

2023年春节实践报告(优秀5篇)

报告材料主要是向上级汇报工作,其表达方式以叙述、说明为主,在语言运用上要突出陈述性,把事情交代清楚,充分显示内容的真实和材料的客观。报告的格式和要求是什么样的呢?下面是我给大家整理的报告范文,欢迎大家阅读分享借鉴,希望对大家能够有所帮助。

春节实践报告篇一

时间:

班级:高一(17)班

春节年关将至,热闹的气氛感染着每个人,欢乐的时光陪伴着每一刻。小年夜的喜庆,除夕晚的欢乐,春节的气息扑面而来。在这些传统节日中人们分享着彼此的幸福和喜悦。

春节年关将至,热闹的气氛感染着每个人,欢乐的时光陪伴着每一刻。小年夜的喜庆,除夕晚的欢乐,春节的气息扑面而来。在这些传统节日中人们分享着彼此的幸福和喜悦,收获着美好生活的点点滴滴。

传统节日是我国文化的一种表现形式。每个民族都有本民族的传统节日以及传统习俗,他们之间既有共同点也有自己独特的地方。正是因为差异的存在才彰显了民族的特色,也代表了民族的传统信仰。此外,不同地域有着不同的节日习俗,这些习俗都是地域文化的具体体现。

经过寒假的仔细调查以及走访,我逐渐地把我所在地的节日习俗整理在一起。在整个过程里我既体会到传统节日习俗的重要性,也发现了其中的一些特殊含义。以下就是我整理出来的过年时的节日习俗。

小年夜是个喜庆的日子，也是欢乐过大年的冲锋号。一家人团圆在一起乐呵呵地围桌吃饭、聊天，分享这一年的收获和喜悦。在我们这里小年夜是农历的十二月二十三号。在这一天我们一般都会到祠堂(我们当地的话叫做“厅屋”)祭祖，这个仪式是要整个族人都参加。

过年的时候，什么都需要有个新面貌，所以连屋子也不例外。“扫屋”也称“扫尘”，从字面意思也可以知道是打扫卫生。一般情况下“扫屋”是定在二十四号。由于现在的人都不太讲究以前的规矩，只要在大年夜前做完就可以了。“扫屋”在当地寓意为扫去晦气，迎接新年的好运。这是一项巨大的工程，需要大量的人力和物力，基本上全家人都要参与进来。

民以食为天，吃才是最实在的事情。所以过年的时候肯定少不了吃的东西

——年糕。我们当地的年糕都是手工制造的，自给自足的。现在还保持着相当传统的制作工艺，都是比较古老的制作方法。我们使用的工具也是近“石器时代”的工具——石磨。首先制作年糕的第一步就是将普通的大米用石磨磨成粉状，这个过程完全是靠力气来完成的。有了“米粉”这个原材料就可以开始制作年糕了。经过一系列复杂的工序最后得出图片中的成品。它的寓意为步步高升。这种年糕的味道甜甜的，嚼起来很有韧劲，是不错的过年佳品。

这是过年重要的习俗，在很多地区都很流行这样的传统。除旧换新是很有必要的，因为每家都希望新年有新气象，一切都是崭新的开始，春联也不例外。春联的贴法在我们当地还是保留着古老的传统。比如哪个贴左边，哪个贴右边都是有讲究的，还有就是很多春联都是那些老一辈的人自主创作的，完全手工制作。这样的春联既有特色，又能准确的表达主人家的新一年的期望与祝福。

这是最隆重的一天，也是最喜庆的一天。所有人都会在这一天变得生龙活虎，精神抖擞。当地人很早就吃过晚饭，然后家里的人都出转悠，拜早年。小孩通常都是最开心的人，因为他们可以在这一天玩个不停——放鞭炮、玩游戏、买东西。我们当地还有一个老习俗，就是在除夕夜的整十二点要祭祖。大家都会把自己准备好的年货供奉给祖先，祈求保佑平安幸福。这个仪式完成后就是热闹的时候了，各家各户会尽情地燃放鞭炮，烟花。热闹的气氛会随着漂亮的烟花和响亮的鞭炮声直到天亮。

