

# 最新端午节实践活动方案 端午节系列活动心得体会(优质8篇)

为了确保事情或工作得以顺利进行，通常需要预先制定一份完整的方案，方案一般包括指导思想、主要目标、工作重点、实施步骤、政策措施、具体要求等项目。优秀的方案都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面是小编为大家收集的方案策划范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 端午节实践活动方案篇一

端午节是中国传统节日之一，每年农历五月初五，也是我国非常重要的节假日之一。在这个特殊的时刻，我们举行了一系列的活动来庆祝这个传统节日。通过参与这些活动，我对端午节的文化意义有了更深入的理解，并且收获了很多宝贵的经验和体会。

首先，我要提到的是我们学校举行的端午节文化讲座。讲座上，我们了解了端午节的由来和传统风俗。我们知道了屈原的故事，知道了端午节是因为纪念他而设立的。此外，我们还了解到了各个地区庆祝端午节的习俗，比如吃粽子、划龙舟等。通过这次讲座，我明白了端午节的重要性，也开始对中国传统文化有了更深入的了解。

其次，我们还参加了一次划龙舟的活动。划龙舟是端午节最具特色的游戏之一，我一直很向往。这次活动，我终于有机会亲身体验了一把。起初，我并不太会划船，但在队友的帮助下，我逐渐掌握了技巧。当我全身心地投入到划船的过程中，河水从划桨上溅到我的脸上，我感受到一种身心的合一。虽然最终我们队没有获得冠军，但这次划龙舟的经历让我学会了团队合作和坚持不懈的精神。

除了划龙舟，我们还参加了一次包粽子的活动。这是我第一次亲手包粽子，也是一次难得的机会。在活动开始之前，工作人员向我们介绍了如何包粽子的步骤。尽管刚开始有些笨拙，但在老师和同学的帮助下，我逐渐掌握了技巧。当最后我成功地包好一个粽子时，我充满了成就感。整个过程中，我领略到了传统民俗的乐趣和精神，也体会到了传统技艺的魅力。

此外，我们还参加了一次端午节体育比赛。比赛内容丰富多样，有拔河、跳绳等项目。这次比赛，我报名参加了跳绳项目。我平时就对跳绳很感兴趣，这次比赛不仅让我有机会展示自己的技能，还能与其他参赛者一较高下。尽管我并没有取得好成绩，但这次比赛锻炼了我的身体素质，也增强了我的自信心。

最后，我们还参观了一次端午节文化展览。在展览上，我们看到了各种精美的端午节文化作品，比如粽子的制作过程、龙舟的模型等。这些作品都展示了端午节的传统和文化内涵。通过仔细观看这些展品，我更加深入地了解到了端午节的独特风俗和精神内涵。

通过这一系列的端午节活动，我收获了很多。我明白了端午节的文化意义，更了解了中国传统文化；我学会了团队合作和坚持不懈的精神；我体验了包粽子、划龙舟和参加比赛的乐趣；我领略到了传统技艺的魅力；我更深入地了解了端午节的传统和文化内涵。总之，这次端午节系列活动为我提供了一个宝贵的机会，让我更加了解和珍惜中国传统文化。

## 端午节实践活动方案篇二

一、活动日期及主题□ 201x年xx月xx日 “艾香端午邻里和”

二、活动地点：中南社区

三、活动目的：以社会主义核心价值观体系建设为根本，充分挖掘端午节的文化内涵，引导人们进一步了解传统节日、认同传统节日、过好传统节日、弘扬传统文化，增强爱国情感，塑造美化心灵，构筑“自觉、自信、自强，创先、创优、创新”的精神高地，使“我们的节日”家喻户晓，深入人心。

#### 四、活动流程

(一)收看端午节各地的风俗习惯视频。

以开展文明城市创建活动为载体、以除旧布新为重点，从科学角度介绍悬陈艾、挂菖蒲、戴荷包、包粽子、饮(抹)雄黄酒等端午传统习俗活动，进一步增强居民日常生活保健知识。播放赛龙船庆端午的视频，居民踊跃发表自己的观点。

(二)举行旱地龙舟赛

1、由社区干部、居民群众组成龙舟队伍，每支龙舟队伍由4名队员组成。赛道长50米、宽8米。一组比赛由3支龙舟队进行。各龙舟队按赛前布置到指定场地进行比赛。

2、比赛中运动员必须排成一列纵队，当裁判员发令后，全队整体协调一致，向前移动，并在前进摇晃身体，做出船儿荡漾的姿态。由评委根据龙舟行进中的优美程度、参赛选手的精神面貌、龙舟滑行的用时进行综合评价，评选出前三名。

