

最新端午节心得体会(精选10篇)

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。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。以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

端午节心得体会篇一

端午节的由来，是很久以前，有一位诗人——屈原。他很爱国，秦军攻破楚国京都，屈原眼看自己的祖国被侵略，心如刀割，始终不忍舍弃自己的祖国于五月五日，抱石投汨罗江身死。为了纪念这位爱国诗人，人们把每年的五月初五定为端午节，来纪念屈原。

五月初五，家家户户都传来了粽子的飘香。在以前，人们用粽叶包粽子，投进江里，是怕鱼吃掉屈原的尸体，让鱼吃粽子，鱼吃饱后，就不会去吃屈原的尸体了。

粽子的总类繁多，有甜的也有咸的。有白粽子、肉粽子、蛋黄粽子、豆沙粽子……有小巧的“一口粽”，也有填满馅料的大粽子。

粽子是用粽叶包的，馅料主要是糯米，包好用绳子系紧，拿去蒸。熟了就是美味可口的粽子。

在端午节，人们用艾叶、菖蒲用红纸绑成一束，然后插或悬挂在门上。因为端午时节及其随后的一段时间里，湿热、温毒之气郁蒸，蚊蝇害虫及细菌活动频繁且繁殖生长迅速，疫病萌发，百病易从口鼻而入，所以用艾叶等做成香包，可以驱蚊、消毒。

赛龙舟是端午节很重要的一个习俗，在南方很流行。因为很

久以前，楚国人很舍不得屈原，变坐船去营救。之后，每年的五月初五，都赛龙舟来驱赶鱼儿吃掉屈原的身体。赛龙舟体现出人们爱国主义和集体主义的精神。

在这个端午节，可不要忘了这位伟大诗人！

端午节心得体会篇二

昨夜子规声啼催，今朝汨罗带泪归。

《离骚》一曲哀民生，谁人诵之不含悲。

屈原，这位本欲厉治革新的伟大诗人，因小人谗害，终未被重用，且横遭流放，眼见国破民苦而无力回天，痛不欲生，投了汨罗江。

“长太息以掩啼兮，哀民生之多艰。”人民的流离失所，撕扯着他的心肺，空怀着满腔的报国志而无法施展，他的苦闷可以想见，投江，成了他解除痛苦的唯一选择。

人民为纪念他，因之有了粽子，有了赛龙舟，有了端午节。

每到端午节，伟大的诗人屈原，留给我们的的是更多的历史反思。

端午节心得体会篇三

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粽子吃，但今天可是我们亲自包的！

妈妈对我说：“包粽子要拿两片棕叶叠在一起，翘粽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’上面的粽叶把‘漏斗’封好，最后用绳子绑住打个一个结，一个香甜的粽子就好了。”我按照老妈说的做，可是我在包粽子的时候，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，我终于包好了一个粽子。

奶奶把我们包的粽子放在锅里蒸，过了7——8个小时，奶奶把粽子拿了上来，对大家说：“吃粽子啦！”我与老爸，老妈一起出来，准备吃一口美味粽子。我尝了一口粽子，哇！粽子真好吃！我立刻对奶奶说：“奶奶做的粽子超好吃哇”！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：“我们为什么要吃粽子呢？”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，屈原投汨罗江而死。为了对屈原的哀思，人们就把包好的粽子投入河内，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。”

端午节心得体会篇四

完成一项实践调查报告，特别是需要团队合作的实践作业，队员的共同努力是至关重要的，我们队员需要的一项最重要素质就是对于实践活动积极主动，愿意承担相应的责任和义务。我们组队员在这次实践调查活动中都很主动，对于自己的任务都很用心。或许我们只是万千器件中一颗小小的螺丝钉，但是也只有我们充分发挥自己的作用力，才能让一切有条不紊的运行，也才彰显了我们的重要性和不可或缺。相反，我们就会形成一种消极心态而不再被别人所需要，就会更加消极和自卑，从而形成一种恶性循环。

实践调查需要尽心做好前期准备，明确实践活动的主题和调查方式、调查内容、组员的任务安排等。这些都是全体组员一起商讨的，当然，在讨论的过程中存在很多分歧，我们采取了以少服多的方法，所以大家会根据优劣选出最好的方案。而在组员任务分配上，我们也是各用所长，充分利用自身资源。在做好前期准备后，在这几周的实践中，也出现了不合理的地方，比方说修改了一些调查内容，又在报告内容中增添了一些新的想法等等。实践活动并不是一蹴而就的，它的完成需要根据实际进行反复的修改，这都需要我们的耐心和互相支持迁就。