开年第一天是欢乐的一天，家家户户洋溢着幸福，分享着快乐。大年初一，所有小孩都要起床很早，然后见到大人就要问候。这种不变的习俗一直被默默的传承下来。这一天的早餐一般都是吃米粉，一家人一起开心的吃着米粉，沉浸在欢乐的气氛中。因为米粉形状都很长，所以它寓意着健康长寿。因此吃米粉的时候，老人吃的米粉越长越好，这是对他们的祝福。

随着大年初五的到来，人们欢乐的情绪开始沉淀下来，为新的一年奋斗做好准备。这一天被当地人称为“散节”，意味着欢乐的春节要告一段落了。我的调研也随着“散节”的到来画上了圆满的句号。

春节实践报告篇二

在我看来，春节是我国最重要的节日。因为那是神州大地所有人民都能欢聚一堂，共享一年的收获，展望美好未来的日子。虽然是同样的一个春节，却因为我国是一个多民族国家，各族间不同的风俗习惯使得这样一个普天同庆的节日更加的绚丽多姿。因此出于好奇，我写下了这份实践报告。

这个春节对我来说，映象最深的就是压岁钱了，毕竟这可能是我最后一次拿压岁钱了吧。同时对于春节长辈给压岁钱的习俗，我也查了一些资料。

传说，古时候有一种身黑手白的小妖，名字叫说完压岁钱，我们再来说说吃。吃也是春节的一个重要组成部分，其中也有着许多风俗。比如除夕夜烧一条鱼留到大年初一，便是预示着“年年有余”等。在这其中，吃饺子可能是大部分家庭在春节都会有一个习惯。我查了一些资料发现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。每逢新春佳节，饺子更成为一种应时不可缺少的佳期肴。

据三国魏人张揖著的《广雅》记载那时已有形如月牙称为“馄饨”的食品，和现在的饺子形状基本类似。到南北朝时，馄饨“形如偃月，天下通食”。据推测，那时的饺子煮熟以后，不是捞出来单独吃，而是和汤一起盛在碗里混着吃，所以当时的人们把饺子叫“馄饨”。这种吃法在我国的一些地区仍然流行，如河南、陕西等地的人吃饺子，要在汤里放些香菜、葱花、虾皮、韭菜等小料。

民间春节吃饺子的习俗在明清时已有相当盛行。饺子一般要在年三十晚上12点以前包好，待到半夜子时吃，这时正是农历正月初一的伊始，吃饺子取“更岁交子”之意，“子”为“子时”，交与“饺”谐音，有“喜庆团圆”和“吉祥如意”的意思。

过年吃饺子有很多传说，一说是为了纪念盘古氏开天辟地，结束了混状态，二是取其与“浑囤”的谐音，意为“粮食满囤”。另外，民间还流传吃饺子的民俗语与女娲造人有关。女娲抟土造成人时，由于天寒地冻，黄土人的耳朵很容易冻掉，为了使耳朵能固定不掉，女娲在人的耳朵上扎一个小眼，用细线把耳朵拴住，线的另一端放在黄土人的嘴里咬着，这样才算把耳朵做好。老百姓为了纪念女娲的功绩，就包起饺子来，用面捏成人耳朵的形状，内包有馅(线)，用嘴咬吃。

传统的春节还有关于“年”兽、万年创建历法、熬年守岁、贴春联、赏冰灯等各种传说；有扫尘、春联、门画、倒

贴“福”字、守岁、爆竹、拜年、看大戏、闹元宵等习俗;有腊八粥、年糕、饺子、元宵、春饼等食俗;还有大年初一不扫地、不走后门、不打骂孩子、相互祝贺新年万事如意等风俗。这些风俗习惯由来已久并且五花八门,在此我便不一一赘述了。

我认为春节不仅仅是给我们的一个休息玩乐的时间,更是一个了解春节习俗和民族风情的好机会。因此我们应在享受阖家欢乐的同时去发掘与了解这些自古流传至今的灿烂瑰宝。

春节实践报告篇三

为了响应我院对此次寒假社会实践活动的具体要求,激发学习兴趣,增进生存体验,形成服务意识,强化社会责任。我们组成员于2012年1月15日至2012年2月6日期间结合新春佳节来临的契机,在辽宁朝阳,盘锦等地开展了体验民俗文化,感受春节节日氛围的社会实践活动。

