

# 2023年端午节心得(大全8篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。相信许多人会觉得范文很难写？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 端午节心得篇一

端午节是为了纪念屈原的一个节日，而在这一天，差不多家家户户都会吃上一个大大的裹蒸粽，而在我的家乡，最兴的就是自己包的裹蒸粽了。

一个清晨，雾还未消散，眼前的一切都是朦胧的。而符里的人们已经开始忙活了，每一户人家都抬出一个差不多一个大人身高的大铁锅，而我们这些小孩子，望着这么个大铁锅，都张大着嘴，发出“哇”的一声，而过了几年这样的端午节，我们也就不惊奇了。

大人们在屋里忙里忙外的，厨房的灶放着几个大圆盆，都是一些红豆和糯米之类的。开始包裹蒸粽了，大人们把些冬也先洗得干干净净，然后把红豆、糯米等放在底下，中间再放一块甘香可口的猪肉，表面再铺多一层糯米就已经完成了一半，而最后呢，也是最关键的一步，那就是包扎这些可爱的金字塔壮的裹蒸粽了。

一切准备工作都做好了，接下来就是煮裹蒸粽了，大家都提着一桶桶的水，往刚刚的大铁锅倒，而我们这些小孩，也都来帮忙，提着小一点的桶，很快，大铁锅就已经装了一半水了，开始往里面刚裹蒸粽，每个人都从屋里拿出一张小木凳，在大铁锅面前，等待着这些裹蒸粽的我们，或许享受的即使这一刻，这一个过程，而不时成果。

裹蒸粽蒸好了，一拉开大铁锅的盖，那种香味真是无法言语，从村头飘到村尾，整条村都是裹蒸粽的香味，大家迫不急地吃着自己的劳动成果，这种美味是外面买来的裹蒸粽吃不到的。

已经好几年没回家过端午节了，真怀念啊！真想再过一次。

## 端午节心得篇二

一年一度的端午节又至，所谓年年岁岁花相似，岁岁年年人不同。今年端午节正值上海世博会举办，又逢高考结束、南非世界杯开赛。所以可以说，今年的端午节较之往年是更加的出彩和好玩。

农历五月初五是端午节。两千多年来，端午节一直是一个多民族的全民健身、防疫祛病、避瘟驱毒、祈求健康的民俗佳节。

端午节又名端阳节、重午节，据传是中国古代伟大诗人、世界四大文化名人之一的屈原投汨罗江殉国的日子。两千多年来，每年的农历五月初五就成为了纪念屈原的传统节日。史料记载，公元前278年农历五月初五，楚国大夫、爱国诗人屈原听到秦军攻破楚国都城的消息后，悲愤交加，心如刀割，毅然写下绝笔作《怀沙》，抱石投入汨罗江，以身殉国。沿江百姓纷纷引舟竞渡前去打捞，沿水招魂，并将粽子投入江中，以免鱼虾蚕食他的身体。这一习俗绵延至今，已有两千多年。

妈妈说：“千百年来，屈原的爱国精神和感人诗辞，深入人心。人们惜而哀之，世论其辞，以相传焉”。在民俗文化领域，中国民众从此把端午节的龙舟竞渡和吃粽子等，与纪念屈原紧密联系在一起。随着屈原影响的不断增大，始于春秋战国的端午节也逐步传播开来，成为中华民族的节日。

长大了念书才知道，包粽子的习俗和我国历史上的爱国诗人屈原有关呢？据说屈原跳入汨罗江后，群众为了不让水里的鱼咬着诗人的身体便做了好多的粽子，扔到水里。这样鱼儿有的吃就不会伤害到诗人了。于是，为了保护并纪念这位伟大的爱国诗人，后来有了更为热闹的“赛龙舟”。

我们村里没有赛龙舟，但在黄石每年都会有这样的热闹非凡的场面出现：

在木兰溪畔，人们早早地围在岸边，锣鼓震天鞭炮齐鸣。水面，数支整齐的龙舟队伍，衣裳鲜艳随风飘扬，小伙子们激情澎湃跃跃欲试。随着一声锣响，各支队伍争相竞发，大家齐心协力，奋力争先。这一刻，鼓声、鞭炮声人们的呐喊声……凑成一片热闹非凡的画面。

