# 2024年端午节心得体会(大全12篇)

来源：网络 作者：琴心剑胆 更新时间：2024-04-13

*当在某些事情上我们有很深的体会时，就很有必要写一篇心得体会，通过写心得体会，可以帮助我们总结积累经验。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。端午节心得体会篇一中国有很多的传统...*

当在某些事情上我们有很深的体会时，就很有必要写一篇心得体会，通过写心得体会，可以帮助我们总结积累经验。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

**端午节心得体会篇一**

中国有很多的传统节日，如春节.元宵节.中秋节……可是我最喜欢的还是端午节。那是因为在我家发生了一件快乐又感动的事情。

爸妈结婚十几年了，妈妈一直跟着爸爸走南闯北吃了很多苦。她从没有好好休息过，不管以前开商场，还是现在开小店。妈妈从不抱怨天天呆在店里兢兢业业守着店，从不轻易把店门关上。今天是端午节听说金山嘴有赛龙舟比赛。爸爸和我商量着把妈妈带过去一起观看。可是我知道妈妈肯定不会去的，这可怎么办呀?我灵机一动，每次学校和老师说有活动，妈妈就会言听计从的`把店门关上。想到这里我一脸严肃的样子对妈妈说：“妈，今天学校有活动让家长带着小朋友到金山嘴观看赛龙舟比赛爸妈都要去。”妈妈抬起头半信半疑的瞅着爸爸，爸爸使劲的点了点头。妈妈立刻拿起钥匙准备关店门。我和爸爸开心的跳了起来连击了几掌。

我们开着车很快来到金山嘴，只见河边早已人山人海，比赛就要开始了，每个运动员都摩拳擦掌，只听见“嘭”的一声发令枪响了，每一条船都像箭一样冲了出去，在一旁观看得人，大声地喊着加油!加油!脖子上的筋都爆了出来兴奋得好像自己在比赛一样。岸上的人越来越多，妈妈也看地很开心。我和爸爸大声得叫着：“红队加油.红队加油。”突然，听到一个熟悉的声音:“颜颜，你们班的老师和同学怎么还没来?”妈妈轻声的问，我面红耳赤的对妈妈说：“妈妈，你太辛苦了从来不出去玩每天要么进货.要么守店.还要每天接我上下学。我和爸爸商量了一下就撒了一个小谎，就想把您带出来玩一玩。”这时，爸爸从车子后背箱里拿出了香喷喷的粽子，对妈妈说：“老婆，你辛苦了，端午节快乐。”只见妈妈热泪盈眶，紧紧地搂着我大声地说:“加油.加油。”我们开心的叫着喊着，为我们喜欢的队加油助威。

那是一个既快乐又特殊的端午节。至今让我难以忘记。

**端午节心得体会篇二**

端午节是中国的传统节日之一，也是我最喜欢的节日之一。每当端午节来临，我都会迫不及待地迎接这个喜庆的日子。端午节不仅仅是一种传统风俗的延续，更是一种文化的传承。通过参与传统活动、品尝美食、了解节日背后的寓意，我深深地感受到了端午节的独特魅力。

首先，端午节的传统活动让我体验到了浓厚的传统文化氛围。在这一天，人们会赛龙舟、挂艾草、佩香囊等等。我记得小时候，我曾经参加过家乡的龙舟比赛，整个河面上都是人声鼎沸，热闹非凡。看到队伍们在竞技中拼尽全力，我感受到了团结协作的力量。另外，挂艾草、佩香囊也是端午节的传统活动，这些活动寓意着消灾驱邪，保佑平安，是我们对生活的一种祈求。通过参与这些传统活动，我感受到了传统文化的魅力和永恒的力量。

其次，端午节的美食让我瞬间回到了童年的味道。端午节最有名的美食当属粽子。每年的端午节，我都会和家人一起亲手包粽子。包粽子是一项细致而有趣的活动，我会和妈妈一起将糯米、红枣、豆沙等馅料包进粽叶里，然后细心地缠绕成粽子的形状。每当捧起自己亲手包的粽子，撕开那层粽叶，闻着香气，咬下一口，那种满足感溢于言表。此外，还有蛋黄酥、艾叶饭等端午节特色美食，它们散发着浓郁的香气，让我仿佛回到了小时候，与家人一起享受节日的美好时光。

