

最新舌尖上的中国心得体会(精选5篇)

心得体会对个人的成长和发展具有重要意义，可以帮助个人更好地理解 and 领悟所经历的事物，发现自身的不足和问题，提高实践能力和解决问题的能力，促进与他人的交流和分享。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

舌尖上的中国心得体会篇一

“每一寸土地都不能交给别人，谁知道那上面能长出啥好吃的。”

虽然有些玩笑的成分在内，但是却直白地体现了中国的饮食文化。

俗话说，民以食为天。世界上任何一个国家都有一个传统的饮食文明与其它文明共同在历史中轮回。在东方一个拥有悠久文明历史的国度，那里有令人垂涎的山珍，那里有令人回肠的美味，无时不刻的触动着亿万人的神经和味蕾。

在观看《舌尖上的中国》过程中，弹幕时不时飘过远在大洋彼岸正在留学他国的学生对故乡的思念故乡的食物最能代表故乡，也最寄托了游子的思念。介绍一些菜系时，也总有“这是我家乡菜”之类的话，盛满了对故乡的骄傲与自豪。几千年来，中国人靠山吃山，靠水吃水。辽阔的地域也带来了各地饮食的差异。但即使差异再大，饮食中也有家的味道，故乡的味道。我想，很多人看舌尖上的中国，不仅仅是因为它激起的口水使我们兴奋，也因为从各地的饮食中我们“看”到了家里的味道。

越是弥足珍贵的美味，外表看上去，往往越是平常无奇，从

来也是如此。极致的美食只留给最勤劳的人们，只要对自然怀着不变的信任和尊重，每一家人，都会获得甘甜的回报。有一千双手，就有一千种味道，中国烹饪，无比神秘，难以复制，从深山到闹市。厨房里没有秘密，注满了爱的就是珍贵佳肴。

哲学家费尔巴哈有句名言，人就是他所吃的东西。《舌尖上的中国》也不只是一部关于吃的纪录片。

“看着笋挖出来，火腿吊起来，渔网里闪闪发亮，揭开蒸笼白花花、冒着蒸汽的馒头，拉面摔打在案板上的脆响……都让人激动得落泪。多可爱的中国。”从舌尖上的中国，到味蕾中的故乡，影片所展示的厚重感，体现了该片的独特性——“通过美食这个窗口更多地看到中国人、人和食物的关系、人和社会的关系”。

中国人讲吃，不仅仅是一日三餐，解渴充饥，它往往蕴含着国人认识事物、理解事物的哲理，吃的文化早已经超越了“吃”本身，获得了更为深刻的社会意义。正因为此，中国的饮食文化也代表了一部分中国传统文化。

每个平凡的人，都在某个瞬间，参与创造了舌尖上的非凡史诗。祖先的智慧，心觉和领悟，美味的每一个瞬间，无不用心创造，代代传承。从手到口，从口到心，中国人延续着对人生特有的感知。

看着每一集结束时那些可爱的人自然而又真切的笑容时，才真正感受到中国人的伟大和智慧，融入了饮食，融入了心。

舌尖上的中国心得体会篇二

感动自己才能感动别人，自己相信才能说服别人。

这几天，纪录片《舌尖上的中国》火了，不仅仅吸引无数观众深夜守候，垂涎不止，更让许多人流下感动的泪水。

本来，无论从选题还是从播出时间来看，《舌尖上的中国》都只能算是荧屏上的“弱者”。它出乎意外地走红荧屏，带给我们超越美食的思考。

哲学家费尔巴哈有句名言，人就是他所吃的东西。从一开始，《舌尖上的中国》就不只是一部关于吃的纪录片。“看着笋挖出来，火腿吊起来，渔网里闪闪发亮，揭开蒸笼白花花、冒着蒸汽的馒头，拉面摔打在案板上的脆响……都让人激动得落泪。多可爱的中国。”从舌尖上的中国，到味蕾中的故乡，影片所展示的厚重感，体现了该片的独特性——“透过美食这个窗口更多地看到中国人、人和食物的关系、人和社会的关系”。

