

最新帮我搜夏季 立夏节气心得体会(汇总20篇)

环保宣传是为了让每个人都成为环境保护的参与者和推动者。环保宣传可以开展绿色出行和节能减排的宣传活动，引导人们关注交通环保。保护环境，从我做起，让我们的未来更加美好。

帮我搜夏季篇一

立夏节气是二十四节气中的第七个节气，是中国传统文化中重要的节日之一。它标志着春天结束，夏季开始，也是人们习惯上的换季时期。随着气温的不断升高，人们的心境也随之发生变化，进入一年之中旅游和度假的旺季。在这个特殊的节气中，我深有感触，领会了不少宝贵的体验和心得。

第二段：感受到的变化

随着气温的升高，夏天的气息越来越浓厚，同时，人们的衣着也开始更加清凉，总体上的生活费用也有了显著的变化。在这个变化过程中，我深刻体验到了立夏节气的独特魅力。在这个阶段，我也逐渐开始适应夏季的生活方式，为了更好地适应夏季，我调整了自己的饮食习惯，注重了夏令时节的营养补充和体能的练习，使自己更好地适应了夏季。

第三段：生活中的积极变化

随着气温的升高，人们的心情也更加高涨。尤其是在立夏这个节气中，人们的热情更容易被激发。在这个时期，我把焦点放在了日常生活的细节中，并学会了向周围的人传递自己的热情，与别人分享自己的喜悦，这使我生活的质量得到了极大的提升。同时，我也注重在生活中引导自己的朋友们，表达友爱和感激的情怀，让大家感受到一种温暖的氛围。

第四段：立夏节气的庆祝方式

在立夏节气中，人们的生活节奏也逐渐加快，并开始寻找一些庆祝方式表达自己的热情。除了传统的祭祀活动，人们也会选择邀请朋友一起到公园里享受清凉的早晨以及傍晚的夜色，一起品尝夏天的美食，修剪自己家庭花园里的花草。

第五段：结语

总的来说，立夏节气是一个值得人们珍视的节气，它不仅让人们更好地适应夏季生活，同时也给了我们更多的机会与朋友和家人们共享快乐。希望未来在立夏这个节气到来的时刻，我能够再次感受到其中的美好和魅力。

帮我搜夏季篇二

“春雨惊春清谷天，夏满芒夏暑相连。秋处露秋寒霜降，冬雪雪冬小大寒……”相信大家都知道二十四节气吧！二十四节气是指干支历（太阳历）中表示季节变迁的24个特定节令。是我国的五大发明中的一个。

你知道我最喜欢的节气是什么？告诉你吧！是“立夏”。原因是什么呢？等我慢慢讲给你听。

挂蛋、吃蛋、斗蛋俗话说：“立夏吃了蛋，热天不疰夏。”相传女娲娘娘告诉百姓们立夏的时候给孩子们胸前挂鹅蛋或鸡蛋、鸭蛋，可以防止孩子疰夏，所以立夏挂蛋、吃蛋、斗蛋便流传到现在。

醉夏麦饼，在台州有句俗语：“醉夏无麦饼，白碌做世人。”在台州立夏又叫醉夏，这天不会喝酒的人，多少也会喝一点，或是糯米酒酿。人们都会吃麦饼，麦饼便是煎饼，摊熟了可以卷食各种菜品，十分美味！

看，立夏节气有那么多美味，怎能不让我这个“小吃货”喜欢呢？

帮我搜夏季篇三

又是一年一度的立夏，斗蛋比赛开始了。这天，大家带来了各式各样的蛋，教室里热闹非凡。

比赛规则是这样的：同桌两人斗蛋，胜者到四人小组斗，四人小组的胜者再到大组斗，胜出者参加班级的最终角逐。

我带了一个鸡蛋和一个鸭蛋，可惜它们在比赛之前就已经碎了。我只好挑出相对完整的鸭蛋跟我的同桌王一诺斗。不出意料，输了。不过我换了一面继续斗，就算得横着斗，我也要坚持战斗，直到找不出完整的那面才肯服输。后来，王一诺又分别赢了林施余和张硕宁，在我们大组成功胜出。可惜败给了符皓。

最后，符皓的大将与黄乾道的大将过五关斩六将，经过千军万马的磨炼，走上擂台，进入了总决赛。大家把脖子伸得老长，眼睛一眨不眨，只见他们把蛋放在桌上，用手握住，猛地往前一撞。只听“咔嚓”一声，符皓的大将把黄乾道的大将撞碎了，他也登上了“蛋王”的宝座。

我们问符皓有什么秘诀，他却说：“这是因为上学时忽然下雨，我的蛋淋了雨，变凉了。”哈哈，这个理由真有意思！

这场比赛真有趣，直到现在我还记忆犹新。

帮我搜夏季篇四

谷雨已过，立夏来临。

立夏，意味着夏天就要到来，天气也会越来越热。植物生长

繁茂，放眼望去，万紫千红，翠色欲滴，一片生机勃勃的景象。

立夏，我最喜欢也令我难以忘记的就是“撞蛋”。每年的这一天，学校都会给每名同学送上两个茶叶蛋。于是乎，有趣的“撞蛋”活动开始了。

我化身为“比赛观察员”进入每一个赛场观战，顺便偷学点技巧。赛程过半，我有点耐不住性子了，决定不再观望。我松了松手腕，加入了战斗。我一路披荆斩棘，战胜了两三个同学，但由于前面没有参赛，缺少经验，最后我的两个蛋还是光荣“牺牲”了。

立夏，是春天的尾声，是夏天的开始，也是我童年的美好回忆。

帮我搜夏季篇五

我盼望已久的立夏节终于到了。今天，我们班举行一次别开生面的斗蛋比赛。

符皓、黄乾道在全班斗蛋中过五关斩六将，最后，只有他们俩争夺斗蛋大王了。他们俩信心十足地拿着自己的“常胜将军”走上“擂台”。

比赛要开始了，教室里顿时洋溢着一种奇特的气氛，双方的表情更加严肃，似乎心提在手里，一不留神会跳出来，空气也似乎凝固了。随着老师一声令下，俩人屏住呼吸，用力一顶，一秒钟、两秒钟、三秒钟，在大家的欢呼声中，“咔嚓”只听一声脆响，同学们伸长脖子，定睛一看，只见黄乾道的蛋头顶开了花，而符皓的蛋却安然无恙。符皓兴奋地举起蛋，以胜利者的姿势，威风凛凛地登上蛋王宝座。教室里骤然响起雷鸣般的掌声。

这场斗蛋比赛在我的脑海中留下深刻的印象。

帮我搜夏季篇六

俗话说“立夏胸挂蛋，孩子不疰夏”。疰夏是夏日常见的症状，患者多腹胀厌食，乏力消瘦，小孩子尤易疰夏。

立夏这日，人们煮好鸡蛋，有的地方还特地用红茶或核桃壳煮蛋，称“立夏蛋”。将蛋放入用彩线编织的蛋套中，相互馈送。或挂在孩子胸前，或挂在帐子上。小孩子们斗蛋为戏，以蛋壳坚而不碎为赢。还有的地方，以五色丝线为孩子系手绳，称“立夏绳”。

