

最新端午节实践活动课 我的端午节活动 心得体会(模板9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。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下。

端午节实践活动课篇一

在这个炎热的六月，我度过了一个别具特色的端午节，参加了一系列精彩纷呈的活动，收获颇丰。这是个登高赛龙舟的节日，包括包粽子、晒闲太阳、品尝美食等多种活动，不仅丰富了我的节假日生活，也让我从中感受到了深厚的文化底蕴。通过参与这些活动，我更加热爱端午节，也更加珍惜和发扬传统文化。

首先，我通过包粽子的活动，体验到了传统的手工艺。我和家人一起前往亲戚家中，大家围在一起包粽子。看着亲戚们熟练地捏起糯米，裹上鲜美的馅料，我也迫不及待地想亲自动手。起初，我笨手笨脚，裹出来的粽子形状参差不齐，但经过不断尝试，我终于掌握了包粽子的技巧。我发现，包粽子需要经验和耐心，每一步都需要小心翼翼地操作，不可操之过急。最终，我的粽子也有了可圈可点的成果，我感到非常自豪。通过这种手工艺活动，我更加感受到了传统文化的魅力，也更加珍惜传统的手工艺。

其次，在端午节期间，我还参加了赛龙舟的比赛活动。比赛前，我们队伍进行了辛苦的训练和筹备工作。我们齐心协力，互相配合，为了一个共同的目标而努力着。参加龙舟比赛不仅是一项体力的考验，更是一种团队精神和协作能力的体现。在比赛中，我和队友紧密合作，划动双桨，力争速度和节奏

的完美配合。尽管我们最终没有取得名次，但参与其中的过程却给了我很多启发。通过这次比赛，我学到了团队合作的重要性，知道了只有大家齐心协力，才能取得更好的成绩。

端午节活动不仅有包粽子、赛龙舟，还有晒太阳、吃美食等传统节日。这些活动为我们提供了一个愉快的氛围，让人感到轻松和舒畅。晒太阳是我最喜欢的活动之一。在那一天，阳光明媚，微风徐徐，我和朋友们躺在草地上，聊天、打闹、晒太阳，享受着温暖和自由。这一刻，我感到心情愉悦，忘记了一切的烦恼和压力。而品尝美食更是我端午节的一大享受。在这个节日，家里准备了各种各样的传统美食，粽子、艾草饼、五色豆……美食的香气扑鼻而来，让我大饱口福。通过这些活动，我更加热爱端午节的欢乐氛围，也更加体会到精致生活的美好。

最后，通过参加端午节的各项活动，我进一步认识了传统文化的重要性和美妙之处。作为中国传统节日之一，端午节深深植根于中国人的心中。这些传统活动总能让人从繁忙的生活中解脱出来，找到人生的真正乐趣。传统文化是中华民族的瑰宝，只有我们珍视和发扬传统文化，才能让其历久弥新，照亮我们的前行之路。在未来的日子里，我将继续坚守传统文化的传承和发扬，将这份文化寄托给下一代。

总之，端午节是一个充满热闹和欢乐的节日，我通过参与各种活动，感受到了传统文化的魅力和力量。包粽子、赛龙舟、晒太阳、品尝美食等活动，让我更加热爱端午节，也更加珍惜和发扬传统文化。在今后的日子里，我将继续传承和发扬端午节的精神，将这份热爱传递下去。

端午节实践活动课篇二

今年因为新冠疫情的原因，我们无法像往年一样欢度传统佳节——端午节。虽然不能外出游玩，但我们学校还是开展了一系列的端午节活动。在这场特殊的疫情背景下，我参加了

一些活动，让我更加深刻地感受到了传统文化对我们的影响。

第二段：了解中华民族传统文化的重要性

疫情让人们意识到健康和安全性的重要性，而传统文化也是我们的精神安全。学习传统节日文化不仅可以增进我们的文化底蕴，更能够加深我们对祖国的认知和热爱。在参与学校的端午节活动中，我了解到端午龙舟是拥有着竞技、社交、娱乐的多种功能，它既是体育竞技项目，又是中华民族文化的瑰宝。通过活动，我们学到了关于端午节的传说和典故，懂得了端午食品的制作和善待自己等方面的知识，不仅丰富了我们的知识面，也正确引导了我们对节日文化的理解与认知。

