人三叩首，现在大多已经改为三鞠躬。一边行礼，一边祝愿长辈身体健康，万事如意。长辈端坐，接受儿孙们的拜年以后，把一

个红包送给儿孙们。这就是“压岁钱”。一般作为孩子们春节期间的零花钱。其他亲戚之间则互相拜年，陆陆续续，可以持续很多天。朋友之间见面，则互道“恭喜发财”或“春节好”，以示庆贺。拜年活动体现了晚辈对长辈的尊敬孝敬孝顺；长辈对儿孙的慈爱关怀。亲戚朋友之间的拜年，也极大的促进了彼此感情的加深。所以自古以来，人们都十分重视拜年活动。宋代诗人戴复古《岁旦族党会拜》：“衣冠拜元旦，樽俎对芳辰。上下二百位，尊卑五世人。排门乔木古，照水早梅春。寒事将消歇，风光又一新。”把当时大家族二百多人互相拜年的活动写得有声有色。

8．人日：正月七日，又名“人日”。隋代诗人薛道衡《人日思归》入春才七日，离家已二年。人归落雁后，思发在花前。正月七日为什么称为“人曰”呢？这和中国古代神话有关。神话中说，神在初一创造了鸡，初二创造了狗，初三创造了羊，初四创造了猪，初五创造了牛，初六创造了马，初七创造了人，因此，初七是人类诞生的日子。于是，古人把这一天称?“人日”。为了纪念人类的诞生，南朝梁代每到人日的时候，人们就剪出彩色的纸人，贴在屏风上或戴在头上。用来象征人们在新的一年里，面貌焕然一新。到了唐代，人日剪纸的内容又有发展变化。唐代诗人余延寿《人日剪彩》：“闺妇持刀坐，自怜裁剪新。叶催情缀色，花寄手成春。贴燕留妆户，黏鸡待饷人。擎来问夫婿，何处不如真？”所剪内容包括红花绿叶，飞燕家禽。个个栩栩如生。这已经于现代民间的窗花十分相似了。

9、饺子：饺子是深受中国人民喜爱的传统特色食品，又称水饺，是中国北方民间的主食和地 方小吃，也是北方的年节食品。大年三十包饺子。是我国北方广大地区民间过年最重要的内容之一。年三十的饺子，由于是节日的重要内容，所以，还规定了许多规矩和约定俗成的习俗内容。这些习俗都是为了配合过年的气氛需要。有一句民谣叫大寒小寒，吃饺子过年。饺子是一种历史悠久的民间吃食，深受老百姓的欢迎，民间有“好吃不过饺子”的俗语。

四、结论与建议

改革开放三十年，中国在物质文明方面取得了长足发展，综合国力逐日增强，在世界经济一片萧条的情况下中国却能独领风骚。但传统民俗却日益淡出人们的视线，传统节日是我们珍贵的精神文化财富，也早已成为了我们文化中不可割舍的一部分。但我们的烟花燃放却给我们带来了巨大的危害，建议以其他方式来减少烟花的燃放。

五、附录 不同时期、不同地区、不同民族的习俗都不相同。每个民族都有自己独有的文化，希望大家可以了解各民族的文化，走进我们的中华文明之中。

**第二篇：春节习俗**

春节习俗

爆 竹

当午夜交正子时，新年钟声敲响，整个中华大地上空，爆竹声震响天宇。在这“岁之元、月之元、时之元”的“三元”时刻，有的地方还在庭院里垒“旺火”，以示旺气通天，兴隆繁盛。在熊熊燃烧的旺火周围，孩子们放爆竹，欢乐地活蹦乱跳，这时，屋内是通明的灯火，庭前是灿烂的火花，屋外是震天的响声，把除夕的热闹气氛推向了最高潮。历代的诗人墨客总是以最美好的诗句，赞颂新年的来临。王安石的《元日》诗： 爆竹声中一岁除，春风送暖人屠苏。千门万户瞳瞳日。总把新桃换旧符。

描绘了我国人民欢度春节盛大的喜庆情景，清代潘荣陛在《帝京岁时纪胜》一书中，对当时除夕爆竹作了如下记载：“除夕之次，子夜相交，门外宝炬争辉，玉珂竞响．而爆竹如击浪轰雷，遍乎朝野，彻夜不停。”《红楼梦》中也有描绘：“院子内安下屏架，将烟火设吊齐备，这烟火俱系各处进贡之物，虽不甚大．却极精致．各色故事俱全，夹着各色的花炮。说话之间．外面一色色的放了又放。又有许多\'满天星\'、\'九龙入云\'、\'平地一声雷\'、\'飞天十响\'之类的零星小炮仗。”从这也可以看到旧时新春燃放烟花的盛况。

