# 最新端午节心得体会 端午节制作香囊心得体会(优质19篇)

来源：网络 作者：心旷神怡 更新时间：2024-02-04

*每个人都有自己独特的心得体会，它们可以是对成功的总结，也可以是对失败的反思，更可以是对人生的思考和感悟。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，了解自己的优点和不足，从而不断提升自己。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...*

每个人都有自己独特的心得体会，它们可以是对成功的总结，也可以是对失败的反思，更可以是对人生的思考和感悟。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，了解自己的优点和不足，从而不断提升自己。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**

端午节是中国传统节日之一，也是一个被赋予丰富文化内涵的节日。在这个节日里，制作香囊是一项重要的传统活动。在这里，我将分享我在制作香囊过程中的体验和感受。

第二段：香囊的历史。

香囊是一种古老的物品，它早在唐代就已经开始流行了。在中国文化中，香囊代表着祥瑞和好运。制作香囊的材料多种多样，它有红绸、丝绸和棉布等等，但是最重要的部分是填充物。填充物通常是草药，如艾草和龙涎香。这些草药具有消炎、杀菌、驱蚊等功效，因此，香囊成为了农村家庭生活中必不可少的物品。

第三段：我的体验。

在制作香囊的过程中，我体验到了一种与古代文化相连的感觉。我在网上搜集了一些制作香囊的技巧和方法，但是我很快意识到，这些方法可能过于现代化了。因此，我去寻找了一些传统手工制作香囊的方法。我发现这些方法更加考验我的耐心和技巧，但是，这种制作过程能带给我一种特别的快乐和满足感。

第四段：香囊的意义。

制作香囊虽然需要花费一定的时间和精力，但是，从这个旧习成长的那种新式生活方式，其良好的内涵，充分体现了我们朴素而追求心灵和谐的文化特质。香囊代表了中国文化的精髓，不仅仅仅是一种物品，更体现了一种信仰和热情。对于我来说，制作香囊就是一种在生活中寻找内心和谐的方式。

第五段：总结。

制作香囊的过程是一种美好和深奥的体验。这种经历让我更加热爱中国传统文化，也让我更能感受到文化与人性中的美、善和真。在这个过程中，我不仅深入体验到了香囊的历史和意义，还发掘了自己制作香囊的技能和爱好。制作香囊成为了我了解和热爱中国文化的一部分，这种文化通过香囊传递和延续，诠释着中华民族的精神底蕴，也给了我一个新的视角，让我更深入了解中国文化的美丽与绚烂。

**端午节心得体会篇二**

端午节是中国传统的重要节日之一，也是我国非物质文化遗产。在这个节日里，人们不仅可以品味美食，观看龙舟赛，还能感受到屈原精神的力量。屈原是中国古代伟大的爱国诗人，他的精神在端午节中体现得淋漓尽致。在我参与端午节的过程中，我深深体会到了屈原精神的深刻内涵，同时也感悟到了爱国情怀和自强不息的重要性。

首先，屈原精神使我意识到爱国情怀的重要性。屈原是中国古代的一位伟大爱国诗人，他痛惜祖国的沦亡，为国家的兴衰而忧伤。在他的诗作中，常常表达了对祖国的深深思念，用诗词表达自己的忧伤之情。在端午节的时候，我感受到了屈原对祖国的深深眷恋之情，这让我深深地触动到了对祖国的热爱之情。无论我们身在何方，都应该牢记自己的祖国，牢记自己的深厚文化和历史，用行动来表达自己的爱国之情。

其次，屈原精神使我意识到了自强不息的重要性。屈原在历史上是一位志士，他虽然经历了沉沦和磨难，但他从未放弃。端午节正是源自于屈原的悲痛和自强精神，他用自己的生命诠释了自强不息的精神。这种自强不息的精神在现实生活中也同样重要。无论我们在何时何地遇到困难和挫折，都不能放弃努力和奋斗的信心。屈原的一生给我们树立了榜样和激励，他的精神将永远鼓舞着我们。

此外，屈原精神还使我理解到了团结的力量。屈原的精神代表着中华民族的传统思想，而端午节正是通过龙舟比赛这一传统活动来表达团结的力量。龙舟比赛不仅是一种体育竞技，更是一种团结合作的象征。无论是龙头还是舵手，都需要团结一致的配合才能取得胜利。这正是屈原精神所倡导的团结合作的精神，只有团结一致，我们才能战胜一切困难。

最后，屈原精神给予我勇敢面对困难的信心。屈原生活在一个动荡不安的时代，他不仅面对政治的阴谋和权力的压迫，还要应对个人的苦难和离散。然而，他却坚守自己的信仰和初心，勇敢地面对困难。这种勇气和坚定的信念令我深感敬佩。我相信，在人生的道路上，我们也会遇到各种各样的困难和挑战，但只要我们保持勇敢和坚定的信心，相信自己的力量，就没有什么能把我们打倒。

总结起来，端午节是中国传统文化的重要节日之一，也体现了屈原精神的内涵。我在参与端午节的过程中，深刻体会到了屈原精神对我们的启示和激励。爱国情怀、自强不息、团结合作和勇敢面对困难的信心，这些都是我们从屈原精神中得到的宝贵财富。在未来的生活中，我将更加珍惜自己的国家和文化，勇敢面对困难，用自己的努力实现自己的梦想。同时，我也期待通过传承和弘扬屈原精神，将这种优秀传统文化带给更多的人。

**端午节心得体会篇三**

端午节在中国人的心里，是一个非常重要的节日，传说，农历五月初五这一天，中国古代伟大的爱国诗人，因为不满统治者的统治，忧国忧民的屈原在汨罗江投江自杀，后来，人们为了纪念屈原，就在每年的五月初五的这一天，吃粽子、赛龙舟用来纪念这位伟大的诗人。