### 端午节心得篇三

2. 艾意浓浓，粽飘香；字字情长，祝福至；端午节日问声好，小小短信心愿传；祝你生活都如意，事事顺利健康长；天天快乐幸福多，梦想成真好运来；端午快乐！

3. 端起轻松的酒杯，与美丽举杯；端起如意的酒杯，与成功交杯；端起惬意的酒杯，与健康碰杯；端起幸福的酒杯，与快乐干杯。端午节到了，愿你端起人生美满的酒杯，快乐相随。

4. 端午来到，只愿你开心快乐每一分，幸福逍遥每一秒！

5. 米与米相粘，快乐伴温馨；叶与叶相叠，钞票叠不绝；线与线缠绕，好运跑不了；粽与粽相结，祝福不停息。端午节，我给你祝愿，祝你总如愿，快乐在人间！

6. 端午节，重温古老故事，品味民族精神，享受幸福生活！

7. 每一片绽放的花瓣，都有我真挚的祝福。每一片萌芽的嫩叶，都有我声声的问候。拜托垂垂清风传送，愿鲜花与绿叶结伴，点缀你多彩的人生，愿端午节快乐！

8. 我用一份健康的绿豆，一份开心的花生，一份美丽的红豆，一份安康的调料，包成一个开心的粽子送给你，祝你端午节安康！

9. 齐欢聚，贺佳节；祝你端午节节日快乐！天天开心！

10. 缘一字有你有我，爱一字有甜有苦，情一字有思有恋，想一字有牵有挂，你一永恒是我好朋友！祝福我的朋友，端午节开心快乐！

11. 在端午节的时刻，让大家都是会选择到祝福吧，在端午节里你的事业都是很好的发展，在一切里的财运上都是会更加好起来，在这个的时候有着如意和吉祥的问题，在这个的端午节祝福非你莫属。

12. 端午来吃才粽子，让你更加好运到来，而在端午节里，更加多的烦恼和麻烦都是通通赶跑了，在端午节只有幸福。只有快乐。只有自由。自由甜蜜，这个的端午节祝你开开心心，事事顺利。

13. 明愿粽叶裹住你过去的美好，米粒黏住你现在的幸福，龙舟承载你未来的梦想。愿锣鼓敲响欢乐，鞭炮驱除烦恼，短信带给你幸运。端午节安康！

14. 吃上这个端午节，给到你的好运和快乐都是会最好的，从这个的端午拒接给到自己的幸福快乐，让你快乐更加的欢喜起来，这个的端午节要来到了，你要更加的快乐起来。端午节快乐。

15. 好了，在这个的端午节给你更加多的快乐和祝福，这个

的端午节也是给你更多的祝福，还有最好的快乐，开心的米，更加多幸福的馅儿，都是给到你自身里的一切粽子都是会更加香甜起来。

16. 粽子甜，愿工作顺利忙中有闲；粽子香，愿经常锻炼身体健康；粽子咸，愿生活幸福常有余钱；粽子黏，愿朋友四海时时挂念。祝端午节安康！

17. 愿万事“粽”顺利，生活“粽”快乐，样样“粽”美好！

18. 让阳光走进你的窗，让快乐飞到你身旁！祝端午节安康！

19. 祝福声声不间断，送来欢乐满人间。祝端午安康无限！

20. 云想衣裳花想容，猫想耗子鸡想虫，牛想牧场鹅想草，兔想萝卜猴想桃，鹰想蓝天鸟想巢，狗想骨头猪想槽，你想粽子我送你，同时送你一短信：祝端午安康！

## 端午节心得篇四

早上好！

昨天是我国的传统节日端午节。“五月五，是端阳，门插艾，香满堂。吃粽子，撒白糖，赛龙舟，喜洋洋。”

第一，端午节是纪念诗人屈原的节日。因为爱国诗人屈原见国破人亡，五月初五投汨(mi)罗江。屈原沉江后，古人将竹筒装米投入江中，万舟齐发、呐喊鼓乐吓退蛟龙，以此表示对屈原的崇敬和怀念。第二，端午节是卫生节。端午前后正是春夏交替之时，天气炎热，多雨潮湿，蚊虫滋生，是传染病的高发时节。为了避免疾病的发生，古人在端午节时插艾叶用以驱蚊蝇、虫蚁，净化空气。