在开展活动之前,我们调查了传统节日新春佳节我们市区乡村的饮食文化习俗、乡村的娱乐及传统活动。在调查新春佳节来临之际的文化习俗时,通过在自己家过年,上街走访、询问、观察,向老人们了解,通过书籍网络,实地考察等进行调查。采取先农村后城市的方法进行调查,在此期间我们发现我们的过年讲究热闹、喜庆,年俗也特别多。

春节是中国最富有特色的传统节日。它标志农历旧的一年结束,新的一年已经开始。春节是我国一个古老的传统节日,也是全年最重要的一个节日,因此春节的习俗也多种多样,有贴春联、贴挂钱儿、放鞭炮、守岁、吃饺子、给压岁钱、跑黄河、闹花灯等等。有民谣道出了过年的习俗:二十三,送灶王;二十四,扫房子;二十五,冻豆腐;二十六,去买肉;二十七,宰公鸡;二十八,把面发;二十九,蒸馒头;三十晚上熬一宿;初一初二满街走。但是不同的地区过年的习俗也不同。

(1)小年祭灶：在辽宁大多数地区，尤其是农村，在腊月二十三这天过小年要祭灶。有首民谣：“糖瓜祭灶，新年来到”。这样做就是希望“灶王爷”保佑全家平安。祭灶时用的是糖瓜、关东糖等小食品，由胶状麦芽糖制成，甜中略带些酸味儿，很粘牙。

(2)扫尘：在腊月二十四这天，人们会将房间打扫干净，为一年最大的一次大扫除，其用意是要把一切穷运、晦气统统扫出门，也叫除旧迎新，彻底清理粉刷干净迎接新年。

(3)春节前的准备：

置办年货：在农村，人们会热热闹闹的赶大集，采购春节用品，会在集市上给孩子买新衣服，买鞭炮，买菜等。

杀猪：在农村，旧时没有冰箱，最好的杀猪季节为春节前，一是喜庆，二是此时天气最冷，可以保存较长时间，杀猪的时候要宴请左右邻居好几桌人热热闹闹的，现在也有二十六卖猪肉之说。

蒸馒头：旧时为了春节期间来客人做饭而锅不够之备，所以要提前蒸几锅馒头备用，也为春节祭祖用，也做粘豆包之类的，二十八把面发、二十九蒸馒头即指此，也称二十九把油走，意指做油炸食品。

(4)贴春联、挂钱儿：在朝阳的农村，不仅要贴春联，也要贴挂钱儿，其含义是辞旧迎新，期冀度过和和睦睦的除夕之夜，迎来甜甜美美的新春佳节，也暗藏着每个家庭对新年的期待，希望新的一年风调雨顺，五谷丰登，六畜兴旺。

(5)贴窗花、挂年画、贴福字：每逢新春佳节，无论城里还是农村，家家户户都要在屋门上、墙壁上贴上大大小小的“福”字，在窗户上贴上窗花，贴窗花显示出了喜庆的节日气氛，贴福字代表“幸福”、“福气”、“福运”的到来。

(6) 祭神祭祖：在朝阳的农村，春节时，祭祖是很重要的，有传下家谱的就要给祖宗供奉丰盛的祭品、上香，全家男丁都要祭拜，也有在除夕之夜烧纸送“钱”祭祖，祭祖一般要到初三结束，在结束前女婿是不允许看丈母娘家的家谱的。

(7) 年午饭与年夜饭：在朝阳市建平县一些偏远的农村，年午饭是很重要的一顿饭，年午饭的菜数和菜式都有很严格的规定，年午饭会很丰盛但必须有鸡和鱼，代表着年年有余和大吉大利。吃完年午饭之后就会换上新衣服，等家族的长辈请完年之后就会准备年夜饭，年夜饭主要是肉馅的饺子，还要在饺子里放一个一角钱的硬币，看谁能吃到，谁吃到了就会财源广进，其实谁吃到了都是一家人的福气。一般年夜饭是等在零点之后，放完鞭炮才开始吃的。