第三段：传统文化的时代价值

在这个快节奏、追求新鲜的社会里，我们是时候以更为开放、包容的心态去审视传统文化了。世界那么大，我们为什么要放弃自己拥有的宝贵遗产？经过对端午节历史文化的了解，我从中悟到令人钦佩的民族文化包容性以及鉴古知今的智慧和美。传统文化对当代社会仍然有着深刻的启示，学习和挖掘它的价值是我们深入思考当代发展过程以及深化文化内涵的必经之路。

第四段：疫情下的家庭节日文化

在疫情下的家庭共度端午节也是别有一番风味。妈妈为我们准备的粽子松香四溢，每一粒糯米、每一段肉馅、每一根葱和每一片竹叶都蕴含着家乡的人情味。我们四个人可以茶余饭后围坐在桌旁，讲讲新闻时事、分享自己的见闻和疑问。在以往的繁忙工作中，家庭过节成了一件不太现实的事情，而疫情下体现在家庭节日文化里，让我们更珍惜彼此之间的联系和交流。

第五段：结尾

总之，疫情虽然让表面的端午节活动变少了，但生命运行中更深刻、重要的东西更多。我们以不同的形式追求文化新的化与创新，当探寻民族文化、从传统文化汲取智慧时，我们也要尝试新的表现方式，将这种智慧传递、让它变得更自成一體。愿我们传承好中华优秀传统文化和端午节文化，让我们的每个节日都成为同一条文化大道上连绵的楼阁，让我们建设更美好的未来！

端午节实践活动课篇三

地点：广州市儿童公园感知乐园

票价：免费

端午节就要到啦，赛龙舟，吃粽子，佩香囊……传统的端午活动却传承着浓浓的中国文化！

今年的端午节，儿童公园和华南农业大学一起举办“小小龙舟手养成记”系列活动，小朋友们，在有趣的游戏中结识新玩伴，感受浓厚的节日氛围吧！

对象：4--7岁儿童

活动流程：

9:00--9:20游戏环节一：端午习俗知多少

9:20--9:40游戏环节二：“画龙点睛”小能手

11:00--11:30合影留念与满意度评价调查

具体活动：

1. 端午习俗知多少

小朋友们通过抽取印有端午习俗图片的卡纸进行分组，大家积极分享自己了解的端午习俗~

2. 画龙点睛”小能手

每个组的小朋友合作一起装饰我们的龙舟啦，来看看哪个组的小朋友更有创意~

3. “童心协力”赛龙舟

小朋友们，我们一起团结作战，手脚并进到达终点！

4. 进击的超级龙舟手

小朋友们在爸爸妈妈的帮助下，发挥自己的创意，一起制作属于自己的龙舟！

报名须知：

1. 活动全程免费。
2. 参与活动的小朋友身边限一位家长协作游戏。
3. 报名成功后将于5月12日前收到短信回复，未报名成功则不再一一回复。

端午节实践活动课篇四

端午节是中国传统的节日，每年农历五月初五。端午节源于中国古代的龙舟竞渡活动，至今已历经千年而不衰，成为中华民族文化的瑰宝。在这个节日里，家庭活动更是不可或缺的一部分。通过自己的亲身经历，我深刻地体会到了家庭活动对于维系亲情和传承文化的重要性。

第二段：家庭环境的建设

家庭是我们最亲近的地方，一个温馨的家庭环境可以让人们更好地享受节日文化的氛围。在端午节即将到来之际，我们家庭做了一些准备工作。在客厅的桌子上，摆了一份精美的“菖蒲”，旁边放置了粽子和酒，得以在节日中尽情品尝。家庭环境的营造不仅仅是为了迎合传统习俗，更是为了塑造一个和谐的家庭氛围。