今年的端午节是我在海南过的第三个端午节，以前的端午节没有什么感觉，因为我们只是窝在宿舍里，也没有什么活动，但是今年的端午节国的很不一样。今年，我们两个班的同学在文珍老师、刘文霞老师还有吴超华老师的带领下来到了三亚市四马村一家黎族人家，过了一个非常精彩的端午节。

我们租了三辆车，从学校7点半出发，差不多半个小时之后，来到了四马村。这一家黎族人非常好客，因为我们的人特别多，所以，那一家人也请了很多人来帮忙。我们今天主要的任务是学习怎么样包粽子，我们大家在家里基本上都没有包过粽子，所以大家都不怎么会，只有几个海南的同学会包，我就觉得特别羡慕和佩服。

文珍老师也教我们怎么样包粽子，我们一共包了两种粽子，一种是甜的，一种是弦的。甜粽里面包了蜜枣、花生和葡萄干，而咸粽里加了猪肉，这可能是因为南北的文化差异，南方人喜欢吃咸粽，尤其是海南人，而我们北方人大多喜欢吃甜粽。一开始学习包的时候，包了半天也没有把它包上，不是米放太多，就是粽叶被折坏了，然后后来都弄好了之后，就是绑绳子的时候怎么绑不出四个角，一开始就是特别灰心，不过后来在老师的帮助下，我总算是完成了人生的第一个粽子，虽然样子不是特别好看，可是，还是觉得心里很高兴。后来我一共成功包了四个粽子。大家都包完了之后，我们就开始煮了，大家烧火、煮粽子，洗菜、切菜忙的不亦乐乎，我们大家一直忙到了中午1点多，然后才开始吃饭。感觉这么多人在一起吃饭，尤其是和这么的同学在一起，感觉真的很好，以后可能再也不会有这样的机会，人这么全的在一起吃饭，所以这是一段很是珍惜的时光。

中国古代的节日，现在已经被很多人遗忘了，现在的端午节，赛龙舟都很少看到了，所以，我们今天这个活动我觉得特别的有意义，不仅可以增进我们同学之间的感情，学习了怎么样包粽子，然后也会牢牢的记住这个很难忘的日子。

传统就聚起来一起包粽子。

从楼底下玩完回来，一打开家门只见一桌，四椅，两人，一盆米。桌上还摆着一碗蜜枣和一碗肉丁。妹妹也随后跨入家门，我就拉着他去一起洗手，有一起跑过来包粽子。一家人围绕桌子而坐，一边聊天，一边包着粽子。我拿起一片光滑的棕叶，学着妈妈在手中卷了卷，拿起一把糯米就往里面装，可是这个粽子的胃口太大，我给他使劲装米，但他却不见个满，我纳闷了，举起粽子一看，原来粽子底下没包紧，米就从那个洞里飞泻而下。我没有放弃，又抓了一片棕叶，卷紧下面再往里面装米。米已经装满了，眼看离胜利只有一步之遥时，问题又出现了。我虽然包出了粽子，但是我包出的粽子却是平面的三角形，不像爸妈包的一样是立体的。我又拿出一片叶子，包了半天，爸妈也教了我半天，可是我包的就是平面三角形的。到了最后，我们终于报完了，可是这些粽子并不是去投江，而是给我们吃的。

通过这次包粽子，我知道了干什么事都要有耐心，不能急躁。凡事都可以慢慢解决，如果急躁就将可能事得其反，惹出更大的麻烦。还有就是，虽然我们现在包粽子不用往江里投，但是屈原的精神和遗留下来的文化我们必须铭记在心中，并且发扬和传承。

**端午节心得体会篇四**

端午节是中国传统节日之一，每年农历五月初五，人们会通过各种形式庆祝这一节日，其中之一就是彩蛋制作。作为传统文化的一部分，制作彩蛋已经成为了一项重要的习俗。在这个过程中，每个人都可以通过动手制作彩蛋来感受传统节日的氛围，并从中获得一些心得体会。

第二段：准备工作。

彩蛋制作前的准备工作非常重要。首先，我们需要准备好鸡蛋和彩色颜料。鸡蛋最好提前一晚将蛋清和蛋黄倒空，这样比较容易将彩色颜料涂在蛋壳上。而彩色颜料可以是传统的红、黄、蓝等颜色，也可以是更多新颖的色彩。除此之外，我们还需要准备一些毛笔、水彩笔等工具，以及适量的清水、画板和碗等材料。

第三段：制作过程。

彩蛋制作的过程其实并不复杂，但需要一定的耐心和细心。首先，将鸡蛋清空并洗净，晾干备用。接着，我们可以选择用毛笔精细地在蛋壳上涂上不同的颜料，或者使用水彩笔直接在蛋壳上绘制图案。无论是涂抹还是绘制，都需要保持手的稳定和笔的柔韧。完成涂抹或绘制后，我们可以放置一段时间，让颜料充分干燥。最后，我们可以用清水轻轻地将彩蛋洗净，使其色彩更加明亮。

通过制作彩蛋，我深刻体会到了传统文化的魅力。彩蛋作为中国传统文化的一部分，具有丰富的艺术内涵。通过制作彩蛋，我们可以感受到传统文化的魅力和独特性，同时也可以增强我们对中国传统节日的认同感。此外，制作彩蛋还能够培养我们的耐心和细心，促进我们对艺术观察力和动手能力的提升。

第五段：结尾。

端午节彩蛋制作是我们传统节日的一项重要习俗，通过制作彩蛋可以感受到我们民族文化的独特魅力。而在制作的过程中，我们还可以培养我们的耐心和细心。通过不断地尝试和实践，我们可以制作出越来越漂亮的彩蛋，更好地感受传统文化的魅力。希望我们每个人都能在端午节这个特殊日子里，通过制作彩蛋，体验到传统文化的魅力，和亲朋好友一起度过一个愉快的节日。

**端午节心得体会篇五**

今天我们迎来了一个节日一一端午节。是我最喜欢的十大节曰之一，因为那天，家家户户都非常热闹，家人们会把白天做好的粽子都蒸熟了端出锅放到桌子中间，放好了后就可以开吃了。

你们知道粽子是怎么包的吗?我也包过就让我来分享一下吧!