(8) 守岁与放鞭炮：守岁是在准备年夜饭开始的，一直到零点吃完饺子才可以睡觉，在这期间可以看春晚，还可以吃一些代表平安的苹果，糖果，瓜子等。在零时的钟声敲响时，就准备放鞭炮了，这是孩子们最喜欢的节目了，放鞭炮创造了一种喜庆的气氛，给人们带来了欢愉和吉利。

(9) 拜年：年夜饭吃完后孩子要给长辈拜年，给爸妈、爷爷奶奶、叔叔伯伯磕头，然后大人准备红包，成年人也要给父母拜年，祝福老人长寿、健康。然后就是从初一开始要带上礼物给亲朋好友等等挨家挨户拜年，要很多天。一般已婚男子携全家除夕、初一要在父母家过年，初二要到岳父家拜年。也有“初一不出门、初二拜家庭、初三初四拜丈人”之说。

(10) “破五”：“破五”要吃饺子，承载了人们期盼吉利、幸福的寓意。清晨起，家家户户放鞭炮，尤其是放“二踢脚”被称作“崩穷”，把“晦气”、“穷气”从家中崩走。

(11) 扭秧歌、看大戏：在辽宁建平县朱碌科镇，初六开始就有秧歌可看了，有高跷，打花棍，跑驴等形式，秧歌队欢快活泼的唢呐声、锣鼓声在喜气洋洋的节日气氛中回荡，有扮

演西游记里的师徒四人，年画上常见的公子和丫鬟等，此外还有舞龙舞狮。等到晚上就有皮影戏可看了，皮影戏是用灯光照射兽皮或纸板做成的影人来表演故事的戏剧，表演时，演员在白色幕布后操纵影人，配以戏曲及对话形式。由于评剧是辽宁建平县的特色，多半都是用评剧唱出来的。

(12)元宵节：正月十五这一天家家户户会围在一起吃元宵或者汤圆，在朝阳建平县喀喇沁镇会有撒路灯的习俗，而朱碌科镇会有跑黄河等习俗，这一天，大街小巷都会很热闹，在城市会有闹花灯，猜灯谜，赏月，燃灯放焰等活动，在辽宁盘锦在每年的正月十四到正月十六都举办为期三天的大型灯展，每个单位会出至少一个声色光俱全的大型灯盏，今年在辽宁盘锦市大洼县展出了一座冰灯，正月十五，人们通过热闹的方式期冀了美好的祝愿。

春节，全国各地除了一些共同的习俗外各个地方也有自己的地域色彩。近些年来，社会上关于传统民间习俗问题的争论不少。有人认为应该移风易俗，随着时代的变化而变化。但反对者认为，如果把以前的习俗都改了，节日就会不像节日，不利于传统文化的继承和发展。有人提出，如果一律不放鞭炮，那么过年还像过年吗？正因为如此，所以一些城市在禁止燃放烟花爆竹后，又改为有条件的开禁。

由于价值取向不同，喜好不一样，遇到具体事物时，个人会有个人的选择和判断。对于传统习俗，我们不妨采取包容的态度，允许大家保留各自的观点和做法。随着社会的发展，当绝大多数人的认识趋于一般时，自然而然就实现了与时俱进。如果不顾现实与民众心理，单凭理想就去推行所谓的新政策、新观念，那会遭到群众抵制的。传统习俗的形式和内容会随着时间的流逝而改变，但不管怎样都体现了现代人对于幸福团圆的好日子的期盼。

这次社会实践是我们充分利用寒假时间以各种方式深入社会，了解春节而展开形式多样的活动。通过这次寒假的社会实践，

我们组成员经过自己的调查研究，有关于春节的风俗习惯这方面的知识收获很大，在实践的同时体验到了春节喜气洋洋的气氛，也体会到了社会实践的不容易。不过，积极参加社会实践能够促进我们对社会的了解，提高自身对经济和社会发展现状的认识，实现书本知识和实践知识的更好的结合，积极投身社会实践，深入群众，了解社会，增长才干使我们成长成才的重要途径。这次寒假的社会实践则恰恰为我们提供了一个走出校园，踏上社会，展现自我的绚丽舞台，这也为我们走向社会积累了宝贵的社会经验。

