# 最新端午节心得体会(优质9篇)

来源：网络 作者：悠然自得 更新时间：2024-08-25

*当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。优质的心得体会该怎么样去写呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。端午节心得体会篇一端午节是中国的传统节日之一，也是一个具有...*

当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。优质的心得体会该怎么样去写呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。

**端午节心得体会篇一**

端午节是中国的传统节日之一，也是一个具有悠久历史和浓厚文化氛围的节日。在这个传统节日里，许多习俗和传统的活动都使我有了一些心得体会。以下是我的心得体会：首先，端午节给我带来了强烈的归属感和家庭的温暖。其次，端午节的粽子让我体味了传统风味和中国文化的魅力。再次，参加龙舟比赛让我感受到团队合作和友谊的重要性。此外，我还在端午节中明白了保护文化遗产的重要性。总的来说，端午节让我切身体验了中国传统文化的魅力，也强化了我的身份认同感。

首先，每年的端午节，我都会回到我的家乡与家人团聚。这让我感到非常的温暖和幸福，因为在这一刻，我意识到家庭的重要性和家人之间的情感纽带。我们会一起包粽子，欢度节日。家人之间的交流和相互关心让我感受到了浓厚的归属感。我明白了家庭是我成长的港湾，无论身在何处，都会有一种无法取代的温暖感。

其次，端午节的粽子是端午节的传统食品，也是我最喜欢的美食之一。每年的端午节，我都会和家人一起包粽子。从准备材料到包粽子，整个过程充满乐趣。而品尝自己亲手制作的粽子更是一种享受。吃到粽子的滋味让我感到时间的流转，也让我更加思念祖国的传统文化。这道美食不仅仅是传统的符号，更代表着中国文化的魅力和传承。

再次，龙舟比赛是端午节活动中的重头戏。参加龙舟比赛让我明白了团队合作和友谊的重要性。龙舟比赛需要所有队员的配合和默契，只有相互信任和合作，才能够划出最快的速度。在比赛过程中，我感受到了团队的力量和友谊的珍贵。无论是在赛前的训练，还是在比赛中的互相鼓励，都让我明白一个人的力量是有限的，而团队的力量是无穷的。

此外，端午节这一传统节日也让我意识到了保护文化遗产的重要性。端午节是中国传统文化的一部分，其中的习俗和传统活动是我们祖先留给我们的宝贵财富。我们应该珍惜和传承这些文化遗产，不断地进行保护和传播。只有如此，我们才能让后人了解和体验到端午节这一传统节日的意义和价值。

总的来说，端午节给我带来了很多的心得体会。它让我感受到了家庭的温暖和归属感，体味了传统风味和中国文化的魅力，体验到了团队合作和友谊的重要性，以及明白了保护文化遗产的重要性。我深深地感激这个传统节日带给我的一切，它让我更加热爱自己的祖国，也让我更加自豪地宣扬和传承中国传统文化。

**端午节心得体会篇二**

早晨，我一起床就闻到一股清香，于是连忙跑到厨房，一看原来是妈妈在包粽子。

我很想体会体会这种气氛，便向妈妈要求，让她教我怎样包粽子。妈妈告诉我包粽子，首先要把粽叶洗干净，在热水中泡软。再准备好枣子、鸡蛋、肉等做陷，将自己喜欢的陷煮得香喷喷的，就可以开工了。

先把长长的粽叶折叠，围拢来，做成一个窝，中间放进调配好的糯米和粳米，包出棱角。然后把陷放在米里，和在一起揉匀，最后把粽叶包着的粽子做成四角的形状。这包粽子的功夫全在最后一道工序，你的粽子包得好不好，就看四个角是不是匀称，是不是有型。之后把包好的粽子放进锅里用猛火煮，大约1小时后，改温火煮30分钟就可以。

在煮粽子的过程中，我总是急不可耐地要揭盖子察看情况。因为从锅里飘出那粽子的香气，馋得我直流口水。

粽子煮熟了，我吃着粽子便问；“妈妈，粽子是怎么来的？”妈妈说：“说来话长，屈原是我国一位的诗人和伟大的政治家。屈原早年受楚怀王信任，在他的努力下，楚国国力有所增强。但由于自身性格耿直加之他人谗言与排挤，屈原逐渐被楚怀王疏远。流放期间，屈原眼看自己的祖国被秦军攻破，心如刀割，便抱石投江身死。