爆竹声响是辞旧迎新的标志、喜庆心情的流露。经商人家．放爆竹还有另一番意义：他们在除夕之夜大放炮仗是为了新的一年大发大利。

大家放完爆竹回到屋里后的第一件事，就是拜天地、迎神、祭祀祖先。古时，这种礼俗很盛。因各地礼俗的不同，祭祖形式也各异，有的到野外瞻拜祖墓，有的到宗祠拜祖，而大多在家中将祖先牌位依次摆在正厅，陈列供品，然后祭拜者按长幼的顺序上香跪拜。南方人还在祭祖之后，查看历书上所载今年的吉利方向，燃灯笼火把，提壶挈酒，奉香鸣爆竹，开门出行，迎接喜神，称“出天方”或“出行”，浙江叫“出寻”，上海叫“兜喜神方”。此俗为趋吉、祈求神灵保佑一年百事顺遂。除夕守岁是整夜不睡、通宵达旦的。

春节早晨，开门大吉，先放爆竹，叫做“开门炮仗”。爆竹声后，碎红满地，灿若云锦，称为“满堂红”。这时满街瑞气，喜气洋洋。

春节期间，各街巷通衢里，大户人家悬灯结彩。街头巷尾，乡里材社，到处百艺杂陈，各献高技，热闹非凡乡间多延请戏班剧团演戏，还开展听道情、扭秧歌、唱花鼓及各式品种的娱乐嬉戏，也有舞狮子，耍龙灯等种种文体活动。人们欢天喜地，共庆新春

拜 年

拜年是中国民间的传统习俗，是人们辞旧迎新、相互表达美好祝愿的一种方式。古时“拜年”一词原有的含义是为长者拜贺新年，包括向长者叩头施礼、祝贺新年如意、问候生活安好等内容。遇有同辈亲友，也要施礼道贺。

拜年一般从家里开始。初一早晨，晚辈起床后，要先向长辈拜年，祝福长辈健康长寿，万事如意。长辈受拜以后，要将事先准备好的“压岁钱”分给晚辈。在给家中长辈拜完年以后，人们外出相遇时也要笑容满面地恭贺新年，互道“恭喜发财”、“四季如意”、“新年快乐”等吉祥的话语，左右邻居或亲朋好友亦相互登门拜年或相邀饮酒娱乐。宋人孟元老在《东京梦华录》卷六中描写北宋汴京时云：“十月一日年节，开封府放关扑三日，士庶自早相互庆贺。”明中叶陆容在《菽园杂记》卷五中说“京师元旦日，上自朝官，下至庶人，往来交错道路者连日，谓之\'拜年\'。然士庶人各拜其亲友多出实心。朝官往来，则多泛爱不专……”。清人顾铁卿在《清嘉录》中描写，“男女以次拜家长毕，主者率卑幼，出谒邻族戚友，或止遣子弟代贺，谓之\'拜年\'。至有终岁不相接者，此时亦互相往拜于门……。”

**第三篇：春节习俗**

春节风俗——正月初八谷日/顺星

正月初八谷日/顺星[春节习俗]

谷日

传说初八是谷子的生日。这天天气晴朗，则主这一天稻谷丰收，天阴则年歉。

[顺星]

民间以正月初八为众星下界之日，制小灯燃而祭之，称为顺星，也称祭星、接星。祭祀用两张神码，第一张印着星科、朱雀、玄武等，第二张是本命延年寿星君。二张前后撂在一起，夹在神纸夹子上，放在院中夭地桌后方正中受祀。神码前陈放着用香油浸捻的黄、白二色灯花纸捻成的灯花，放入直径寸许的灯盏碗，或用49盏，或用108盏，点燃。再供熟元宵和清茶。黄昏后，以北斗为目标祭祀。祭祀后，待残灯将灭，将神码、香根与芝麻秸、松柏枝一同焚化，祀成。

**第四篇：春节习俗**

春节风俗——腊月二十七/二十八

腊月二十七/二十八[春节习俗]