春节实践报告篇四

为了响应我院对此次寒假社会实践活动的具体要求，激发学习兴趣，增进生存体验，形成服务意识，强化社会责任。我们组成员于1月15日至2月6日期间结合新春佳节来临的契机，在辽宁朝阳，盘锦等地开展了体验民俗文化，感受春节节日氛围的社会实践活动。

在开展活动之前，我们调查了传统节日新春佳节我们市区乡村的饮食文化习俗、乡村的文化娱乐及传统活动。在调查新春佳节来临之际的文化习俗时，通过在自己家过年，上街走访、询问、观察，向老人们了解，通过书籍网络，实地考察等进行调查。采取先农村后城市的方法进行调查，在此期间我们发现我们的过年讲究热闹、喜庆，年俗也特别多。

春节是中国最富有特色的传统节日。它标志农历旧的一年结束，新的一年已经开始。春节是我国一个古老的传统节日，也是全年最重要的一个节日，因此春节的习俗也多种多样，有贴春联、贴挂钱儿、放鞭炮、守岁、吃饺子、给压岁钱、跑黄河、闹花灯等等。有民谣道出了过年的习俗：二十三，送灶王；二十四，扫房子；二十五，冻豆腐；二十六，去买肉；二十七，宰公鸡；二十八，把面发；二十九，蒸馒头；三十晚上熬一宿；初一初二满街走。但是不同的地区过年的习俗也不同。

(1) 小年祭灶：在辽宁大多数地区，尤其是农村，在腊月二十三这天过小年要祭灶。有首民谣：“糖瓜祭灶，新年来到”。这样做就是希望“灶王爷”保佑全家平安。祭灶时用的是糖瓜、关东糖等小食品，由胶状麦芽糖制成，甜中略带些酸味儿，很粘牙。

(2) 扫尘：在腊月二十四这天，人们会将房间打扫干净，为一年最大的一次大扫除，其用意是要把一切穷运、晦气统统扫出门，也叫除旧迎新，彻底清理粉刷干净迎接新年。

(3) 春节前的准备：

置办年货：在农村，人们会热热闹闹的赶大集，采购春节用品，会在集市上给孩子买新衣服，买鞭炮，买菜等。

杀猪：在农村，旧时没有冰箱，最好的杀猪季节为春节前，一是喜庆，二是此时天气最冷，可以保存较长时间，杀猪的时候要宴请左右邻居好几桌人热热闹闹的，现在也有二十六卖猪肉之说。

蒸馒头：旧时为了春节期间来客人做饭而锅不够之备，所以要提前蒸几锅馒头备用，也为春节祭祖用，也做粘豆包之类的，二十八把面发、二十九蒸馒头即指此，也称二十九把油走，意指做油炸食品。

(4) 贴春联、挂钱儿：在朝阳的农村，不仅要贴春联，也要贴挂钱儿，其含义是辞旧迎新，期冀度过和和睦睦的除夕之夜，迎来甜甜美美的新春佳节，也暗藏着每个家庭对新年的期待，希望新的一年风调雨顺，五谷丰登，六畜兴旺。

(5) 贴窗花、挂年画、贴福字：每逢新春佳节，无论城里还是农村，家家户户都要在屋门上、墙壁上贴上大大小小的“福”字，在窗户上贴上窗花，贴窗花显示出了喜庆的节日气氛，贴福字代表“幸福”、“福气”、“福运”的到来。

(6) 祭神祭祖：在朝阳的农村，春节时，祭祖是很重要的，有传下家谱的就要给祖宗供奉丰盛的祭品、上香，全家男丁都要祭拜，也有在除夕之夜烧纸送“钱”祭祖，祭祖一般要到初三结束，在结束前女婿是不允许看丈母娘家的家谱的。