因此，人们为了纪念屈原怕他的真身被鱼龙虾蟹吃掉，做了粽子投入江中。”听了妈妈的述说，我不禁敬佩起屈原来了。

**端午节心得体会篇三**

端午节心得体会要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的端午节心得体会样本能让你事半功倍，下面分享【端午节心得体会精选5篇】，供你选择借鉴。

农历五月初五，是中国的传统节日——端午节，\_\_\_幼儿园为了迎接端午节，开展了“浓情端午粽叶飘香”主题活动，让孩子们更真实地感受到这个中国特有的节日的气氛，感受端午节传统文化。

教师们通过课件展示，绘声绘色地讲述了两千年前的爱国诗人屈原这个历史人物与“端午节”的渊源，引导孩子们了解了有关“端午节”的知识，加深了他们对传统节日和中国古代历史人物的印象。

同时，各班还开展了丰富多彩、形式多种多样的“端午美食分享”活动，大家一边品尝粽子、一边朗诵着端午的儿歌，分外香甜可口。老师们组织了孩子们开展了“赛龙舟”、“包粽子”等游戏……，并将自己设计的香包送给了小班的弟弟妹妹，大家共享传统节日带来的乐趣。

为弘扬祖国优秀的传统文化，更好的引导学生了解传统文化节日，增强学生的民族自豪感，激发学生的爱国热忱。今天上午，在中国传统节日端午节即将到来之际，我校三年一班开展了端午到粽香飘主题班会活动。

活动中，同学们纷纷拿出课前搜集的资料，有的通过诵读端午节的相关古诗，来了解屈原的爱国主义精神，有的通过故事的形式了解了端午节这一传统节日的来历风俗。还有的通过图片的展示来解说端午的趣闻……真可谓“八仙过海，各显神通”。

通过这样的活动，将了解民俗文化与欢度传统节日融为一体，丰富了同学们的精神世界，增强了学生的爱国主义情感。

为弘扬祖国优秀的传统文化，我园各个班级展开引导学生了解传统文化节日的活动，并且针对端午节3天假期各个班级进行了假期安全教育。

活动中，有的通过图片的展示来解说端午节的习俗，有的通过故事的形式了解了端午节这一传统节日的由来以及传说，有的通过诵读端午节的相关古诗，来了解屈原的爱国主义精神。

针对交通安全问题、防溺水、防骗、防中暑等问题对幼儿进行了安全教育。

通过这一活动，让孩子更加了解我国端午节传统文化，丰富孩子们的爱国主义情操。希望同学们能过一个健康、安全、快乐的端午节。

为了让幼儿更好地了解端午节，感受端午节丰富的文化内涵，激发幼儿初步的爱国主义情感，丰富他们的生活经验，\_\_市幼儿园、\_\_中心幼儿园于端午节前夕以年级组为单位开展了一系列丰富多彩的端午节主题活动。

老师们首先利用讲故事、观看ppt、视频等形式，深入浅出地为孩子们讲述端午节：通过讲述有关屈原的故事，不仅让孩子们知道了屈原是我国古代的爱国诗人，也让他们了解了端午节的来历;通过展示赛龙舟、包粽子、插艾蒿、系彩带、挂香囊等图片，让幼儿直观感受了端午节丰富而有趣的习俗。老师们还组织幼儿开展了读儿歌、画端午、赛龙舟、做纸粽等游戏活动：“五月五，是端午，赛龙舟、敲锣鼓......”孩子们兴致盎然地念着一首首短小经典的端午节儿歌，感受着端午节丰富的文化内涵;他们还拿起手中的画笔，画出了端午节赛龙舟的热闹场景，表达了他们内心对中国传统节日的喜爱;在赛龙舟活动中，他们团结合作，争先恐后往前冲，生动有趣的赛龙舟体验加深了孩子们对赛龙舟活动的认识;在做纸粽活动中，他们用灵巧的小手通过剪、折、粘贴、缠绕等方法制作出了一个个漂亮的纸粽。

此次端午节主题活动，让孩子们在愉快的体验中感受到了端午节丰富的文化内涵，体验到了传统节日带来的乐趣，也锻炼了孩子们的动手能力，培养了他们团结合作的良好品质，升华了他们的情感体验。愿孩子们在中国传统文化的熏陶和滋养下，更加健康茁壮地成长!