3、旱地赛龙舟比赛组织：发令员周丽华，检录员黄赛。

(三)开展主题社会实践活动。

结合端午传统习俗，组织开展包粽子、品粽香等富有传统节日文化内涵的端午节主题社会实践体验活动，让居民感受传统，了解民俗，更加喜爱“我们的节日”。材料：糯米、红豆、粽叶、粽绳。

方法：1. 将粽叶折成漏斗形2. 在漏斗形的粽叶里放入适量的糯米、红豆。3. 用大拇指和食指按住粽叶的两边把那个比较长的粽叶向糯米这边压成一个三角形。4. 将粽叶包好后用准备好的绳子把它绑紧。

#### (四)慰问敬老院老人。

将比赛粽子送给老人，与他们一起共迎传统佳节。到敬老院打扫院子，做义务服务，与老人们共同观看文娱节目，活动结束后全体人员与老人们及敬老院工作人员合影留念。

### 端午节实践活动方案篇三

1、召开一次动员会。要求全体初中师生各级各类学校在5月31日前召开以“爱秭归、迎端午、讲文明、树新风”为主题的动员会，号召全体师生积极参与到全体初中师生“迎端午”活动中来。

2、办一期宣传专栏。要求各学校在6月5日前，认真办一期以屈原文化为主题的宣传专栏，并在班级之间、年级组之间开展评比，促进学生自觉传承屈原文化，弘扬屈原精神，营造良好学习氛围。

3、上好一节端午节活动课。要求全体初中师生各学校组织活动课教师认真备一节《端午节活动课教案》，上好一节端午节活动课。并请各乡镇中学和县直学校各推荐2篇《端午节活动课教案》于6月10日前网传至教育股，我们将组织专班进行评选，对评选出的优秀作品予以颁证奖励，并在秭归教育网上刊登。

4、开展一次“话端午”主题活动。要求各学校以班为单位组织开展端午节主题教育活动，让同学们人人了解端午节的相关来历、传说故事和习俗活动，进而感受传统节日折射出的浓郁文化气息。

5、组织一次“屈原简介”讲座。要求各学校组织屈原简介讲座，让学生知道屈原的生平和主要代表作品，并能背诵他的名句，小学生5至10条，中学生20条以上。

6、组织一次诗歌朗诵会。要求各学校组织以屈原作品为主题的诗歌朗诵会，让学生理解屈原主要作品的精神内核，通过朗诵会让同学们了解爱国诗人屈原的高尚人格和爱国情怀。

7、组织一次主题班会。要求各学校以班为单位组织一次“学屈原，爱祖国”主题班会，通过活动培养学生爱祖国、爱家乡的情感。

8、组织一次青春诗会。要求各初中和高中组织以“继承传统文化、弘扬屈原爱国精神”为主题的青春诗会，并组织评奖。各初中和高中于6月20日前推荐优秀作品5篇网传至教育股，我们将组织专班进行评选，对评选出的优秀作品予以颁证奖励，并在秭归教育网上刊登。

9、组织一次“沿着屈子的足迹”文化考察活动。要求屈原镇、归州镇、茅坪镇和县直学校结合当地实际组织学生参观考察，深层了屈原，学习屈原，然后组织撰写大赛，抒发学生情怀，抒发爱国情感。

10、组办一台文艺晚会。要求各学校以“追怀先贤、弘扬国学、超越自我”为主题举办一台文艺晚会。通过形式多样的节目更直观的展示“端午习俗”，让学生更进一步知晓屈原、学习屈原，进一步激发学生爱家乡、爱祖国的情感。

#### 四、活动要求

## 端午节实践活动方案篇四

为了更好地发掘、传承和创新端午节的文化内涵，使之与现代社会相融合，唱响“我们的节日”主题，给古老的节日注入新的因子，让社区居民以贴近现实和现代的方式来过好端午节，进而引导社区居民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，促进人与自然和谐相处，增强社区的凝聚力，我社区特组织如下活动。

### 一、活动内容：

#### 活动一端午节的风俗和来历

- 1、知道端午节的日期，了解端午节的一些风俗和来历。
- 2、对中国的传统文化产生初步的兴趣，对屈原产生崇敬之情。

#### 活动二 包粽子比赛

时间：2014年6月15日

地点：工农院街18号

参加人员：社区老年居民、辖区孤寡老人、低保户、。

活动目的：社区举办这次活动希望通过比赛，既让大家继承传统习俗，了解端午节的知识，又增进社区与居民之间的感情。把粽子送给社区孤寡老人、低保户，把传统节日的意义又进行了深化，以此来增加社区的凝聚力。。