二、饮食中的健康寓意

文档为doc格式

帮我搜夏季篇七

- 1、立夏将至，夏天即将开始。
- 2、立夏，我要告别春天的遗憾。
- 3、夏天的味道，离我们越来越近了。
- 4、谷雨刚过，立夏将来。夏日你好。
- 5、立夏立夏，愿你幸福不止一“夏”！
- 6、立夏到了，愿我们都如夏花般绚烂。
- 7、今日立夏，却是一场雨打湿了心上的你。
- 8、夏天袅袅而来，手捧阳光给你一方绚烂。

- 9、立夏啦，同事姐姐开始分蛋套啦哈哈哈。
- 10、夏季的阳光，火热了岁月，散发快乐的芬芳。
- 11、立夏。春意藏，夏初长，风暖人间草木香。
- 12、还好吗?上次见面后，一转眼，这都立夏了。
- 13、时光如水，总是无言。若你安好，便是夏天。
- 14、立夏到，夏到了，艳阳照，百花艳，好运来。
- 15、跑进夏天，立夏啦，五月·立夏，愿一切都安好。
- 16、立夏一到天气好，畅享生活多美妙!祝您每日开心笑!
- 17、立夏阳光照，蒸发烦恼，点亮微笑，愿你心情美妙。
- 18、生命应如夏天的花朵一般，既能受得住最热烈的阳光。
- 19、又要立夏，枝繁叶茂的五月。大家不断前行，不断成长。
- 20、愿每一颗年轻的心都能生如夏花，绽放绚烂。夏日来了。
- 21、忽见夏天，有小桥，流水，雨荷，疯长的绿色。今日立夏。
- 22、告别春日，迎接阴阴夏日，珍惜初夏片刻清凉吧，今日立夏。
- 23、立夏已到，愿你伸出热情的双手，尽情的去体验夏天的精彩吧!
- 24、立夏到了，愿幸福缠绵你，快乐缠绕你，健康拥抱你!立夏快乐!

25、夏日的天气发飙了，千万不要感冒了，祝你生活愉快，立夏快乐！

26、送春天的光鲜离去，让夏日的辉煌延续，祝你万事如意，立夏快乐。

帮我搜夏季篇八

1、能独立认识本课10个生字“笋、韭、煮、拣、柴、蚕、莢、灶、辈、俗”。注意读准平翘舌音“煮、柴、蚕、俗、灶”，比较“笋”与“萝”，重点指导写“煮”。理解“德高望重”的含义。

2、能正确朗读课文。积累描写立夏节自然景物的句子。

3、了解江南水乡立夏节的传统习俗，感受过节时的欢快气氛。

教学重点和难点 1、在课文语言环境中认读生字，并理解“德高望重”的词义。

2、通过朗读课文，了解立夏节的风俗，并感受到立夏节的快乐。

3、积累描写立夏节自然景物的句子。

教学媒体 ppt

课前学生准备 充分预习课文

教学流程 一、启发谈话，导入课题。

2、生交流。（中秋节、清明节、端午节、元宵节……）这些传统节日都有一些习俗，要吃一些特殊的食品，举行一些特殊的活动。比如中秋节边吃月饼边赏月，清明节吃青团，去

扫墓等。

4、每年夏天开始的这一天叫做“立夏”。立夏节到了，人们也会欢度这个传统节日呢。今天就让我们来看一看人们是怎样过立夏节的。

揭示课题：48 立夏节到了（指名读，齐读）

二、初读课文，整体感知。

1、自读课文。

（1）读准字音，读通课文。

（2）边读边思考：课文介绍了立夏节哪些习俗？分别是哪几节介绍的？

三、朗读课文，理解感悟。

（一）学习2-5小节。

1、自读2-4小节。

（1）自学生字。

（2）边读边思考：孩子们是怎样煮百家饭的？

2、交流自学情况。

（1）检查字词。

字音：煮、柴（翘舌音），蚕、灶、俗（平舌音）

字形：比较“箩、萝”，

(2) 交流问题，完成填空：

立夏节到了，孩子们先从家家户户拿了（白米）、（春笋）、（韭菜）、（立夏蛋）（香油）和（柴）等，然后在大树下的场地上（垒起锅灶），把拿来的食物（放进锅里煮），最后饭菜熟了，他们就（围着锅子高高兴兴地吃）。

3、默读第2-4节，边读边思考：立夏节孩子们为什么要吃百家饭？用“—”划出有关语句。

(1) 生自读。

(2) 交流，出示句子。

立夏节，孩子们要吃“百家饭”，预兆着他们会长得健康、聪明，是种庄稼的好手，会给村里人造福。（指名回答并齐读）

(二) 学习第5小节。

1、自读第5小节，边读边想：立夏节长辈们为什么要给孩子称体重？

2、交流：立夏节长辈们给孩子们称体重也是希望孩子们健康成长。

3、你是从哪里看出来的？

4、交流，出示

(1) 大树下又支起一杆大秤来，两个大汉抬着，由村上德高望重的长辈看秤花，立夏节的称人活动便开始了。

*理解：德高望重

*指名读，齐读

*指导朗读。（欢快）

（三）学习1、6小节。

1、立夏节不仅是个欢快的节日，还是一个丰收、美丽的节日呢。

2、出示1、6小节。

（1）自读。

（2）指导朗读。

四、说话练习。

1、我喜欢立夏节，因为（ ）。

2、除了立夏节，你最喜欢过什么传统节日？

我最喜欢（ ），因为（ ）。

五、复习巩固。

1、抽读词语。

2、摘抄描写立夏节自然景物的句子。选自己喜欢的一句摘抄下来（1、6节）

3、写字指导：煮

板书设计 48 立夏节到了

帮我搜夏季篇九

我盼望已久的立夏节终于到了。今天，我们班举行一次别开生面的斗蛋比赛。

符皓、黄乾道在全班斗蛋中过五关斩六将，最后，只有他们俩争夺斗蛋大王了。他们俩信心十足地拿着自己的“常胜将军”走上“擂台”。

比赛要开始了，教室里顿时洋溢着一种奇特的气氛，双方的表情更加严肃，似乎心提在手里，一不留神会跳出来，空气也似乎凝固了。随着老师一声令下，俩人屏住呼吸，用力一顶，一秒钟、两秒钟、三秒钟，在大家的欢呼声中，“咔嚓”只听一声脆响，同学们伸长脖子，定睛一看，只见黄乾道的蛋头顶开了花，而符皓的蛋却安然无恙。符皓兴奋地举起蛋，以胜利者的`姿势，威风凛凛地登上蛋王宝座。教室里骤然响起雷鸣般的掌声。