第三段：家庭活动的开展

节日是和家人一起欢庆的时刻，而家庭活动就是让我们更加贴近亲情的方式。本次端午节，我们家里尝试着进行了端午节特色的“包粽子”活动。几天前，家人们便开始紧锣密鼓地准备各种食材。在家人的相互协作下，各种口味的粽子陆续出炉。从糯米馅到咸蛋黄粽子，家人每一个人都有自己的喜好。

第四段：家庭活动的意义

家庭活动，不仅是让我们感受到了传统的文化习俗，更是将这种传统习俗纳入到家庭生活中的一种方式。经过一段时间的思考，我得出了这样的结论：家庭活动的意义在于传承文化和凝聚亲情。传承文化，我们能够把端午节这种传统习俗通过家庭活动的方式传递给下一代。凝聚亲情，家人之间的协作和沟通让我们感受到了家人之间的真挚关爱，更加坚定了家庭的凝聚力。

第五段：结语

在家庭活动中，我们更加知道了家族的重要性，也更加明白了传统文化的重要性，在这里，我希望大众能够重视家庭生活，尝试着去了解自己的家族文化和历史。端午节是中华民族的传统佳节，让我们在家庭中一起欢庆，传承中华文化。

端午节实践活动课篇五

(1) 你知道端午节是怎么来的吗?关于端午节有哪些传说?

(2) 在我们这儿过端午节有哪些有趣的风俗习惯呢?你知道哪些有关端午节的诗歌呢?

(3) 你打算怎样度过今年的端午节呢?

这些问题的设计都是以学生的兴趣为出发点,教师只是为他们创设了问题的情境,为学生提供了研究方向,让他们根据自己的情趣、愿望和能力,用自己的方式去操作、去探究。

2、探索与展开

(1) 组织调查

(2) 网上阅读

为了拓宽学生的知识面,教师可以组织学生上网浏览,查阅一些地方过端午节的习俗,并将自己最感兴趣的内容记录下来。

(3) 协作交流

为了锻炼学生的动手能力,教师可以提议学生相互协作,学会自己想学会的一些风俗习惯的做法。例如:编手链、包粽子、折葫芦等。

3、应用与深化

通过调查研究,学生了解了有关端午节的一些知识,让学生设计自己怎样度过今年的端午节?并通过语言或其他方式表现出来。通过对有关端午节诗歌的搜集,鼓励学生培养善于搜

集整理的能力与习惯。

4、反思与拓展

通过师生讨论交流、学生作品的展示与评比，指导学生总结研究成果，最后举行“我的端午节最快乐”主题中队活动，让学生在活动中充分展示自己的研究成果与价值，同时，教师适当引导与鼓励学生进行其他研究活动的兴趣。

端午节实践活动课篇六

一、指导思想：

通过“扬传统文化、尚和谐自然”主题教育活动，以年级为单位，通过诗歌吟唱、主题班会等形式开展各类体验活动，加强学生对民族传统文化的认识和理解，引导学生崇尚自然，强身健体，培养“团结合作、锐意进取、艰苦创业、开拓创新”的精神。

二、活动内容。

6月8日是传统的端午节，我校将利用这一节日，对学生进行有效的道德教育。“扬传统文化、尚和谐自然”主题教育活动分为三个阶段开展。

第一阶段：学先烈

时间：6月2日

形式：升旗仪式、橱窗宣传等德育阵地活动

1、利用升旗仪式国旗下的讲话，进行宣传教育，并解读学校端午节主题教育活动方案。

2、橱窗布置。端午节的相关知识及屈原的生平介绍。

第二阶段：忆先烈

时间：6月6日班会课

形式：故事演讲、十分钟队会、主题班会等活动。

- 1、“屈原小故事”演讲比赛，激发学生对爱国诗人屈原的敬爱之情，培养学生爱国进取的精神。(1—2年级)
- 2、“话屈原、吃粽子”为主题的十分钟队会。(3——5年级)
- 3、“走进端午”为主题的班会活动。(6——8年级)