#### 比赛细则：

1. 每位参赛者包2斤糯米，比时间、质量、外观、口味。

2. 米、芦叶居委会准备，盆、勺子等辅助工具自带。
3. 粽子口味自定，辅料诸如红枣、红豆自带。
4. 最后评出一等奖一名，二等奖两名，鼓励奖若干名。
5. 包好的粽子送给社区孤寡闻老人，低保户。

## 二. 吃粽子

请评委根据粽子的样式，口感评价。并且评出最佳包粽子大王;最好吃的粽子;以及最会吃粽子大王。

## 三、领导讲话

## 四、活动结束

# 端午节实践活动方案篇五

端午节是中国传统的节日，也是中国人比较看中的节日。此次活动的目的在于提高商场的人气，摆脱淡季销售低迷状态，增加新世纪的影响力。20xx年端午节是6月xx日(农历五月初五)星期日，而6月xx日是父亲节，做端午节促销的同时，带动父亲节。此次活动主要以超市为主，超市以食品部位住，主要展示我们的端午节主商品，突出低价让利、加以情感述说、互动等活动来营造节日氛围，提高商场美誉度，通过包粽子比赛进一步扩大顾客活动参与度，来拉近商场与顾客间的距离，从而吸引人气，拉动销售，增加商场效益，提升员工士气。

二、活动时间：6月xx日—xx日

三、活动主题：过端午节 忆一段历史佳话 到新世纪 尝一颗风味美粽

#### 四、活动内容：

##### 真情一：真情相聚新世纪 端午佳节送好礼

活动期间，穿着类、百货类商品全场享88折后当日满150元，赠粽子一包。珠宝类、大家电类满500元，超市不打折满100元赠粽子一包，多买多送，以此类推。（每天限量1000包，单张小票最多限3包）。

活动期间，进店前500名顾客超市购物满1元，就送礼品一份，每天500名，送完即止。

到新世纪过端午节，端午节期间，新世纪超市特邀厂家现场包粽子，端午节当日超市推出粽子免费尝活动，顾客在超市出口可以品尝到各种口味的风味美粽，还不赶快行动！

##### 真情二：亲情陆地龙舟赛 全家老少齐欢乐(6月xx日)

为突出传统端午节日特色,融洽家庭亲情关系,促进家庭和谐,新世纪于6月xx日下午3点、晚7:30分两场举行”亲情陆地龙舟赛”公益活动,欢迎广大消费者踊跃报名参加,凡参与者均有礼品相送。

##### 比赛办法：

1. 将两人捆在一起(两人关系为亲情关系),比比那队家庭组合最先到达终点即为获胜!
2. 每4组家庭比赛为一组,先从2组家庭初赛,再让获胜者决赛产生第一名。
3. 每轮产生一名冠军,奖端午大礼包1个。
4. 参与者奖精美礼品一份。



报名时间：6月xx日至xx日晚7点， 报名地址：一楼总服务台

## 端午节实践活动方案篇六

- 2、 确定活动场地， 与陈主任协商
- 3、 楼厅海报宣传
- 4□ led宣传
- 5、 横幅宣传(横幅内容：迎端午忆屈原)
- 6、 申请音响设备， 桌椅， 红布， 台签， 摄影设备
- 7、 制作报名单、 评分表、 评分细则
- 8、 确定邀请名单(嘉宾的名字要准确无误)

## 端午节实践活动方案篇七

主题： 忆一段历史佳话 尝一颗风味美粽

内容：

- 一、 促销主题： 忆一段历史佳话 尝一颗风味美粽
- 二、 促销目的： 树立五四新华都的人文形象， 同时增进销售额的提高。
- 三、 促销时间： 6月20日——6月25日
- 四、 促销对象： 第一商圈内的居民
- 五、 促销商品： 主要商品成品粽及熟食、 海鲜等；

## 六、促销内容：

(一) 价格促销：对一些成品粽及熟食进行特价活动(6月20日——25日)

具体品项由采购部决定(一楼促销栏及广播进行宣传)

(二) 娱乐促销：可选2项中的其中1项

### 1. 包粽子比赛

游戏规则——3人/组;限时5分钟，以包粽子多者为胜;胜者奖其所包粽子的全数;其余参加者各奖一个粽子。

活动时间——6月22日~24日

活动地点——一楼生鲜部的冻品区前

道具要求——桌子、喇叭、包粽子的材料(糯米、豆子、花生、肉、竹叶)

负责人——生鲜部，采购部配合

### 2. 射击粽子比赛

游戏规则——每人可获得5科子弹;以射中的是标识为豆沙、肉粽等即获得该种粽子一个;