这场斗蛋比赛在我的脑海中留下深刻的印象。

帮我搜夏季篇十

立夏是二十四节气里的第七个节气，它既是春天的结束，也代表夏天的`开始。在这一天，孩子们戴着立夏绳，用茶叶蛋斗蛋，吃糯米饭和脚骨笋，希望“脚骨健”。

在课堂上，同学的家长教我们做立夏绳。我们用了七条线、剪刀和圆盘。圆盘上剪出八个等距的缺口，接着把七条绳子卡到缺口上，然后按顺序把绳子交叉压住。几次交叉后，就出现了带花纹的立夏绳。

立夏当天，同学们手戴立夏绳，身挂茶叶蛋，开始斗蛋。同学们带来的蛋五花八门、形形色色、大大小小，有鸡蛋、鸭蛋、鹅蛋，甚至还有鸵鸟蛋。最后邬同学大获全胜。我带去

的两个蛋虽然碎了，但是我也非常高兴！

帮我搜夏季篇十一

当五月的第一缕阳光射进来之时，赶走了春天，立夏匆匆跑上了日历的舞台。

作为夏的先锋，今年的立夏显得十分力不从心，可仍旧躲不过雨的袭击，一直伴随着强降雨的立夏仿佛只是日历的幌子，翻阅深圳天气公众号，5月9日到5月20号的版面是一片雨水。

从老家回来的时候带了一大筐樱桃，一是因为那里又便宜又好吃，其次是因为要体验立夏的尝新活动，除了樱桃，橘子、西瓜等等一系列水果轮流上场，一个下午硬是让我吃水果吃饱了肚，唯独留下一颗樱桃，作为尝新活动的纪念品。

对于这个“纪念品”，没有太在意的我随手丢到了书房的台子上。

这时，老韩打电话过来了，兴奋地向我询问了关于尝新活动是怎么举办的，然后按照我的方法，也留了一个樱桃纪念品。

直到四周后，我去她家玩，看到门铃上一个灰黑的畸形物体，于是我们俩站在门前瞅了好一会儿，这个物体被蜘蛛网缠着，上面有根短的小枝干，整个物体似圆非圆，表皮像个漏气的轮胎，蔫蔫地躺在门铃上。

“哦！我想起来了，这不是之前的樱桃吗？”随着她的一声大叫，好像真挺像！

那天，我回去第一时间找到之前放在书房台上的那颗樱桃，它也干了，在立夏仅剩的一点阳光中，它居然变成了樱桃干！表皮皱巴巴的，像是被吸血鬼吸过，整个果实硬中带着一丝不屈，像是一个只有一丝丝残缺的标本，枝干仍然带着绿，

果实仍然红。

我心中涌起一片凄然。

立夏时多么鲜嫩圆润晶莹剔透的美物呀，现在竟这样惨不忍睹。时光呀！真是无情。

帮我搜夏季篇十二

1、夏天，象征着百花齐放，意味着天气炎热。夏天，是美好的，是可爱的，我爱美丽的夏天。

2、初夏的晚风，带着枣花和月季花的幽香，飘进这间简朴而舒适的`客厅。

3、坐在春光里，海风吹拂…被子沁凉，风温柔。期待夏天的到来，今天我很开心。

4、找点儿时间，去美术馆晃晃，去甜品店坐坐，看个心酸着有点儿热血的电影，期待夏天

5、立夏节气，万物翠绿，心情的花儿绚丽，短信祝福亲亲的你：愿你工作顺顺利利，爱情甜甜美蜜，样儿靓靓丽丽，一切都如如意意！

6、夏天真美好，夏天，是一个充满活力又变化无穷的季节。这繁花似锦的夏天，是秋的基础、冬的前奏。春天的美景绚丽多彩，令人心旷神怡，难以改笔……让我们在这美好的季节里，用心描绘美好的夏天。

7、夏日的晴空是明媚的，天是湛蓝深远的，太阳像火球般的烤着大地，阳光是那样强烈，天上地下处于一片耀眼的光明之中。阳光洒在荡漾的河面上，泛起万点金光，像一颗颗晶莹的小星，顽皮的向人们眨着眼睛。

8、美丽的夏天在四个季节中，有的人喜欢温暖的春天；有的人喜欢凉爽的秋天；有的人喜欢寒冷的冬天。而我喜欢美丽的夏天。

9、透蓝的天空，悬着火球似的太阳，云彩好似被太阳烧化了，也消失得无影无踪。

11、夏天真美好，我已想起咏柳这首诗：碧玉妆成一树高，万条垂下绿丝绦。不知细叶谁裁出，二月春风似剪刀。这首诗写得多好啊！把蜜蜂都招来了呢，都想采咏柳的蜜呢！

12、花事已了，春幕已谢，一个崭新的季节夏季来临了，展开了布满气愤但愿繁茂的时节。从今天立夏开始我祝你带着阳光一样辉煌的微笑走过这个生命的季节！

13、春意无限已归去，夏日炎炎已到来。阳光热烈更灿烂，男女老少单衣穿。五彩缤纷色彩艳，大街小巷纳凉来。

14、午后的阳光，太强烈了，连秧田里的水，都给蒸得暗地发出微小的声音。

15、夏至到了，一愿你的事业永远蒸蒸日上，永远“夏”不来；二愿你的幸福健康指数，永远“夏”不来；三愿你的豪情壮志热情，永远“夏”不来。夏至快乐！

16、夏天，凉爽的清风从南窗里吹进来，太舒服了！

17、穿过一片向日葵，我们会在附近的大槐树下的石凳上，抬头看天空，蔚蓝的天空把我们迷住了，就像一面明镜，没有一点污点；而天空中的白云给蓝天添加了几分神秘。这时我不由赞叹道：“天空真美，夏天真美。”

18、漫长而炎热的夏天终于过去了，凉爽怡人的秋天来到了。

19、悄悄酷暑来到，水分补足很重要，喝杯绿茶乐逍遥，避免夏日的烦躁，摒弃工作的烦恼，只把快乐拥抱，牢牢把幸福围绕，夏至日祝你万事如意，百事可乐，幸福安康。

20、夏至日来到，炎热将压力蒸发，高温将烦恼晒干，酷暑将忧愁燃烧，轻松由绿荫庇护，快乐与溪水相伴，幸福与清风呼应，祝你夏至日和和气气，美美满满，开开心心。

21、送静心一片，由清爽包装，赠清凉为礼品，派清风传递，加之凉爽的魔法，除去你一天的燥热，带来了清新的好心情，夏至日到了，亲还包邮哦，祝你静心自然凉，天天精神爽。

22、夏至来到了，把思念打包，把祝福送上，把心意封存，用真心传送，这是为你特制的真心关怀降暑邮递，愿你快乐一夏，清爽一下！

23、阳光灿灿，绿水青山秀两岸；风儿暖暖，快乐幸福满心田；天空蓝蓝，吉祥如意入视线；心情懒懒，深深祝福诉不完。立夏来临，一分问候伴随着岁月的流转，愿你事业如夏天的色彩，前程锦绣！