(7) 年午饭与年夜饭：在朝阳市建平县一些偏远的农村，年午饭是很重要的一顿饭，年午饭的菜数和菜式都有很严格的规定，年午饭会很丰盛但必须有鸡和鱼，代表着年年有余和大吉大利。吃完年午饭之后就会换上新衣服，等家族的长辈请完年之后就会准备年夜饭，年夜饭主要是肉馅的饺子，还要在饺子里放一个一角钱的硬币，看谁能吃到，谁吃到了就会财源广进，其实谁吃到了都是一家人的福气。一般年夜饭是等在零点之后，放完鞭炮才开始吃的。

(8) 守岁与放鞭炮：守岁是在准备年夜饭开始的，一直到零点吃完饺子才可以睡觉，在这期间可以看春晚，还可以吃一些代表平安的苹果，糖果，瓜子等。在零时的钟声敲响时，就准备放鞭炮了，这是孩子们最喜欢的节目了，放鞭炮创造了一种喜庆的气氛，给人们带来了欢愉和吉利。

(9) 拜年：年夜饭吃完后孩子要给长辈拜年，给爸妈、爷爷奶奶、叔叔伯伯磕头，然后大人准备红包，成年人也要给父母拜年，祝福老人长寿、健康。然后就是从初一一开始要带上礼物给亲朋好友等等挨家挨户拜年，要很多天。一般已婚男子携全家除夕、初一要在父母家过年，初二要到岳父家拜年。也有“初一不出门、初二拜家庭、初三初四拜丈人”之说。

(10) “破五”：“破五”要吃饺子，承载了人们期盼吉利、幸福的寓意。清晨起，家家户户放鞭炮，尤其是放“二踢脚”被称作“崩穷”，把“晦气”、“穷气”从家中崩走。

(11) 扭秧歌、看大戏：在辽宁建平县朱碌科镇，初六开始就有秧歌可看了，有高跷，打花棍，跑驴等形式，秧歌队欢快活泼的唢呐声、锣鼓声在喜气洋洋的节日气氛中回荡，有

扮演西游记里的师徒四人，年画上常见的公子和丫鬟等，此外还有舞龙舞狮。等到晚上就有皮影戏可看了，皮影戏是用灯光照射兽皮或纸板做成的影人来表演故事的戏剧，表演时，演员在白色幕布后操纵影人，配以戏曲及对话形式。由于评剧是辽宁建平县的特色，多半都是用评剧唱出来的。

大型灯展，每个单位会出至少一个声色光俱全的大型灯盏，今年在辽宁盘

锦市大洼县展出了一座冰灯，正月十五，人们通过热闹的方式期冀了美好的祝愿。

春节，全国各地除了一些共同的习俗外各个地方也有自己的地域色彩。近些年来，社会上关于传统民间习俗问题的争论不少。有人认为应该移风易俗，随着时代的变化而变化。但反对者认为，如果把以前的习俗都改了，节日就会不像节日，不利于传统文化的继承和发展。有人提出，如果一律不放鞭炮，那么过年还像过年吗？正因为如此，所以一些城市在禁止燃放烟花爆竹后，又改为有条件的开禁。

由于价值取向不同，喜好不一样，遇到具体事物时，个人会有个人的选择和判断。对于传统习俗，我们不妨采取包容的态度，允许大家保留各自的观点和做法。随着社会的发展，当绝大多数人的认识趋于一般时，自然而然就实现了与时俱进。如果不顾现实与民众心理，单凭理想就去推行所谓的新政策、新观念，那会遭到群众抵制的。传统习俗的形式和内容会随着时间的流逝而改变，但不管怎样都体现了现代人对于幸福团圆的好日子的期盼。

己的调查研究，有关于春节的风俗习惯这方面的知识收获很大，在实践的

春节实践报告篇五

在中国，春节也是少数民族人民的风俗节日。各族人民按照自己的习俗，举行各种各样的庆祝活动，具有各自浓厚的民族独特风采。春节是中国一个古老的节日，也是全年最重要的一个节日，如何过庆贺这个节日，在千百年的历史发展中，形成了一些较为固定的风俗习惯，有许多还相传至今。