第三阶段：效先烈

时间：6月13日班会课

形式：诗歌吟唱、亲子活动、感恩活动等。

- 1、电视观看“赛龙舟比赛”，激发学生积极进取、强身健体、团结拼搏的精神。(1——3年级)。
- 2、感恩——赠香囊活动。让学生了解风俗，学会感恩。(4——6年级)
- 3、“赛诗会”活动。收集有关端午节的诗歌，并在班中进行吟唱。(7——8年级)
- 4、亲子活动——“我和妈妈一起包粽子，感受节日的气氛，体会父母的艰辛。(9年级)

三、活动总结。

德育处对整个活动进行检查、评比、总结，表彰先进集体和个人。

端午节主题班会活动(六)

端午节实践活动课篇七

活动目标：达到三高-----高利润、高营业额、高知名度

活动主题：情浓五月天，欢乐过端午。

活动内容：

活动一：包粽子

- 1、参加活动的消费者及负责人在超市前事先分好组
- 2、人员、物品就位后，包粽子比赛正式开始。
- 3、比赛结束，评选出优胜队，并给予一定得奖励

活动二：端午购物 购满就送

与众不同的礼物给与众不同的你，在这特殊的日子，我们还将送出我们的小礼物。只要您购满100元，我们将送出我们的礼物。您想拥有一份特别的礼物吗，沃尔玛超市随时欢迎您的到来。

活动三：与粽子有关的产品促销

未来让广大消费者在端午节吃到粽子，我们超市特此对端午节有关各类食品和原料进行特教促销活动。

此次活动促销相关商品：

食品类：

生鲜类：

五花肉、鸡肉、牛肉、虾肉、豆制品、汤料、紫菜

效果预测

(1) 提高竞争力

在中国与沃尔玛相似的超市很多，所以竞争就非常的激烈，此次活动不仅给沃尔玛带来了极高的利润，同时也大大的提高了沃尔玛超市的竞争力，使得沃尔玛超市在与之处于同样竞争地位的超市之间博得头筹。

(2) 扩大超市知名度

在中国沃尔玛超市的地理方位还是偏繁华的地区，同时其又位于地下，超市的门面不是很显眼。但是通过举办此次活动所进行的扩大化宣传，使得沃尔玛超市在我国的知名度大大的提升，增加了客源，提高了商品的销售量。

(3) 提升了超市的形象

超市举办的包粽大赛，体现了“与民同乐”的思想，更加的亲近消费者，拉近了与消费者之间的距离，使得消费者认为，来这里购物很放心，从而使超市的利润率提高。

此次的端午节促销活动采取了多样的促销方式，充分的考虑了消费者的购物心理和购物行为，在市场中一定能购达到超市策划和实施该活动方案时所预期的实际经济效果。

经费预算

(1)端午包粽大赛预算1980元

(2)超市内外宣传条幅及海报300元

(3)pop广告牌30个，60元

(4)快讯宣传单800元

共计1980 300 600 800=3680元

一、促销主题：

品味端午传统佳节，体验多彩品质生活

二、促销背景：

三、促销目的：

利用端午节来营造节日气氛，吸引顾客到来；促进销量，减少库存；提升品牌形象；使厂家、消费者、超市达到共赢；打击竞争对手。

四、促销产品：

粽子和与包粽子相关的产品(如糯米、腌制的咸肉、红枣、红豆、花生等)；熟食；酒水饮料；夏天家庭常用的生活用品(如驱蚊剂、凉席、风扇等)；一些家电(如空调、冰箱等)。

五、促销对象：

全体消费者

六、促销时间：

月22到6月24三天

七、促销内容：

1、凭小票免费领艾草

活动时间：6月22到6月23号早上8点到11点

活动地点：

2、射粽比赛

3、现场促销

活动方式：免费品尝、购物满多少送多少、特价商品、打折、优惠券、捆绑销售等。

(1) 像粽子一些熟食类的产品可以采用免费品尝的方式促销

(2) 像家庭用的一些生活用品可以采用特价、优惠券方式

(3) 像酒水饮料类的可以采用捆绑销售

(4) 像家电一些大型的商品可以采用满多少送多少、特价、打折等方式。

八、相关宣传：

1、在促销前，发放促销单

2、在超市外张贴门店海报

3、在超市中，采用pop,广播宣传

4、各种人员相关宣传

九、费用预算：

艾草500根

粽子六种口味每种500个

各种宣传费用(海报、宣传单、人员等)

