

2023年灯谜的心得体会(优秀5篇)

当我们经历一段特殊的时刻，或者完成一项重要的任务时，我们会通过反思和总结来获取心得体会。那么心得体会怎么写才恰当呢？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。

灯谜的心得体会篇一

正月十五是元宵节，这一天，全国各族人民闹花灯、燃焰火、放鞭炮、舞狮子、划旱船、踩高跷……欢度元宵佳节，而且家家户户吃“元宵”。

关于元宵节，早在20__多年前的西汉就有了。元宵赏灯始于东汉明帝时期，到了汉文帝时，已将正月十五定为元宵节。司马迁创建“太初历”时，已将元宵节确定为重大节日。

正月十五吃元宵，在我国由来已久。早在宋代，民间就流行一种元宵节时吃一种新奇食品“浮元子”，后称“元宵”。

元宵又名“汤圆”，以白糖、玫瑰、芝麻、豆沙、黄桂、核桃仁、果仁、枣泥等为馅，用糯米粉包成圆形，可荤可素，风味各异。可汤煮、油炸、蒸食，有团圆美满之意。据说陕西的汤圆不是包的，而是在糯米粉中“滚”成的，或煮食，或油炸，寓意“热热火火”，“团团圆圆”。

说起“元宵”的来历，还有一个美丽的传说。

说的是汉武帝时朝中有个奇人叫东方朔，诙谐幽默，足智多谋，而又心地善良，人称智圣。有一年冬天，长安城接连下了几场大雪，东方朔奉命到御花园给皇帝折梅花。他刚走进园门，突然发现有个宫女泪流满面，欲投井自尽。东方朔立即向前将她扶起，因为其故。宫女说：“我叫元宵，家有双亲及一个妹妹。自从进宫后，我再也没有见过家人。每到过

年，我更加思念亲人。觉得自己不能在父母跟前尽孝，真是生不如死，便想一死了之。”

东方朔听后，深表同情，并告诉她说：“我一定设法让你和家人团聚。”

元宵听后，遂放弃轻生的念头，回到宫中，等待与父母妹妹团圆。

有一天，东方朔独自出宫，他来到长安街上，在闹区摆了一个占卜摊。这时有不少人前来求他占卜卦吉凶祸福。不料，每个人占卜的签语都是一样：“正月十六火焚身”。

消息传开，人们议论纷纷，人心惶惶，大家陆续前来向东方朔求问解救办法。东方朔慢条斯理地告诉大家：“正月十三傍晚，火神爷派赤衣神女下凡查访，她奉旨火烧长安城，我把抄录的偈语给你们，可让皇帝想法解救。”

说完，东方朔扔下一张红帖，扬长而去。老百姓捡起红帖，赶紧送到皇宫，太监立即禀报给皇上。

汉武帝接过红贴，只见上面写着：“长安在劫，火焚帝阙，十五天火，焰红宵夜”。武帝看后大惊，急忙请东方朔解读红贴。东方朔沉思良久，然后对皇上说：“听说火神君最爱吃汤圆，宫中的宫女元宵不是经常给你做汤圆吗？十五晚上可让元宵做好汤圆，万岁焚香上供，传令京都家家都做汤圆，一齐敬奉火神君。再传谕臣民一起在正月十五晚上挂灯，满城点鞭炮、放烟火，好像满城大火，这样就可以瞒过玉帝了。此外，通知城外百姓，十五晚上进城观灯，杂在人群中消灾解难”。

武帝听后，十分高兴，立即传旨按照东方朔的办法去做。

到了正月十五，长安城里张灯结彩，游人熙来攘往，热闹非

凡。宫女元宵的父母也带着妹妹进城观灯。当他们看到写有“元宵”字样的大宫灯时，惊喜的高喊：“元宵！元宵！”元宵听到喊声，循声寻找父母，终于和亲人团聚了。

人们如此热闹了一夜，长安城果然平安无事。汉武帝大喜，便下令今后每年的正月十五，家家户户做汤圆供火神君，同时正月十五全城挂花灯，放烟火。宫女“元宵”做的汤圆，于是人们就把汤圆叫“元宵”，正月十五这天就叫做元宵节。