再次，端午节的寓意让我对生活有了更深层次的体会。传统节日都有其独特的寓意，端午节也不例外。我了解到，端午节是为了纪念屈原这位爱国诗人，同时也代表着对他的缅怀和追思。屈原为了国家的命运付出了自己的生命，端午节就是为了纪念他的忠诚和牺牲。这让我明白了忠诚和奉献的重要性，也让我更加珍惜现在的幸福生活。端午节的寓意让我对自己的人生有了新的思考和触动，让我懂得了什么是真正的忠诚和奉献。

最后，端午节让我感受到了家人的温暖和亲情的珍贵。端午节是一个家庭团聚的日子，每年的这一天，我都会和家人团聚在一起，共同度过这个特别的日子。我会和父母、爷爷奶奶一起制作粽子，参加各种传统活动。在家人的陪伴下，我感受到了温暖和幸福。而每年的端午节也成为我们一家人共同回忆和传承的重要场合。我深刻地意识到家人的重要性和亲情的珍贵，也明白了家庭团聚对于一个人来说是多么重要。

总的来说，端午节是我最喜欢的节日之一。通过参与传统活动、品尝美食、了解节日背后的寓意以及与家人的团聚，我感受到了端午节独特的魅力。在这个节日里，我更加珍惜传统文化的传承和亲人的陪伴。端午节对我来说不仅仅是一个节日，更是一种心灵的寄托和对生活的热爱。我希望将来的每个端午节，我都能和家人一起度过，共同庆祝这个美好的传统节日。

**端午节心得体会篇三**

农历五月初五，是我国的传统节日――端午节。我的家乡在江西赣州，每年的这个时候，家乡的人都要赛龙舟吃粽子。

又是一年端午节，在这个热热闹闹的节日里，我度过了愉快的一天。

家乡的端午节，家家户户吃茶叶蛋和粽子。，端午之后细菌多了，粽叶是有杀菌作用的，吃了防病。端午粽花样繁多：有碱水棕，绿豆棕，花生棕，豆沙棕，腊肉棕……各具特色，其味各异。解开扎藤，剥开粽子叶，甜粽子里藏着红红的粽肉，咸粽子里白白的粽肉都升腾着蒸汽，散发着一种特有的棕香。两粽子用盘子放在一起，活赛两颗亮晶晶的红白宝石，糯米在灯光下晶莹透亮散发着撩人扑鼻的浓郁糯米香，真是棒极了!

故乡的端午节哟，你给了我多少喜悦和欢乐啊!端午粽飘香，龙舟响当当，好事成双双!端午节流露出的是地道故乡情，是一种古老的传统，是对诗人屈原的爱国精神一种钦佩，赞颂。吃着正宗的家乡粽子，看着精彩的家乡龙舟赛，心里头别有一番滋味。

**端午节心得体会篇四**

赛龙舟是我们中国的一种传统文化，每年的端午节都要举行一次赛龙舟。我在端午节去民族文化村看到了赛龙舟。

每条龙舟上都有许多名选手，也有许多龙舟。龙舟停在起跑线上，选手们正坐在龙舟上休息。

过了不久，只看见一个人一吹口哨，所有的龙舟快速向前面行驶，每条龙舟上面都有一个选手在前面敲鼓，为后边的选手加油鼓劲，别的选手们在后面举起桨拼命地向前划着龙舟。

我看见每条龙舟颜色都各有区别，龙舟的相同之处是都像一条龙一样，有龙头，有龙尾，真是漂亮极了!有一条龙舟是深红色的，上面雕刻着精美的图案。有一条龙舟是天蓝色的，上面也有许多美丽的图案，一只只美丽的白天鹅雕刻在龙舟上，闪闪发光。有一条龙舟是棕色的，这条龙舟真是与众不同，别的龙舟都有一条条花纹来装扮自己，而这条龙舟一点花纹都没有，只是一条普普通通的龙舟。这条龙舟用木头做成。还有一条龙舟是橙黄色的，这条龙舟是用一个个小小的点做成的花纹，这小点很精致，也非常美丽!