24、窗外炙热的斜阳，照着莽莽的草原，却看不见人影，使人感觉到进入了原始地带。

25、天气热的让人烦躁，总是突如其来的暴雨也让人烦躁，一照镜子看见自己就烦躁。

帮我搜夏季篇十三

1、夏日绽放幸福花，清风一吹飘芬芳，艳阳高照暖人心，单衣多彩又多姿，大街小巷去散步，看见裙子心情美，立夏节气已来到，祝你立夏过得快快乐乐。

2、善待朋友须热心，与人为善朋友多。互敬互爱敬爱人，真

心实意扶贫弱。百善首孝爱父母，诚心诚意美生活。谦恭虚己乐敬业，赤子丹心爱祖国。

3、立德以高，道德高峰永攀登；立志以远，理想远景常憧憬；立业以精，业精于勤荒于嬉；立言以宏，宏伟经典多吟颂；立身以正，正风正气满乾坤！

4、一春相思无尽意，春已去，夏当立；半池清水半尺荷，蜂未去，蜓已飞；一条短信频频寄，且为君，倍欣喜；伴着夏风览信息，念今日，是夏立。立夏快乐！

5、微风轻轻拂绿柳丝，流云淡淡捎去思念；愿你生活如清晨暖阳，流光溢彩，冉冉而上；心情像叶间柳絮，因风而起，轻舞飞扬；事业如立夏节气，红红火火。

6、夏色三分，二分花卉，一分智慧。紫薇繁花似锦，莲花有情情飞扬，丝竹铮铮伴鸟语，梧桐青青映禾秧，立夏时节多惬意，祝君快乐不悲伤！

7、远去的是春天，不变的是惦念，惦念你的平安，惦念你的幸福；迎来的是立夏，得到的是附加，附加你的运气，附加你的成功。编辑的是短信，发送的是祝愿，立夏时节，祝愿你很健康，祝愿你很顺利！

8、社会老龄化，老人有寄托。社区献爱心，同唱敬老歌。我来送温暖，同您唠唠嗑。给您理个发，真情到心窝。老人开怀笑，精神多矍铄！

9、蝉声清幽，鸟鸣不休，大河向东流，花香解人愁；岸立嫩柳，红肥绿瘦，立夏阳光柔，风暖消烦忧；快乐牵手，好运长久，健康陪你走，幸福永不溜！

10、风起风落间，你可曾感受到花香的淳朴与清新？日升日落间，你可曾领悟到时空的变幻与神秘？雨来雨歇间，寻得

一枝一叶，去欣赏去体味这个世界！立夏时节，祝开心快乐享受夏天的甜蜜和幸福！

11、立夏立夏，看到我信息记得笑一下，就算敢鸭子上架，也要让你快乐一夏。祝你的笑容就跟夏天的阳光一样灿烂啊，每天都乐开花！

12、和暖的春风轻轻消散，绚丽的夏花渐渐灿烂。当收到我的问候，你所有的烦恼将随春风远去，开心的感觉将因夏花弥漫。立夏到了，祝你快乐一夏！

13、春天渐行渐远，立夏迎面来；愿你看到绿色，开心一“夏”；望着祝福，幸福一“夏”；读着短信，兴奋一“夏”，祝你如意，快乐立“夏”！

14、春夏变换，拿出“冰镇”的快乐，消灭“升温”的烦恼；打开“恒温”的吉祥，扫除“灼热”的困扰；举起“清凉”的如意，驱逐“沸腾”的喧嚣，立夏节气，祝你生活愉快，万事顺心，立夏快乐。

15、立夏养生要静养，戒骄戒躁情舒畅，平心静气无限好。立夏养生要调养，增酸减苦宜清淡，补肾助肝养胃气。立夏养生要休养，晚睡早起好睡眠，不忘午休提精神。立夏来到，愿你度过一个宁静健康的夏天。

16、立夏至，重养生；气温高，心莫劳；黑芝麻，补血好；食清淡，肠胃调；冷饮料，少喝好；出汗后，防感冒；烈日下，少暴晒；体无恙，乐逍遥。

17、立夏阳光灿烂，立夏鲜花烂漫，立夏和风飘散，立夏祝福无限：愿你快乐不止一夏、好运不止一夏、成功不止一夏，平安不止一夏、幸福更是不止一夏。

18、立夏的太阳，火了你的生意，热了你的激情，辣了你的

甜蜜，升了你的幸福，涨了你的如意，晒了你的烦恼，蒸了你的晦气，红（鸿）了你的运气。立夏快乐哦。

19、立夏_，春装下了岗；炎热来造访，美女变腿长；街头秀色餐，快乐心中藏；蝉儿枝头鸣，蛙儿荷塘唱；莫把烦躁尝，心情晒太阳。立夏来，祝你开心哟！

20、呕心沥血苦追求，日夜耕耘贡献稠。爱凝笔端写真情，恨聚唇齿揭丑陋。乐为百姓鼓与呼，敢报国家喜与忧。一身正气担道义，江河蘸尽写风流。

帮我搜夏季篇十四

立夏吃罢中饭，有秤人的`习俗。古诗云：“立夏秤人轻重数，秤悬梁上笑喧闺。”人们挂起一杆大木秤，秤钩悬一根凳子，大家轮流坐到凳子上面秤人。

2、喝粥

根据当地史料记载，我国古时每年“立夏”节气，民间形成了吃粥、挂蛋等习俗。民间传说立夏这天喝立夏粥可保一年平平安安、无病无灾。

3、吃立夏饭

立夏这一天，按照中国人的传统习俗，要变着花样吃各种饭，乌米饭、豌豆糯米饭……主料都是最最平常的米饭，但因为加进了各种时令的料，变换出不同的颜色。

4、尝新

很多地方有“立夏尝鲜”之俗。人们品尝时令食物，以求健康吉祥。

5、做夏

立夏季节，福州风俗流行煮鼎边“做夏”。鼎边糊(又称锅边糊)，用米浆涮锅边烧煮而成，配以虾米、虾油、葱菜、金针、黑木耳、蚬子，或少量香菇、蛭干等海鲜清汤，其味极为荤美可口。

6、食面食

我国北方多种植小麦，立夏正是小麦上场时节，因此北方大部分地区立夏时有制作与食用面食的习俗，意在庆祝小麦丰收。立夏的面食主要有夏饼、面饼和春卷三种。

7、喝茶

我国江西、扬州等地有立夏喝茶的习俗。夏天酷暑炎热，经常喝茶，尤其是偏凉性的绿茶，可以让暑气顿消，起到清热解暑、利尿排毒的作用。

8、迎夏

古代，人们非常重视立夏。还有习俗说立夏日不迎夏，会有病灾缠身。

帮我搜夏季篇十五

立夏这个节气在战国末年(公元前239年)就已经确立了，预示着季节的转换，为一年四季之夏季开始的日子。按照气候学的标准，5天平均气温达到22℃才算夏季开始。在黄河中下游地区，立夏时节的候温同气候学标准大致接近，而这一地区正是二十四节气的起源地。由此看来，二十四节气把立夏节这天作为夏季的开始还是符合实际情况的。

