# 2025年端午节的心得体会200字(11篇)

来源：网络 作者：空谷幽兰 更新时间：2025-06-13

*端午节的心得体会200字一今年的五月初五，我们一家也团聚在一起。奶奶和我在厨房里包粽子。爸爸和姨夫们在一起打麻将、斗地主。而妈妈和姨妈们则在一起聊天，而只有奶奶和我在厨房里心得不亦乐乎。不过，我们在厨房里也心得挺开心。我和奶奶在比赛包粽子，...*

**端午节的心得体会200字一**

今年的五月初五，我们一家也团聚在一起。奶奶和我在厨房里包粽子。爸爸和姨夫们在一起打麻将、斗地主。而妈妈和姨妈们则在一起聊天，而只有奶奶和我在厨房里心得不亦乐乎。

不过，我们在厨房里也心得挺开心。我和奶奶在比赛包粽子，比谁包的粽子又好又快，又精致，只有做到这三好，才算是真的好，才能算是真正的赢者。我们先一起将粽叶清洗干净，洗过了粽叶，然后再将糯米清洗，洗干净了以后，再往糯米中倒入一些酱油，和少许的糖和黄酒，这样要等上二小时。

等酱油、糖和黄酒完全融入糯米里时，再拿来粽叶，先折成一个小船似的样子，一头有边，一头无边。用糯米在“小船”有边的地方铺上一层糯米，接着就是放肉了，我将一块五花肉放在糯米上，然后再把糯米辅在肉上，最后再把“小船”无边的地方盖在上面，然后将多余的地方弯折一下用线扎紧。我和奶奶就这样一个接着一个地包着爱心粽。

终于，我们包完了，我数了数我的，又数了数奶奶的，发现奶奶比我少一个，我顿时高兴的一蹦三尺高。这时奶奶走了过来，对我说：“孩子，比赛的输赢并不重要，重要的是你参加了，如果你赢了也不能骄傲，只有沉着冷静的人，才能成为一个真正的胜利者。”

奶奶的这番话语，深深地藏在了我的心底里，令我受益匪浅。

**端午节的心得体会200字二**

每当到了农历五月五日，一年一度的端午节就要到了，这是中国人民节日中的一个节日，习俗多种多样，如：吃粽子，赛龙舟，插艾叶……可今年的端午节可不一样，以前我们到了端午时都是买棕子吃，但今天可是我们亲自包的!

妈妈对我说：“包棕子要拿两片棕叶叠在一起，翅棕子叶的三分之一处折成‘漏斗’的样子，接着就是把糯米放入，用筷子捣实，然后用‘漏斗’上面的棕叶把‘漏斗’封好，最后用绳子绑住打个一个结，一个香甜的棕子就好了。”我按照老妈说的做，可是我在包棕子的时候，不是漏糯米就是把刚折好的漏斗搞散了。可我不会被一点儿困难给退缩，我又一次重来，包了老久，功夫不负有心人，我终于包好了一个棕子。

奶奶把我们包的棕子放在锅里蒸，过了7——8个小时，奶奶把棕子拿了出来，对大家说：“吃棕子啦!”我与老爸，老妈一起出来，准备吃一口美味棕子。我尝了一口棕子，哇!棕子真好吃!我立刻对奶奶说：“奶奶做的棕子超好吃哇”!爸爸妈妈尝了也夸奶奶她的厨艺好，奶奶被夸得直说：“哪里哪里”!

这时，我问爸爸：“我们为什么要吃棕子呢?”爸爸说：“这是纪念战国时候楚国的爱国诗人屈原。”奶奶接着说：“屈原有着爱国激情，却又报国无门，后因楚国国都失险，在公元278年的五月初五，屈原投泊罗江而死。为了对屈原的哀思，人们就把包好的棕子投入河内，让鱼儿们吃饱后免吃屈原的遗体。”奶奶一口气说了一大堆话。

我说：“哇!奶奶你懂得真多。”

今天，我真开心，如你问我为什么，我会说：“今天我学到了知识与包棕子，当然开心!”