首先，我和妈妈去家附近的市场买一些肥肉、鸭蛋黄、绿豆、还有腊肠回来，如果喜欢吃甜的粽子也可以哦，那就在里面包上冰糖红枣，就可以了，但是我还是喜欢吃咸肉粽，满满一口油油的想想就香，再去买一些粽子叶和棕绳回来干净就好了，现在材料就都齐了。可以开始包粽子啦。照着妈妈说的步骤首先，把粽叶折叠成漏斗形状。在这个漏斗中先放一小半米，再放肉、鸭蛋黄、腊肠和一点绿豆，然后再放点米把之前加进去的材料盖住，米和漏斗口持平即可，米太少了粽子很瘪，太多了包不住。话刚说完就看到妈妈包了一条四个角都塞得满满的漂亮的粽子，再看看我手中的，什么都不像的而且只有三个角的”怪粽子”我心想怎么包粽子这么难呀。可妈妈说了：其实粽子有很多种形状，有条形的、有四角形的也有三角形的`等，包多了找到窍门你就会越包越好的。听到妈妈的鼓励我是\"----”一口气包下十条，想想都开心。

这次包粽子真是让我回味无穷啊!

**端午节心得体会篇六**

端午节，又称重阳节，是中国传统节日之一。每逢这个节日，人们会展开各种各样的庆祝活动，其中包括赛龙舟、吃粽子等传统习俗。今年的端午节，我有机会亲身参与其中，感受到了深厚的文化底蕴和人民群众的热情。以下将分五个段落，分别介绍我的端午节心得体会。

首先，端午节的起源和意义使我对这个节日充满了好奇。根据史书记载，端午节起源于中国远古时代的民间祭神活动。据说，在古代的屈原墓前，人们纷纷向他献上粽子以示悼念。后来，为了避免屈原的魂魄被恶鬼侵害，人们还施放鞭炮、赛龙舟等活动。这些仪式为后来的端午节习俗奠定了基础。由此可见，端午节不仅有悼念浓墨重彩的传统，还蕴藏着丰富的历史文化内涵。

其次，赛龙舟是端午节最具特色的活动之一。在这个节日里，各地都会举行龙舟竞渡比赛。我和同学们也加入了其中。一到赛龙舟的那一刻，我就被激烈的氛围所吸引。五彩斑斓的龙舟，迅疾的划桨声，绚丽的旗帜，吸引了无数观众的目光。我站在赛场旁边，看着参赛选手奋力划桨，争分夺秒，仿佛置身于一个逐梦的世界。经过激烈的角逐，最终赢得冠军的那支队伍喜笑颜开，而其他队伍仍然满脸自豪与满足，似乎已经成功地战胜一切。通过参与龙舟竞赛，我深刻地体会到团队的力量和坚持不懈的精神，这将一直深深地留在我的记忆中。

此外，品尝粽子也是端午节的一大特色。端午节里，大街小巷都会飘起浓浓的粽叶香气，人们纷纷购买各种口味的粽子。我也品尝了来自不同地区的粽子，有咸有甜，有豆沙的，有肉馅的，个个美味可口，让我流连忘返。品味其中的文化底蕴时，我才发现，“粽”字的发音与“终”字相同，寓意着端午节同时也是告别疾病、瘟疫的节日。这让我对祝愿健康、平安的民间风俗更加敬佩。

最后，参观端午节的庙会给我带来了全新的体验。在庙会上，我看到了各种各样的传统手工艺品和美食，还看到了各类文化表演和才艺比拼。演员们穿着各式各样的古代服饰，在舞台上展示才艺，给人一种穿越时空的错觉。此外，庙会上还有丰富多样的摊位，让人眼花缭乱。我购买了一些纪念品和小吃，感受到了当地人们的热情和友善。通过参观庙会，我更加深刻地感受到了端午节的喜庆和欢乐。

总之，今年的端午节给我留下了深刻的印象。从起源和意义，到龙舟竞渡、品尝粽子，再到参观庙会，我更加深入地了解了这个传统节日。不仅丰富了我的知识，还增强了我对传统文化的向往和热爱。我相信，在今后的日子里，我将更加珍惜这些传统节日和文化，发扬中国传统文化的千年风采。

**端午节心得体会篇七**

端午节是我国的传统节日之一，也是我最喜欢的节日之一。今年的端午节，我和家人一起制作了彩蛋，亲手体验了这个传统手工艺，收获颇多。在这个过程中，我学到了许多技巧和心得，让我更加深入地了解了我们的传统文化。下面我将分享我在端午节彩蛋制作过程中的心得体会。

第一是选材。制作彩蛋的关键是选材。我们使用的主要是鸡蛋，鸭蛋和鹅蛋。其中，鹅蛋最适合彩蛋制作，因为鹅蛋壳相对较厚，不容易破裂。此外，我们还要挑选外观没有明显瑕疵的蛋，以确保彩蛋的美观度。

第二是准备工作。制作彩蛋需要提前做一些准备工作。首先，我们要将鸡蛋，鸭蛋和鹅蛋洗净，晾干，以确保蛋壳的干燥。其次，我们要准备好绢丝、底卡、彩绘颜料等工具材料。绢丝，用来包裹蛋壳，起到保护和装饰的作用；底卡，用来制作蛋壳上的底色，为彩绘做好基础；彩绘颜料，可以根据自己的创意进行选择。