灯谜的心得体会篇二

元宵节是我国重要的传统佳节，吃汤圆、赏花灯、猜灯谜等都是必不可少的民俗文化。2月14日下午，普贤小学开展了一场别具一格的“赏花灯“猜灯谜”活动。

放眼望去，教学楼一楼走廊上人山人海，热闹非凡。五彩缤纷的花灯高高挂，妙趣横生的灯谜让全体师生不由得驻足流连，洋溢着浓浓的节日气氛。活动现场喜庆的音乐为节日添上了喜庆的氛围，同学们争先恐后，踊跃竞猜，表现出了极大的热情。谜语内容更是丰富多样，从猜字谜到猜俗语，从猜地名到猜日常用语，涉及知识面广、趣味性很强。同学们积极参与其中，仔细阅读谜语，或驻足凝思，或小声探讨。猜中者喜得奖品，兴趣倍增；猜错者不气不馁，再接再厉。飘动的花灯、涌动的人群，使活动现场到处弥漫着浓浓的元宵气息。

“赏花灯 猜灯谜”活动既让学生增进了对传统文化的了解，又开拓思维，让学生感受到了节日的气氛和成功的快乐，深受学生的喜爱。

元宵节是我国的传统节日，已有多年的历史。猜谜语更有启迪智慧，大家均可参与的活动。2月14日星期五，是今年元宵节。为了营造节日的喜庆氛围，让我们的学生记住这个有趣、有意义的传统佳节，普贤小学在学校走廊为学生进行了一次

简单而又趣意盎然的元宵佳节猜灯谜活动。

经过前期策划，我们老师精心选取了300多条适合学生猜的趣味谜语。在活动开始前，庄老师首先对活动的意义和注意的安全问题对同学们进行了指导。接下来，就是孩子们尽情展示自己智慧和快乐的时间了。活动中，他们有的对着谜语小条认真打量，一旦发现会的就立刻揭下，填好答案，兴冲冲地去排队兑奖；有点两个同学一组，一起商量，领奖，最后共同分享；还有的学生，一把摘下几张小条，在兑奖的队伍中边排队边思考，生怕等下没有自己猜的谜语了……在智慧的比拼中，孩子们玩得兴高采烈，“满载”而归。

在近一个小时的活动中，整个校园充满着欢声笑语，孩子们的脸上洋溢着灿烂的笑容。大家纷纷表示，这个活动真好。不但得到了知识，更收获了快乐。希望明年我们还有这样的猜谜语活动。

灯谜的心得体会篇三

4、最后，值得注意的一点是：有些谜语相对比较难，学生很难猜出，所以400条谜语学校只准备了三百多份小礼品，但活动中，学生的积极性很高涨，不到两个小时的时间内，400条谜语已所剩不多，所以到活动接近尾声时，礼品出现了不够用的情况。

元宵节前一日，我回到了闽西漳平和家人团聚。正月十五，漳平每年都会有灯谜展猜活动。于是乎，喜欢猜谜的我就上街来看看了。上午九点半，万成房地产开发公司在政府大门前广场举行灯谜展猜活动，悬挂的150多条灯谜吸引了不少猜众前来。然则，漳平一些民众多年积累的陋习至今未见有所改变，总有一部分人一看到别人领到奖品，就不听工作人员劝阻，胡乱把谜笺撕下，且有些人是锲而不舍地胡乱猜一气。更有让人哭笑不得的是，这时竟然有一位年轻人因为猜不出