“不是空洞地宣扬饮食文化的博大精深，而是从美食背后的制作工艺和生产过程入手，配合平常百姓的生活，在情感上引起共鸣。”一位网友的评价，指出了该片的成功所在：真诚的态度，真实的力量。反观当下许多作品，高投入、高科技、大场面……什么都不缺，却惟独少了真实；什么都尽心尽力，却惟独没有真诚。

文化体制改革正在深入推进。转型的挑战、创新的压力，考验着每一个文化从业者。然而，有一些人依然故我，在陈旧空洞的说辞中打转；有一些人以种种束缚为由，在改革创新中趑趄不前；也有一些人在遭遇批评质疑时，归咎于观众的“审美取向”和论者的“外行身份”……作为商业纪录片，《舌尖上的中国》告诉我们，即便是“爱国主义”的宏大主题，也能够充满细节与温情；即便是对外传播中国形象，也就应展示普通中国人的喜怒哀乐；即便是纯粹的商业类节目，也能够实现艺术与经济的双赢。

“带着对食物的敬意和感情做这个纪录片”。导演陈晓卿这

句话令人印象深刻。真诚是艺术的第一要义，感动自己才能感动别人，自己相信才能说服别人，这是该片走红的“秘诀”，也是每个文化创作者就应深思的问题。

舌尖上的中国心得体会篇三

守在电视机前涎着口水观看《舌尖上的中国》，看过也如同尝过一般，口齿留香，回味无穷。呈现在眼前的就是饕餮盛宴，却只能望梅止渴。但也可以让远在天边的游子也能共享妈妈做的饭菜。看后《舌尖上的中国》，最大的感悟有以下几点：磁性的解说，诱人的美食，美食的由来，美食与家的关系。

磁性的解说：“在这座繁华的大都市里，人们最怀念的还是记忆中的老味道，”随着这浑厚的男中音，让那些司空见惯的食物都鲜活起来，顿觉舌尖上的味蕾被激发开来，不自觉的口水都淌在了嘴角。每个字每句话都那么韵致得当，饱含着李老师对国家山川河流的热爱，用打动人心的低沉声音慢慢地叙说美食的来自不易和无处不在的奇妙历程。“自然食物是对人类最好的馈赠，五谷杂粮通过烹饪变得香而不油。”跟随李老师这娓娓道来，耳朵享受极了，通过《舌尖上的中国》，我成了李老师的音迷，心里平静而感动，随着他活色鲜香的叙述，也让心随之去到祖国的大江南北。

诱人的.美食：

《舌尖上的中国》里每一道食物对我们在夜间(10:30)看电视的人群来说都是可口的美食，记得那晚上看到卓玛和妈妈寻找松茸，慢慢地也跟随着她们的脚步一起寻找，然后看着用酥油滋滋地煎制，真恨不得钻进电视机里面去偷吃几片，哈哈，偷吃过松茸，又跟着白马占堆一起冒险去尝尝野蜂蜜，看着那晶莹剔透地蜂蜜浇在一道道美食上，唾液就由喉咙一直漫延开来。吃罢甜点，老谭夫妻的自制豆花又快出锅了，

白白嫩嫩的，配以提神的香菜，清凉的薄荷，酥脆的花生，酸辣的泡菜，这就是最有爱的家常菜，就一个字：爽!!还有一道道焖煮炖的红烧肉，听着它咕嘟咕嘟的沸腾声音，看着它冒热气儿，视觉和听觉那享受真让人受不了，舔屏吧!吃货们!!

美食的由来:

面条，面包这些原来在我们看来多么容易得到的食物，但通过《舌尖上的中国》才明白是多么的不易，看到麦客要多么辛苦才能割下一亩地的麦子，这一亩地的麦子又要经过多少人的劳作才能成熟。麦子变成面粉又要多少道工序才能再变成可以食用的美食，感谢脚下的每一寸土地和自然的馈赠。

看着莉莉爸爸钓跳跳鱼，那是何等的困难。每个爸爸都是爱孩子的，为了爱吃跳跳鱼的女儿，这位慈父居然也用好几年的学习练就了一手本领，用6米的钓杆仅用1/8秒的时间捕捉跳跳鱼。这就是满满的父爱，令人感动!!