第三是彩绘技巧。制作彩蛋最关键的部分就是彩绘了。在彩绘之前，我们要先对蛋壳进行底色处理。底色既要保持与彩绘主题的一致性，又要使整个彩蛋的色彩层次感更加明显。在底色处理完成后，我们可以开始进行彩绘了。彩绘要根据自己的创意和想象进行，可以选择花纹、文字、图案等不同的元素进行彩绘。在进行彩绘时，我们要注意手法的轻重和用色的搭配，使彩蛋的画面更加生动且层次感更强。

第四是装饰细节。除了彩绘之外，我们还可以在彩蛋上添加一些装饰细节。比如，我们可以用丝带、彩色纸张等材料粘贴在彩蛋上，增加彩蛋的立体感和装饰效果。此外，我们还可以在彩蛋上添加一些精美的贴花或贴画，增添彩蛋的华丽程度。

第五是保存和展示。制作完成后，我们要注意保存和展示彩蛋。彩蛋在制作完成后，需要将其放在通风干燥的地方晾干，以确保彩绘和装饰物牢固。同时，我们可以选择一个漂亮的盒子或架子来放置彩蛋，以展示我们的手工艺品。另外，彩蛋是易碎品，我们在保存和展示时要小心移动和触摸，以免对彩蛋造成损坏。

通过制作彩蛋，我更加深入地了解了端午节的传统文化，感受到了传统手工艺带来的乐趣和收获。制作彩蛋既是一种技巧性的手工活动，也是一种感受传统文化的方式。我希望通过自己的努力，能够将这项传统手工艺发扬光大，让更多的人了解和喜爱彩蛋制作。我相信，传承和发展传统文化，是我们每个人都应该为之努力的目标。让我们一起来制作更多精美的彩蛋，为传统文化增添新的活力！

**端午节心得体会篇八**

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？我先把棕叶折成心形，再把糯米及肉放在里面，将棕叶包扎起来，用绳子系好，这样一个心形的粽子完成了。

看着大家陆陆续续包好的粽子，我觉得我这个心形的粽子很特别。然后小心翼翼的将它们放入锅中，不一会儿，美味的.粽子出炉了，大家争先恐后地抢着自己的成果，今年的端午节既特别又开心！

**端午节心得体会篇九**

每年一次的端午节今年又快到啦。端午节的前一天，家家户户都忙着开始包粽子。

这一天清晨，我一起床，就看见妈妈已经把香喷喷的粽子和热乎乎的鸡蛋摆在桌子上了。我赶紧随便的洗了几把脸，就叫爸爸一起来吃粽子。爸爸也很快的来到了桌子旁，我们一家边吃边谈论粽子。

我对爸爸说：“粽子形状很特别，既不是方的，也不是圆的，那是什么形状呢?”爸爸没有回答我的话，可他随口就给我讲了端午节吃粽子的来历。爸爸说：“传说吃粽子，是为了纪念古代诗人屈原的。屈原一生写过许许多多的诗篇，提出过许许多多爱国的政治主张，但是楚王不采纳。最后，楚国国土被侵占，他满怀忧愤，跳江自尽。人们为了怀念他，崇敬他，在每年的这一天，就把粽子和许多好吃的都投到江里，意思是不让鱼儿们去吃屈原的尸体。”

爸爸说完了。我说：“屈原真是好样的!可是妈妈，粽子是怎么包的?”妈妈说：“粽子是用翠绿，鲜嫩的芦苇叶包着雪白的糯米和鲜红的大枣，如果不包大枣，也可以用豆子代替。煮熟它，要一个晚上。煮熟以后，剥开变成墨绿色的芦苇叶，就看见洁白的米团在里面，很好吃，并且吃不腻。它既是开胃美食，又是营养丰富的滋补品。”

端午节是要吃粽子的，那么，为什么要吃粽子呢?不再别的天吃呢?吃粽子要干嘛呢?大家不一定都知道。这里我要讲一个故事：古时候，战争时期，有一个叫屈原的大诗人。屈原像魏王提供了许多计谋，魏王觉得好笑，没被采用。屈原觉得很伤心，心想自己帮不上国家，就跳河而死。吃粽子就是为了纪念古时候爱国的屈原，在这一天，大家都将粽子投进河里，让鱼虾不去吃屈原的尸体，去吃粽子。保护屈原的尸体不被吃掉。

那端午节为什么挂香包呢?这又是什么原因。这有牵扯到一个传说，以前的现在，不冷不热，小孩经常闹病，那时科学不好。大家以为闹鬼，去求娘娘，娘娘见这么多人来求，心软了，就去找玉帝说：“你不许伤害我的孩子我的孩子。”玉帝说行。但是哪个是你的孩子。娘娘说我的孩子很多。玉帝说要他说出来。娘娘就说：我的孩子身上有鸡蛋网或香包。玉帝说行。应为娘娘法力无边，玉帝也惧怕三分。娘娘回去告诉大家做好准备。玉帝下来一看，全都是娘娘的孩子，吓了一大跳，都不敢碰，只好回天庭。

啊!端午节不仅让人忘不了，还有美味可口，营养丰富的粽子。

**端午节心得体会篇十**

端午节是我国传统的节日之一，也是中国非物质文化遗产。在今年的端午节，我有幸亲身参与了一些庆祝活动，并且深刻感受到了其中的美妙之处。下面，我将从粽子、龙舟赛、五色线和人们的传统习俗四个方面，分享我在端午节中的心得体会。