在中国，春节也是少数民族人民的风俗节日。各族人民按照自己的习俗，举行各种各样的庆祝活动，具有各自浓厚的民族独特风采。在我的家乡有许多的回族和维吾尔族的人们和我们生活在一起。所以我在这里以这两个少数民族为例，介绍我所了解到的他们的春节习俗。

回族人正月初一吃面条和炖肉，初二方食饺子；白斩鸡、酿豆腐、粽子、油堆等则是壮族人的春节食品。在春节期间，宁夏西海固地区回汉人民群众有表演社火习俗，表演队将太平鼓、威风锣鼓、安塞腰鼓敲得如响雷，滚过六盘山上空，当地老百姓夹道欢迎奔走相告，耍社火啦！一派喜庆的节日气氛。

维吾尔族把一天的时间分为日出更、午时更、日落更、星现更、午夜更和黎明更等六更。诺鲁孜节仪式在节日的黎明更开始。那一天，男女老少都要着民族盛装举行各种节日活动。各家的家长首先起床，在房屋正中燃烧起一堆松柏树枝，将冒烟的树枝在每人头上转一圈，预祝他们在新的一年里平安快乐。然后，家长把冒烟的松枝带到牲畜圈门口，让畜群在烟上通过，祈求新的一年里，牲畜膘肥体壮，迅速繁殖。

在年前，我们也有许多的传统的准备活动来迎接新年。腊八节，俗称“腊八”，是指农历腊月(十二月)初八这一天。腊八节是用来祭祀祖先和神灵，祈求丰收和吉祥的节日，因相传这一天是佛教创始人释迦牟尼在佛陀耶菩提下成道并创立佛教的日子即农历十二月初八，故又被称为“佛成道节”。还有祭灶！民间传说，灶王爷上天专门告人间善恶，一旦哪家

被告有恶行，大罪要减寿三百天，小罪要减寿一百天。此说法流传的比较广泛。

在送灶时，人们在灶王象前的桌案上供放糖果、清水、料豆、秣草，其中，后三样是为灶王升天的坐骑备料。为了让灶王爷“上天言好事、回宫降吉祥”，人们就用各种办法对付他。有的用胶牙糖敬它，好把灶王爷的牙齿粘住，让它不能乱说话；有的用酒糟涂抹灶门，这叫“醉司令”，醉得灶神不能乱说话。灶神受到人们的特殊招待，“吃了人家的嘴软”，当然就只好讲坏话了，这实际上是民间一种伦理道德的自律。

除夕是指每年农历腊月的最后一天的晚上，它与正月初一首尾相连。“除夕”中的“除”字是“去；易；交替”的意思，除夕的意思是“月穷岁尽”，人们都要除旧迎新，有旧岁至此而除，来年另换新岁的意思，是农历全年最后的一个晚上。故此期间的活动都围绕着除旧迎新，消灾祈福为中心。

周、秦时期每年将尽的时候，皇宫里要举行“跳钟馗”、“大傩”的仪式，击鼓驱逐疫疠之鬼，称为“逐除”，后又称除夕的前一天为小除，即小年夜；除夕为大除，即大年夜。春联亦名“门对”、“春帖”、“对联”，是对联的一种，因在春节时张贴，故名。据说贴春联的习俗，大约始于一千多年前的后蜀时期。此外根据《玉烛宝典》，《燕京岁时记》等著作记载，春联的原始形式就是人们所说的“桃符”。

在中国古代神话中，相传有一个鬼域的世界，当中有座山，山上有一棵覆盖三千里的大桃树，树梢上有一只金鸡。每当清晨金鸡长鸣的时候，夜晚出去游荡的鬼魂必赶回鬼域。鬼域的大门坐落在桃树的东北，门边站着两个神人，名叫神荼、郁垒。如果鬼魂在夜间干了伤天害理的事情，神荼、郁垒就会立即发现并将它捉住，用芒苇做的绳子把它捆起来，送去喂虎。因而天下的鬼都畏惧神荼、郁垒。于是民间就用桃木刻成他们的模样，放在自家门口，以避邪防害。后来，人们