**端午节的心得体会200字三**

五月初五是端午节。端午节这一天，每一家的房梁上都挂着小猴子、艾蒿、桃树枝。端午节这天，家家户户都吃粽子，每一家都喜气洋洋的。

端午节这天我在睡觉，妈妈悄悄走到我的床前，把五彩线系在我的手上和脚上。早上，我刚起来就发想我的脚上有五彩线，五彩线五颜六色的像彩虹一样。

早上我吃完饭就问妈妈一件事，我说：“端午节有什么故事么?”妈妈说：“有一位爱国诗人，他叫屈原，过端午节就是纪念他。”然后就给我讲了屈原的故事，我听了后说：“知道了，原来是这样啊!”

中午，奶奶在洗粽叶，包粽子。我问奶奶：“奶奶，你在洗什么啊?”奶奶说：“我在包粽子啊。”我说：“我能和你一起包么?”奶奶说：“能啊。”我又说：“奶奶，为什么要吃粽子呢?”奶奶说：“要纪念屈原呀。”我说：“为什么?”奶奶说：“屈原是一个大诗人，那时候，秦国要攻打他们国家，他主张联合抗秦，结果皇帝不允许，后来他们国家被打败了，屈原很惭愧，于是他抱着石头跳江了。”我说：“屈原真伟大啊，我们应该纪念他。”

晚上，我和妈妈去街上玩，我看见有卖小猴子、桃树枝等东西。端午节，街上有各种各样的粽子，真好看。

我们回到家里，吃到了粽子，我喜欢粽子，全家人在一起欢欢乐乐的，我们都很开心。

我们都喜欢过端午节，每一年的端午节，我们都在欢声笑语中度过。

**端午节的心得体会200字四**

“五月五，是端阳。门插艾，香满堂。吃粽子，洒白糖。龙舟下水喜洋洋。”听到这首儿歌，就让我想起了端午节。每年五月初五，是我国传统的节日端午节。

端午节要插艾枝，悬艾虎。端午节这天一早，人们将艾枝插在门上，或用艾蒿编织成“艾虎”，在门楣中央或带在身上，驱虫避邪，以保安康。

端午节要画门符。端午节这天，人们将蝎子、蜈蚣、毒蛇、蛤蟆、壁虎“五毒”形象的剪纸做门符。据说这样做，是为了驱“五毒”，防瘟疫。

端午节要带香包、系五彩丝线。香包是用棉制品和丝线绣的，包里除了装些雄黄、苍术外，还要装香草配成的香料，戴在身上起驱虫除秽的作用。五次丝线象征五色龙，系五色线可以降服妖魔鬼怪。

端午节要吃粽子。早晨，家家吃粽子纪念屈原。一般是前一天把粽子包好，夜间煮熟，早晨食用。包粽子主要是用河塘边盛产的嫩芦苇叶，也有用竹叶的，统称粽叶。粽子的传统形式为三角形，一般根据内瓤命名，包糯米的叫米粽，米中掺小豆的叫小豆粽，掺红枣的叫枣粽;枣粽谐音为“早中”，所以吃枣粽的最多，意在读书的孩子吃了可以早中状元。过去读书人参加科举考试的当天，早晨都要吃枣粽，至今中学、大学入学考试日的早晨，家长亦要做枣粽给考生吃。

赛龙舟，是端午节的主要习俗。相传起源于古时楚国人因舍不得贤臣屈原投江死去，许多人划船追赶拯救。他们争先恐后，追至洞庭湖时不见踪迹。之后每年五月五日划龙舟以纪念之。借划龙舟驱散江中之鱼，以免鱼吃掉屈原的身体。

端午节真是一个有趣的传统佳节!