洗浴

传统民俗中在这两天要集中地洗澡、洗衣，除去一年的晦气，准备迎接来年的新春，京城有二十七洗疚疾，二十八洗邋遢的谚语。腊月二十六洗浴为洗福禄。

**第五篇：春节习俗**

春节习俗

在漫长悠久的历史岁月中，春节从萌芽到定型，不断发展，形成独具中华民族特色、丰富多彩的习俗。春节期间，我国的汉族和很多少数民族都要举行各种活动以示庆祝。这些活动均以祭祖敬老、感恩祈福、阖家团聚、除旧布新、迎禧接福、祈求丰年为主要内容，带有浓郁的民族特色。

昔日老北京曾有民谣：“小孩小孩你别馋，过了腊八就是年，腊八粥，喝几天，哩哩啦啦二十三；二

十三、糖瓜黏；二

十四、扫房子；二

十五、炸豆腐；二

十六、炖羊肉；二

十七、杀公鸡；二

十八、把面发；二

十九、蒸馒头；三十晚上熬一宿，大年初一扭一扭……”这民谣中列举的腊八粥、炸豆腐、炖羊肉等等，都是春节期间老北京的美食。

祭灶神

祭灶，是我国民间影响很大、流传极广的习俗。旧时，差不多家家灶间都设有“灶王爷”神位。传说他是玉皇大帝封的“九天东厨司命灶王府君”，负责管理各家的灶火，人们称这尊神为“司命菩萨”或“灶君司命”，被作为一家的保护神而受到崇拜。民谣中“二十三，糖瓜粘”，指的就是每年腊月二十三或二十四日的祭灶，有所谓“官三民四船家五”的说法，也就是官府在腊月二十三日，一般民家在二十四日，水上人家则在二十五日举行祭灶。

传说到了腊月二十三，灶王爷便要升天，向玉皇大帝禀报这家人一年的善恶，玉皇大帝根据灶王爷的汇报，再将这一家在新的一年中应该得到的吉凶祸福的命运交于灶王爷之手。送灶神的仪式称为“送灶”或“辞灶”，百姓供上红烛、糖瓜，以隆重的礼节送灶神上天，祈望灶神“上天言好事，下界降吉祥”。如今，农村很多地区还沿袭这种风俗。

扫尘

“二十四，扫尘日”。迎新首先要除旧。扫尘就是年终大扫除，北方称“扫房”，南方叫“掸尘”。在春节前扫尘，是我国民间素有的传统习俗。扫尘之日，全家上下齐动手，用心打扫房屋、庭院，擦洗锅碗、拆洗被褥，干干净净迎接新年。其实，人们借助“尘”与“陈”的谐音表达除陈、除旧的意愿。

贴春联

贴春联这种春节期间的活动从宋代开始盛行，每到过年时家家有贴春联的习俗。

春联，俗称“门对”，又名“春帖”，是对联的一种，因在春节时张贴，故称春联。春联的一个源头是桃符。最初人们以桃木刻人形挂在门旁以避邪，后来画门神像于桃木上，再简化为在桃木板上题写门神名字。春联的另一来源是春贴，古人在立春日多贴“宜春”二字。春联真正普及始于明代，与朱元璋的提倡有关。据史料记载，有一年过年前，朱元璋曾下令每家门上都要贴一副春联，以示庆贺。原来春联题写在桃木板上，后来改写在纸上。桃木的颜色是红的，红色有吉祥、避邪的意思，因此春联大都用红纸书写。

春联堪称中华民族独创的艺术奇葩，它以雅俗共赏的特性深受世代人民喜爱。有人曾这样概括春联：“两行文字，撑天柱地；一副对联，评古涵今。”贴春联，是重要的年节民俗。春节前夕，家家户户都要贴上红红的春联，一副副透着喜庆和热烈的春联表达了人们迎新纳福、企盼新生活的美好愿望。

贴年画

年画，和春联一样，起源于“门神”。随着雕板印刷术的兴起，年画的内容已不仅限于门神之类，而渐渐把财神请到家里，进而在一些年画作坊中产生了《福禄寿三星图》、《天官赐福》、《五谷丰登》、《六畜兴旺》、《迎春接福》等彩色年画，以满足人们喜庆祈年的美好愿望。因明太祖朱元璋提倡春节贴春联，年画也受其影响随之盛行开来。江苏苏州桃花坞、天津杨柳青和山东潍坊杨家埠，是我国三个重要的年画产地。民国初年，上海出现了将月历和年画二者结合起来的一种新形式，以后发展成为今天的挂历。