即将到来的端午节，让孩子了解端午节的来历，从而敬重伟大爱国诗人屈原，初步知道了端午传统的民俗活动：包粽子、做香包、划龙舟、挂菖蒲、挂艾草等。因为在他们的生活中可以经常看到粽子，孩子们对包粽子颇感兴趣。但是，由于地域关系，其他的习俗在我们这边不多见。孩子们的经验相对来说比较缺乏。

由于本次活动是属于知识系列的活动，为了让幼儿对活动感兴趣，活动前期我就给孩子们讲述了关于屈原的故事，以及为什么端午有包粽子的习俗。孩子们都很感兴趣，活动中我还准备了两段关于端午的动画视频，还准备了粽子，香包、艾叶实物展示给幼儿，让他们印象更深刻。活动前部分我利用幼儿熟悉的粽子导入活动，幼儿都能和我很好的互动，看视频动画环节却没有我预想中的好，我想是因为故事动画对于小班幼儿过深奥，而我认为对幼儿前期经验铺垫得还不错，但实际小班幼儿还不能记住，所以之后的提问就没有幼儿能回答出来。我想不是所有看视频的效果会比口述故事好，因为在口述故事时，教师可以根据幼儿的理解能力，调整讲述故事的节奏，还可以在讲述中与幼儿互动，以便掌握幼儿的理解情况。端午习俗较多，也都离幼儿生活经验较远，只需幼儿了解，不需讲得太细，由于时间原因，我省略了学习端午儿歌部分，这是一个很好的和幼儿的互动机会，我想加上效果会更好。

通过本次活动，我认为任何有意义的活动都必须建立在了解本班年龄、认知特点的基础上，抓住幼儿感兴趣的点，另外教师的组织语言及提问也更应贴近幼儿，让幼儿更易理解，才会有课堂良好气氛，达成活动目标。

中国的传统节日端午节即将到来之际，为了让孩子进一步了解端午节的一些风俗和来历,培养孩子对中国传统文化的兴趣。20\_\_年6月19日，幼儿园开展了端午主题活动之快乐包粽子活动，中大班的小朋友和老师一起亲手包粽子，而小班的小朋友则自由参观，有的小朋友还积极参与进来呢，大家都体验到了包粽子的快乐。

活动前几天，老师们就已经给孩子们讲解了许多关于端午节习俗。孩子们被老师讲述的故事感动着，其中最为孩子们津津乐道和印象深刻的就是\"屈原的故事\"，通过老师的讲解，孩子们了解了端午节的来历及意义，了解了我国传统的风俗习惯及文化。幼儿园里的老师们也早早的准备好了包粽子的材料，首先孩子们认识了棕叶、糯米、黑芝麻馅料、火腿肠等材料，然后在老师的带领下准备包裹粽子。

代老师先给大家演示粽子的制作方法，孩子们认真地倾听着。演示完毕后，孩子们也迫不及待的行动起来，只看到一双双稚嫩的小手\"忙碌\"的穿梭在一张张翠绿欲滴的粽叶间\"，几分钟后，在孩子们辛勤的努力下，一个个形态各异的粽子跃然桌上，虽然不成样子，但蕴含着孩子们甜甜的心血。

我们开展这样的活动，目的是让孩子们感受中国传统文化的魅力。通过活动的开展，小朋友们都知道了农历五月初五是一家人团聚的日子，有吃五黄、挂五端、染红蛋、佩香包、赛龙舟、品粽子的习俗。