一开始，那条深红色的龙舟遥遥。排在第二的是那条橙黄色的龙舟。但是后来那条棕色的龙舟，不知怎么了，好像有一股强大的力量带着棕色龙舟，棕色龙舟上的选手们奋力地划着龙舟，划到了第一名，不过虽然他们的龙舟已经到了第一名，但他们依然不骄傲，快速地划着龙舟。别的龙舟怎么样也追不上棕色龙舟。

最后，棕色的龙舟冲到了终点。第二个冲到终点的是那条天蓝色的龙舟，第三是深红色龙舟，第四是橙黄色龙舟。

这就是精彩的赛龙舟!我非常喜欢我国的传统文化赛龙舟!

**端午节心得体会篇五**

近年来，全球卫生形势严峻，新型冠状病毒疫情的爆发对全球各国产生了巨大冲击。中国作为疫情首发国，一直致力于抗击疫情，通过各种措施，有效遏制了疫情的蔓延。今年的端午节成为了一次特殊的抗疫节日，人们采取各种方式庆祝并传递正能量。在这个特殊的端午节期间，我也有着许多心得体会。

首先，疫情让人们更加珍惜健康。疫情的蔓延让我们意识到健康的重要性。疫情期间，人们必须加强自我保护，如佩戴口罩、勤洗手等。这些简单的行为成为了每个人生活的一部分，而这也让我们更加懂得珍惜自己的身体健康。在端午节期间，我选择了不去人多的景点，而是选择在家陪伴家人，享受一顿美食，同时也为了自己和家人的健康着想。

其次，疫情促使人们更注重家庭情感。端午节是一个传统的家庭团圆节日，人们会赶回家与亲人共享天伦之乐。然而，疫情使得很多人无法走出家门，无法与亲人团聚。这使得人们更加珍惜家庭的温暖和亲情。在这个特殊的端午节，我虽然无法与家人团聚，但通过网络和电话，我和家人进行了视频通话，送上了节日的祝福。疫情促使我们更加意识到家庭的重要性，也让我们更加明白家人的可贵。

此外，疫情也增强了社会的凝聚力。面对疫情的冲击，中国各地纷纷采取措施，政府、企事业单位、社会组织和个人都积极行动起来。许多人主动参与志愿者服务，为疫情防控工作贡献自己的力量。在端午节期间，社会各界也组织了各种形式的活动，鼓励人们积极向上，传递战胜疫情的信心与力量。在我的社区，也有志愿者们发放宣传资料，为居民提供健康咨询等服务。看到这一切，我感到疫情虽难，但通过我们的共同努力，我们一定能够战胜它。

最后，疫情给我们带来的触动将影响我们的生活方式。在疫情的冲击下，许多传统的习俗和活动都不得不被改变或取消。人们学会了通过网络庆祝节日，比如通过云端端午节活动、线上购物等。这给我们带来了新的体验，也在一定程度上改变了我们的生活方式。通过网络的方式庆祝节日，虽然看似陌生，但仍能感受到人与人之间的情感传递。这也让我明白，在新的时代背景下，我们需要不断适应、改变和创新。

总之，疫情给人们的生活带来了巨大的冲击，但对于我们每个人来说，它也成为一个重要的成长契机。端午节期间，我们更加珍惜健康、注重家庭情感，同时也增强了社会的凝聚力。疫情迫使我们改变了生活方式，但也让我们通过创新的方式感受到人与人之间的温暖。面对困难，适应改变，保持积极的心态，相信我们一定能够共同战胜疫情，迎来更加美好的未来。

**端午节心得体会篇六**

五月初五是一年一度的传统佳节/端午节。端午节是为了纪念古代伟大诗人屈原。所有地方的人都在为这快乐的节日做准备，处处洋溢着浓浓的节日的气氛。在我们家的端午节那真是既充实又温馨的.哦!