倒贴福字

在我国，人们往往用一个“福”字来表达对福运、福气、幸福的向往和追求。每当辞旧迎新的时刻，家家户户都要把“福”字贴在屋门上，意味着福气进入家门。许多地方还倒贴“福”字，利用“倒”与“到”的谐音，寓意“福到了”。除夕守岁踩岁

除夕是指一年最后一天的晚上，与春节首尾相连，是“一夜连双岁，五更分二年”的重要时刻。“除”是“去”的意思，除夕的意思就是“月穷岁尽”，表示旧岁至此而除，来年另换新岁。除夕之夜是年节的第一个高潮。守岁，俗称“熬年”，是从吃年夜饭开始。年夜饭是一年中最具家庭亲情、充满温馨祥和的家宴，此时，人们不仅享受着满桌佳肴，更享受着浓浓的亲情和节日的喜庆。年夜饭之后，除了年幼的孩子外，全家人开始守岁，共同辞旧迎新。在晋代就有除夕守岁习俗，南北朝时已很普遍，进入隋唐后守岁很盛行，宋代沿袭唐风更盛。另外，汉代已有除夕夜晚饮椒柏酒（用草药配制的药酒）以驱邪祛病的习俗，后世改为饮屠苏酒，王安石有诗“春风送暖入屠苏”。现如今，我国南方仍有年节时全家老小欢聚酣饮屠苏酒的风俗。

除夕夜，我国民间还要举行踩岁活动，即在院内将芝麻秆粘上用黄纸卷成的元宝形，攒成一捆，谓之“聚宝盆”。然后，全家人用脚将其踩碎，以“碎”谐“岁”，并借用芝麻开花节节高之吉祥寓意，祝愿家道兴旺，表达对新的一年的祝福和祈盼。如今踩岁习俗已被燃放鞭炮替代。

年夜饭

全家人在一起吃顿团圆饭是除夕的重要习俗。作为中国最重要的传统节日，春节是全家团圆的好机会，特别是随着很多人工作变得越来越忙碌，春节团圆的意义更大。除夕夜的团圆饭也叫年夜饭，根据宗懔《荆楚岁时记》的记载，至少在南北朝时已有吃年夜饭的习俗。以往都是家人一起动手，在家做上一顿丰盛的晚餐。如今，一些家庭为了避免麻烦，就直接将年夜饭的地点放到了饭店。无论在哪里吃，团圆的主题是不会变的。

压岁钱

除夕守岁之时，长辈要给晚辈压岁钱，也叫压胜钱。因为“岁”与“祟”谐音，长辈们希望压岁钱能驱邪免灾，保佑孩子平平安安。压岁钱寄托着长辈对晚辈的殷切希望和深情关爱，因此，同学们不要相互攀比压岁钱的数量，而应该注重它的情感价值。同时，要合理使用压岁钱，把它用在学习上或做一些有意义的事情。

放爆竹 中国民间有“开门爆竹”一说，即在新的一年到来之际，家家户户开门的第一件事就是燃放爆竹，以劈劈啪啪的爆竹声辞旧迎新。燃放鞭炮是中国节日的一种娱乐活动，可以给人们带来欢愉和吉利，在中国至今已有２０００多年历史。

据史料记载，最早的爆竹是用竹竿之类的易燃品制成的火炬。因为我国南方盛产竹子，这个习俗首先是从南方流行起来的。当竹子燃烧时，竹节里空气膨胀，引起竹腔爆裂，发出噼噼啪啪的响声，爆竹的名称也由此得来。大约到了唐代，人们把火药装在竹筒里点燃。宋代人们已经普遍使用内装火药的纸卷代替竹筒，也就是现在的炮仗了。

拜年

拜年，是春节期间的重要活动，它与除夕夜的团圆饭一样，是最能体现“年味”的春节习俗。在过去家庭拜年顺序为一拜天地，二拜祖宗，三拜高堂。一般大年初一晚辈给长辈拜年，祝愿长辈福如东海、寿比南山。新年后给亲戚拜年，一般的规矩是初一拜本家、初二拜岳家、初三拜亲戚。在同学、同事、朋友、合作者、邻里之间也 要相互拜年。在“过年好”的道贺声中，拉近了 春节团拜（《俊杰在位》）