立夏时节，万物繁茂。明人《莲生八牋》一书中写有：“孟

夏之日，天地始交，万物并秀。”这时夏收作物进入生长后期，冬小麦扬花灌浆，油菜接近成熟，夏收作物年景基本定局，故农谚有“立夏看夏”之说。据记载，周朝时，立夏这天，帝王要亲率文武百官到郊外“迎夏”，并指令司徒等官去各地勉励农民抓紧耕作。旧俗立夏日又为民间传统节日，称“立夏节。”

汉代也沿承此俗，《后汉书·祭祀志》载：“立夏之日迎夏，于南郊，祭赤帝祝融，车旗服饰皆赤。”歌《朱明》，舞《云翘之舞》。到宋代，礼仪更趋繁琐。至明代始有“尝新风俗”。清代《帝京岁时纪胜》载“立夏取平时曝晒之米粉舂芽，并用糖面煎作各色果叠，相互馈送”。并用柳枝穿果叠作小儿食品，江浙一带还有立夏吃花饭的习俗，也有叫“吃补食”的。民间习俗还有“立夏吃蛋，石头都踩烂”，说立夏时吃鸡蛋鸭蛋可以增强体质，还可以耐暑。有的立夏食笋，有的立夏喝酒，都是赶在节日这天，名曰“立夏见三新”，南方地区旧时逢立夏日，各家蒸新茶，并配以各种水果，馈赠亲戚邻居。

立夏是农历二十四节气中的第7个节气，夏季的第一个节气，表示孟夏时节的正式开始，更是太阳到达黄经45度时交立夏节气。斗指东南，维为立夏，万物至此皆长大，故名立夏也。

立夏这个节气在战国末年(公元前239年)就已经确立了，预示着季节的转换，为一年四季之夏季开始的日子。

实际上，若按气候学的标准，日平均气温稳定升达22度以上为夏季开始，“立夏”前后，我国只有福州到南岭一线以南地区是真正的“绿树浓阴夏日长，楼台倒影入池塘”的夏季，而东北和西北的部分地区这时则刚刚进入春季，全国大部分地区平均气温在18—20℃上下，正是“百般红紫斗芳菲”的仲春和暮春季节。进入了五月，很多地方槐花也正开。立夏时节，万物繁茂。

迎夏仪式：

“立夏”的“夏”是“大”的意思，是指春天播种的植物已经直立长大了。古代，人们非常重视立夏的礼俗。

在立夏的这一天，古代帝王要率文武百官到京城南郊去迎夏，举行迎夏仪式。君臣一律穿朱色礼服，配朱色玉佩，连马匹、车旗都要朱红色的，以表达对丰收的祈求和美好的愿望。

宫廷里“立夏日启冰，赐文武大臣”。冰是上年冬天贮藏的，由皇帝赐给百官。

江浙一带，人们因大好的春光明媚过去了，未免有惜春的伤感，故备酒食为欢，好像送人远去，名为饯春。崔骃在赋里说：“迎夏之首，末春之垂。”吴藕汀《立夏》诗也说：“无可奈何春去也，且将樱笋饯春归。”

在民间，立夏日人们则喝冷饮来消暑。立夏日，江南水乡有烹食嫩蚕豆的习俗。有的地方还有立夏日称人的习俗。

斗蛋游戏：

那日中午，家家户户煮好囫囵蛋(鸡蛋带壳清煮，不能破损)，用冷水浸上数分钟之后再套上早已编织好的丝网袋，挂于孩子颈上。孩子们便三五成群，进行斗蛋游戏。蛋分两端，尖者为头，圆者为尾。斗蛋时蛋头斗蛋头，蛋尾击蛋尾。一个一个斗过去，破者认输，最后分出高低。蛋头胜者为第一，蛋称大王；蛋尾胜者为第二，蛋称小王或二王。谚称：“立夏胸挂蛋，孩子不疰夏”疰夏是夏日常见的腹胀厌食，乏力消瘦，小孩尤易疰夏。中饭是糯米饭，饭中掺杂豌豆。桌上必有煮鸡蛋、全笋、带壳豌豆等特色菜肴。乡俗蛋吃双，笋成对，豌豆多少不论。民间相传立夏吃蛋拄心。因为蛋形如心，人们认为吃了蛋就能使心气精神不受亏损。立夏以后便是炎炎夏天，为了不使身体在炎夏中亏损消瘦，立夏应该进补。

嵯谚有旺生，寓人双腿也像春笋那样健壮有力，能涉远路，寓意拄腿。带壳豌豆形如眼睛。古人眼疾普遍，人们为了消除眼疾，以吃豌豆来祈祷一年眼睛像新鲜豌豆那样清澈，无病无灾。

立夏“秤人”：

立夏吃罢中饭还有秤人的习俗。人们在村口或台门里挂起一杆大木秤，秤钩悬一根凳子，大家轮流坐到凳子上面秤人。司秤人一面打秤花，一面讲着吉利话。秤老人要说“秤花八十七，活到九十一”。秤姑娘说“一百零五斤，员外人家找上门。勿肯勿肯偏勿肯，状元公子有缘分。”秤小孩则说“秤花一打二十三，小官人长大会出山。七品县官勿犯难，三公九卿也好攀”。打秤花只能里打出(即从小数打到大数)，不能外打里。民间相传诸葛亮与孟获和刘阿斗的故事有关。据说孟获被诸葛亮收服，归顺蜀国之后，对诸葛亮言听计从。诸葛亮临终嘱托孟获每年要来看望蜀主一次。诸葛亮嘱托之日，正好是这年立夏，孟获当即去拜阿斗。从此以后，每年夏日，孟获都依诺来蜀拜望。过了数年，晋武帝司马炎灭掉蜀国，掳走阿斗。而孟获不忘丞相嘱托，每年立夏带兵去洛阳看望斗，每次去则都要秤阿斗的重量，以验证阿斗是否被晋武帝亏待。他扬言如果亏待阿斗，就要起兵反晋。晋武帝为了迁就孟获，就在每年立夏这天，用糯米加豌豆煮成中饭给阿斗吃。阿斗见豌豆糯米饭又糯又香，就加倍吃下。孟获进城秤人，每次都比上年重几斤。阿斗虽然没有什么本领，但有孟获立夏秤人之举，晋武帝也不敢欺侮他，日子也过得清静安乐，福寿双全。这一传说，虽与史实有异，但百姓希望的即是“清静安乐，福寿双全”的太平世界。立夏秤人会为阿斗带来福气，人们也祈求上苍给他们带来好运。