记得今年端午节，我们家处处洋溢着欢乐的气氛。端午节那天，我们全家商量着今年要来点什么呢?这时，我脑子里的一根筋“嗖”地一下子蹦了出来，来办一个包粽子大赛，说干就干，我连忙把亲朋好友全部都请来参加包粽子大赛。正在大家都手忙脚乱忙着包粽子的时候。突然，我抬头一看，这些粽子不是破了，就是没包好。唉，怎么样可以获胜呢?忽然，一个念头在我脑中一闪而过，我为什么不做一个心形的粽子呢?我先把粽叶折成心形，再把糯米及肉放在里面，将粽叶包扎起来，用绳子系好，这样一个心形的粽子完成了。

今年的端午节既特别又开心!

**端午节心得体会篇七**

回到家上网查了后，不仅知道了“五黄”指的是：黄鱼、黄瓜、咸鸭蛋黄、黄豆瓣包的粽子和雄黄酒。还知道了我们这端午节为什么要包粽子了。

端午节的下午，我们一家来到了外婆家过节。刚进门就闻到了一股香喷喷的味道，姨妈说这是锅里煮的粽子飘出的香味。一会，姨妈端上来热气腾腾的粽子让我们品尝，我把粽叶一层一层地剥下，露出了白嫩嫩的粽子，我咬了一口，哇!真香。

吃晚饭的时候到了，大家看着餐桌上的菜，竟然不约而同地说到了今天应该吃“五黄”，看看外婆准备的晚饭，真不错，在我们的餐桌上出现了“四黄”，唯独缺雄黄酒，外公说，那是因为我们不会做雄黄酒，所以大家也都不爱喝。

我们一家人边吃边聊，倾听着大人们说他们小时候过端午节的时候的趣事，不仅要自己包粽子，而且还要编装鸭蛋网呢，据说鸭蛋网是用五颜六色的彩线编的，编好后装上煮好的鸭蛋，可漂亮了。

看着大家说的高兴，外婆竟带着大家忆苦思甜了，说姨妈和妈妈小时候，因家里条件不好，过节也没什么好菜吃，今天这样的情景想都没想过。是啊，我们今天真的是太幸福了，我心里默默地想：“这么幸福的生活我一定要珍惜，也一定要好好学习。”

一阵笑声打断了我的思路，看着家里每个人开心的表情，我打心里觉得过端午节真好，真希望每天都过端午节!

**端午节心得体会篇八**

端午节是中华民族非常重要的传统节日之一，据传是为了纪念我国古代民族英雄屈原而设立的。屈原是中国历史上一位伟大的爱国诗人和政治家，他以言喻国家、兴邦富民而被视为民族之光。由于屈原的忠贞不渝和对国家的忠诚，小爱与国家之间的爱始终牵系在一起，因此也被誉为中华民族的精神象征。

二、端午节的传统习俗

在端午节，人们有许多传统的习俗。最典型的就是吃粽子。粽子是一种用糯米、肉、蛋黄、豆等食材制成的包子形状的食品，它的味道香甜可口，而且也非常有营养。此外，我们还有为屈原划龙舟、挂艾叶和食菖蒲饮雄黄酒等传统活动。这些习俗都是为了表达人们对屈原的敬仰和怀念之情。

三、端午节的文化内涵

端午节不仅仅是一种有趣的传统习俗，它还蕴涵了丰富的文化内涵。首先，它弘扬了中华民族的传统文化，让人们了解我们古代的文化背景和历史。其次，它也传承了人们对英雄的崇拜和对忠诚的追求。最后，它也是一种民族凝聚力的象征，让人们在这个特殊的日子里相聚在一起，感受传统文化的力量，增强了彼此间的感情。