来，就把所有悬挂的谜条全部撕走，还发狠说他没拿不到奖品，别人也别想得到。这人的素质也真的是太差了。

十点多，原先在漳平的同事回家时路过老街区三角坪，看到平安大药房门前也悬挂出了不少谜。上前一看，全都是与医药有关的，且须猜出十条才能领到奖品，同事立马打电话请我过去。由于是专业性强，猜者不多，对中药名等较熟悉的我就上前试试了。粗略看过一遍，猜出了三十多条，领到三罐花旗参茶，就给了同事，大家皆大欢喜。药店老板闻声出来，交谈之中，方知老板平日就喜爱灯谜，这些悬挂出来的谜都是老板自己学着创作的，且自备奖品让群众猜射，一是活跃节日气氛，二则扩大药店的知名度。老板甚是客气，请我评点谜作质量如何。出于共同的爱好，我也就毫不客气和老板对这些谜语逐条进行讨论，并约定今后多加联系。虽初次结识，但感觉老板与上午的那位年轻人相比，简直是天差地别。有感于此，中午回家后，立即找出部分重复多余的谜刊，赠送给药店老板作为资料。

晚上七点，由宣传部、市计生局主办，二十个市直单位具体承办的大型灯谜晚会在桂中路两侧举行。桂中路上，2000多条谜笺飘荡，路两侧人山人海，大家争先上前，只是苦了各单位对答案的人员。看到这么热烈的场面，作为旁观者的我虽感到欣慰，但也感到一些遗憾。猜谜本来是图大家的节日欢乐，市有关部门已坚持举办这项活动多年，但总有些人不会猜谜，撕谜条却比谁都积极，造成了现场秩序混乱，这也是本地灯谜活动不好开展的原因之一。从前几年开始，我就推辞出谜了，自己的脑细胞多消耗一些无所谓了，但却对灯谜活动的开展起不到什么促进作用。

元宵节是我国重要的传统佳节，吃汤圆、赏花灯、猜灯谜等都是必不可少的民俗文化。2月14日下午，普贤小学开展了一场别具一格的“赏花灯“猜灯谜”活动。

放眼望去，教学楼一楼走廊上人山人海，热闹非凡。五彩缤

纷的花灯高高挂，妙趣横生的灯谜让全体师生不由得驻足流连，洋溢着浓浓的节日气氛。活动现场喜庆的音乐为节日添上了喜庆的氛围，同学们争先恐后，踊跃竞猜，表现出了极大的热情。谜语内容更是丰富多样，从猜字谜到猜俗语，从猜地名到猜日常用语，涉及知识面广、趣味性很强。同学们积极参与其中，仔细阅读谜语，或驻足凝思，或小声探讨。猜中者喜得奖品，兴趣倍增；猜错者不气不馁，再接再厉。飘动的花灯、涌动的人群，使活动现场到处弥漫着浓浓的元宵气息。

“赏花灯 猜灯谜”活动既让学生增进了对传统文化的了解，又开拓思维，让学生感受到了节日的气氛和成功的快乐，深受学生的喜爱。

元宵节是我国的传统节日，已有xx多年的历史。猜谜语更有启迪智慧，大家均可参与的活动。2月14日星期五，是今年元宵节。为了营造节日的喜庆氛围，让我们的学生记住这个有趣、有意义的传统佳节，普贤小学在学校走廊为学生进行了一次简单而又趣意盎然的元宵佳节猜灯谜活动。

经过前期策划，我们老师精心选取了300多条适合学生猜的趣味谜语。在活动开始前，庄老师首先对活动的意义和注意的安全问题对同学们进行了指导。接下来，就是孩子们尽情展示自己智慧和快乐的时间了。活动中，他们有的对着谜语小条认真打量，一旦发现会的就立刻揭下，填好答案，兴冲冲地去排队兑奖；有点两个同学一组，一起商量，领奖，最后共同分享；还有的学生，一把摘下几张小条，在兑奖的队伍中边排队边思考，生怕等下没有自己猜的谜语了……在智慧的比拼中，孩子们玩得兴高采烈，“满载”而归。

在近一个小时的活动中，整个校园充满着欢声笑语，孩子们的脸上洋溢着灿烂的笑容。大家纷纷表示，这个活动真好。不但得到了知识，更收获了快乐。希望明年我们还有这样的猜谜语活动。

灯谜的心得体会篇四

中国传统文化中有一项特别有趣的活动，那就是猜灯谜。猜灯谜已经流传了千百年，在这场传统的活动中，短短的几句话就能够把人的智商和识字率考验到极限。猜灯谜需要我们细心、耐心和灵活的思维，它给我们带来了无穷的乐趣和收获。