帮我搜夏季篇十六

立夏意味着春天结束，夏天开始。按照气候学的说法，日平均气温超过22℃，就算进入夏季。

作为入夏的第一个节气，自其产生以来，人们就对它非常重视。汉代时，立夏日这天，帝王会亲率文武百官到京城南郊迎夏，举行祭祀炎帝、祝融的仪式。因为按照五行学说，夏季在五行中属火，对应方位为南方，对应颜色是红色。迎夏仪式上，君臣服饰及车旗等均为朱色，同时唱《朱明》歌，跳《云翘》八佾舞，场面十分隆重。祭祀完毕，帝王派司徒前往各地敦促农民注意农时，抓紧耕作。后来，立夏的仪式变得更加繁琐，但其意义仍是昭示农时，重视农事的表现。到了明清时期，立夏逐渐发展成一个民俗节日。

在民间，立夏日人们举办各种活动，如饮食上进行尝新、吃鸡蛋、喝酸梅汤、七家粥、七家茶等消暑、防疰夏，祈祷家人平安健康、邻里和谐。

尝新也叫尝鲜，因为炎热的夏天和农忙的季节即将来临，不少农作物、瓜果即将成熟，鱼类也正处在成长期。立夏尝新有告别昨天的意义。因为地域不同，各地尝新的品类也不同。江苏常州一带流行地三鲜、树三鲜、水三鲜之分，地三鲜即苋菜、蚕豆、大麦穗(或蒜苗、竹笋)，水中三鲜为海蛰、刀鱼、白虾，树三鲜则为樱桃、梅子、香椿头(或杨梅、枇杷)。江苏常熟一带尝新更讲究，要“九荤十三素”的排场。所谓九荤，即鲥鱼、鲢鱼、咸蛋、海狮、煨鸡、腌鲜、卤虾、樱桃肉和鲳鳊；十三素是黄瓜、苕笋、草头、萝卜、玫瑰、松花、樱桃、梅子、麦蚕、竹笋、蚕豆、茅针、豌豆等。

立夏吃鸡蛋，也叫吃立夏蛋。家家户户要煮上一锅鸡蛋，手巧的母亲以彩线织成放置鸡蛋的丝袋，把染色的鸡蛋放入其中，挂在孩子胸前，据说可以消除瘟疫。有的地区也采用鸭蛋，鹅蛋等。正因如此，立夏这天会见孩子们胸前挂着鸡蛋，到处约伴碰蛋的热闹情形。因“蛋”、“袋”、与“代”谐音，此举也寄托着父母的传延子孙的希望儿孙健康长寿、“代代相传”。

酸梅汤，是农家以泡发好的乌梅作原料，加入冰糖、蜂蜜、

桂花等熬制的汤。立夏以后天气逐渐变热，为了应对夏天的炎热，人们以乌梅做汤，做好后，将汤盛在大瓷缸里，待凉下来后，作消暑佳品。旧时乡间，时常见到以铜月牙作幌子的商贩，手里敲着冰盏，走街串巷卖乌梅汤的情形。

“七家粥”，是指立夏日百姓邻里之间相互赠送豆、米等，用黄糖相和而熬制的粥。据说吃了这种粥，邻里之间会更加和睦。

“七家茶”，是用从七户人家中讨来的陈年茶叶泡制的茶叶。立夏这天，人们到四邻八舍乞讨一些隔年放置的陈茶叶，一般以七户为宜，然后将讨来的茶叶合在一起，给孩子们喝，预防疰夏。因为鸡蛋吃多了，容易发腻，所以有的人家将鸡蛋放入“七家茶”中煮，便出现了“茶叶蛋”。后来，商贩们在农家蒸煮“茶叶蛋”的茶水中放入茴香、陈皮等香料，使“茶叶蛋”的香味更加浓郁，这便是今天“茶叶蛋”的原型。

当然，立夏的饮食活动还有很多，地域不同，品类也存在差异，如“立夏羹”、乌米饭、五虎丹(红枣、黑枣、胡桃、桂圆、荔枝)等。

除各种饮食活动以外，立夏节还流行“称人”的习俗。它源于人们对夏天炎热的畏惧，据说这天称过体重后就不怕夏季炎热，人也不会消瘦，否则会有疾病缠身。旧时，每到立夏，家家户户都要用秤称人，小孩一般放在箩筐里称，大人及大孩子则手握秤钩称。称小孩体重时，会悄悄在箩筐里放块石头，一是增加些重量，二是取长寿之意。称人时秤砣移动有讲究，只能往外捋，意思是只能增重，忌讳从外往里捋，不能减重。报重量时，逢“九”报“十”，以图吉利。称完后，每个人要牢记自己的重量，等到下一年夏天再作对比。另一种称人的方式则在室内进行，将秤悬挂在屋梁上，人们互称重量，这种情况多是妇女们使用。关于立夏称人的说法来源于三国时期。蜀将赵子龙自长坂坡救出阿斗之后，刘备将阿斗交由孙夫人抚养，此时正是立夏。孙夫人怕阿斗养得不好，

被别人说嫌话，便想了个办法，当着子龙的面将阿斗称了称，到次年此时再称，根据体重的增减就容易得知孩子养的好不好了。后来民间借鉴此法，并相沿成俗，在立夏这天称孩子，以加强对孩子的养护。

立夏节的习俗

帮我搜夏季篇十七

再过两天就要到立夏节气了，旧俗立夏日又为民间传统节日，称“立夏节。”古代天子率百官迎夏于南郊，并举行祭祀炎帝、祝融的仪式。到明代民间始有尝新风俗，清代更有祭神、尝新、馈节、秤人、烹新茶等俗。江浙一带至今仍保留吃立夏蛋、健脚笋、五虎丹、三两半等“吃补食”的饮食风俗云南宣威地区则有大门插皂荚枝、红花以压祟，围灰墙脚以避蛇之俗。中国部分少数民族亦有过立夏节的习俗。

虽然全国各地立夏这天的传统食俗各有特色，但说起立夏那天最经典的食物就是“立夏蛋”了。立夏前一天，很多人家里就开始煮“立夏蛋”了，一般用茶叶末或胡桃壳煮，看着蛋壳慢慢变红，满屋香喷喷。茶叶蛋应该趁热吃，吃时倒上好的酒，内洒些许细盐，酒香茶香，又香又入味。

“立夏吃蛋”的习俗由来已久。俗话说：“立夏吃了蛋，热天不疰夏。”相传从立夏这一天起，天气晴暖并渐渐炎热起来，许多人特别是小孩子会有身体疲劳四肢无力的感觉，食欲减退逐渐消瘦，称之为“疰夏”。女娲娘娘告诉百姓，每年立夏之日，小孩子的胸前挂上煮熟的鸡鸭鹅蛋，可避免疰夏。因此，立夏节吃蛋的习俗一直延续到现在。