第三，端午节是体育节。因为人们在这天要在水上赛龙舟。

龙舟竞渡是一项很有气势、极具合作精神的竞技活动。端午竞渡能对强身健体、民众团结起到很好的促进作用。第四，端午节是美食节。早在晋代，粽子就被正式定为端午节食品。人们浸糯米、洗粽叶、包粽子，其花色品种更为繁多。从形状看有四角形、锥形、菱形。从馅料看，北方多包小枣；南方则有豆沙、鲜肉、火腿、蛋黄等多种馅料，可谓粽叶飘香粽子可口。同学们，中国的传统节日文化内涵丰厚，希望我们能怀着敬爱之心和珍爱之情成为古老文明与传统文化的继承者和传播者。

最后我们还是要讲到安全问题。天气越来越热，学校要求全体同学都要做到以下几个方面：

- 1、同学们不要去江、河、塘、湖畔或工地积水坑等水边玩耍、洗手、洗脚、游泳。
- 2、同学们外出游泳，一定要有会游泳的家长陪同，万一发生溺水事故，便于抢救，学校绝对禁止学生私自组织外出游泳，以免发生意外。
- 3、游泳时要有自护意识，在身体过饱、过饥和过于疲劳都不要下水游泳；
- 4、游泳时要有自救常识和能力，若发生了抽筋现象，应一边自救，一边大声呼救，以免发生意外。游泳时不要互相打闹、嬉戏；不了解水深及水底情况时，不要跳水；患有心脏病及其他慢性病的人，不能参加游泳，以免发生意外。
- 5、不逞强好胜，有的人自觉水性好，好表现，喜欢长时间潜水或在深水区做各种动作。

谢谢大家！

## 端午节心得篇五

尊敬的老师们、同学们：

大家上午好。

今天我演讲的题目是《中国龙团结进取的精神》。龙的精神是中华民族千年伟大历史的象征，是崛起的伟大中国人民勤劳、勇敢、不屈不挠、大胆创造、诚信和谐的立于世界民族之林的精神。

龙是中华民族大融合的参与者和见证物。当年黄帝发动统一战争，龙是出了大力的，涿鹿之战中，黄帝用雄浑的龙吟威慑敌方，并有一条生有双翅的应龙，为黄帝的事业冲锋陷阵。

神话里的大禹是从父亲腹中蹦出来的一条虬龙了。他尽力沟洫，导川夷岳，三过家门而不入，堪称全心全意为人民谋利益的典范。

农历五月初五，俗称端午节，端是开端、初的意思。初五可以称为端五。端午节是我国汉族人民的传统节日。这一天必不可少的活动逐渐演变为：吃粽子，赛龙舟，薰苍术、白芷，喝雄黄酒。据说，吃粽子和赛龙舟，是为了纪念屈原，所以解放后曾把端午节定名为诗人节，以纪念屈原。屈原于五月初五自投汨罗江，死后为蛟龙所困，世人哀之，每于此日投五色丝粽子于水中，以驱蛟龙为了寄托哀思，人们荡舟江河之上，此后才逐渐发展成为龙舟竞赛。