在这个有意义的活动中，孩子们在浓浓的节日气氛里学习了包粽子,既锻炼和发展了幼儿的动手能力，又增进幼儿对中国传统文化的了解，获益匪浅。

为传承和发扬民族优秀传统文化，营造欢乐、喜庆、祥和的节日氛围，在端午节到来之际，\_\_区第二幼幼儿园开展“浓情端午”系列活动。

首先，幼儿园教务处根据上级文件精神，拿出详细的端午节活动方案，并在例会上向所有老师针对此次活动提出要求。按照幼儿园端午活动方案，\_月12日，各班老师生利用动形象的课件向孩子们介绍了端午节的来历及我国传统的风俗习惯及文化。有的班级教师根据自身特长和班级实际情况，给孩子讲解包粽子的具体方法，现场亲手教幼儿包粽子;有的班级自制“旱龙”，在教室里进行“划龙舟”比赛;有的班级制作艾叶香包、香囊，孩子们把这些自制的香包、香囊带回家送给自己的长辈，家长们也与孩子一起共同感受端午浓情!

\_月14日，幼儿园通过班级qq群，微信群等方式，向家长们普及节能减排，低碳环保知识，倡行文明公约，让家长在端午节中争做文明使者，普及文明新风。

\_月15日，结合端午节的风俗，我园开展了“诗歌端午”，经典诵读比赛。组织幼儿通过颂古诗，品端午，感知中国传统文化的博大精深。

在丰富多彩的端午活动中，老师们带着孩子们感知端午、走进端午、品味端午，体会着传统节日的快乐与童趣。此次活动，不仅激发了幼儿热爱祖国、热爱家乡、热爱自然的情感，还深化了社会主义核心价值体系宣传和教育，弘扬中华民族优秀文化和传统美德。

**端午节心得体会篇四**

疫情无情，人有情！在新冠病毒疫情肆虐的时刻，端午节如约而至，有着浓厚乡土风情的传统佳节成为了人们共同的寄托。与往年不同的是，今年的端午节注定是一个特殊的节日，我们需要在抗疫期间与家人一同坚守，这是疫情带给我们的不经意的折磨，更是我们对未来的艰难一战。从端午节抗疫的心得体会中，我们能够更加坚定地认识到抗疫的重要性，以及如何以坚韧的意志与细心的仪式庆祝这一佳节。

首先，疫情让我们更加深刻地认识到了健康的重要性。在平时的生活中，我们往往忽视了自己的健康，把大量的时间投入到工作和学习中，忽略了锻炼和休息的重要性。然而，疫情的到来让人们猝不及防地面临生命的危险，让我们意识到只有健康才是最重要的。因此，我们在端午节期间要更加注重身体的锻炼和健康的保持。可以进行家庭体育活动，如打篮球、跳绳等，以增加身体的耐力和抵抗力。

其次，疫情给我们带来了守护家庭的体验。传统的端午节是家人团聚的时刻，而今年的端午节，疫情的影响下，很多人只能与家人在远方通过手机和网络进行联系。这让我们更加明白了家人的重要性。我们不能亲眼见到家人，与他们一起吃粽子、赛龙舟，但我们可以通过电话、微信等进行交流，表达我们的思念和关心。在平时的生活中，我们也要更加珍惜与家人共度的时光，多沟通、多交流，让家庭成为我们人生中最温暖的避风港。

第三，疫情给我们带来了防护和卫生习惯的培养。疫情的爆发让我们明白了个人的防护和卫生习惯的重要性，从洗手、戴口罩到保持社交距离，我们懂得了这些防疫措施的价值和必要性。在端午节期间，我们同样需要坚持这些习惯，保护自己和他人的健康。我们要注意饮食卫生，选择新鲜食材，并注意烹饪的卫生，避免食物中毒。同时，我们还要加强对居住环境的清洁消毒，保持室内空气的流通，为我们营造一个安全的生活环境。

最后，疫情逼迫我们逆境中坚持前行，以韧劲来庆祝端午节。在这个特殊的端午节里，虽然我们无法像往年一样聚在一起庆祝，但我们可以找到其他的方式来庆祝这个节日。比如，我们可以利用网络平台进行线上活动，与亲朋好友共同观看端午节相关的表演、研究传统习俗，共同调制一份属于自己的粽子和汤圆，感受传统文化的美好。这样不仅可以感受到节日的快乐，也能增强家人之间的情感交流。