四、端午节的现代意义

虽然我们现在生活在一个发达、繁荣、开放的时代，但我们无论如何也不能忘记我们的传统文化。在这个意义上，端午节就具有了现代意义。它让我们了解过去的历史，感受传统文化的魅力，同时也让我们对未来充满信心。因为我们的文化底蕴是非常广阔和深厚的，只有牢记这一点，我们才能在现代社会中立足。

五、总结

端午节是我们中华民族非常重要和特殊的一个节日。它既有充满传统意义的古老习俗和传说，同时也蕴含了深层次的文化内涵和现代意义。作为一个年轻人，我们更应该珍视这种传统文化，同时也应该将其与现代社会相结合，开创出更加美好的未来。

**端午节心得体会篇九**

近年来，新冠疫情在全球范围内蔓延，给人们的生活、工作和情感带来了极大的困扰。今年的端午节，作为一个家中宅一族的我，亲身经历了抗疫期间的种种困难和挑战。在这个特殊的节日里，我不仅收获了许多宝贵的心得体会，更意识到了团结、勇敢与乐观的重要性。

首先，抗疫教会了我团结的力量是无穷的。疫情期间，政府出台了一系列的防控措施，包括居民禁令和限制交通等，这无疑给我们的生活带来了严重的不便。然而，团结一心、相互帮助成为了我们抗击疫情的最大底气。在家中的每一户人家都在居家办公、居家学习的过程中共同面对着各种挑战，但我们相互扶持、互相鼓励，共同克服了困难。通过社区志愿者的组织下，我们居民之间建立了紧密的联系，互相提供各种帮助，形成了一个真正的大家庭。

其次，抗疫教会了我勇敢面对困难的精神。在疫情期间，每个人都面临各种各样的困境，可能是害怕被感染、担心家人的安全，亦或者是前景不明的工作和经济压力。然而，我看到了许多勇敢的人，他们以积极的态度面对困难和危机，坚持不懈地努力工作和学习，为自己和家人创造更好的生活。他们敢于直面困境，积极应对，展现出了强大的韧性和逆境抗争精神。

再次，抗疫教会了我乐观积极的心态是战胜困难的关键。在疫情期间，负面的新闻和信息充斥着媒体和社交网络，给人们带来了巨大的压力和恐惧。但我意识到，保持乐观积极的心态对于度过困难至关重要。我学会了培养自己的内心强度，通过阅读、运动和参与线上社交活动来保持积极的情绪。乐观的心态不仅能使我更好地应对压力，还可以为家人和朋友们带去正能量，共同度过难关。

最后，抗疫教会了我珍惜与亲人共聚的重要性。在以往的端午节里，家人们常常利用这个假期相聚，共同享受端午节的乐趣。然而，疫情的到来改变了我们的计划，我与家人长时间地隔离在不同的城市，无法共享团圆的喜悦。这使我更加珍惜与家人在一起的时光，并从中领悟到陪伴的重要性。虽然无法亲眼相见，但我们通过电话和互联网保持了沟通，共同分享关心和问候。这段经历让我更加明白，与亲人共聚的机会是如此珍贵和有限，应该更加珍惜和珍惜每一次相聚的机会。

总结起来，今年的端午节是我经历抗疫生活中最特殊的一个节日。通过这次经历，我明白了团结的力量、勇敢面对困难的精神、乐观积极的心态和珍惜与亲人共聚的重要性。这些宝贵的心得体会不仅是对我个人的成长，也是对我们这个社会和整个人类团结抗疫的宝贵经验。我相信，只要我们在困难中保持信心和勇气，相互扶持和鼓励，我们一定能够战胜这场疫情，迎来更加美好的未来。

**端午节心得体会篇十**

本文将介绍我对端午节的理解和感受，分为五个部分。第一段将会描述端午节的历史和流传的传说；第二段将会讲述我个人在这个节日中的习俗和食品体验；第三段将会谈谈我在端午节中的社交和亲情体验；第四段将会介绍我对端午节文化的思考和领悟；最后一段将会总结我对端午节的一些个人心得和感悟。