古人认为，鸡蛋圆圆溜溜，象征生活之圆满，立夏日吃鸡蛋能祈祷夏日之平安，经受“疰夏”的考验。立夏日一般在农历的四月，“四月鸡蛋贱如菜”，人们把鸡蛋放入吃剩的“七家茶”中煮烧就成了“茶叶蛋”。后来人们又改进煮

烧方法，在“七家茶”中添入茴香、肉卤、桂皮、姜末，从此，茶叶蛋不再是立夏的节候食品，而成为我国传统小吃之一。

帮我搜夏季篇十八

1、自从立夏，腰不酸，背不疼，腿也不抽筋了；立夏，季节中的战斗机；难言之隐，立夏了之。立夏祝福，不走寻常路，愿你清凉一“夏”，快乐一“夏”！

2、清明麻，谷雨花，立夏栽稻点芝麻；今天种，明天收，盆满钵满乐开花；种平安，结幸福，心情如花笑哈哈；我来种，你来收，健康快乐是一家！

3、从今儿起，不准走路时看五十岁以下女士，不准和女同事聊天，不准在网上和女士闲聊，碰到女服务员不准买东西！今日立夏！就是立下规矩的意思！哈哈！

4、立夏到了，愿你事业红过法拉利，生活美过纯蜂蜜，一路高飞如直升机，祝你收获夏的清爽、夏的激动、夏的惊喜，夏天快乐！

5、滚滚麦浪立夏时，荷塘浮萍蜻蜓驰。雷声震响风雨淋，防止着凉呆家里。天晴日辉分外丽，天际彩虹幸福溢。瑞祥高映满心意，安康美满笑声起。祝福朋友好身体，愿你立夏好运气。

6、春去夏来日渐炎，风调雨顺百姓欢。农生作物立杆长，丰收在望硕果盼。红丝套蛋挂胸前，祈福孩子无灾难。消暑防病求吉祥，温神一去不复返。立夏节：祝福朋友全家安然无虑。

7、花如诗，草似画，百变到立夏；秀亮发，晒潇洒，美女变火辣；短裙俏，水蛇腰，身材更火爆；立夏到，热情高，做

人难低调！夏天，愿你秀出不一样的自己！

8、立夏到，问候不绕弯，祝福如连环，愿你好运永相伴，事业大道宽，钞票随便赚，快乐心情欢。平安把你缠，健康把你恋，幸福生活永连绵。

9、夏风夏月夏花艳，夏树夏江夏雨甜，夏思夏情夏挂念，愿你立夏乐翻天！胃口很棒体康健，轻松如意好睡眠，所有美梦都能圆，无比幸福在夏天！

10、立夏节气至，吃个茶叶蛋，也愿你学习茶叶蛋的人生哲理，即使遇到许多磕绊，即使遇到许多挫折，就如茶叶蛋般外壳有了裂痕，依然把坚强放在心里，在经历中成长。不完美的人生更加精彩，愿你立夏快乐！

11、最近在忙什么？立夏终至，心情美丽；温度高升，换下厚衣；快乐幸福，多多温习；祝福送你，事业顺利；生活惬意，爱情甜蜜。

12、立夏美肤有道，吃对美食就好，莲藕莲子煲粥，光泽闪亮独到，木耳加枣煎汁，粗糙轻松赶跑，咸梅干泡清酒，擦拭肌肤光滑，贴心秘籍送上，快乐安康围绕！

13、立夏时节，问候再把你想。静静溪水，是你的好运绵绵流淌；风吹雨打，是你的健康肆意张狂。再洒落一片幸福阳光，将你的生活照得光亮。祝你快乐无恙！

14、立夏麦吡牙，怕热把扇拿，消暑祛湿吃菜瓜，心宽体健笑哈哈，工作进步奖金加，亲情友情情无价，平安如意好年华。立夏快乐哦。

15、是阳光的追求，还是岁月的不挽留，春悄悄地溜走；在蝉儿的歌喉，还是在蜻蜓的眉头？夏已在快乐地玩游；季节虽交替，牵挂却依旧，今日立夏，愿你无忧！

16、立夏来临要升温，杂草丛生要除根，友情锄头为你抡，除去忧愁与烦闷，友谊常伴幸福存，快乐甜蜜永相随，立夏快乐永留痕。

17、小麦开花，告别春的温和，迎来夏的荷香；立夏来到，告别春日的微风，迎来夏日的渔翁垂钓。夏日的风景多美好，祝你快乐心情乐淘淘。

18、立夏到，舞动阳光陪树荫舞蹈，烦心琐事随春天走掉；顶个草帽陪知了狂叫，福禄安康随夏天来到；享受冰浴陪花草繁茂，祝福问候随温度升高，立夏节气乐滔滔。祝你万事顺心又顺意，立夏快乐。

19、又到五月五，蜻蜓在飞舞，思念很辛苦，真诚表祝福。一把立夏土，生活很满足；一棵立夏树，快乐有无数，走上幸福路，一生永不输！立夏快乐！

20、立夏需养心，重静养，避免运动过量大汗淋漓，“汗”出伤阳。饮食以清淡为宜，多进稀食则有生津止渴、清凉解暑，补养身体之效。

帮我搜夏季篇十九

中国自古习惯以立夏作为夏季开始的日子，为了迎接夏天的到来，立夏日，古人会举行各种迎夏仪式，民间也会举行各种有趣的活动。这些趣味盎然的活动，逐渐形成了许多传统习俗，一些风俗甚至保留至今。

古代，人们非常重视立夏的礼俗。据《岁时佳节记趣》记载，先秦时各代帝王在立夏这天，都要亲率文武百官到郊区举行迎夏仪式。君臣一律身着朱色礼服，佩带朱色玉饰，乘坐赤色马匹和朱红色的车子，连车子的旗帜也是朱红色的。这种红色基调的迎夏仪式，强烈表达了古人渴求五谷丰登的美好愿望。

宫廷里“立夏日启冰，赐文武大臣”。冰是上年冬天贮藏的，由皇帝赐给百官。

在民间，立夏日人们则喝冷饮来消暑。

虽然中国各地立夏日的传统食俗各有特色，但最经典的食物则非“立夏蛋”莫属。立夏前一天，很多人家里就开始煮“立夏蛋”了，蛋一般用茶叶末或胡桃壳来煮，蛋壳慢慢变红，屋内也随之香气四溢。

“立夏吃蛋”的习俗由来已久。俗话说：“立夏吃了蛋，热天不疰夏。”相传从立夏这一天起，天气晴暖并渐渐炎热起来，许多人特别是小孩子会有身体疲劳四肢无力的感觉，食欲减退逐渐消瘦，称之为“疰夏”。女娲娘娘告诉百姓，每年立夏之日，小孩子的胸前挂上煮熟的鸡鸭鹅蛋，可避免疰夏。因此，立夏节吃蛋的习俗一直延续到现在。