干脆在桃木板上刻上神荼、郁垒的名字，认为这样做同样可以镇邪去恶。

春联的一个源头是桃符，所以才有那句“千门万户曈曈日，总把新桃换旧符”的诗句。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，最后简化为直接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，后渐发展为春联。春联真正普及始于明代，与朱元璋的提倡有关。据清人陈尚古的《簪云楼杂说》中记载，有一年朱元璋准备过年时，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。但庙宇用黄纸，守制(服孝未滿)用白、绿、黄三色，第一年用白纸，第二年绿纸，第三年黄纸，第四年丧服满才恢复用红纸。因满族尚白，清宫廷春联用白纸，蓝边包于外，红条镶于内。

压岁钱是由长辈发给晚辈的，有的家里是吃完年夜饭后，人人坐在桌旁不许走，等大家都吃完了，由长辈发给晚辈，并勉励儿孙在新的一年里学习长进，好好做人。有的人家是父母在夜晚待子女睡熟后，放在他们的枕头下，更多的人家是小孩子们齐集正厅，高呼爷爷奶奶、爸爸妈妈新年快乐，列队跪拜；而后伸手要红包。甚而追讨到爷爷奶奶的卧房，一齐跑到床沿，大嚷特嚷：“压岁钱，压岁钱！”老人家还嫌不够热闹，故作小气，由讨价还价到围攻摸索，最后把老祖宗的红包挖掘出来，大家抢掠一空，才呼啸而散。老人家逢此情景却乐不可支，认为这是新年事事顺利的好兆头。过年给压岁钱，体现出长辈对晚辈的关爱和晚辈对长辈的尊敬，是一项整合家庭伦理关系的民俗活动。是传说在以前，有一个叫“岁”的妖怪，来吃小孩，人们发红包赶走“岁”。就这样，发红包的习俗在民间传开了。

春节里的一项重要活动，是到亲朋好友家和邻居那里祝贺新春，旧称。汉族拜年之风，汉代已有。唐宋之后十分盛行，

有些不便亲身前往的，可用名帖投贺。东汉时称为“拜名刺”，故名片又称“名刺”。明代之后，许多人家在门口贴一个红纸袋，专收名帖，叫“门簿”。

拜年时要用左手包住右手，右手握拳。

一是走亲戚。初一必须到岳父家、须带礼物。进门先向佛像、祖宗影像、牌位各行三叩首礼，然后再给长辈们依次跪拜。可以逗留吃饭、玩耍。

二是礼节性的拜访。如给同事、朋友拜年，一进屋门，仅向佛像三叩首，如与主人系平辈则只须拱手一揖而已，如比自己年长，仍应主动跪拜，主人应走下座位做搀扶状，连说免礼表示谦恭。这种情况一般不宜久坐，寒暄两句客套话就要告辞。主人受拜后，应择日回拜。

三是感谢性的拜访。凡一年来对人家不好的就要买些礼物送去，借拜年之机，表示谢忱。四是串门式的拜访。对于左邻右舍的街坊，素日没有多大来往，但见面都能说得来，到了年禧，只是到院里，见面彼此一抱拳说：“恭禧发财”、“一顺百顺”，在屋里坐一会儿而已，无甚过多礼节。古时有拜年和贺年之分：拜年是向长辈叩岁；贺年是平辈相互道贺。现在，有些机关、团体、企业、学校，大家聚在一起相互祝贺，称之为“团拜”。

随着时代的发展，拜年的习俗亦不断增添新的内容和形式。现在人们除了沿袭以往的拜年方式外，又兴起了礼仪电报拜年和电话拜年等。当然，由于我国封建历史很长，在过年的习俗上仍然有一些封建迷信的残余存在，这需要大家注意。一些地区晚辈则要给老辈的人磕头致以拜年。

千百年来，我们慢慢积攒了许多的春节习俗，但是，随着生活节奏的加快，我们也慢慢将这些习俗简化，特别是这几年，我越来越觉得年味越来越少，人们开始慢慢倾向于旅游过年。

我更希望现在的我们能回归初心，找回年味。