首先，粽子是端午节不可或缺的食品之一。在这个节日里，人们都会包粽子，并且各地的粽子香味扑鼻，更是令人垂涎三尺。我观察到，包粽子是一项非常有趣的活动，我们全家人围坐在一起，亲手包制粽子。我学到了怎样用粽叶包扎粽子，怎样掺揉粽子米、猪肉、豆子等馅料，然后再把粽子捆扎好。这样的亲身经历使我更加了解了这项传统技艺，也感受到了传统文化的魅力所在。

其次，龙舟赛是端午节的一大亮点。龙舟是一种古老的传统水上运动，在端午节期间，各地都会举行龙舟赛。我有幸去观看了一次精彩的龙舟赛，令我欣喜若狂。队员们手持扁担，全身心地配合划桨的节奏，让龙舟如箭般在水面上穿梭，那一刻我仿佛看到了古代的战士们在船上奋勇杀敌。龙舟赛不仅仅是一场比赛，更是对团队精神和集体荣誉的追求，让我深深感受到了团结合作的力量。

第三，五色线是我在端午节中首次接触到的一种特殊物品。在端午节这天，无论是家家户户的门口还是街道巷尾，都会悬挂起五色线。我发现五色线是由五种不同颜色的丝线编织而成，它们的颜色分别代表着五行：红色代表火，蓝色代表水，绿色代表木，黄色代表土，白色代表金。五色线的出现给人们带来了喜庆和吉祥的气氛，也使我更加深入地了解了中华传统文化。

最后，端午节的传统习俗也给我留下了深刻的印象。在这个节日里，人们不仅会包粽子、参与龙舟赛，还会挂艾草、佩香囊、赛龙舟等。这些习俗都有着深厚的文化底蕴和民间传说，并且在人们的日常生活中扮演着特殊的角色。在我体验这些传统习俗的过程中，我明白了习俗的背后有着丰富的文化内涵，它们是连接过去和现在的纽带。

通过这次端午节的亲身参与和观察，我对这一传统节日有了更深入的了解和体验。粽子、龙舟赛、五色线、传统习俗等元素共同构成了这个节日的独特魅力。我深深感受到了传统文化的底蕴、民族团结的力量和人们对美好生活的向往。我相信，只有秉持着对传统文化的尊重和传承，我们才能更好地走向未来，传播中华文化的魅力。端午节是一面镜子，照亮了我内心对中华文化的喜爱与向往。

**端午节心得体会篇十一**

五月五，是端阳;门插艾，香满堂。呷粽子，洒白糖;龙船下水喜洋洋。”这样的儿歌，唱出了端午节的习俗，也唱出了属于端午的味道。

中华民族的很多传统节日都与吃相关，譬如元宵节的元宵，譬如中秋节的月饼，又譬如端午节的粽子。地不分南北，人不分老幼，端午节吃粽子，这是传承千年的文化，粽子的香气里既是民俗风情，更是浓到化不开的家国情怀。

除了粽子之外，端午节还有其他一些关于吃的讲究，尽管因为地域差别这些吃食略有不同，但是煮鸡蛋、饮雄黄酒等风俗还是比较普遍的。尤其是关于饮雄黄酒，看过电视剧《新白娘子传奇》的人，一定会对这种让白娘子现出原形的酒印象深刻，进而也就对端午饮雄黄酒的习俗印象深刻。

当下，早已经不是物质匮乏的年代，不管是粽子、鸡蛋还是雄黄酒，都可以随时买来吃喝。不过，这些东西的味道，只有在端午节里才更独特，因为那时候我们不只是在吃一种食物，更是在吃一种文化和传承。那一刻，端午的吃食在滋养着我们的胃，更在潜移默化地滋养着我们的心灵。

香甜的粽子在滋养着我们的胃与心灵，端午的习俗和活动更在滋养着我们的心灵。求吉、纳祥、辟邪，是中华民族传统节日的普遍主题。端午节的最初只有仲夏入暑时节祛病强身的意味，后来加入的.祭祀和纪念屈原的元素，实际上传说的成分更多。热播剧《思美人》中，有屈原过端午的场景，对此很多人口诛笔伐，说端午节就是纪念屈原的，屈原本人怎么可能过端午呢?事实上，这还真不是编剧在戏说，在先秦古书《穆天子传》等古籍中，就有关于划龙舟、吃粽子等端午习俗的记载，可见端午节要比屈原的出现更早。

纪念屈原说之所以广为流传，其实是中华儿女对爱国主义精神的认同。屈原是伟大的爱国诗人，他为人正直、学识渊博，却一再遭到佞小人的陷害排挤，更被楚王赶出朝廷流放他乡，当秦军攻破楚国都城郢都，屈原悲愤交加，毅然投江殉国。正是因为屈原对国家赤诚忠贞的爱，后世才愿意相信端午节是为了纪念屈原，而且将这样的纪念延续了20\_\_多年。注入爱国主义精神的端午节，蕴含着中华民族正直磊落、忧国恤民、浪漫诗意的人文理念，也凝聚起了中华民族的“根”与“魂”。这样的民族精神和情怀，是最为宝贵的一笔财富，也最能滋养人的心灵。

有人说端午节已经沦为了“粽子节”，这一点我们不能回避和否认，和其他一些传统佳节一样，端午节的确存在“瘦身”的现象。可是关于端午节的保护，国家一直在努力，民间也始终在发力。20\_\_年，国务院将端午节列入首批非物质文化遗产名录;20\_年起端午节被列为国家法定节假日;20\_年端午节成为中国首个入选世界非遗的节日。这些努力和措施，都是在让端午的习俗和传统恢复，都是在让端午的文化传承和延续。

民俗专家冯骥才认为：“节日就要按节日的方式过。”现在过端午节，很多地方包粽子、赛龙舟、办诗会，不就是在恢复传统吗?不就是在继承和创新吗?让端午节不只有粽子飘香，更有民族精神、家国情怀和爱国精神，这样的端午不仅滋养着我们的胃和心灵，更滋养着伟大的不断前行的中国!