**端午节的心得体会200字五**

今天是端午节，阳光明媚，不时还吹起阵阵凉风真是凉风拂面的好天气。早上我早早的起了床，和哥哥一起坐上公共汽车外婆家过端午节。

一路上我看到了家家户户都挂上了艾草，买来了五黄——黄酒，黄瓜，黄鳝，黄鱼，蛋黄。一进外婆家我看见了这些可防五毒的中药。

外婆拿出了一些材料—粽叶，糯米，肉，豆沙和线。我们看的很纳闷，外婆拿这些东西干吗?难道要我们包粽子吗?我们可不会包呀!不过外婆是耐心的教包粽子：了首先把粽叶包成漏斗的样子，然后放入糯米和自己喜欢的馅，再把粽子抱起来用线绑好，粽子宝宝就做好了，马上就可以下锅了。

听了外婆的讲解我和哥哥的粽子宝宝都包好了，和外婆包的粽子宝宝一起下锅了，我们看着粽子宝宝在锅里跳舞，滚动。终于粽子宝宝出锅了。那粽子宝宝散发出阵阵诱人的香味让我们直流口水。

粽子宝宝烧好了，我说要送给最敬爱的妈妈;哥哥说要送给外婆;弟弟说要送给外公。算我们的一份敬爱吧!

在晚饭后我们三兄弟进行了一场滑板大赛由外婆外公做裁判，我们各自用处自己的“绝招”来“杀敌”。最后哥哥第一个被淘汰弟弟第二个被淘汰而我拿到了冠军奖励西瓜一个，而哥哥弟弟奖励西瓜半个。

到了深夜11点我们才恋恋不舍地回了家。

今年的端午节，真是一个快乐的端午节啊!

**端午节的心得体会200字六**

农历五月初五，是中国民间的传统节日——端午节，它是中华民族古老的传统节日之一。星期天，我过了一个与众不同的端午节。

端午节的前一天，我们昂立学校作文班的学生到富兰城堡去过端午节。老师先强调好纪律，然后让我们一个个排好队，准备前往富兰城堡。

到了富兰城堡，老师让我们找地方坐下来。找到位置坐下来后，老师开始介绍关于端午节的相关知识，以及伟大的爱国诗人屈原的故事。屈原自沉的那一天，正好是五月初五，是中华民族传统的端午节。这个节日其实早在屈原汨罗江自沉之前就已经是当时楚地渊源流长的民族节日了。屈原的作品主要是有《离骚》、《天问》、《九歌》和《怀沙》等。

老师给我们的爸爸妈妈发了一个空的香囊袋，又让我们的爸爸妈妈将艾叶放进袋里，亲手做了一个香囊袋。当父母们都做好香囊后，所有的父母都站在自己的孩子面前。父母为自己的孩子戴上香囊，以表达对孩子们的祝福。

回到座位上，老师又给所有的学生发了一条蓝丝带，让我们系在自己父母的手腕上。蓝丝带表达感恩，鼓励关怀和爱。

终于到了我们最期待的快乐寻宝的环节。老师告诉我们，宝藏就藏在一号厅到五号厅里。我努力地寻找，终于找到了一个宝藏。我开心极了。

最后在放学的时候，富兰城堡的服务员，给我们每人发了一个粽子。我和爸爸妈妈吃着美味的粽子。我觉得今天真是一个与众不同的端午节。

**端午节的心得体会200字七**

端午节到了，我和妈妈一起向奶奶学习怎样包粽子。

先从水里捞三片煮得软软的粽叶卷成一个圆锥，然后往里面填被水浸透的糯米、咸肉或花生、红豆，压结实后用第四片粽叶把所有露出米的部分统统裹住，最后在牙齿的帮助下用一根绳子系住，ok!一个粽子完成了。

不过说来简单，我自己动手的时候可是洋相百出。

有时我刚把圆锥部分刚填满，想压的结实一些时，下面圆锥尖不知什么时候就散开了，所有的米全部回到盆里。

有时我用力过猛，粽叶被扯断了，米就像断了线的珍珠，到处乱蹦，撒的地上到处都是。

有时我在加第四片粽叶时以为包上了，结果其实原先的三片早散架了。当我想把线系上时，发现我手里只剩下粽叶而已啦。

我努力了老半天，浪费了无数米粒和妈妈的口水，结果只在奶奶手把手的帮助下勉强完成了一个而已，倒是妈妈学会了，成功了很多只。

两只手的配合很重要啊!不过妈妈小时候也没有学会，所以妈妈和奶奶都安慰我：现在我的手太小，等我再大一些一定能独立完成包粽子的。

现在粽子已经熟了，阵阵香味沁人心脾，刚出锅的粽子又香又松又软，好好吃那!