所说，拜年“以联年谊、以敦乡情”。

心与心的距离，增进了人与人的感情。正如古语 春节团拜是我国古已有之的春节习俗。过去，拜年的人要围成一圈，以便互相看得见，不至于拜不到。现在，每年春节中共中央和国务院都要举行春节团拜会，届时党和国家领导人向全国各族人民、港澳同胞、台湾同胞以及海外侨胞拜年，并与各界人士欢聚一堂，辞旧迎新，共庆新春。如今，信息社会，拜年方式更加丰富多彩，传统的团拜、登门拜访依然沿袭，但电话拜年、短信拜年、网上拜年等新兴拜年方式也愈来愈时兴。这些方式虽然不如登门拜年直观、感性，但非常方便、高效，人们可以更随意、更恰当地把握拜年时间，适合现代人的生活观念和生活节奏，是古老的年节民俗与现代信息化生活方式相结合的产物。同时，短信拜年把拜年内容与优美诗意的文采、真诚幽默的情感巧妙精致地结合，内容极富个性，或轻松幽默、或充满情趣、或极富哲理、或谆谆教诲、或温馨浪漫、或真诚祝福，形成拜年民俗中一道靓丽的风景线。其实，不管过去、现在，还是未来，无论拜年形式怎么变化，发自人们内心的春节祝愿和祝福是永远不变的。

拜年是人们相互表达美好祝愿的一种方式 大年初一拜年中国民间大体有四种形式

逛庙会

逛庙会，是大多数中国人的春节情结，更是不可或缺的年俗。春节庙会最早是民间的宗教仪式，庙会之时，通常由僧人、道士做“法事”或“道场”以祭祀神佛，人们也要进香朝拜、许愿、还愿、求福。庙会期间，也少不了商贩叫卖、民间艺术表演。庙会上有许多历史悠久深受老百姓喜爱的传统项目，比如，舞狮、舞龙、扭秧歌、踩高跷、跑旱船等。

观社火

除了庙会，民间自演自娱的社火也是历史悠久的年节娱乐活动。社火源于古老的土地神与火神崇拜。社，即土地神；火，即火祖，是传说中的火神。在以农业文化著称的中国，土地是人们的立足之本，它为人类的生存发展奠定了物质基础。火，是人们熟食和取暖之源，也是人类生存发展必不可少的条件，远古人们凭着原始思维认为火也有“灵”，并视之为具有特殊含义的神物加以崇拜，于是形成了尚火观念。古老的土地与火的崇拜，产生了祭祀社与火的风俗。随着社会的发展，祭祀社火的仪式逐渐成为规模盛大，内容丰富，形式多样的民间娱乐活动。

中国结

中国结又称盘长结，每一个结都是从头到尾用一根红绳编结而成。中国结发源于远古时期，当时还没有文字，人们为了记住某些事情，在一根绳上盘上不同的结以示记忆，这就是“结绳记事”。当时，人们用这种方法除了记住生产和生活中的重要事情之外，还是年轻人用于表达爱情的物品。作为一种装饰艺术品，中国结给人以纯朴、吉祥的印象。它内含浓郁的民族乡土气息，外形又很雅致，既体现远古时代的神秘，又体现中国人的灵秀。因此，它很快成为人们在春节期间室内悬挂，或互相赠送的物件。优美的造型、古色古香的韵味给传统佳节增添祥和、吉利的气氛。

春节食俗

腊八粥

“腊八节”。这一天在中国民间有吃腊八粥的习俗。喝腊八粥在我国已有千年历史。

腊，在远古时代本是一种祭礼的名称，夏朝称“清祀”，殷商称“嘉平”，周朝时改称“腊”。“腊”是从“猎”字演变而来，故“腊”“猎”相通。因为一岁之终，农作物已收晒完毕，农闲了，人们便到野外猎取禽兽，用来祭祖先、敬百神，以祈福求寿、避灾迎祥，称之为“腊祭”。

南北朝时，农历十二月初八才被正式固定为“腊八节”，在这一天要祭祀祖先和神灵，祈求丰收和吉祥。据说，佛教创始人释迦牟尼的成道之日也在十二月初八，因此腊八也是佛教徒的节日，称为“佛成道节”。

腊月初八这天，中国各地都有喝腊八粥的习俗。据史料记载，我国喝腊八粥的历史，已有一千多年。最早开始于宋代，每逢腊八这一天，不论富人还是穷人，家家都要喝腊八粥。最早的腊八粥是用红小豆来煮，后经演变，加之地方特色，逐渐丰富多彩起来。