中国又是舞龙运动的发源地，舞龙运动是中国古代劳动人民在劳动过程中逐步形成的一种土生土长的民族传统体育文化，显示出中华民族的风格和特点。

同学们，作为中华民族的炎黄子孙，我们要弘扬我们的\_精神，将这种团结进取的精神永远发扬光大。我的演讲到此结束，

谢谢大家！

## 端午节心得篇六

1. 让风吹走你的忧郁，让雨洗掉你的烦恼，让阳光带给你温暖，让月亮带给你温馨，让友情带给你快乐，让我给你无限的问候，祝端午节快乐。
2. 艾叶青，雄黄黄，淡淡幽香迎端阳；挂菖蒲，佩香囊，重温旧俗喜洋洋；赛龙舟，摆渡忙，一腔豪情满春江；问候暖，情意长，愿你如意又吉祥。端午节快乐！
3. 龙舟一盏，乘八方幸福之风，破四海好运之浪，龙粽一串，连四季幸福滋味，裹一年健康冀望。端午节到了，祝您粽是快乐，粽是幸福，粽是惬意，粽是平安！
4. 端午就到，提前为你包只好运粽！里面包着：千万糯米叫好运！粒粒红豆叫思念！两颗花生叫平安！两颗红枣叫真诚！四只虾米叫如意！愿你吃出好心情！
5. 端午节，五月五，衷心祝你五个“无”：身体无病绕，工作无疲劳，生活无烦恼，家庭无纷扰，发达无阻挠，一直阳关道，得势人气高。
6. 用幸福的粽叶，快乐的米粒，包一个健康的粽子，在用相思的绳捆好，最后用短信方式发送给你，祝你及家人“端午节快乐”。
7. 空静水阔，龙舟竞渡，吊慰千年悲风；彩旗飞扬，白浪弥江，欢声万里长风。端午节，龙舟渡，短信息，已发出，且为朋友寄千福，平安“粽”守候。
8. 祖国节日中外响，大家一起想一想，清香粽子端午节，八月十五月饼节，腊月三十是春节，贴春联来放鞭炮，穿着新



衣把舞跳，三十晚上吃饺子，大年初一拜新年，正月十五闹花灯。

9. 用一颗咸蛋，两块肥肉，三两糯米，四片粽叶，做成粽子；放到五颜六色的礼盒，打着七彩八飘的丝带，用九分真诚，裹着无数祝福送给你，愿端午节好运！

10. 迎端午共欢度，幸福常在心中驻；喝黄酒贴五毒，年年岁岁都有福；系百索戴荷包，前途事业涨得高；吃粽子送祝福，生活美满多富足！端午节快乐！

11. 端午时节，一条短信勉励你我，与时俱进，努力生活！

12. 端午祝福强，明月照大江；端午祝福狂，清风拂山岗。艾草芳香，天地阳光，祝你事业兴旺，好运永昌，幸福安康，一生吉祥。端午节快乐！

13. 五月五端午节，端午送您五个五：祝您收获多多，五谷丰登；收入多多，五花八门；朋友多多，五湖四海；快乐多多，五彩缤纷；幸福多多，五福临门！

14. 粽子添红枣，日子天天好；粽子添肉馅，富贵又平安；粽子添豆沙，保你年年发；粽子添腊肠，幸福永绵长。端午祝您更吉祥！

15. 龙舟桨声，艾叶已长。香囊寄思，粽子飘香。端午将近，佳节愈浓。远在他乡，难以表意。以此传达，望君笑纳。问候虽短，情意更长！端午节安康！

16. 情场上“粽”情四海，那叫潇洒。事业场上“粽”横驰骋，那叫豪迈，端午，“粽”有豪情万丈，见到你也“粽”是不走。和你一起“粽”是幸福，端午快乐！

17. 端午节祝君：家庭像粽子一样圆满，生活同粽枣一样甜

蜜，爱情似粽米一样粘恋，威名像粽叶一样芳香远扬，事业如赛龙舟一样突飞猛进。心情像抛粽祭屈原一样畅快。

18. 我觉得对你的思念是一种感受，即便痛苦也会觉得幸福；付出是一种体会，即便失去也会觉得值得；爱情是一段经历，即便坎坷也会觉得美丽，端午节快乐！

19. 艾蒿高高门前舞，驱邪气，防五毒，高高兴兴过端午。

20. 淡淡粽叶香，浓浓友情，根根丝连线，切切轻易牵。

## 端午节心得篇七

亲爱的老师和同学们：

我上幼儿园的时候，老师教过我一首儿歌：“五月五日是端阳。门口放满了艾草。吃粽子，撒糖。龙舟在水里。”

今天是我们的传统节日，端午节——。我很舒服地吃着奶奶给我们的粽子。但是你知道端午节的由来吗？我来告诉你以下！

据说屈原是春秋时期楚国的大臣。他主张养才、富国、强民。他是个难得的人才，却被坏人陷害，被撤职，被赶出首都，流放到外地。在流放途中，他得知秦军攻破了京都、楚国，屈原看到祖国被侵略心如刀割，却始终舍不得放弃自己的祖国。于是，5月5日，他写完自己的代表作《怀沙》后，纵身跳入河中。