疫情实在是一场冲击全球的灾难，它教会了我们很多东西。在端午节抗疫的心得体会中，我们认识到了健康的重要性，守护家庭的意义，习得了防护和卫生习惯，以及坚韧地庆祝疫情期间的端午节。希望在未来的抗疫之路上，我们能够更加强大和坚定，为我们的人民健康和社会的稳定而努力。

**端午节心得体会篇五**

本学期来，我能够根据教研中心和学校的课题组计划，确定好课题(风筝飞吧)、(关注湖南奥运)、(趣话端午节)进行研究，活动中，能够发挥学生主体的主动性和积极性，鼓励学生能够充分利用课余时间，到湖南省体工大队参观，向运动员了解相关的信息，并做到有研究，有交流，有记录;在活动子课题提出后，到活动方案的制定，再到活动的实施，及活动的总结、交流与评价，都能够让学生自主学习、自主活动，教师有效的针对学生的实际，进行适当的指导、引导。

综合实践活动课程中的师生关系是一种导师与学生的关系。它要求以学生活动为中心，而教师在学生的活动中始终起着指导作用。综合实践不是教师“教”出来的，而是学生“做”出来的，因而，在本学期的综合实践活动中，我们特别注重处理好教师与学生的关系，我们强调了它是指导与被指导的关系。在活动中，我在班级中建立了一个“导师制”。教师的主要作用就是在于指导学生开展综合实践活动的全部过程。这个制度就是要求教师要指导一个或多个小组活动。比如：在(关注湖南奥运)这个大主题下，当学生还不知道确定什么子课题时，教师的“导”就显得很重要。这个时候，教师就要通过交流，了解学生的共同兴趣，根据他们的兴趣点，帮助其确立研究的对象，然后指导并帮助他们确立研究点，让自己成为学生活动中的“帮助者”。

综合实践活动与我们的学科教学相比，更注重学生的探究、合作。班级里的50多个学生并不是人人都乐意合作，人人都乐意接受其他同学，而且在小组活动的过程中，每一个小组成员在其中发挥的作用也有大有校作为教师，我深深地意识到乐意合作、善于合作对学生发展的重要性。因此，这学期我的教学重点是指导学生在综合实践活动小组中如何发挥个体的作用，如何与组内其他同学进行合作探究。

如：进行“关注湖南奥运”这一活动时，学生自由分组，合作研究子课题。活动中，学生充分发挥内在潜力，自己查找资料、采访、写感想、排节目、设计制作展牌、动手绘制手抄报。学生在合作中各尽所能，品尝到成功的喜悦，树立了自信，充满了积极向上的朝气。 如：进行“风筝飞吧”系列活动时，既有各自完成的项目“我制作的风筝”，又有合作完成的项目。学生相互学习，取长补短，自己的风筝经过试飞，若失败的再看看别人的风筝，或寻求别人的帮助，到最后，获得成功的都是凝聚小组成员心血的风筝。活动结束时，设置了“合作奖”，鼓励学生的进步与成功。 再如：研究“趣话端午”主题，放手让学生自己做调查问卷，有专门调查同学的，了解小学生对端午节的熟悉情况;有向父母或长辈调查的……然后把数据进行汇总统计，得出结论。学生在调查了解中明白端午节的来历、风俗、意义等，也懂得了如何保护我们的传统节日和传统文化。

同学们在本学期的综合实践活动中锻炼了能力，增长了知识，对这门课程兴趣比较浓厚，教师也是以十分的热情影响学生积极进行合作与研究。 总之，综合实践作为一种实践性课程，学生是课程实施的重要主体。综合实践是学生的实践，是学生通过实践来学习的，是通过实践来获得发展的。学生的实践是任何教育者都难以替代的，所以说，学生是综合实践活动的主体，综合实践活动是主体性的活动。