“腊八粥”又叫“七宝粥”“五味粥”，不仅清香甜美，而且能畅胃气，生津液，因而颇受人们喜食。随着时代的发展，花样越来越多的腊八粥已发展成具有地方风味的小吃。

腊八，本身是个传统节日，又是年节的前奏，可以说腊八节拉开了春节的序幕。“小孩小孩你别馋，过了腊八儿就是年”“吃了腊八饭，就把年来办”。腊八节后，春节将至，人们便开始购置年货，打扫卫生，布置居室，以崭新的面貌迎接“年”的到来。

年糕

春节吃年糕，“义取年胜年，籍以祈岁稔。”寓意万事如意年年高。年糕的种类有：北方有白糕饦、黄米糕；江南有水磨年糕；西南有糯粑粑；台湾有红龟糕。

汉代扬雄的《方言》一书中就已有“糕”的称谓，魏晋南北朝时已流行。贾思勰《齐民要术》记载了制做方法。明、清时，是糕已发展成市面上一种常年供应的小食，并有南北风味之别。

北方年糕有蒸、炸二种，南方年糕除蒸、炸外，尚有片炒、汤煮诸法。

饺子

北方年夜饭有吃饺子的传统，但各地吃饺子的习俗亦不相同，有的地方除夕之夜吃饺子，有的地方初一吃饺子，北方一些山区还有初一到初五每天早上吃饺子的习俗。吃饺子是表达人们辞旧迎新之际祈福求吉愿望的特有方式。按照我国古代记时法，晚上

11时到第二天凌晨1时为子时。“交子”即新年与旧年相交的时刻。饺子就意味着更岁交子，过春节吃饺子被认为是大吉大利。另外饺子形状像元宝，包饺子意味着包住福运，吃饺子象征生活富裕。与北方不同，南方的年夜饭通常有火锅和鱼。火锅沸煮，热气腾腾，温馨撩人，红红火火；“鱼”和“余”谐音，象征“吉庆有余”，也喻示着生活幸福，“年年有余”。南方还有一些地方过春节讲究吃年糕，年年高（糕），象征收成一年比一年高，境界一年比一年高。过新年包饺子(杨柳青年画)

元宵

元宵节，道教称之为“上元节”。据元代伊土珍《（女＋郎）环环记》引《三余帖》记：嫦娥奔月后，羿思念成疾。正月十四日夜忽有童子求见，自称为嫦娥之使，说：“夫人知君怀思，无从得降，明日乃月圆之候，君宜用米粉作丸，团团如月，置室西北方，叫夫人之名，三夕可降而。”羿如法而行，嫦娥果然降临。可见元宵节吃元宵，是取“团团如月”的吉祥之意。

明代时，元宵在北京已很常见，做法也与今天无异。清代康熙年间朝野盛行“八宝元宵”、马思远元宵。民国初年还有袁世凯因元宵与“袁消”音同，故下令禁喊元宵之事。

元宵用面除江米面外，还有粘高梁面、黄米面等。馅则有桂花白糖、山渣白糖、什锦、豆沙、枣泥等。

形制上，或大若核桃，也有小如黄豆的“百子汤元”，还有实心圆子和薄皮的“碌皮汤园”。

春饼 立春吃春饼是中国一种古老风俗。晋代已有“五芋盘”即“春盘”，是将春饼与菜同置一盘之内。唐宋时立春吃春饼之风渐盛，皇帝并以之赐近臣百官，当时的春盘极为讲究：“翠缕红丝，金鸡玉燕，备极精巧，每盘直万钱”。民间也用以互相馈赠。

吃春饼的食俗也影响了兄弟民族。如耶律楚律随成吉思汗征西域时就曾命厨师作春盘，并作诗日：“昨朝春日偶然忘，试作春盘我一尝。本案初开银线乱，砂瓶煮熟藕丝长。匀和豌豆揉葱白，细剪萎蒿点韭黄。也与何曾同是饱，区区何必待膏梁”。

春饼发展到今天，形制随地而异，食用时间也因地而别。有烙制、也有蒸制；或大如团扇，或小如荷甲。

用微信分享与传播正能量，更多的与您一起分享生活、工作中的开心与心得！

如果您喜欢本文，请和朋友一起分享到朋友圈！

或加我私人微信号：\*\*\*

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！