古人认为，鸡蛋圆圆溜溜，象征生活之圆满，立夏日吃鸡蛋能祈祷夏日平安，经受“疰夏”的考验。立夏日一般在农历的四月，“四月鸡蛋贱如菜”，人们把鸡蛋放入吃剩的“七家茶”中煮烧就成了“茶叶蛋”。后来人们又改进煮烧方法，在“七家茶”中添入茴香、肉卤、桂皮、姜末，从此，茶叶蛋不再是立夏的节候食品，而成为中国传统小吃之一。

除了吃蛋之外，还有另外的玩法。煮好的蛋，挑出整只未破的，用彩线编织成蛋套，挂在孩子胸前，或挂在帐子上。小孩子们以斗蛋为游戏，以蛋壳坚而不碎为赢。

立夏尝三鲜是中国民间的一种习俗，称为“立夏吃三鲜”或“立夏见三新”，即在立夏之日品尝时鲜，所谓的时鲜具体指哪几样食物，各地有不同的说法。但是一般可以分为地三鲜、树三鲜和水三鲜。

地三鲜即蚕豆、苋菜、黄瓜(一说是苋菜、蚕豆、蒜苗)。其

实各地都有自己的三鲜。之所以吃蚕豆，是因为立夏时，它刚好上市；豆又叫发芽豆，立夏吃豆，讨的是“发”的彩头。而时令蔬菜红苋菜，吃完苋菜端起菜盆将红红的汤汁一饮而尽，讨的是“红”运当头的彩头。黄瓜水分大，也非常适合夏天吃。

树三鲜即樱桃、枇杷、杏子(一说是青梅、杏子、樱桃)。时令水果新鲜多汁，当然要尝一个，而且立夏吃樱桃，也是为讨一个红红火火的好彩头。

水三鲜即海螺、河豚、鲥鱼(一说是鲥鱼、鲳鱼、黄鱼)。这类三鲜现在四季都可以在市场上买到，但应节气享受这些美食或许更多一些乐趣。

古诗云：“立夏秤人轻重数，秤悬梁上笑喧闺”。立夏日“称人”的习俗主要流行于中国南方，起源于三国时代：传说刘备死后，诸葛亮把刘备的儿子阿斗交赵子龙送往江东，并拜托吴国孙夫人抚养。那天正是立夏，孙夫人当着赵子龙面给阿斗秤了体重，并称来年立夏再秤一次看体重增加多少，再写信向诸葛亮汇报，由此传入民间并形成了立夏日的风俗。

帮我搜夏季篇二十

- 1、夏天，象征着百花齐放，意味着天气炎热。夏天，是美好的，是可爱的，我爱美丽的夏天。
- 2、初夏的晚风，带着枣花和月季花的幽香，飘进这间简朴而舒适的客厅。
- 3、坐在春光里，海风吹拂…被子沁凉，风温柔。期待夏天的到来，今天我很开心。
- 4、找点儿时间，去美术馆晃晃，去甜品店坐坐，看个心酸着有点儿热血的电影，期待夏天

5、立夏节气，万物翠绿，心情花儿绚丽，短信祝福亲亲的你：愿你工作顺顺利利，爱情甜甜美蜜，样儿靓靓丽丽，一切都如如意意！

6、夏天真美好，夏天，是一个充满活力又变化无穷的季节。这繁花似锦的夏天，是秋的基础、冬的前奏。春天的美景绚丽多彩，令人心旷神怡，难以改笔……让我们在这美好的季节里，用心描绘美好的夏天。

7、夏日的晴空是明媚的，天是湛蓝深远的，太阳像火球般的烤着大地，阳光是那样强烈，天上地下处于一片耀眼的光明之中。阳光洒在荡漾的河面上，泛起万点金光，像一颗颗晶莹的小星，顽皮的向人们眨着眼睛。

8、美丽的夏天在四个季节中，有的人喜欢温暖的春天；有的人喜欢凉爽的秋天；有的人喜欢寒冷的冬天。而我喜欢美丽的夏天。

9、透蓝的天空，悬着火球似的太阳，云彩好似被太阳烧化了，也消失得无影无踪。

11、夏天真美好，我已想起咏柳这首诗：碧玉妆成一树高，万条垂下绿丝绦。不知细叶谁裁出，二月春风似剪刀。这诗写得多好啊！把蜜蜂都招来了呢，都想采咏柳的蜜呢！

12、花事已了，春幕已谢，一个崭新的季节夏季来临了，展开了布满气愤但愿繁茂的时节。从今天立夏开始我祝你带着阳光一样辉煌的微笑走过这个生命的季节！

13、春意无限已归去，夏日炎炎已到来。阳光热烈更灿烂，男女老少单衣穿。五彩缤纷色彩艳，大街小巷纳凉来。

14、午后的阳光，太强烈了，连秧田里的水，都给蒸得暗地发出微小的声音。

15、夏至到了，一愿你的事业永远蒸蒸日上，永远“夏”不来；二愿你的幸福健康指数，永远“夏”不来；三愿你的豪情壮志热情，永远“夏”不来。夏至快乐！

16、夏天，凉爽的清风从南窗里吹进来，太舒服了！

17、穿过一片向日葵，我们会在附近的大槐树下的石凳上，抬头看天空，蔚蓝的天空把我们迷住了，就像一面明镜，没有一点污点；而天空中的白云给蓝天添加了几分神秘。这时我不由赞叹道：“天空真美，夏天真美。”

18、漫长而炎热的夏天终于过去了，凉爽怡人的秋天来到了。

19、悄悄酷暑来到，水分补足很重要，喝杯绿茶乐逍遥，避免夏日的烦躁，摒弃工作的烦恼，只把快乐拥抱，牢牢把幸福围绕，夏至日祝你万事如意，百事可乐，幸福安康。

20、夏至日来到，炎热将压力蒸发，高温将烦恼晒干，酷暑将忧愁燃烧，轻松由绿荫庇护，快乐与溪水相伴，幸福与清风呼应，祝你夏至日和和气气，美美满满，开开心心。

21、送静心一片，由清爽包装，赠清凉为礼品，派清风传递，加之凉爽的魔法，除去你一天的燥热，带来了清新的好心情，夏至日到了，亲还包邮哦，祝你静心自然凉，天天精神爽。

22、夏至来到了，把思念打包，把祝福送上，把心意封存，用真心传送，这是为你特制的真心关怀降暑邮递，愿你快乐一夏，清爽一下！

23、阳光灿灿，绿水青山秀两岸；风儿暖暖，快乐幸福满心田；天空蓝蓝，吉祥如意入视线；心情懒懒，深深祝福诉不完。立夏来临，一分问候伴随着岁月的流转，愿你事业如夏天的色彩，前程锦绣！

24、窗外炙热的斜阳，照着莽莽的草原，却看不见人影，使人感觉到进入了原始地带。

25、天气热的让人烦躁，总是突如其来的暴雨也让人烦躁，一照镜子看见自己就烦躁。