**端午节心得体会篇六**

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。

**端午节心得体会篇七**

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。

**端午节心得体会篇八**

农历五月初五是我家乡最有特色的一天，端午节――。虽然端午节在中国人当中是一个非常受欢迎的盛大节日，但是在中国的南方和北方都有端午节的习俗。但是，我感觉南方的端午节比北方更有趣，更浓郁。

端午节是纪念伟大诗人屈原的节日。端午节的每一天，我们每个家庭都会包一种“中山绿豆棕”，像圆棍形状的手臂一样粗。鲜竹叶是用来绑棕的，里面有食材，有咸粽子和甜粽子两种味道。甜粽子包括莲子、红豆沙、栗子泥、枣泥：咸的，就是腊肉、烧鸡、蛋黄、扇贝、香菇、绿豆、叉烧等材料。包好的粽子放在锅里煮。粽子煮好后会闻到淡淡的.竹叶味，香味会溢出整个厨房。

这一天，村里的“龙舟”太幼稚了！对我来说一点都不过瘾。看电视直播的龙舟比赛。在广阔的江面上，20多条“传统龙”展开了角逐。长长的龙舟上挤满了肌肉鼓鼓的大个子。鼓手在中间，前面的人在欢呼，响亮，霸气。威风，震撼。毛毛雨，河水汹涌。在这里，男人勇敢坚强，这很棒！在北方，“扒龙舟”的习俗并不常见，因为北方的河流没有南方多，所以北方的端午节只吃粽子，没有南方的轰轰烈烈。这就是我家乡端午节的独特之处。

头别有一番滋味。

20xx年，又一个新的端午节即将到来，我怀着一颗思念，期待，激动的心去迎接你。去欢迎你。

**端午节心得体会篇九**

端午节是我国民间传统节日之一，也是我国重要的节气之一。每年的五月初五，全国各地都会在这一天举行端午节的相关庆祝活动。我的家乡也不例外。在我成长的过程中，我对于端午节有了更加深入的了解和认识，并且也从中汲取了不少心得体会。

第一段：介绍端午节的起源及相关习俗

据史书记载，端午节起源于中国战国时期的楚国。当时，楚国贵族屈原被贬谪到湖北省境内的汨罗江边，他非常爱国，看到祖国这么疲弱，他倍感悲痛和煎熬。最终他选择了投江自尽，表达了自己对祖国的忠诚和赤诚之心。后来人们为了纪念他，就在每年的五月初五这一天，划龙舟、吃粽子、挂艾草、赛龙舟、打毒酒等等，以表达对他的怀念和敬意。

第二段：龙舟赛蕴含的意义和价值

端午节最著名的活动之一就是赛龙舟了。赛龙舟不仅仅是一项体育运动，更是一种文化的传承和发扬。赛龙舟有助于提高人们的个人气质，增强身体素质，培养人们的合作意识和团队精神。在比赛中，队员们要有肝胆相照、密切配合，充分展示出中华民族的团结协作精神，这是维护国家和谐稳定的重要一环。

第三段：粽子是中华传统美食的代表

端午节期间吃粽子也是一项非常重要的习俗活动。据说，粽子的形状就像为了拯救屈原的人们在江边扔入的米饭，就是为了避免鱼虾吃掉屈原的身体。而现代粽子不仅口感独特，更是中华传统美食文化的代表之一。粽子在各个地区的其制作方法和做法都不尽相同，品尝起来更有味觉与文化的双重享受。

第四段：端午节提醒人们要珍惜生命并保护环境

端午节的故事告诉我们珍惜生命，但同时我们也要珍惜环境。屈原的悲剧使我们更加关注生态环境的保护问题，从而更加重视可持续发展的理念。我们的生命是有限的，资源也是有限的。在庆祝端午节时，我们更要思考如何保护资源，促进可持续发展，保护环境，实现社会的可持续发展。

第五段：结语

端午节对于中华民族和中华文化的传承、发扬非常重要。跨越了千百年的端午文化和习俗，更是体现了中华民族的凝聚力和国家文化的强大，值得我们好好珍惜和发扬。让我们珍惜中华民族的传统文化，将其传承发扬下去，让更多的人了解和喜爱中国传统文化，让中华文化在世界的舞台上展现自己的魅力和方向。

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