第一段：端午节的历史与民间传说

端午节是我国传统节日中的一个重要节日。它的起源可以追溯到三国时期，据传说，这个节日是为了纪念中国伟大的诗人屈原而设立的。屈原是中国春秋时期的一个著名诗人和政治家，他坚持为国家而战，但最终被贵族流放至湖南岳阳。在他离开后，岳阳百姓们把粽子投入汨罗江，以保佑他平安归来。而至今，我们每年端午节都会吃粽子和赛龙舟，以纪念屈原和岳阳百姓们的这个故事。

第二段：端午节的习俗和食品

在这个节日中，对于我个人来说，最吸引人的就是粽子和赛龙舟。我喜欢吃咸肉鲜粽和红枣甜粽，口感丰富，味道美妙。除此之外，我还喜欢吃端午节期间的糯米饭、五香豆、鸭蛋等传统美食；而赛龙舟也是这个节日中非常受欢迎的活动之一。龙舟竞赛是一项古老的运动，可以加强身体和心灵。当我们一起赛龙舟时，相互配合，充满团结和竞争精神，感觉非常好。

第三段：端午节的社交和亲情

我和我的家人、亲戚、朋友一起度过端午节是非常愉快的经历。我们通常会在这个时候聚在一起，吃美食、聊天、唱歌、看电影或是赛龙舟。我感谢端午节这样的机会，让我能够与家人、亲戚和朋友们相聚，感受到家庭和社交的温暖和快乐。

第四段：端午节的文化思考和领悟

在这个节日中，我们不仅仅要享受美食和乐趣，还要思考并传承端午节的文化，这也是我们的责任。只有这样，我们才能更好地给下一代传递和保留这一节日的美好，让它成为我们优秀传统文化的一部分。我相信，我们每个人都可以在自己的力所能及的范围内，为这个目标做出一些贡献，比如宣扬端午节文化、组织赛龙舟比赛、举办端午节文化展等等。

第五段：个人心得和感悟

总的来说，我觉得端午节是一个非常有意义的节日。除了有美食和乐趣，它还传承了我们的优秀传统文化，让人们在这个特殊的日子里感受到团结、和谐和亲情。我希望在以后的端午节中，我能够和我的家人、亲戚、朋友们一起度过这个节日，继续感受到端午节的快乐和美好。同时，我也愿意为传承和发扬端午节文化做出自己的努力。

**端午节心得体会篇十一**

为继承和弘扬我国传统民族节日――端午节，宣传社会主义荣辱观。20xx年x月x日，xx初级中学在全校范围内开展了“知荣辱明礼仪扬传统强素质”为主题的端午节系列活动。

本次活动主题鲜明、内容丰富。早在1个月前，学校纪念屈原的各项活动的宣传、筹备就已经开始了。如劳技课上的“纸粽子制作”、美术课上的“画一画屈原”、语文课上的祭文征集等。5月31日的系列活动则正是这一阶段整体活动的集中展示。整个主题活动分校内、校外两大板块。校外，我校10多位学生参加了在x镇举办的x市中学生端午节纪念屈原系列活动。校内，整个活动又分为三大板块：游园会、视频知识竞赛、主题班会。活动还邀请了xx单位的武警战士一起参加。

中午开始的游园活动形式多样，有“书楚辞、画屈原”的现场比赛、有“猜灯谜”活动、有“赶粽子球”比赛、更有超级吸引人的现场包粽子活动，虽然最后粽子形状各异，甚至不是很好看，但这些粽子担负着爱心大使的`光荣任务，同学们将把这些粽子亲手送给可爱的武警战士们。

在视频知识竞赛中，代表各个年级参赛的队员们展开了一场激烈的争夺。场上同学你追我赶、后援团的老师和同学更是为他们的队伍呐喊助威。而在教室里观看现场比赛的同学们也都全神贯注，因为他们不仅关心本年级同学的表现，而且还盼望着有机会进入比赛现场，成为幸运观众呢。最终，年龄最小的七年级代表对夺得了最后的胜利。