活动的舞台搭建、零散的物品

十、事物流程：

1、经销商、业务市场人员、其他渠道汇总意见

2、确定此次活动负责部门及负责人以及相关合作部门人员

4□pop□货架、包装、其他宣传资料等设计

端午节实践活动课篇八

自2020年起，全球范围内爆发的新冠病毒疫情已经给人们带来了诸多改变和影响。这其中就包括传统的中国文化节——端午节。在疫情期间，传统的端午节习俗和活动都受到了严格的限制和控制，使得节日氛围和活动方式都与以往有所不同，这无疑给人们的精神生活和礼俗习惯都带来了一定的挑战和考验。

第二段：述说节日活动的新模式和趋势

虽然疫情对节日活动造成了限制，但我们发现，在这样的特殊时期里，人们也会创造新的方式和模式，来庆祝这个重要的传统节日。例如，通过网络直播、线上文化活动、云端晒粽等方式，人们可以在家中远程共享节日气氛，互相传递端午问候和祝福。这些新举措让端午节在疫情阴霾下也能度过一个欢乐、祥和、温馨的佳节。

第三段：表达自己参与节日活动的情况

今年的端午节，我也尝试了不少新的庆祝方式。比如，我利用一些手机应用程序，制作自己的节日视频，记录下了自己制作粽子的全过程，并把视频分享给了我的家人和朋友；我还参加了线上朗诵比赛，讲述了自己对端午节的感悟，以及分享了一个有趣的传说故事；此外，我还和同学们一起参加了一场云端文化讲座，了解到了更多关于端午节的历史、文化和风俗习惯。这些活动以及社交网络的互动，让我感受到了节日的浓浓氛围，也让我明白了一种新的庆祝方式。

第四段：谈论疫情下继续传承中华文化的重要性

虽然疫情带来了许多挑战和限制，但从另一个角度来看，疫情也让我们意识到，要传承、继承中华文化和传统节日，必须要有足够的文化自信和文化底蕴。这样，无论在任何环境下，我们都能感受到节日的纷乱和社交交流的乐趣。在过去的疫情期间，许多传统活动遭到了无情的打击，但是这也提醒着我们，不只是端午节，其他节日和活动，我们需要从中寻找和发现新的元素和创新特点。

第五段：总结节日活动，呼吁保护文化遗产

今年的端午节活动结束了，但我们需要保持持续的文化热情和责任心，让中华文化和节庆文化因为我们的努力和传承而更加具有活力和意义。同时，我们也需要更多的文化呼吁和社群热情，来保护好我们的人类灵魂和文化遗产，这样，才能够在未来更加明朗的时光里，迎接更美好的文化康养和传承的长远发展。

端午节实践活动课篇九

一、搜集有关端午节的名称、由来、端午节的传说故事等等。

二、调查访问身边的长辈，了解家乡过端午节的风俗习惯。

三、端午节故事演讲。

第二阶段：以班会形式进入活动

一、情境导入

激情朗诵有关端午节诗歌

二、进入活动主题，交流感悟

第一主题：话说端午

第二主题：端午实践活动

三、讨论端午节活动方案

四、小结

队员们了解了那么多关于端午节的知识，又为过今年的端午节出了那么多好主意，虽然大家采用各种各样的形式来庆祝这个传统佳节，但每个人心中有个共同的最美好、最传统的愿望，那就是：粽子香，香厨房；艾叶香，香满堂；桃枝插在大门上，出门一望麦儿黄；这儿端阳，那儿端阳，处处端阳处处祥。祝福亲爱的朋友端午节快乐！

老师感到好开心！最后，我提前祝大家端午快乐！

第三阶段：拓展，延伸。

(分4个活动小组)

1、端午的风俗习惯。

2、端午的传说和故事。

3、关于端午的诗词。

4、关于端午的食品。

六、实施策略