每年农历的五月初五是端午节，似乎对于我们来说已司空见惯，我们习惯了在那一天吃粽子，赛龙舟。但端午节真正得到一些人的重视在2005年韩国申报世界非遗之后，关于端午节来历的传说也很多，但无论来源于什么，都是我们对古人祖先美好品德的无限赞扬及缅怀。在与别人的交谈中，很多人对于端午节的习俗了解不够，在问卷中许多大学生对很多端午节的习俗都反应是没有接触过。这可能是由于各地文化地理所造成的。我们对于端午节只记住了他的型，而把他的魂已忘得渐渐洒洒。我们过端午节是为了缅怀先人，继承品德，而不是仅仅作为一种消遣娱乐。我们继承了传统，却很容易忘却了精神，我们可以赛龙舟，我们会吃粽子??可我们是否记得端午节所蕴含的精神，现如今我们还要被人来提醒我们，我们是应该重视端午节的，我想说的是我们是要重视端午节精神的，这是我在实践中深深感到的一点。

时逢端午，让人想起了屈原，更想起了除开大自然以外的弊政害人。人们借助端午节，缅怀屈原。思索一下，为什么千百年来，民间一直会对屈原哀而祭之、思而念之。

屈原忧国忧民，痛贬弊政的作为，彰显其爱国情怀，令此后的文人士大夫在政治上有了担当的勇气，可以说文人骨气就是从屈原开始培养起来的。最近连续发生的住宅楼倒塌

的“豆腐渣”现象，如果不去进行公允的令人信服的调查和公开、透明的问责到底，是不会换来震不垮的家园的。我们的党正致力于重建我们的制度、重建我们的队伍，这不仅是表面上的物质重建，更是一种精神上的重建。必须革除掉少数人“暗箱操作”公共事务的现象，革除那种“自我监督”体制的弊端。让民众真正成为重建的主人，真正而绝不只是在形式上做到民主参政、民主决策和民主监督。当然，我们不会指望一次大规模反腐倡廉活动，就能够革除掉所有腐败的痼疾，但最起码可以借这个契机，建立一套全民参与的民主反腐机制，并能够在实践中逐渐地长效和完善起来。

当代的核心价值观就是社会主义核心价值观，主要有坚持马克思主义指导思想，坚持中国特色社会主义共同理想，坚持以爱国主义为核心的民族精神和以改革创新为核心的时代精神和坚持社会主义荣辱观组成。屈原辞赋悬日月，屈原精神万代传，挖掘与弘扬屈原精神的时代价值，对当代社会核心价值观的构建具有重大现实意义。

今天我们的社会主义变革，与屈原时代的环境、改革内容、方式有着本质的不同，但屈原坚定不移、九死未悔的探索和改革精神，可以作为精神支柱，鼓舞我们为建设繁荣富强的伟大祖国而努力奋斗。

端午节心得体会篇五

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。

端午节心得体会篇六

一年一度端午至，又是龙舟飞渡时，我校学生已经将传统节日作为自己学习、生活中一项喜爱的活动，为了引导学生更好地了解、喜爱传统节日，进而提升学生对民族文化的认识，培养他们的民族自豪感，我校开展了形式多样以“我们的节日？端午”为主题的文化教育活动。

学校充分利用国旗下讲话、黑板报、宣传栏等多种方式进行广泛宣传有关“端午节”的知识与资料，同时举行丰富多彩的活动。让学生透过查阅图书、互联网以及向长辈和他人请教等多种途径，搜集有关端午节的由来，了解这一传统节日的相关知识。

1、各班开展了丰富多彩的中队主题会。

2、网上学习，传承传统文化

此外，学校还组织开展“我们的节日”网上主题活动，动员学生参与由“中国礼貌网”开设的“我们的节日端午”主题活动，用心参加“我们的节日？端午”相关节日和爱国知识的网上学习，传播优秀传统文化，提高个人传统文化素质。让学生进一步了解传统节日、认同传统节日、喜爱传统节日、过好传统节日，增强爱国情感，提高礼貌素质，做名副其实的礼貌

城市礼貌人。

3、倡导健康防疫，开展除尘活动。

古人把五月端午称作“卫生月”，广插艾草，以免灾去病，端午节成了我国全民防疫祛病、避瘟驱毒的大节日。我校结合当前痢疾的流行及我市开展争创礼貌城市的契机，宣传健康防疫知识，开展环境卫生教育、健康教育，净化校园及生活环境，并组织学生到社区进行卫生清洁活动。