**端午节心得体会篇十二**

端午节是中国传统节日之一。每年的端午节，人们会在门前挂上艾草，寄托对健康的祈愿。我也曾参与过这一传统习俗，对于挂艾草的心得体会有很多。通过挂艾草，我感受到了传统文化的魅力，更深刻地理解了健康的重要性，同时也意识到了传统文化对个人成长的影响。

首先，通过参与端午节挂艾草的活动，我深深感受到了传统文化的魅力。艾草作为中国传统的草药之一，有着丰富的历史和文化内涵。挂艾草传承了民间传说和习俗，让人们能够更加亲近自然，感受到大自然的力量。当我在门前挂上一束束鲜艳的艾草时，我感到内心的平静和满足。艾草散发出淡淡的香气，仿佛抚慰了我的心灵。这种参与传统文化的感受给我带来了一种愉悦的心情，我更加珍惜自己的中国国籍和文化。

其次，通过挂艾草，我更加深刻地理解了健康的重要性。挂艾草是为了驱除邪气，保佑身体健康。在如今这个快节奏的社会，很多人都忽略了自己的身体健康。但是，只有拥有健康的身体，才能承载更多的梦想和希望。通过挂艾草，我明白了健康是无价的财富，我们需要时刻保护和珍惜它。我会更加注重自己的饮食和作息习惯，保持良好的身体状态，远离疾病的困扰。

同时，参与端午节挂艾草的活动也让我意识到了传统文化对个人成长的影响。在现代社会，我们面临着许多诱惑和陷阱，传统文化可以为我们提供一种价值观和行为准则。挂艾草是一种纯粹的行为，它并不追求物质回报，而是追求精神上的满足。这种纯洁的信仰和追求正是传统文化对个人成长的积极影响。我深刻认识到，我们要相信并坚守传统文化的精髓，它能够引导我们走向更好的未来。

最后，挂艾草不仅仅只是一种习俗，更是一种传统文化的传承。通过挂艾草，我学会了尊重传统，认识到自己与传统文化的联系。传统文化是中华民族的瑰宝，是我们民族的精神支柱。我们要坚持传统，保护传统，让它不断融入现代生活，发扬光大。挂艾草的习俗看似简单，但其中蕴含着深刻的文化智慧和价值观念。这种传承和发扬传统文化的精神，对于每个人来说都具有重要的意义。

总之，通过参与端午节挂艾草的活动，我对传统文化有了更深入的体会，更加理解了健康的重要性，意识到了传统文化对个人成长的影响。挂艾草不仅仅只是一种传统习俗，更是一种代代相传的文化传承。我将会在未来的日子里，继续守护和传承这一美好的传统，让我们的文化更加丰富多彩。

**端午节心得体会篇十三**

针对学生们这样对端午假期的关注，校方决定通过这次的端午活动来激励同学们的努力意识，一改最近这懒散的风气。在经过周密的计划之后，\_\_\_中学端午节活动，在端午的前一周正式开始了。

一、活动内容。

为了弘扬节日精神，让同学们不是光是为了假期才记住这个节日的名字，在活动当天，在各班举行端午节故事、知识演讲会，有各班语文老师或班主任主持或点评。

本次的演讲活动非常的热烈，在班级的演讲中，面对自己的同学大部分学生们都能勇敢的站上台发言，这不仅宣扬了端午节的传统知识，还锻炼了学生们的口才、交流能力、敢于上台的勇气。让同学能在各方面积极的发展。

要求各班的黑板报在放假之前准备好，以端午节为题，以屈原的爱国精神为主要内容。由宣传部学生去检查和评分。

以屈原的爱国精神为主题的黑板报在教师后面挂着，当同学们闲下来欣赏黑板报的时候，不经可以感受到端午的气氛，还能感受到到爱国的精神。对同学们的精神成长非常有帮助，也为学校端午节增添了一番风味。

在放假离开校园前进行例行的假日大扫除，这次的到扫除更为严格，要求每个学生都认真参与，对于发现的没参与卫生的同学进行记录和扣除操行分处理。

本次的大扫除抓的比平时更严格，同学们对这次的扫除也更加的认真，基本每个人都能积极的参与到学校的打扫中。这不仅让我们的学校变得更干净整洁，也让同学们一改之前只想着假期的慵懒氛围，好好的认识到劳动的意义。

二、总结和不足。

本次的端午节活动举行的非常成功，既改良了之前的不良气氛，有带动了同学们的精气神，让\_\_\_中学更加散发着活力的气息。

但是在关于这次的活动参与方面，依然有许多同学没能参与其中，其中没能参与劳动而是躲懒的同学最为严重，校方在彻查以后对这些同学进行了严厉的教育和处罚，希望他们再之后能够痛改自己这种懒惰行为。

**端午节心得体会篇十四**

端午节是中国传统的重要节日之一，也是中华民族优秀文化的重要组成部分。而端午节挂艾草则是端午节的一项传统习俗。关于“端午节挂艾草的心得体会”，我从五个方面进行总结和思考，具体体现在以下的五个段落中。

第一段，介绍端午节的来历和挂艾草的习俗。端午节源自古代中国的楚国。相传，楚国的爱国诗人屈原在端午这一天跳江自尽，为了纪念他的忠诚和爱国精神，人们每年的这一天都会划龙舟、吃粽子，以及挂艾草。挂艾草的习俗据说可以避邪驱鬼，保佑健康平安。