第二段：猜灯谜的好处

猜灯谜不仅仅是一种娱乐活动，更重要的是它能够培养我们的思维能力。在猜灯谜的过程中，我们需要以小见大，从字面意思出发，往往会有多种解释，需要动动脑筋才能找出正确答案。此外，猜灯谜还能够扩展我们的知识面，不仅能够学到一些成语典故和历史知识，还能够学习到一些文化常识。总之，猜灯谜不仅能增强我们的智力，还能够给我们带来一种好心情。

第三段：我对猜灯谜的感受

我从小就很喜欢猜灯谜，对于一些灯谜，我可以说是马上就知道了答案了，但有时候遇到一些比较难的灯谜，我就需要慢慢琢磨，动动脑筋才能想出答案。猜灯谜不仅能够让我在潜移默化中增长知识，还能够拓展我的思维，让我遇到问题时能够快速想到多种解决方案。

第四段：如何猜灯谜

猜灯谜需要我们做好一些准备工作，在开始猜灯谜之前，我们需要用自己的经验和知识储备来猜测答案，同时还需要不断地进行思考，直到得出正确答案。此外，还需要注意字形、词形的变化，找到其中的奥妙。总之，猜灯谜需要我们细心、耐心、全面和逻辑思维能力，只有这样，我们才能够更好地进行猜灯谜活动。

第五段：总结

猜灯谜是一种很有趣的活动，它能够在娱乐的同时提升我们的智力和综合素质，让我们在解谜的过程中不断学习和成长。希望大家能够参加更多的猜灯谜活动，获取更多的快乐和成就感。

灯谜的心得体会篇五

灯谜猜谜是中国传统文化活动之一，源于古代农历正月十五元宵节的民间活动。灯谜猜谜游戏，是一种有趣的文化交流方式，通过解谜增加知识，增长智力，同时也加深人与人之间的感情，提升生活的乐趣。在诸多传统文化活动中，灯谜猜谜游戏更是具有广泛的群众基础和深厚的历史文化底蕴。

第二段：个人参与灯谜猜谜的体会

邂逅灯谜猜谜游戏已有多多年，越来越喜爱这项文化活动。在解谜之前，我常常还会去了解一些古代典故，穿插在日常生活中也为人带来乐趣，增添知识。猜谜还能锻炼人的思维和逻辑能力，训练眼力和记忆力，让人更加灵活和敏捷。猜灯谜不仅是活动，更是学习和生活的结合，可以从中汲取知识，推广传统文化。

第三段：灯谜猜谜游戏的独特魅力

灯谜猜谜游戏在很多方面展现了自己的独特魅力。首先，它要求猜谜者具备明察秋毫的能力，需要从一些细节或者微不足道的信息中，获取足够的线索，从而推断出答案。其次，灯谜猜谜游戏形式丰富，既有韵律优美的诗歌，也有深邃玄妙的典故，还有一些明快生动的俚语与成语。

第四段：灯谜猜谜游戏对文化传承的促进

灯谜猜谜游戏作为一项非常古老而有影响力的文化活动，促进了中华民族文化的传承和推广。在这个过程中，人们不仅学到了更多的知识，也更深入地了解到了中国传统文化的魅力和特点。同时，也提高了人们对文化底蕴的尊重与爱护，激发出人们对传统文化的向往，有助于推动中华优秀传统文化的创新、传承与发展。

第五段：总结猜灯谜的心得

总的来说，猜灯谜虽然质朴，但其意义却是深远的，既能够增进人与人之间的情谊，又能够提高我们的学识和认知素养。猜灯谜的过程虽然需要人们付出一些心思和努力，但其实乃是一段愉悦的旅程。在参与灯谜猜谜游戏的过程中，我们不仅激发自己的思维与想象力，也能够开拓自己的视野和认知范围，同时，更重要的是，在传统文化的熏陶下，我们能够更好地传承和弘扬优秀的中华文化，使其载入史册，打破时间的界限，永存于人们的心中。