亲爱的朋友，一起来尝一尝吧，自己包的粽子绝对新鲜美味呀!

**端午节的心得体会200字八**

又快到粽叶飘香的端午节了，这勾起了我对端午节习俗的回忆。

端午节是每年的农历五月初五，它的来源是祭奠一位爱国志士。相传在春秋时期，有一位叫做屈原的大臣，他非常爱自己的国家，提出了好多对祖国有益的建议，但却遭到贵族的反对。后来因为一些人的诬陷，被罢了官，赶出了京城。他在流放期间，因看到自己的祖国被一天天的侵略，心如刀绞，于是便于五月初五跳江自杀。刚开始人们在水里投放饭团、食物认为只要让鱼虾吃饱了，它们就不会伤害屈大夫的尸体，而且还经常划着小船在江边寻找屈原的尸体。最后，五月初五这一天渐渐变为了一个节日，而这些习惯也渐渐变为了赛龙舟，吃粽子，饮黄酒等习俗。

今天，人们还保留着佩香囊，带五彩绳，插艾蒿的习俗。可我最喜欢的还是包粽子和吃粽子。

每到端午节，一大早我们一家人就会去买粽叶，糯米，大枣，有时还买一点儿五花肉，然后回家自己动手包粽子。我们都非常高兴，快乐，一家人其乐融融。待粽子熟了之后，满屋都飘着粽子的清香。这时，我们就会团坐在一起，品尝美味的粽子，有声有笑，尽情享受节日的欢乐气氛。

啊，对了，这一天，我的姥姥还会给我编五彩绳，给我做香囊。

我们家在那一天，还会在门上插艾蒿。我曾经问过姥爷，为什么要插这种有独特香味儿的植物，姥爷告诉我，因为插上它有可以祛百病的寓意。

端午节那天，我们全家还会看赛龙舟的比赛。还会为他们加油，助威。

端午节是我们的传统文化，是我国历史文化的瑰宝、璀璨的明珠，我们一定不能让它丢失，要将它好好的流传，发扬光大!

**端午节的心得体会200字九**

古代有一个爱国大诗人，名叫屈原。因受奸人挑拨，被皇上驱逐。但他仍然爱自己的国家。最后投江自尽。后来人们为了纪念屈原，便有了今日的端午节。

端午节，是我国的传统节日。但是随着岁月的流逝，许多地方的节日特色已经不复存在了。可是闽南一带却还有着浓浓的民风民俗。

上午，大家都会去割艾草。割来的艾草都被挂在门前屋后。整条街都是绿茫茫的一片，仿佛有千万条绿色的丝巾迎风飞舞。这艾草寓意驱蚊除虫，驱灾避邪。

艾草驱邪的民俗流传至今，而十二点的光阴更让人难以忘怀。

正午十二点。家家户户都端着盆子，到河边取水。用晶莹剔透的水来冲洗脚或脸，洗走自己身上的晦气。之后，人们还会聚集在河边跪拜祭祀。不仅是跪拜，在贡台上还供着不少供品，有鸡鸭鱼肉、美酒果蔬等。当然，更少不了最重要的棕子。最后，将其中6个棕子投下河去喂鱼虾。(好让屈原的遗体继续安息于海底)祭祀便完毕了。其余的贡品便可以自己带回家食用，以求沾一些福气，带来好运。

午后，端午的又一个高潮到了——采莲。由一个打扮不堪入眼的醉汉为导，抬一尊木雕龙头。龙头雕刻的栩栩如生，眼睛炯炯有神，有一股神圣而不可侵犯的威严。身后跟着锣鼓队、花童等。这个\_伍要进入每家每户舞旗拂尘。主人则要行待客之礼，送一些糖果饼干给他们。队伍十几米长，上百人组成。鞭炮声持续不断，锣鼓声响彻云霄。气势真是不同凡响!