第二段，提出我对挂艾草的相关理解。我认为，挂艾草的意义并不仅仅是传统的宗教信仰，更是一种民族精神的象征。挂艾草，可以视为中华民族对过去历史的回忆和纪念，是对先祖的一种敬重和仪式。同时，挂艾草也体现了我们对国家和家族永续、兴旺发达的美好祝愿。

第三段，分享我亲身参与挂艾草的经历。去年的端午节，我和家人一起来到了乡下祖辈的坟墓前，进行了一场庄重而神圣的祭拜仪式。我们在坟前竖起供奉的牌位，点燃香烛，然后边读着祷文，边摘下艾草束并挂在供桌上。我看着艾草的苍翠，感受到一种与自然相连的力量，同时内心也涌上了一股莫名的悲凉之感。

第四段，阐述挂艾草对我的启示和思考。参与挂艾草的仪式让我对传统文化有了更深刻的认识和理解。艾草虽然朴实无华，却有着独特的清香和疗愈的功效。这让我想到，人与自然是密切相连的，我们应该更加珍惜和保护自然环境。同时，挂艾草也让我明白，尽管现代社会变化迅猛，但我们仍然应该坚守传统价值观，传承中华民族的优秀文化。

第五段，进一步思考挂艾草的现实意义和价值。挂艾草不仅仅是简单的一种仪式，更是对人们内心诉求的满足和抚慰。在这个瞬间，我们通过挂艾草来寻求着安定和平和，追求内心的净化与升华。而这种追求也体现了人们对美好生活和幸福的向往，正如挂艾草寄托了我们对家族兴旺的期望一样。

通过五个段落的思考和总结，我对“端午节挂艾草的心得体会”进行了深入的探讨。挂艾草不仅仅是一种传统习俗，更是中华民族的文化遗产，是我们心灵和情感的寄托。通过挂艾草，我们能够感受到中华民族的浓厚情感和千百年的文化积淀。在传承与发展中，我们应该更加珍视、弘扬和传播端午节挂艾草的文化内涵，让这一神圣而美好的传统习俗在未来得以继续传承与发展。

**端午节心得体会篇十五**

一年一度的端午节又来了。所谓花年年相似，人年年不同。端午节在农历五月初五。两千多年来，端午节一直是一个多民族的民间节日，是全民健身、防病治病、避瘟疫和毒药、祈求健康的节日。

端午节，又称端阳节、重午节，相传是中国古代伟大诗人、世界四大文化名人之一屈原投江为国捐躯的日子。两千多年来，农历五月初五已经成为纪念屈原的传统节日。据史料记载，公元前278年农历五月初五，楚国大夫屈原，一位爱国诗人，听到攻破楚都的消息，心痛如绞。他毅然写下自己的杰作《怀沙》，投身汨罗江，为国捐躯。沿河的人们带领船只争夺救助，沿着水唤起灵魂，把粽子扔进河里以避免鱼虾吃掉他的身体。这种习俗已经持续了两千多年。

长大学习后才知道，包粽子的习俗和中国历史上的爱国诗人屈原有关。据说屈原跳进汨罗江后，群众为了防止水里的鱼咬诗人的身体，就做了许多粽子扔进水里。这样，鱼吃了，就不会伤害诗人了。所以为了保护和纪念这位伟大的爱国诗人，就有了更热闹的“龙舟赛”。

我们村没有赛龙舟，但黄石每年都有这样一个热闹的场面：

在木兰河岸边，人们早早地聚集在岸边，锣鼓喧天，鞭炮齐鸣。水面上，几只整齐的龙舟队，鲜艳的衣服在风中飘扬，男孩们渴望激情地尝试。随着一声锣响，各队争相参赛，大家齐心协力争第一。这时，鼓声、鞭炮声和人们的喊声……构成了一幅生动的画面。

**端午节心得体会篇十六**

感受传统文化、体验端午风俗、弘扬传统美德——市五中开展“端午节”主题教育活动。

为推动和促进“创城”工作的深入开展，进一步引导学生体验我国传统节日的意义，激发学生的民族自豪感和爱国情操，市五中开展了丰富多彩的“端午节”主题教育活动。

一是开展了“粽叶飘香话端午”主题班班会。各班通过讲端午的来历故事，讲端午习俗，介绍香袋，朗诵端午诗歌，开展端午知识竞赛等丰富多彩的活动，让更多的队员们了解端午，了解端午习俗，了解中国的传统节日。

二是利用校园广播开展了“端午知多少”传统节日知识宣传、普及活动。让学生通过查阅图书、互联网等，搜集有关端午节的由来、别称、风俗等，了解这一传统节日的相关知识。引导学生进一步了解传统节日、喜爱传统节日，激发学生的爱国热情。

四是开展了“感受传统文化、体验端午风俗、弘扬传统美德”活动，在端午节时关心老人，和爷爷奶奶吃粽子，共度端午佳节。

**端午节心得体会篇十七**

端午节是我国的传统节日之一，它始于我国远古时代，至今已经有几千年的历史。在这一天，民间有一个老祖宗的传说，也就是杜月笙先生说的那个纪羡祖。这个节日虽然是一个古老的节日，但是我却从小对它的意义和习俗非常感兴趣。今年，我有幸亲自动手挂上艾草，实践了一把端午节的古老习俗，让我体会到了传统文化的魅力。

第一次参与端午节挂艾草的活动，我倍感兴奋。提前了解了一下这个习俗，才知道挂艾草是为了驱邪，挡瘟毒。根据我爸爸的指导，我先找了一棵苦艾草，然后用红线把它们连成一串。我一边挂一边默念着家人平安，健康，顺利。那些弯曲的艾草摇摇晃晃地挂在门上，我觉得它们就像是我心愿的使者，为我们祈福，加持。愿这些艾草能保佑一家人平平安安，幸福快乐。

挂好艾草后，我注意到房间里弥漫着一股清香味。我向爸爸问这是为什么，爸爸说是艾草的香气。我仔细闻了闻，的确是一种独特的味道，淡淡的，清新的，让人心旷神怡。这种味道不像其他香水那样浓烈，它是那么自然，那么纯净。我明白艾草挂在门上，可以抵挡瘟毒，但我没有想到它还有这样一种让人留连忘返的香气。我爱上了这种清香，也开始意识到传统文化中的一些细节，是那么的美妙。

端午节的第二天，我醒来发现艾草已经干枯了。爸爸说，干的艾草可以烧掉，烟可以驱邪。于是，我跟爸爸一起把艾草点燃，看着烟雾袅袅升起，我觉得它带走了家里的厄运和灾难。我惊讶地发现一根根艾草被火焰吞噬的那一刹那，居然发出了一股臭味。那是坚硬的烧焦味。我想，这就是厄运和灾难消散的痕迹吧！我也仿佛看到了未来的美好，这就是艾草的魔力吗？这一次，我对艾草的敬畏和神奇感也更加深入。

端午节挂艾草的心得体会告诉我，传统文化是一座宝藏。只有通过亲身的体验，我们才能真正了解和感受到它的魅力。挂艾草这个古老的习俗，虽然看似简单，但却蕴含丰富的文化内涵。艾草的香气和火焰烧焦时的味道，是我们对生活的祈愿和对未来的美好期盼。它们以一种微妙而庄重的方式，让我们对传统文化有了更深的理解和感受。我希望以后能够继续保持对传统文化的兴趣，并且不断地去传承和弘扬我们民族的文化传统。

**端午节心得体会篇十八**

端午节是中国传统的节日之一，也是我国重要的非物质文化遗产。每逢端午佳节，人们都会沐浴于独特的节日氛围中，进行着各种各样的传统习俗活动。作为一名教师备考参加教师资格考试的人员，我不仅能够感受到端午节的浓厚氛围，更能从中汲取教育的力量，并总结一些备考心得体会。

段落二：勇气与坚持。

端午节的庆祝活动包括吃粽子、赛龙舟、系五彩线、喝雄黄酒等多个环节。其中，赛龙舟是一项需要团队合作与勇气的竞技活动。作为备考教师资格考试的人员，我们也需要具备勇气与坚持，去面对备考中的困难与挑战。端午节的庆祝活动，给了我一个宝贵的启示，就是只有在勇气与坚持的支撑下，我们才能够克服困难，取得丰硕的成果。

段落三：团结与合作。

端午节期间，人们会沉浸在浓厚的团结与合作的氛围中。无论是赛龙舟还是包粽子，都需要团队成员之间紧密配合、无私奉献。从中，我明白到备考教师资格考试也需要团结协作的精神，这不仅体现在备考班级中成员之间的相互帮助和支持，还体现在与备考过程中遇到问题时积极请教他人、互相学习的态度上。团结合作的力量是巨大的，只有凝聚集体的力量，才能更好地应对备考中的各种困难与挑战。

段落四：节约与节制。

端午节重视的一个重要方面是节约与节制。举例来说，包粽子过程中要注重粽叶的使用和糯米的控制，不能过多浪费。同样地，在备考教师资格考试的过程中，我们需要注重时间的节约与精力的合理分配。避免对某些知识点的钻牛角尖，合理规划备考时间，提高备考的效果。此外，端午节的节令粽也是要通过节制来增强身体的免疫力，提高健康素质。备考过程中也要注意合理饮食，保持良好的精神状态和身体健康。

段落五：传承与创新。

端午节作为中华民族传统文化的重要组成部分，我们在参与其中不仅要传承端午节的文化内涵，更要借鉴和吸收其中蕴含的智慧和创新精神。备考教师资格考试的过程也需要我们传承优秀的教育理念和教育传统，并加以创新和发展。通过汲取端午节的智慧，我们可以更好地认识教育内涵，培养学生的节日意识，推动学生的文化传承与发展。

结束语：

端午节教师备考心得体会给了我更多的思考和启发。在日常备考中，我们不仅要具备勇气与坚持，更要注重团结合作、节约节制以及传承与创新。只有如此，才能更好地备考教师资格考试，成为一名合格的教师，传承优秀的教育文化，为社会培养更多的人才。同时，也希望我国传统的节日能够得到更好的传承与发展，在当代教育中发挥更大的作用。

**端午节心得体会篇十九**

为推动和促进“创城”工作的深入开展，进一步引导学生体验我国传统节日的意义，激发学生的民族自豪感和爱国情操，市五中开展了丰富多彩的“端午节”主题教育活动。

一是开展了“粽叶飘香话端午”主题班班会。各班通过讲端午的来历故事，讲端午习俗，介绍香袋，朗诵端午诗歌，开展端午知识竞赛等丰富多彩的活动，让更多的队员们了解端午，了解端午习俗，了解中国的传统节日。

二是利用校园广播开展了“端午知多少”传统节日知识宣传、普及活动。让学生通过查阅图书、互联网等，搜集有关端午节的由来、别称、风俗等，了解这一传统节日的相关知识。引导学生进一步了解传统节日、喜爱传统节日，激发学生的爱国热情。

三是开展了“快乐的端午节”体验活动。学校鼓励学生利用端午节假期闲暇时间与父母、长辈参与学习包粽子的过程，让学生充分感受我国传统文化的魅力，陶冶学生的情操，弘扬我们民族优秀的传统文化。让学生在亲自动手体验中，感受着浓浓的节日氛围，享受传统风俗带来的温馨和快乐。

四是开展了“感受传统文化、体验端午风俗、弘扬传统美德”活动，在端午节时关心老人，和爷爷奶奶吃粽子，共度端午佳节。

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！