活动时间——6月22日~24日

活动地点——一楼生鲜部的海产区前

道具要求——气球、挡板、气枪、子弹

负责人——生鲜部，采购部配合

(三) 免费品尝：引进供应商进行场内免费品尝

时间：6/22日—25日

具体负责——采购部

(四) 新品促销：可考虑引进一批闽南肉粽，现场特色促销。

具体负责——采购部

(五) 卖场陈列与布置：

场内：

1. 一楼冻品区前，两个堆头的位置，堆头前布置成龙舟的头，两个堆头为龙舟的身；
2. 冻柜上方用粽子或气球挂成“五月五吃粽子”字样。

场外：条幅宣传“忆一段历史佳话 尝一颗风味美粽”

## 端午节实践活动方案篇八

一年一度的端午节又要到了，在这个传统的节日里，最高兴的莫过于天真活泼的孩子们了。每逢过节，孩子们个个情绪高涨，喜气洋洋。各种端午节活动也是让孩子们很开心。查字典范文大全特意为大家整理了关于端午节活动方案范文的相关材料，希望对您的工作和生活有帮助。

为深入挖掘民族传统节日所蕴含的丰富教育资源，大力弘扬民族精神和时代精神，传承中华民族优良传统和革命传统，按照中央、省、市、区文明办的部署，现就组织开展“我们的节日?端午节”主题活动制定方案如下：

## 一、指导思想

坚持以邓小平理论和“三个代表”重要思想为指导，深入贯彻落实科学发展观，以社会主义核心价值体系建设为根本，充分挖掘端午节的深厚文化内涵，广泛开展各种主题活动，引导师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，提高科学意识，促进人与自然和谐相处。

## 二、活动目的：

1. 了解端午节的起源、文化以及节日风俗习惯。
2. 感受中国文化节日的特点，激发学生热爱家乡、热爱祖国的情感。
3. 理解中国传统节日中所蕴涵的文化内涵，增强节日文化理念，让节日真正给我们带来快乐与幸福。

## 三、活动主题：

我是中国人，我爱我的祖国，我爱中国的文化。

## 四、领导小组：

## 五、活动内容

(一)以“我们的节日?端午节”为主题，广泛开展爱国主义教育活动。在全校开展民俗知识讲座、包粽子比赛、进行传统手工艺作品画宣传、参观爱国主义教育基地等活动，引导广大师生感受传统文化魅力，增强爱国主义情感，提高中华民族的凝聚力和向心力。

(二)以“端午”为主要内容，组织开展中华经典诵读活动。精心选择历代爱国主义名篇佳作，在全校组织开展形式多样

的中华经典诵读活动，引导人们感受传统文化魅力，增强爱国主义情感。

## 六、活动过程：

### 第一步：准备阶段(6月4日——6月8日)

作为中国重要的传统节日之一，端午节有其独特的由来传说和习俗活动，因此了解端午节蕴含的相关知识，这是端午节主题活动的首要内容。全体同学要在班主任老师的带领下，通过各种途径寻找端午节的相关资料，利用国旗下讲话、班会、早会时间去认识和了解端午节，通过活动对端午节的来源、传说故事、习俗活动都能了如指掌，争取更多的队员成为端午节知识的“小专家”。

### 第二步：实施阶段(6月11日——6月15日)

1. 学生制作手抄报。(责任人：班主任)
2. 进行端午知识竞赛。(责任人：政教处 班主任)
3. 开展端午赛诗会活动(责任人：政教处 班主任)

各班在班主任的带领下，搜集有关诗篇，先在本年级进行诗歌朗诵会，然后选派一名代表参加学校的赛诗会。

### 4. 开展端午实践活动

在临近端午节期间，各班主任老师布置学生与家人共同包粽子、做香囊、五彩线，并写一篇日记，在班队课上与全班学生进行交流。(责任人：班主任)

### 第三步：展示阶段(6月23日)

1. 端午文化知识：(责任人：美术组)

(1)展示形式：展板

(2)展示内容：1.美丽的传说

2.多彩的风俗

3.学生作品

4.各种节日文化

2.端午诗歌诵读：（责任人：音乐组、马丽娜、陈文娜、段晓伟）

(1)展示形式：文艺汇演

(2)展示内容：1.端午诗歌

2.经典诗歌

## 七、活动要求

1.认真部署，广泛宣传

充分认识民族传统节日文化是弘扬和培育民族精神的重要途径，是对学生进行德育的重要资源，是凝聚民族感情的舞台。提高认识，认真部署，广泛宣传，切实保证此次文化活动落实到位。

2.讲求方法，注重实效

目前，随着物质条件的不断改善，广大青少年对民族传统节日的了解和认识日渐淡薄，在与“洋节日”竞争中日渐式微，很难吸引学生的关注和参与。因此，在开展此次主题文化活动中，讲求方法，注重实效，加大宣传教育力度，积极营造弘扬民族传统文化节日的氛围。