

2023年端午实践心得 端午节心得体会(模板7篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

端午实践心得篇一

20xx年端午节到了，又是龙舟飞渡的时候，虎一小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”为主题的手抄报评比活动。

端午节为每年农历五月初五，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，以围绕才华横溢、遗世独立的楚国大夫屈原而展开，传播至华夏各地，民俗文化共享，屈原之名人尽皆知，追怀华夏民族的高洁情怀。端午节有吃粽子，赛龙舟，挂菖蒲、蒿草、艾叶，薰苍术、白芷，喝雄黄酒的习俗。“端午节”为国家法定节假日之一，并被列入世界非物质文化遗产名录。

本次手抄报的题目：

- 1、屈原的故事。
- 2、端午节赛龙舟。
- 3、记忆中的端午节。
- 4、我国的传统节日端午节。

5、端午节的习俗吃粽子。在此次作品评比中学生的作品各有特色，并为优秀作品进行展演。此次活动中学生积极参与活动，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，提高文明素质，做名副其实的文明城市文明人。

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。

端午实践心得篇二

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 and 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局面：

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。

端午实践心得篇三

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’上面的棕叶把‘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。”

端午实践心得篇四

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！

端午实践心得篇五

农历五月初五，是中国的传统节日一端午节，幼儿园为了迎接端午节，开展了“浓情端午粽叶飘香”主题活动，让孩子们更真实地感受到这个中国特有的节日的气氛，感受端午节传统文化。

教师们透过课件展示，绘声绘色地讲述了两千年前的爱国诗人屈原这个历史人物与“端午节”的渊源，引导孩子们了解了有关“端午节”的知识，加深了他们对传统节日和中国古代历史人物的印象。

同时，各班还开展了丰富多彩、形式多样的“端午美食分享”活动，大家一边品尝粽子、一边朗诵着端午的儿歌，分外香甜可口。老师们组织了孩子们开展了“赛龙舟”、“包粽子”等游戏，并将自己设计的香包送给了小班的弟弟妹妹，大家共享传统节日带来的乐趣。

为弘扬祖国优秀的传统文化，更好的引导学生了解传统文化节日，增强学生的民族自豪感，激发学生的爱国热忱。这天上午，在中国传统节日端午节即将到来之际，我校三年一班开展了端午到粽香飘主题班会活动。

活动中，同学们纷纷拿出课前搜集的资料，有的透过诵读端午节的相关古诗，来了解屈原的爱国主义精神，有的透过故事的形式了解了端午节这一传统节日的来历风俗。还有的透过图片的展示来解说端午的趣闻，真可谓“八仙过海，各显神通”。

透过这样的活动，将了解民俗文化与欢度传统节日融为一体，

丰富了同学们的精神世界，增强了学生的爱国主义情感。

为弘扬祖国优秀的传统文化，我园各个班级展开引导学生了解传统文化节日的活动，并且针对端午节3天假期各个班级进行了假期安全教育。

活动中，有的透过图片的展示来解说端午节的习俗，有的透过故事的形式了解了端午节这一传统节日的由来以及传说，有的透过诵读端午节的相关古诗，来了解屈原的爱国主义精神。

透过这一活动，让孩子更加了解我国端午节传统文化，丰富孩子们的爱国主义情操。期望同学们能过一个健康、安全、快乐的端午节。

端午实践心得篇六

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。

端午实践心得篇七

近日，为贯彻落实党提出的弘扬中华文化、建设中华民族共有精神家园的战略部署。雨过铺镇组织广大干部群众认真开展“我们的节日·端午节”一系列活动，使端午节活动成为宣传和弘扬中华民族优秀文化的载体。

1、成立了以镇党委副书记为组长，相关部门、各村党总支书记为成员的活动领导小组。

2、端午节前夕，组织召开镇、村、组干部会议，安排部署“我们的节日·端午节”活动工作。

3、在镇机关，组织镇、村干部职工开展中华经典诵读活动，引导人们感受中华优秀传统文化魅力，增强爱国主义情感。

4、结合精神文明创建活动的开展，广泛发动党员群众参与爱国卫生整治活动，广泛宣传卫生健康知识，增强群众的卫生意识，创造优美的卫生环境。

5、组织各村委会农村文艺队开展丰富多彩的文艺演出活动，增强节日气氛。

据统计，在端午节期间，雨过铺镇开展中华经典诵读活动1次，利用雨过铺街天开展卫生健康知识等宣传1次，发放宣传资料2500份，咨询人数达500余人次，整治公共场所、大街小巷环境卫生23公里，参与环境卫生整治人数达3600余人次，出动垃圾清运车辆45辆，文艺演出6场次，观众达4000多人。

通过“我们的节日·端午节”一系列活动的开展，不断增强传统节日文化活动的群众性、广泛性和吸引力、感染力，倡导了文明、和谐、喜庆、节俭的现代节日理念，在移风易俗中体现了人文关怀，在举国欢庆中倡导了文明新风。