各班的主题班会则紧紧围绕本次互动主题，在环境布置、班会形式、内容方面下足了功夫，营造出了很好的过节氛围，增强了对端午节和屈原的了解。

本次纪念屈原的系列活动寓教于乐，形式活泼、轻松，同学们也乐在其中。通过开展纪念屈原的系列活动，同学们对屈原有了充分的了解，对如何继承和发扬我国传统文化有了明确的认识。他们在丰富多采的活动中体验着、感悟着。全校近90%的同学都参加了今天的各项活动，不仅赢得奖品，而且提升了自身的文化礼仪素养。

弘扬传统文化、做“知荣辱、明礼仪、扬传统、强素质”的xx初级中学的青少年，这是同学们必修的一门课程，也是学校工作的重要内容。

**端午节心得体会篇十二**

端午节，又称端阳节、重五节，是中国传统的传统节日之一，也是我国文化的一部分。每年农历五月初五这个日子，人们都会庆祝和纪念这个节日。在这个节日里，人们会做粽子、赛龙舟、吃雄黄酒等，来庆祝这个传统节日。这个节日有着丰富的文化内涵和深刻的心理价值，下面就让我们来畅谈一下我对端午节的心得体会。

第一段：端午节的历史渊源

端午节是因纪念屈原而来的。当时，屈原是楚国的大臣，他忠心为国，但是却被诬陷谋反。最终，他不得不投身于汨罗江中而结束了自己的生命。为了纪念他的牺牲精神，人们就流传着一些风俗习惯，如赛龙舟、吃粽子、挂艾草和饮雄黄酒等。这些习俗表达了人们对于屈原牺牲精神的尊重和怀念之情。

第二段：粽子的寓意及重要性

粽子是端午节必备的食品之一，用糯米和其他的填料如肉、豆沙、野菜等做成。除了美味，粽子还有着深刻的寓意。形状如同包裹着屈原之身的“龙舟”、象征着祭奠、寄托、寻找和安抚。在现代社会，粽子成为了传统文化与时代交融的代表，不仅有着口感的美味也通过其文化本身成为了代表着的精神纽带，连接着历史和现代。

第三段：龙舟竞渡的文化内涵

龙舟竞渡也是端午节的一大习俗，有着悠久的历史，也是一种特殊的文化现象。在这个日子里，人们都会组建龙舟队进行比赛，比赛中有鼓手、舵手、甚至有些队伍会有特别的表演。整个赛场上，热闹非凡。龙舟竞渡的背后是在强调着人们的“协同”精神，每个人的付出和每支队伍的奋斗都在推动着这项传统赛事的发展，使得团结的力量得到更好的充实体现。

第四段：艾草与雄黄酒的仪式意义

端午节也有着一些特别的仪式，如吊艾草和喝雄黄酒等。艾草的泡茶、栽培、吊祭都是重要的端午节仪式。相传，在战争的紧急时候，艾草泡水用于消毒和治疗士兵的伤口，使他们迅速康复并顺利打赢了战争。人们吊艾草，表达了对于那些英雄军人的敬重和记忆。而雄黄酒则提供了“驱邪幸福”的意义，祈愿全家平安健康、心想事成。这些仪式表明了人们对端午文化的尊重和传承。

第五段：端午节对我的意义

端午节是中国传统文化中的一部分，纪念了一位忠诚的爱国人士——屈原。它有着深厚的历史底蕴，也有着精神个性。每年的这个日子，我总是充满新鲜感。我经常和我的家人一起做粽子，赛龙舟，吊艾草。这些独特的体验让我不仅了解了端午节的渊源，同时也锻炼了我的个性和协作意识。总的来说，端午节不仅让我们重温了传统文化，更让我们更好地感悟了爱国主义精神，培养独立自主的个性和协同一致的协作能力，有着重要的意义。

总的来说，端午节不仅在庆祝中传承文化，更是一种心灵的力量，让我们更好地遵循和传承优秀传统， 坚定信仰，爱国爱家，勇于拼搏，创造美好。它不只是一个传统节日，更是一个表现人们尊重祖先、尊重传统的方式，是我们的文化遗产和继承人须要努力守护的宝贵精神财富。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn