

最新端午节包粽子活动心得体会 端午节包粽子心得体会(大全17篇)

通过写读书心得，我们可以与他人分享自己的阅读体验，与他人交流和探讨。请大家阅读以下精选的培训心得范文，希望对大家写作有所启示和帮助。

端午节包粽子活动心得体会篇一

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。

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！

端午节包粽子活动心得体会篇二

今天上午我去看姥姥包粽子。

第一步：包粽子。拿两张或三张煮过的'粽叶对叠在一起，再在粽叶上放一把米，然后在米的上面放一些绿豆、芝麻、花生和一肥一瘦两块猪肉，再在它们上面又放一把米盖住，包住在用线捆绑，一个粽子就包好了，碧绿玲珑，惹人喜欢。

第二步：煮粽子。把包好的粽子放在锅里、放水，用大火煮一个多小时，再用小火焖一个多小时，就大功告成了。

姥姥扒开一个粽子给我品尝，哇！香喷喷的，自己家包的粽子就是不一样。

端午节包粽子活动心得体会篇三

端午节快到了！今天老师很开心，教了我们包粽子，材料有：芦苇叶、糯米、线。另外我喜欢吃甜的，所以我包的.馅儿是白糖。

首先把芦苇叶和糯米洗干净，拿起芦苇叶放到切菜板上铺平，将它折起卷成一个圆锥形，之后舀起糯米倒进刚才卷好的芦苇叶里，再将多余出来的芦苇叶从左边按到右边，从右边压到左边，最后再从前边盖到后边，然后用线绕三圈裹起来系好，一个粽子就包好了！

可是现在的粽子还不能吃，那怎么办呢？答案是将包好的粽子放进锅里关上盖子，点火煮！但是煮粽子要20分钟，那么就让我们等待吧！“呼”，漫长的20分钟终于过去了，现在我们揭开锅盖熄火，戴上手套伸进锅里拿起一个粽子放到盘子里，端起盘子摆在桌子上，拿起剪刀剪开线，拉掉线丢进垃圾桶，剖开芦苇叶用筷子夹住粽子，就可以吃了，小心烫哦！

吃着自己包的粽子，心里美滋滋的。好了，我要拿去给爸爸妈妈分享了。

端午节包粽子活动心得体会篇四

端午节是中国传统节日之一，这天人们会吃粽子、赛龙舟、挂菖蒲，庆祝这个传统节日。随着时代的变迁，不少家庭已经不再亲手包粽子，但是这并不影响孩子们爱好这个节日的热情。孩子们通过学校、家庭等途径了解到端午节的由来和文化背景，并且逐渐在学习、包粽子、品尝中体验到了传统文化的魅力，这让人们感受到传统文化的重要性。

第二段：参与活动的准备

在家庭中，孩子端午节包粽子，需要准备好原材料和相关的工具。首先是粽叶，要选择新鲜、嫩绿、柔软而有弹性的粽叶；其次是糯米，清洗干净后泡水，再加入选择好的五香料，然后掌握好糯米的火候，在蒸锅中加水加热，当水变成蒸汽时送入蒸锅外，再开中火蒸大约一小时即可；最后是食材，可选择猪肉、蛋黄、肉松、红枣、莲子等作为馅料。

第三段：制作粽子的过程

在制作过程中，孩子们需要精细、耐心地操作，在包粽子的时间里可以与家人相谈甚欢，这也为家人提供了机会与孩子沟通、交流。包粽子时，需要将粽叶洗净晾干、在叶子中间加适量糯米，放入馅料，再用细绳系好粽子，并将粽子放入锅中水煮煮开，再改小火焖煮，大约一小时左右即可。

第四段：品尝粽子的过程

等大家一起动手包完粽子后，就可以品尝自己做的端午节粽子了。打开精致的粽子，散发出浓浓的芳香，在“吃”的时候尤其注意品尝每一个馅料，以此领略它独特的味道，也可以从食物中感受到了传统文化带给我们的美好和快乐。

第五段：总结

在这个过程中，孩子们从传统文化中汲取营养，感受到中华文化的博大精深和传承价值。同时，这个过程中，也增强了家庭成员之间的联系，加强了团结的力量，体现了传统文化的融合和传承价值。通过这样的亲手制作，孩子们可以从食物中触摸到的不仅仅是它的美味，更是它背后所蕴含的民族精神和文化传承精髓。这种体验能够给孩子以长久的印象，也让他们在未来的日子里能够更好地传承中华民族的历史、文化和传统。

端午节包粽子活动心得体会篇五

近日，我校举办了一场大学生包粽子的活动，我非常荣幸地参加了这次活动，并在其中获得了宝贵的经验和收获。通过这次活动，我深刻认识到了包粽子不仅仅是简单的手工活动，更是一种传统文化的传承和乐趣。下面我将结合自身体验，分享我对这次大学生包粽子活动的心得体会。

首先，大学生包粽子活动让我感受到了传统文化的魅力。作为一种古老的中国传统食品，粽子在端午节是家家户户必备的美食，尤其是南方地区更是将其列为重要的节日食品。参与包粽子活动，我们不仅仅是在简单地包粽子，更是在学习和传承中国传统文化。我们在包粽子的过程中，通过老师的指导学习了粽子的制作方法和讲解了背后的文化故事。这让我感到非常自豪，因为作为一名中国大学生，我们有责任和义务传承和弘扬优秀的中华优秀传统文化。

其次，大学生包粽子活动培养了我们的团队协作精神。作为一个团队活动，包粽子需要我们充分发挥团队协作的精神和团队合作能力。在包粽子的过程中，我们相互配合，分工明确，每个人负责一个环节，同时协同完成制粽子的工作。这不仅仅是简单的互帮互助，更是需要我们相互信任、相互支持、相互依赖。通过这次活动，我深刻认识到团队的力量是无穷的，只有团队的协作和合作，才能把事情做得更好，更圆满。

此外，大学生包粽子活动也增强了我们的动手能力和创造力。包粽子是一项需要细心和耐心的手工活动。在包粽子的过程中，我们需要将粽叶剪成合适的大小，将糯米和馅料包裹在一起，并将包好的粽子系好。这需要我们灵巧的双手和细致的心思。通过反复的实践和努力，我们的动手能力得到了锻炼和提升。在粽子制作的过程中，我们还可以发挥自己的创造力，尝试不同的制粽子的方式和包装形式，使粽子更加美观与有趣。这不仅仅是体现了我们的个性和创造力，更是提升了我们的实际动手能力。

最后，大学生包粽子活动也使我体会到了传统食品的文化价值。粽子作为中国的传统食品，有着独特的文化内涵。它不仅仅是一种口感美味的食物，更是承载着民族和历史文化的代表。通过参与包粽子活动，我们了解到了粽子的起源和发展历程，以及与端午节的传统习俗的关联。这让我深刻认识到食物不仅仅是满足我们的口腹之欲，更是一个国家和民族的身份象征和文化精髓。我为能够亲手制作和品尝到这样一种传统食品而感到骄傲和自豪。

总的来说，参与大学生包粽子活动是一次难得的机会和经历。通过这次活动，我感受到了传统文化的魅力，培养了团队协作的精神，增强了动手能力和创造力，并体会到了传统食品的文化价值。这次活动不仅仅是一次简单的手工活动，更是一次文化熏陶和心灵的洗涤。希望以后还能有更多类似的活动，让更多的大学生有机会了解和参与到传统文化的传承和弘扬中来。

端午节包粽子活动心得体会篇六

端午节一直以来都是中国传统节日中一个富有民俗文化和历史沉淀的节日。而在孩子们的成长过程中，包粽子也是一个值得细细品味和感受传统文化的机会。在本次活动中，我与我的孩子们一同包粽子，体验到了一种别样的亲情和快乐。

第二段：孩子们与包粽子

孩子们最爱的就是做手工，而包粽子这项活动，更是让孩子们全身心地投入到其中。孩子们抱着粽叶，顺着老师的指示一步步地操作，过程中需要细心用心，保证每一个动作都做得稳稳当当。而当他们亲手包好了自己的粽子，那种自豪和满足感更是难以用言语来表达。

第三段：体验传统文化

端午节是中华民族的传统节日之一，对我们而言，更是一种历史和文化的传承。而包粽子这项活动，是端午节传统文化的重要组成部分。通过亲身参与包粽子活动，孩子们也学会了更多关于端午节的故事和传说。这种亲身体验的方式，更容易让孩子们理解、感悟和记忆历史和传统文化。

第四段：增强家庭亲子关系

家庭教育中，亲子活动是一个不可或缺的环节之一。而包粽子活动，也是加强亲子关系的一种系列措施。在活动中，我与我的孩子们商量着如何包好粽子，互相掌握着技巧和方法，一个个粽子的完成是家庭合作、团结的象征。在亲密的家庭环境中，亲情也越来越深了。

第五段：结语

通过包粽子活动，我深深地意识到了传统文化和家庭教育的重要性。活动结束后，我的孩子们通过品尝自己亲手制作的粽子，不断表达着对这种传统文化和家庭教育的热爱和认可。让我们一起走进传统文化的大门，感受传统文化和家庭教育的魅力，把更多的传统文化和家庭教育带给孩子们。

端午节包粽子活动心得体会篇七

明天就是端午节，我和妈妈一起到婆婆家包粽子，可我不会包粽子，我只想马上吃到粽子。

到了婆婆家，客厅里放满了大小盆子，有的盆子里有白白的糯米，有的盆子就是黄黄的小米，有的盆子里就是红红的枣，还有的就是豆子，高高的`桶里放满了粽叶，婆婆已经开始包了，他先把粽叶包成三角形，放上一把米和豆子，再放上一颗枣，然后再放入少许的水，在一叠、一裹，最后扎紧就可以了，然而可就是我来没帮上婆婆的忙，可我明白了，小小的粽子做起来也挺不容易的。

端午节包粽子活动心得体会篇八

要过端午节了，家家户户都要包粽子吃。今天，我就和我妈妈学起了包粽子。

看，已经开始了。我妈妈先倒好江米，用水泡上，又把粽叶和花生也泡上了。大约过了半小时，我们就开始包粽子了。

只见我妈妈先把一个粽叶卷成圆锥形，一会放江米，一会放蜜枣和花生，有的还放香肠呢，（想想都好吃*^__^*嘻嘻……）最后再把剩下的叶子翻过来，盖在上面，然后用绳子一捆，一个漂亮的粽子就做好了。

我看得眼花缭乱了，只好凭着印象学着我妈妈的样子做了。当我卷好粽叶放江米时，江米却“跑”了。我一看，原来粽叶底下没封好口，结果成了漏斗，江米就顺着口漏了。请教我妈妈后，我又重新卷，这次让粽叶重叠着，你看，江米就老老实实地待在粽子里了。

可是没过多久，新问题就又出来了：我的粽叶怎么也盖不住了，成不了型。这时我妈妈似乎看透了我的心思，说：“你

放米太多了，少一点就盖住了。”我听了之后，半信半疑，但还是剥走了一些米，果然一下子就盖上了。（我高兴啊~）赶紧着，用绳子系牢，一个粽子就在我的手中诞生了。

等我妈妈和我全部做好后，就放到锅里煮，那个时间长啊，馋得我口水都流出来……

终于出锅了，闻着粽叶散发出的清香，品尝着自己亲手做的粽子，我的心中香甜无比！

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

端午节包粽子活动心得体会篇九

转眼又到了端午节，它除了让人想起龙舟盛会以外，粽子的美味更令人神往，也是我梦寐以求的日子。我长这么大还没吃过我家自己做的香喷喷的粽子，据我奶奶说味道好极了。自己做的粽子可以随心所欲地加上自己喜欢的食物和配料。因此，今年我死缠烂打，软磨硬泡，爸爸妈妈被我弄得没办法，只好同意了。

一切准备就绪后，我爸先将猪肉、香菇切成方块，然后将猪

肉放在锅中炒制，加些事先准备好的调料炒出香味，才将猪肉捞起。接着，将香菇和事先泡制好的食物调好配料后一同炒熟，剩余汤汁炒以预先洗净的上等糯米，至所有的汁都被上等糯米吸收进去为止，再放入刚才所炒的料一起拌匀。

接下来，该我妈妈上场了，我静静地站在一旁看。只见，妈妈取了两张碧绿的箬竹叶子重叠在一块，双手抓住叶子两端，轻轻向中心一卷，熟练地卷成圆锥形，放于左手掌中，右手用勺子舀了些刚才炒制好的馅料装进圆锥形里边，直到把圆锥形填满了。这时，只见妈妈右手拇指和食指将叶子两头捏住轻轻向前一压，再一个小的反剪，交于左手握牢不放松，空出来的右手拿一绳，一头用牙齿咬住，一头用右手拽紧，沿粽子腰间绕两圈扎紧系牢。一个绿莹莹的粽子就大功告成了，看得我目瞪口呆。接着，妈妈继续不厌其烦地包着，包着这有棱有角的小东西。

等待中，我觉得粽子真是个有意思的小东西，只需用那么几张碧绿的箬竹叶把糯米和馅料包起来，蒸煮一番，糯米和馅料就带上了箬竹叶味儿，而且家里也弥漫着淡淡的清香。我真喜欢由粽子而带来的这清香的味儿，也希望明年我家还能继续飘着这清香的味儿。

关于端午节包粽子的心得体会作文集锦二

这端午节有个来历，传说从前有一个叫屈原的伟大爱国诗人，因为反对妥协，主张联齐抗秦，受到楚国权臣的打击和陷害，先后遭到怀王和顷襄王的贬谪和放逐。屈原离开郢都以后，沿长江东下，踽踽独行，颜色憔悴，披着长发，过着颠沛流离的生活。

他不知道为什么世界会是这样黑白混淆，忠奸颠倒，美丑不分。他禁不住内心的愤怒，一面大声呵斥吟诵，一面提起笔来，洋洋洒洒在石壁上写下一篇奇绝千古的《天问》。他深知自己无法同现实调和，最后自投于汨罗江，结束了他悲壮

的一生。

当地老百姓都非常尊敬和爱戴屈原，生怕他的尸体被鱼吃掉，就投下一种用棕叶包米的東西——粽子喂鱼，好让鱼不去吃屈原。以后，每年都以此方法来纪念屈原。

今天正是纪念屈原的日子，我一大早就闻到浓浓的粽子清香，于是赶紧洗涮，急不可待地坐到餐床边津津有味地吃起了粽子。我想：为什么象屈原这样的忠臣要被放逐，还要遭到坏人的打击和陷害，那些奸臣为什么不会考虑国家会不会被人家吞并掉，总有一天，国家肯定要栽在他们的手里，还有那个笨大王，怎么也不知道屈原是个忠臣呢，真是笨。虽然心中替屈原打不平，但一点不影响我吃粽子的好胃口。

这个端午节我过的真开心，我真希望现在的每一天都是端午节，让我每一天都吃到美味可口的粽子！

关于端午节包粽子的心得体会作文集锦三

我的家乡是一座位于长江口的小岛，钟灵毓秀，风光旖旎，物阜民丰。几年前，我背井离乡只身来到上海求学，在这座钢筋混凝土的都市中，我对家乡的思念与日俱增，而除了难以割舍的一份亲情外，令我难忘的还有那清香醉人的粽子。

在家乡，端午节一到，家家户户都忙着采芦叶。差不多全村人都出动了，成群结队的，不久，所有的河滩上都洋溢着此起彼伏的笑声了。

采完芦叶，便回家包粽子了。在我看来，包粽子简直可以说是门艺术：先把采来的芦叶用沸水煮半个小时，取出后用凉水浸泡，再用刀把叶柄切平，便可以包了。粽子的主料是糯米，可以加入花生、赤豆、红枣、蜜饯等，比较讲究的人家还包掺入咸精肉的“肉粽”，味道自然与众不同。母亲是个精打细算的人，不舍得花钱买红枣或是蜜饯，更别提包“肉

粽”了，只是用过年时余下来的儿两赤豆包粽子给我吃，但味道也一样香甜。

粽子的形状更是层出不穷。最常见的要属“宝塔粽”，差不多就是一个立体的方锥形，是所有粽子中个头儿的。还有一些也比较常见，像方粽、菱粽、子母粽等，个个美观大方，清香可口。而最为匠心独具的要算“鸳鸯粽”了——把两个同等大小的粽子用红线连起来，美其名曰“千里姻缘一线牵”，以示夫妻相互依靠、恩恩爱爱。

家乡有送粽子的习俗。每年这时，家家户户都会提着自家包的粽子走亲访友，相互馈赠。开始或许只是一种礼尚往来，可不知不觉中却成了端午节必不可少的内容。

包好的粽子不仅自己吃、送人吃，还要精心包几个，用线绑在一起投到河里，以纪念伟大的爱国诗人屈原。小时候，天真的我也曾问过母亲：“为什么要纪念屈原？为什么要把好吃的粽子白白投进河里？”母亲笑笑：“因为他在善良人的心中永远值得纪念。”当时我对母亲的话并不了解，如今想来，却是富有哲理的。这正是劳动人民淳朴、善良的美好心灵的体现。因为他们的心是雪亮的，具有明辨是非的能力，或是嫉恶如仇，或是从善如流，且永远是那么地无私，就如同粽子馅中的糯米那样纯正，又不乏芦叶那般的清香。

关于端午节包粽子的心得体会作文集锦四

我记得老师给我们讲过端午节的由来。我说“端午节是为了纪念屈原”。

传说屈原是出国的一位大臣，他非常爱自己的国家，屈原眼看到自己的祖国被侵略，而国王又不听他的建议，去抵抗秦国的侵略，他心如刀割，抱石投汨罗江而死。他死后，楚国百姓哀痛异常，纷纷涌到汨罗江边去凭吊屈原。渔夫们划起船只，在江上来回打捞他的真身。有位渔夫拿出为屈原准备

的饭团、鸡蛋等食物，“扑通、扑通”地丢进江里，说是让鱼龙虾蟹吃饱了，就不会去咬屈大夫的身体了。人们见后纷纷仿效。一位老医师则拿来一坛雄黄酒倒进江里，说是要药晕蛟龙水兽，以免伤害屈大夫。后来为怕饭团为蛟龙所食，人们想出用楝树叶包饭，外缠彩丝，发展成粽子。

以后，在每年的五月初五，就有了龙舟竞渡、吃粽子、喝雄黄酒的风俗；以此来纪念爱国诗人屈原。

妈妈说咱回家包粽子好吗？我很爽快地说：“好，咱包八宝粽子吧”。

包粽子的过程：第一，先把、糯米、红豆、葡萄干、花生、绿豆、豇豆、芸豆、玉米粒泡半个小时。这是把粽叶洗洗，造好捆粽子的线。

第二步，包粽子时先把两片粽叶叠在一起，握成锥形，然后放进泡好的粽子馅，再把粽叶对折过来把馅包严用线捆住，一定要捆紧了。因为煮的时候，米受热会膨胀。

第三步，就是煮了，煮半个小时就好了。

我感觉自己包的粽子比超市卖的还好吃，因为这是我自己的劳动成果，所以自己感觉好吗。

篇二：端午节包粽子

端午节吃粽子，这是中国人民的传统习俗，每年五月初，中国百姓家家都要泡糯米、洗粽叶包粽子，北方有北方枣粽，南方则有豆沙、鲜肉、火腿、蛋黄等多种馅。吃粽子的习俗流传到朝鲜、日本及东南亚地区。

端午节又称端阳节、午日节、五月节等。端午节是中国汉族人民纪念屈原的传统节日，以爱国诗人屈原而展开，传播各

地，屈原之民人人皆知，大家用粽子悼念烈士。

今天妈妈就要教我包粽子！

终于该我包了，我也像妈妈那样把两片粽叶重叠一部分，再卷成漏斗状，我也抓了一小把糯米塞进了粽叶里，可因为我的手松了一下粽叶里的糯米全掉了出来，地上脏兮兮的，“失败不怕重要的是坚持，再来！”妈妈鼓励我，第二遍我终于越过了那个坎，第三步就该放东西了我挑了一大块蜜枣放了进去，然后又放了一把糯米，可我在用白箱包的时候，包不严好多糯米都洒了出来，妈妈教导我说：“在粽叶里面放东西不能放得太多，要不然就会撒出来”“毆”我点了点头，看我再三努力的面上，成功的光芒终于照到了我身上，我成功包好了一个粽子，虽然看着不怎墨阳，但很好吃。

关于端午节包粽子的心得体会作文集锦五

今天是端午节，我亲爱的老妈有事，所以把我“托”到了王别格家。

我刚一冲进门，就看到了王别格和岳阿姨在餐桌上忙活。王别格一见我来了，就让我一块儿包粽子。怎么办？我可是个包粽子的“大菜鸟”啊！叫我吃粽子还行，叫我包粽子还不如让我去毁粽子呢！我当时那个汗那。我直愣愣的站在那里。“快点过来！”王别格又朝我喊道。我_奈只好硬着头皮走了上去，说：“呃，这个嘛，我不会。”王别格不以为然的说：“我也不会嘛，我第一次包粽子的时候还把粽子包成了沙漏，一松手，米”哗哗“的往下流”。我只好拿起一片竹叶跟她学了起来。“首先，把竹叶对折，再折一个小角。”，王别格向我演示完就来检查我折的怎么样。“哎呀。这是吃的，你不要把她当成卡纸折啊！”王别格对我说。我无可奈何，只好重新折了一次。“嗯，这次还不错”听到了她说的话，我大大的松了一口气。看样子，她不会再叫我重新再折一遍了。“接着把粽叶打开，握住下面”王别格一看，说：“做

的还不错，现在要放馅儿了。先放一勺米，再放一勺豆，然后再放一勺米，然后再放半个枣，最后放一勺米。”王别格说的太快了，我有晕，于是对她说：“你直接告诉我要几勺米、几勺豆、几勺枣就可以了，我自己搭配。”岳阿姨说：“其实这个可以根据自己的口味来搭配。”我曰：“那我就光加米，不加豆，也不加枣。”王别格说：“不行，就你喜欢那种口馅，别人都不喜欢。谁知道你你包的粽子是哪个呢？”我立刻反驳道：“做个记号不就得了？”由于往下我不能做了，所以那个半成品被送到了岳阿姨那里，叫她帮忙“整整容”，再“缝好皮肤”。

该煮粽子了。阿姨先把粽子倒进“盆地”（小锅）里，又把一盆水倒进“盆地”里，让水没过粽子，使所有的粽子“溺水”，无一幸免（当然不能有幸免的了，不然，怎么吃呀）。然后，煮上两个小时，再闷上半个小时，粽子就煮好了。

王别格一听说粽子煮好了，便飞也似的跑向餐桌。岳阿姨刚把粽子端上来，她便迫不及待地把一个粽子拨开，把粽子用筷子一分为二，小口小口的品尝完了，对粽子赞不绝口。我被她所逼，原本想“付出无回报”的，但被她硬塞进了大半个粽子。噎的我直翻白眼，不得不以跑步的方式来缓解我那可怜肠胃的压力。

这可真是个有喜也有忧的端午节。

端午节包粽子活动心得体会篇十

第一段：引言（150字）

端午节是我国传统文化中一个重要的节日，也是一个很好的传统文化教育载体。为了让孩子们更好地了解和感受端午节，学校组织了一次活动，让孩子们在学习中感受端午节的氛围，这次活动让我们孩子们开心又充实。下面我将分享一下我的心得体会。

第二段：包粽子的过程（250字）

这次活动我们孩子们真的是玩的兴高采烈，因为我们要包粽子。孩子们分成小组，每个小组有两个家长来协助，并给我们介绍了粽子的起源和文化内涵。以及粽子的特点和做法。随后，我们开始动手包粽子，先是调配馅料、洗好粽叶、摆好粽叶的形状，然后装馅，再上缝线，最后弯成三角形。尽管包粽子需要耗费心思和体力，但孩子们却非常兴奋，因为包好的粽子都是他们自己做的，他们常常相互竞赛，谁能先包好就是谁最棒。最后，孩子们的粽子成功的煮好了，在共同的欢呼声中，品尝起来非常的美味。

第三段：体会粽子背后的文化（250字）

每个人的孩子包出来的粽子不同，但每个人的心里都有一个共同的理解：粽子背后的文化。除了旨在让孩子们体验包粽子的欢乐和感受粽子的美味以外，活动还通过一系列互动环节，让孩子们了解到端午节的起源，了解粽子的文化内涵。其中，孩子们最感兴趣的，是习俗方面的内容，了解到中国古代人民为了纪念屈原，在端午节的时任敲击鼓，高悬彩旗和划龙舟等等。孩子们纷纷表示，以后要多了解我们的传统节日，了解它们背后的故事和含义。

第四段：参与活动后的心情变化（250字）

通过参与这次活动，孩子们的心情和性格都发生了一些变化。包粽子班活动不仅增强了孩子们的动手能力、组织能力和团队合作意识，同时也让孩子们感受到了传统文化的魅力。孩子们纷纷表示，以后还要多了解中国传统文化，多学习祖国的历史。参与活动的过程，是孩子们认识世界并塑造自己的过程，也使他们在自信与生长中不断发展。

第五段：总结（300字）

通过这次活动，我感到端午节不仅仅是一个节日，也是一个历史和文化的积淀。活动中我除了参与包粽子的过程之外，还和同班的小伙伴们一起分享粽子的文化内涵。我们谈笑风生，分享了彼此的看法和体会。通过了解端午节和包粽子的历史文化，我感到自己更加亲近了这个传统节日，也更加重视我自己文化的根基，这次活动让我觉得学习中国传统文化也可以是一件很有趣的事情。

总之，这次活动不仅让孩子们体验到了包粽子的快乐，也领略到了端午节的文化，让孩子们意识到传统文化中蕴含的丰富知识和精神，更加坚定了孩子们的文化自信和民族自豪感。我相信，这种体验和感悟，在孩子们的成长路上留下了深深的印记。

端午节包粽子活动心得体会篇十一

端午节，最开心的事莫过于吃粽子。我决定和妈妈一起动手，包美味的小粽子。

花生、豆子和米被妈妈掺在一起泡好了，叶子也放在开水中煮好捞出，泡凉水了。我按捺不住兴奋，顺着方向开心的搅拌起米来了。哦！对了，还有蜜枣。告诉大家，我妈妈其实也不会包粽子，她请了位阿姨当帮手。我一定要好好的学习，以后就可以包粽子给爸爸妈妈吃了。

阿姨超级厉害。只见她拿起了三片叶子，就跟变戏法似的，一下就窝成漏斗状了，抓了一把米，又在中间放了一颗枣，接着又放了些米，直到填满为止，只见她用手指压紧实，又把口封好，打了个结。就这么几下，粽子就包好了。

我有模有样的学着，可怎么也不会弄。阿姨告诉我手不能松，一定要压紧，这样才不会松散而且口感会更好。在阿姨的帮助下我终于包好了个三角形的`粽子，样子怪怪的，可我还是特开心。

闻着家家户户飘出的粽香味，我感受到了传统端午节魅力。

端午节包粽子活动心得体会篇十二

粽叶飘香，自包米粽，共度端午，互赠祝福

1、通过亲自动手包粽子，让全体员工能更真切的去感受中国传统节日的内涵，了解更多具体的工艺，比如包粽子的方法和馅料的搭配等等，以轻松的方式进一步锻炼全体员工的动手能力和学习能力。

2、在端午节来临之际，让全体员工一起过节，增进大家之间的亲密联系和相互交流，也各自送上节日的问候。在集体的温暖中度过异地的传统节日。

20xx年6月9日星期四下午

公司食堂

1、购买材料花生米、葡萄干、红豆、红枣、蜜枣、咸菜、白糖、酱油、糯米;肉;(详细购买内容由陶总负责);粽叶(由食堂购买)

2、器具准备:

1、盛装食材容器、汤匙(均由食堂提供);棉线:剪成若干条,每条长约20cm;剪刀等(由食堂购买)。

2、处理材料:

糯米:温水浸泡一定时间,滤干水分。

粽叶:把粽子叶放水里煮,水开10分钟后即可取出冷水洗净剪两端多余后滤干。

粽馅：由各种已购材料搭配，其中半肥瘦肉用配料先腌制待用。

3、包粽子

(1)集合：全体员工集合到食堂(6月23日14:00)。

(2)开始制作：鉴于员工对包粽子或知道或不熟练，请教了相关的人员，总结包粽子方法如下：

取两张(均为反面)粽叶一头一尾的反方向重叠(不完全)，放入一小碗(克)米，用食指在米中间轻轻划一字，放入1、2匙自己喜欢的粽馅材料，再填一些米盖住。

右手先把外端粽叶往里折叠并向后折去，包好一端再以同样手法完成另一端，绑粽子要先在中间绑一次后才从一端逐一绑向一端以防变形，绳子紧度不能过紧(煮爆)或过松(进水)，以轻扯不移动即可。

在了解有关粽子的包法后，大家便可自己动手包粽子，期间可以相互学习相关细节，以便大家都能更好地完成。

(3)制作结束：

由负责人员将大家包好的粽子集中放置，然后将剩余材料整理，对于盛装不用的盛装容器洗净返还给食堂工作人员。

1、煮粽子、分发给在食堂烹煮粽子完就分发给各位同事，并送去节日问候。

1、全体员工按时到指定地点，应预先了解包粽子的有关方法。

2、不要随意放置器具或是材料，以至于现场凌乱。

3、注意个人和食材卫生，不应弄混弄乱。

端午节包粽子活动心得体会篇三

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。

每年的农历五月初五，是中国传统的节日——“端午节”，为了让儿童能体验中国民间节日特有的韵味，初步了解端午节的民俗风情，感受中国的传统民俗活动。吴江图书馆r26□亲子绘本部举办了主题为“粽叶飘香，自包米粽，共度端午”亲子包粽子活动。

6月2日下午，吴江图书馆一楼大厅人头攒动，9组家庭各个跃跃欲试，摩拳擦掌。在依次领好吴江图书馆事先为大家准备好的粽叶、江米、蜜枣、红豆以及包粽子所需要的盆、桶、线、剪刀等必须用品后，这场别开生面的包粽子活动就开始了。

随着一声“开始！”，参加包粽子活动的各个家庭顿时忙碌起来。在我们图书馆包粽子老师的专业指导下卷粽叶、放糯米、捆扎，粽叶在各个家庭成员的手中上下翻舞，现场还有很多观众为家庭鼓劲加油。包粽子的手法，一折叶，二盛料、三压实，四包，五扎绳，看似简单，但要做个漂亮的粽子还是需要一点工夫的，在奶奶、妈妈和孩子们的努力下，一个个诱人的粽子出笼了，虽然孩子包出来的粽子没有像大人做的那么漂亮，但那是孩子们亲手制作，意义非凡。10分钟过后，一个个小巧玲珑的粽子展现在观众的眼前，最后由现场观众评出了最具人气粽子奖，区图书馆杨阳女士为获奖家庭颁发了奖品。

很多家长们都表示这是孩子也是自己第一次亲手包粽子，很开心。活动后各个家庭喜气洋洋的将自己亲手包的粽子带回家去，好好品尝。相信这将会是最美味的粽子。此外，为了普及中华传统节日文化，活动现场还设立了端午有奖问答环节，比如端午节是为了纪念我国哪位爱国人士？中国的传统

节日有哪些？端午节都有哪些习俗等等。

淡淡粽叶香，浓浓世间情，根根丝线连，切切情意牵，包粽子活动在大家的欢声笑语中圆满结束了，与会家庭温馨合影，留下了这次活动的快乐瞬间。

吴江图书馆，“我们的节日”系列活动开展以来，收到了市民的广泛好评，宣传了中国的传统文化知识，丰富了市民的节庆生活，推进了公益事业的发展。

端午节包粽子活动心得体会篇十四

时间：6月3日下午16：50开始

地点：学生餐厅

参加对象：全体教职工

1、每个工会小组分发20斤左右糯米，2斤红枣等物品，参赛选手需要用以上材料包出大小均匀的粽子，形状不限。

2、以数量、速度、质量、美观作为评判标准，包扎的粽子以不露馅、包扎严密、形状规则为有效数计算成绩，在规定的时间内完成任务、以每小组包的粽子数除以总人数为团体总成绩。

设团体一等奖三个，二等奖六个

1、在统计比赛结果后，分享劳动成果。由组长把组内教师包的粽子平均分给组内教师。

2、把分到的粽子带回家，体验煮粽子、和家人一起品粽子的快乐。

1、事前做好相应数量的大米、馅的配料及包扎的柴绳、粽叶准备。

2、以11——14人为一份数(九个小组)，做好盛米、馅、柴绳、粽叶分放和放粽子容器的准备。

3、做好比赛场地的布置安排。

1、赛前参赛选手务必做好个人卫生。

2、比赛结束后务必清理场地，洗好用具交还学校。

端午节包粽子活动心得体会篇十五

粽叶飘香，自包米粽，共度端午，互赠祝福

1、通过亲自动手包粽子，让全体员工能更真切的去感受中国传统节日的内涵，了解更多具体的工艺，比如包粽子的方法和馅料的搭配等等，以轻松的方式进一步锻炼全体员工的动手能力和学习能力。

2、在端午节来临之际，让全体员工一起过节，增进大家之间的亲密联系和相互交流，也各自送上节日的问候。在集体的温暖中度过异地的传统节日。

20xx年6月9日 星期四 下午

公司食堂

1、购买材料花生米、葡萄干、红豆、红枣、蜜枣、咸菜、白糖、酱油、糯米;肉;(详细购买内容由陶总负责);粽叶(由食堂购买)

2、器具准备:

1、盛装食材容器、汤匙(均由食堂提供);棉线:剪成若干条,每条长约20cm;剪刀等(由食堂购买)。

2、处理材料:

糯米:温水浸泡一定时间,滤干水分。

粽叶:把粽子叶放水里煮,水开10分钟后即可取出冷水洗净剪两端多余后滤干。

粽馅:由各种已购材料搭配,其中半肥瘦肉用配料先腌制待用。

3、包粽子

(1)集合:全体员工集合到食堂(6月23日14:00)。

(2)开始制作:鉴于员工对包粽子或知道或不熟练,请教了相关的人员,总结包粽子方法如下:

取两张(均为反面)粽叶一头一尾的反方向重叠(不完全),放入一小碗(克)米,用食指在米中间轻轻划一字,放入1、2匙自己喜欢的粽馅材料,再填一些米盖住。

右手先把外端粽叶往里折叠并向后折去,包好一端再以同样手法完成另一端,绑粽子要先在中间绑一次后才从一端逐一绑向一端以防变形,绳子紧度不能过紧(煮爆)或过松(进水),以轻扯不移动即可。

在了解有关粽子的包法后,大家便可自己动手包粽子,期间可以相互学习相关细节,以便大家都能更好地完成。

(3)制作结束:

由负责人员将大家包好的粽子集中放置，然后将剩余材料整理，对于盛装不用的盛装容器洗净返还给食堂工作人员。

1、煮粽子、分发给在食堂烹煮粽子完就分发给各位同事，并送去节日问候。

1、全体员工按时到指定地点，应预先了解包粽子的有关方法。

2、不要随意放置器具或是材料，以至于现场凌乱。

3、注意个人和食材卫生，不应弄混弄乱。

端午节包粽子活动心得体会篇十六

20_年6月05日下午四时。

二、活动地点

局培训中心食堂一楼餐厅。

三、活动方案

1. 包粽子所需原材料和用具由食堂负责准备，包括粽叶、大米、红枣、细白线、剪刀等。

2. 活动共分为8个组，每组三人。按人员进场时间，按序编组，额满为止。

3. 担任裁判的同志不参加比赛。

4. 比赛结束后，由裁判组汇总比赛情况，评选出一等奖一个，奖品为夏凉被3条；二等奖两个，奖品为高级围裙各3条；三等奖五个，奖品为保健磁疗拖鞋各3双。

5. 比赛结束后全体人员参加飘香粽子品尝活动。

_市审计局工会委员会

20_年6月04日

包粽子比赛规则

一、参赛人数：

每组选手三人，共24人。

二、比赛时间：

以哨声为准，共15分钟。

三、质量要求：

1. 粽子大小适中、均匀。
2. 四角不露馅(不漏沙)。
3. 捆扎整齐、不松线。
4. 每个粽子里有且只有一颗红枣。

四、评分标准：

1. 以粽子数量定总分，每个粽子为1分，以总分定优胜(包扎完整的计入数量)。
2. 整体大小不适中、个头不均匀，扣 1分。
3. 桌面、环境不卫生、不整齐，扣 1分 。
4. 捆扎松线、或不整齐，每个扣0.1 分。

5. 四角有露馅(漏沙)，每角扣0.1分。

五、裁判职责：

以哨声为号，哨声后停止比赛，裁判计算数量，参赛选手清理桌面。

端午节包粽子活动心得体会篇十七

20xx年6月19日下午四时。

二、活动地点

局培训中心食堂一楼餐厅。

三、活动方案

1. 包粽子所需原材料和用具由食堂负责准备，包括粽叶、大米、红枣、细白线、剪刀等。
2. 活动共分为8个组，每组三人。按人员进场时间，按序编组，额满为止。
3. 担任裁判的同志不参加比赛。
4. 比赛结束后，由裁判组汇总比赛情况，评选出一等奖一个，奖品为夏凉被3条；二等奖两个，奖品为高级围裙各3条；三等奖五个，奖品为保健磁疗拖鞋各3双。
5. 比赛结束后全体人员参加飘香粽子品尝活动。

xx市审计局工会委员会

20xx年6月14日

包粽子比赛规则

一、参赛人数：

每组选手三人，共24人。

二、比赛时间：

以哨声为准，共15分钟。

三、质量要求：

1. 粽子大小适中、均匀。
2. 四角不露馅(不漏沙)。
3. 捆扎整齐、不松线。
4. 每个粽子里有且只有一颗红枣。

四、评分标准：

1. 以粽子数量定总分，每个粽子为1分，以总分定优胜(包扎完整的计入数量)。
2. 整体大小不适中、个头不均匀，扣 1分。
3. 桌面、环境不卫生、不整齐，扣 1分 。
4. 捆扎松线、或不整齐，每个扣0.1 分。
5. 四角有露馅(漏沙)，每角扣0.1 分 。

五、裁判职责：

以哨声为号，哨声后停止比赛，裁判计算数量，参赛选手清理桌面。