在端午，小孩子兴的莫过于得到一件礼物——香包。它的色彩多以红黄紫为主，表面细绣着一些美丽的图案。据大人们说，香包里还有许多好东西。喻吉祥如意，带有长辈们对孩子的美好祝愿。

闽南的端午总是那么别具特色，那么令人难以忘怀!

**端午节的心得体会200字篇十**

风中弥漫着粽子的香气，这沁人心脾的气味勾着我的心神。一年年过去了，时光匆匆却磨不尽人们对端午的向往。

端午习俗是非常令人着迷的。千载贤愚同瞬息，几人烟没几垂名。人们往往会包上许多粽子来纪念爱国伟人屈原。

在端午节这天，大街小巷里，男女老少中，无不散发出一种清雅和谐的淡香。从清晨起，家家户户就陆陆续续地进入端午节的状态了。我在睡梦中隐约闻到一股幽香，我朦胧地眨了眨眼睛，视线渐渐清晰了。回想起那股幽香，应该是他指引我与太阳再见吧。我缓缓起身，忽然，我瞧见了正在我胸前滑落的香囊，原来，香味得飘来只因此啊。

随之，我又瞧见手腕上简约精致的五彩绳。原来妈妈早就为我系上了端午的一系列标志啊!穿好衣服，推开家门，呼吸着新鲜空气，一抬头便看见一扎艾草我家外门的上端。正当我感叹着一天之计在于晨的美好时，妈妈已经端着香喷喷的粽子来到餐桌前喊我：“宝贝啊，吃粽子了。”

只见，餐桌上摆了汇成商学院三盘的粽子。被五彩绳禁锢住自由的的粽叶此时早已张开臂膀，露珠晶莹饱满的糯米了。我迫不及待地含住一小块糯米尝在嘴里，黏黏软软的，香香糯糯的，吃在嘴里，甜在心里。家人的脸上挂着幸福的笑容，全家都流露出一股祥和的气氛。

美好的时光总是匆匆逝去，可那些幸福的记忆是永远褪不去、磨不尽的。

**端午节的心得体会200字篇十一**

五月初五端午节，在乐从英雄河道上举行龙舟赛。

今天，这里阳光明媚，把水照得银光闪闪。这时一群群观众争先恐后地来到观众台上，不一会儿，观众台上就挤满人了。观众台的上面还挂着一条横幅，上面写着“龙舟邀请赛”几个醒目的大字。横幅的上面插着五颜六色的彩旗，旗帜正迎风飘扬。彩旗的下面挂着一个个红红的灯笼，真是热闹极了!

“呯”的一声炮响，放龙了!在等候区等候已久的选手们用力挥动船桨，几百条龙舟齐头并进，霎时间全都离开起点。远远望去，龙舟就像一支支射出去的箭。

龙舟开始向观众席这边划来了。这时“团亿家具城”队和“龙威家具”队两条龙舟把所有的龙舟都甩在了后面。这两条龙舟实力非常接近，激战了三百多米都不分胜负。“龙威家具”龙舟队的运动员有的张大了嘴巴，猛吸气向前划，有的涨红了脸，好像在说：“胜利是属于我们的!”。“团亿家具城”龙舟队上的鼓手在用力地敲打着鼓，这鼓声的节奏把在奋力向前划的选手们调整得整齐而有力，溅起来的水打在选手的身上，都分不清是河水还是汗水了。同时，观众们也热烈地叫着：“加油!加油!……”现场气氛掀起了一个又一个高潮。

要到终点了!选手们集中自己所有的力气向终点冲刺!观众们的加油声也越来越响!就在冲过“龙门”的时候，“团亿家具城”龙舟队率先冲线了!紧接着“龙威家具”龙舟队也冲线了。“耶!耶!”观众们传来一片片欢呼声。

啊!真是场激烈的龙舟赛啊!看来，我以后也要多多关注每年的五月初五端午节龙舟赛。

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！