屈原死后，楚国人民非常悲伤，纷纷涌向汨罗江向屈原致敬。渔民们划船，在河上来回打捞他的真身。一个渔夫拿出为屈原准备的饭团、鸡蛋等食物，扔到河里，说如果鱼、龙虾、螃蟹吃饱了，就不咬医生了。人们看到后纷纷效仿。一个老大夫拿了一坛雄黄酒倒进河里，说要打晕龙水兽，免得伤了

屈大夫。后来，由于担心饭团会被龙吃掉，人们想出了用印楝叶包裹大米，在大米周围包裹彩色丝绸，并将其发育成棕色种子的想法。

后来，每年五月初五，都有赛龙舟、吃粽子、喝雄黄酒的习俗，以纪念我们的爱国诗人屈原。

2005年端午节被韩国宣布为世界非物质文化遗产后，对我国来说是一个深刻的教训。因此，从2008年开始，我国也开始将端午节列为法定假日，这样我们就可以用自己的方式庆祝自己的传统节日，纪念我们的爱国诗人屈原。

在我的家乡，端午节有吃粽子、菜饺、糖饼、麻叶、鸡蛋的习俗，大人会做香包和五色线让孩子穿在身上，说他们是恶鬼；每家每户的门上都会插一些艾草。

嗯，我的家乡是这样的。你的家乡呢？

## 端午节心得篇八

同学们：

今天我们来了解关于端午节的知识。

端午节，又被人们称端阳节、端五节。民间最流行的叫法是“五月节”和“粽子节”。那为什么叫端午节呢？原来，“端”在这里就是开始、开头的意思。“五”和“午”在古代是可能通用的。古人认为，“五”是阳气始盛之数，因此五月的第一个逢五日就叫“端午节”，也称“端阳节”。关于端午节起源的传说可多了，其中，纪念屈原的说法流传得最广。

屈原是我国古代伟大的爱国诗人，出生在2000多年前战国时期的楚国。他为人正直，学识渊博，很有才干，在楚国担任

了重要职务。因为他主张坚决对抗秦国侵略，而受到打击、排斥，还被楚王赶出了朝廷。屈原悲愤极了，在流放途中写下了许多充满爱国精神的诗篇，最有名的是《离骚》。后来，秦国军队攻占了楚国都城。楚国失地千里，尸横遍野。屈原心如刀割，他不愿意看到国破家亡的惨景，就在农历五月五日这一天，怀抱石块，跳进了汨罗江。

百姓们爱戴屈原，当听到他自杀的消息后，纷纷划着船奔向江中，去打捞屈原的遗体，但没能找到。他们怕江中的鱼虾会咬食屈原的遗体，又纷纷把江米装进竹筒，扔到水里，想用江米喂食鱼虾来保护屈原的遗体。从此，每年的五月初五，人们都会自发地来到江边，悼念屈原，还要划着船冲进汹涌的波涛，象征人们争相打捞屈原遗体，以此寄托对屈原的哀思。久而久之，我国南方就形成了端午节赛龙舟的习俗。因此，端午节又成了纪念屈原的节日。

同学们，记得有一位哲人这样说过：假如你拥有大地，你就成为一个农民；假如你拥有羊群，你就成为一个牧人；假如你拥有厂房，你就成为一个企业家；假如你拥有的不是金钱和财富，而是选择的机会，那你就是一个真正的富翁。从这个意义上说，我们才是真正的富翁，因为我们有朝气有活力，拥有许许多多的机会。

我们汇聚在大泊中心小学，作为泊小的一份子，我们自豪，我们骄傲。在这里，我们发展自己的个性，培养着自己的能力。

同学们，勤奋出天才，这是一面永不褪色的旗帜，它永远激励我们不断地追求、不断地探索。

期末考试就要到来，让我们努力学习、刻苦拼搏，认真复习、认真总结，我相信，只要我们坚持不懈的努力，就一定能取得令人满意的成绩。

接下来请听校园歌曲《新学堂》。