我也算是从南闯到北，吃过老家地道的麻辣小吃，也吃过广味十足的南方菜，感叹做一枚中国的吃货是一件幸福的事。

舌尖上的中国心得体会篇四

这部纪录片分为七集：脚步，时节，心传，家常，相逢，秘境，三餐。集集演绎世事变迁悲欢离合，层层刻画百姓生活酸甜苦辣。《脚步》是中国人对自然的依赖与敬畏；《时节》是中国人汗水中的苦辣酸甜；《心传》描写了中国即将消失的美味；《家常》演绎家中的甜酸苦辣；《相逢》刻画食物与人的每次携手；《秘境》讲述社会生活深处的美食；《三餐》叙述了中国一粥一饭。每集之间环环相扣，写满了陈晓卿导演对食物，人文，自然之间关系的认识和理解，天衣无缝的刻画出了中国巨变时社会的现状。

行走一生的脚步，起点、终点，归根到底都是家所在的地方，这是中国人秉持千年的信仰，朴素，但有力量。祖先的智慧，家族的秘密，师徒的心诀，食客的领悟，美味的每一个瞬间，无不用心创造，代代传承。沿袭祖先的生活智慧并以此安排自己的饮食，已内化为中国人特有的基因。在四季分明的中国，不同的时节，呈现出千姿百态的美食。家，生命开始的地方，人的一生走在回家的路上，在同一屋檐下，他们生火、做饭，用食物凝聚家庭、慰藉家人。人类活动促成了食物的相聚，食物的离合，也在调动着人类的聚散，西方人称作“命运”，中国人叫它“缘分”。秘境，带我们发现和寻找与众不同的人和食物。日食三餐，夜眠六尺。一日三餐，这普通的一切对于中国人来说蕴藏着人生的五味杂陈与酸甜苦辣。一段话总结这部纪录片，无非就是如此。人和食物，往大往小说，都是平凡与日常；人和社会，往浅往深说，都是聚散与悲欢。将“食物”给深化和物质化，在平淡无味的今天，这种纪录片可以为社会染上一层色彩。人们追求的，或许只有生活中的“味道”，往深说，人们却是在不由自主的寻找着为心灵所寄托的“意境”。

人一辈子，要么平凡，要么伟大。但他们都会遵循食物的法则，每天三次拿起手中的筷子，去犒劳犒劳今天努力的自己，也试着回想自己的家人，自己的家乡，甚至童年。这其中虽然有着你体会不到的情感，但你却为之触动，为之落泪。这，就是食物；这，就是人生。

舌尖上的中国心得体会篇五

近日，中央一套播放了一个异常火爆的纪录片“舌尖上的中国”，片中的景象是如此的美妙，大流口水之际我也有着自己的感叹：

第一集至第七集集集都有令人馋涎欲滴的美味，但是我们吃过的寥寥。而且我们发现，真正的、好吃的美味都是很稀少，很天然，很费功夫的。在速食泛滥的今天，在流水线充斥的

现在，在添加剂无所不能的当下，在麦当劳、肯德基、可口可乐的世界里，哪里才是自然珍贵的馈赠，哪里才有浸透着汗水和辛苦的美食？因此，这一切，只能在电视里，不能在肚子里。是电视唤起了我们对美食和美好生活的希望。

钢筋和水泥里长不出来美食，忙碌和焦灼品尝不了美味，但是我们都已经为了生活住进了城市。被钢筋和水泥锁定后我们发现我们心里却一直存在着一片长满了瓜果的田野，那是我们心里的净土。为了这片田野，北京的那名师傅让人拉了三卡车土，把自己的楼顶开辟成了田野，那片田野里长满了放心的瓜果蔬菜，清晨鸟语花香，晚上有邻居聚餐，楼顶上满是开心和快乐。

我是陕西人，看了第二集“主食的故事”，其中的很多情景我都比较熟悉。那个陕北卖黄馍馍的人我似曾相识。他说，老天爷会把钱给勤快人，不会给懒人的。我觉得他的这句话是这部纪录片的灵魂。豆子经过加工可以转化为豆腐，大米经过发酵可以酿成美酒，这些，都在告诉我们一个这样的真理：辛勤和汗水可以转化为美好和幸福。

中国不在舌尖上，幸福在舌尖上。幸福就是如此的简单，这么容易令人感动。