在本次活动中，我校充分利用“端午节”这一传统节日对全体学生进行传统文化教育，让学生走进伟人、了解历史、感受伟人的爱国情怀，培养了学生的爱国热情。

端午节心得体会篇七

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。

端午节心得体会篇八

在我的家乡，人们喜欢春节。大人喜欢春节的热闹。孩子喜欢吃饺子，喜欢收红包，我觉得不是。印象中，中秋节、元宵节、清明节都不是特别的节日，印象最深的是端午节。

不一会儿，就割了一小捆。回到家，爸爸把艾蒿插到房檐上，密密麻麻的的一排，像一队士兵在为我们家站岗。我问爸爸为什么要插艾蒿，爸爸说这里还有一个美丽的故事呢。传说古时候，有一个村子的人都特别坏，上天派一个神仙来调查，决定要惩罚他们。神仙驾着祥云来到村子的上空，突然看到一个妇女带着俩个孩子往村里走，她怀里抱着一个大孩子，地上却领着一个小的孩子。神仙感到非常奇怪，就落下云头，来到妇女面前，问她为什么。

妇女回答说，因为小的孩子是自己的，大的孩子是邻居托她照管的，所以她要把大孩子照管好。神仙听完，觉得这个妇女是个特别善良的的人，决定要救她，就对她说：“大姐你好，您是个善良的人，请您把这些艾蒿在五月初五那天早晨天亮前插到你家的房檐上，就会保佑你家平安无事了。”说完，神仙就化作一股青烟回上天去汇报去了。

妇女回到家，按照神仙的指示插好艾蒿，想到插艾蒿能保平安，就把事情的经过告诉了全村人，全村人都在五月初五那天早晨插好了艾蒿。端午的早晨，神仙再次来到这个村子的上空，决定放火烧掉这个村子，可定睛一看，村子里家家户户都插着艾蒿，不知哪一家是那位善良的妇女的家。神仙知道是善良的妇女想救全村人，于是成全了她的美意。从那以后，人们就在端午这天起早插艾蒿，以此保佑全家幸福平安。

端午不但有粽子这种美食，还有“插艾蒿保平安”这么美好的传说，让人们在享受美食的同时，还要传承与人为善的传统美德。我爱端午！

端午节心得体会篇九

那一个个画面上用粽叶包着的可爱的粽子跃入眼簾，一丝丝香甜似是穿跃时空穿跃电脑和手机近在我身旁；那一句句问候如夏日清凉晚风，拂过我的脸夹，沁入心扉。

感受端午，就是感受友情的可贵！

以前每年的端午节，母亲都会安排我们去采艾叶挂于大门上，以避邪。而母亲自己总是从端午节的前两天就开始准备包粽子。她采来许多粽叶，将糯米洗干净浸泡一夜，第二天再准备香菇、红枣、花生、虾米、绿豆、肉丝，这六种食物加糯米包成咸粽，还可以用糯米加豆沙包成豆沙粽，糯米加白沙糖做成甜粽。母亲还会做一桌可口的菜，以粽子为主食，父亲还喝一杯雄黄酒，一家人聚在一起过端午其乐融融。母亲自在享受做粽子的快乐而自己吃的却很少，而我们却是只在享受吃粽子的快乐。

接着母亲还会吩咐我们把蒸熟的粽子送给村里年迈的儿女不在身边的老人和年幼的孩子们。虽然当时在农村粽子不怎么值钱，但在母亲，却是对家人一份深情的体贴和关爱，对老人和孩子的一滴滴真切的疼惜和一丝丝浓浓的祝福。

感受端午，就是感受母亲的关爱！

端午节心得体会篇十

我昨日看了《珍爱生命预防溺水》，它让我感触十分深！

《珍爱生命预防溺水》述说的是：游泳是孩子们喜爱的事情，也是一个体育项目，可是每样东西都有两面的，水好的一面是它能够玩，而坏的一面就是它能够把人的生命吞噬。每年都会有很多人，不管是大人，还是小孩，因为水坏的一面，而失去了最宝贵的生命。

溺水的原因有很多，比如：下水去摸鱼，捡落入水中的物品；在水中逞能打闹或游泳时抽筋；雨天掉入深水坑；或者过桥不慎落水……而这些都十分可怕，如果幸运的话，就会逃脱或者身体受伤；而不幸运的话就会永远的离开这个世界。所以我们必须要十分细心！

有时候水真的太坏了，为什么这么说呢？因为有些小孩子十分聪明，学习成绩一向都十分优秀，还有些好不容易考上北京大学或者考上了其他很好的学校，水也夺取他们的机会，甚至夺取他们的生命！

为了预防溺水，能够去学游泳，这样的话如果真的出了意外，就能够自我游上来了，也能够去救掉入水中的人。

《珍爱生命预防溺水》对全世界的儿童、中年人、老人呼吁要好好珍惜生命，不要因为一时的贪玩，而伤害身体，而失去生命！