

2023年清明节研学收获 清明节野外踏青 心得体会(优秀7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。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

清明节研学收获篇一

清明节，是我国传统的重要节日。这个节日，不仅是祭祀先人的日子，也是一个展现生命力和美好景色的时节。在这个节日里，许多人都会前往野外踏青，赏花游园，亲近自然。我也是其中的一员，下面就是我的关于清明节野外踏青的心得体会。

一、心境愉悦

走在茂密的林间小道上，两旁高大的青松翠绿欲滴，微风拂过，我伸手一捧，沾了满手的松针。顿时感到了神清气爽，浑身舒畅。在这个烦躁的城市里，生活节奏越来越快，人们的压力也越来越大，而踏青则会让你更接近自然，冲淡你的烦躁，舒缓你的身心。清明节这天，在钦州大山深处踏青，感受到的美好，是贵重的心灵粮食。

二、赏花艳景

赏花是过节必不可少的一项活动，也是人们的一种习惯。江南水乡，在充满生气和活力的春天，水乡上的樱花绽放一片，红色、白色的樱花将两岸装点的美不胜收，清风拂过，花香缭绕。蓝天、白云、绿水，与樱花相互映衬，形成了一幅美丽的风景画。不仅如此，在城市的角落里，花坛中的郁金香、蒲公英等品种的鲜花也在阳光的照耀下迎风盛开。当花朵在

阳光下微微颤动，世界顿时安静了下来，静静地欣赏这美丽的风景，是心灵愉悦的享受。

三、弘扬民俗

清明节是中国重要的传统节日之一，其包含的文化信息非常丰富，是一种追逐和弘扬传统文化的心态。在这个节日里，人们会用新鲜的文化方式表达自己的敬意和祭祖之情。江南大部分地区，有清明祭扫、性命灵位的习俗，而北方则会采摘芳草、秧苗祭祖等。这种传统的活动，是我们了解祖先文化的重要途径，可以让我们更加珍惜祖辈们留下的话语和精神。同时在民俗方面，还有一些手工艺品、风俗、物品等等，都可以在清明节当天欣赏，令人敬佩。

四、锻炼身体

野外踏青，慢跑、散步等等，不仅可以呼吸新鲜空气，还可以锻炼身体。静态的工作长期以来，让我们的身体出现了很多问题，随着气温的升高和阳光的增强，清明节出门活动更有益。而体育锻炼可以让我们越来越元气满满。比如晨跑、远足、徒步等等体育项目都可以成为清明节外出活动的重要组成部分。

五、反思与放松

有人说，人与自然交往的过程，可以帮助人们忘却烦恼，重拾内心沉寂的美好情感。而清明节踏青，则是这种交往的一种最好的方式。踏青可以培养心静如水的状态，可以回归自我，提高我们对一些事物的认识，并反思自己，让自己能够愈发放松和平和。当人们被大自然所包围时，会惊叹于自然的威力，同时也被感动着，获得了孕育新生活的动力。

总而言之，清明节野外踏青这一活动，不仅富有意义，而且还有身体锻炼、文化传承等等的多重好处。在这些好处的叠

加作用下，让我们在这个节日里释放内心的压力，抚慰身心的疲惫，以新的精神面貌面对每一个挑战和机遇。

清明节研学收获篇二

“清明时节雨纷纷，路上行人欲断魂。”今年的清明节阴雨绵绵，似乎又多了一丝肃穆的气氛。这天，我们全家带着祭品上山扫墓。山脚下，前来扫墓的车辆排成长龙，挨挨挤挤，行进速度缓慢，还有交警临时指挥。

我们先来到奶奶的墓前，拿出祭品放在墓碑前方，虔诚地寄托对奶奶的哀思。突然，“嘭??啪!嘭??啪!”的鞭炮声传入耳畔。我循声望去，原来是有一些人不顾“文明扫墓，禁燃鞭炮”的倡议，在墓前擅自燃放鞭炮。尽管今天阴雨绵绵，但燃放香烛和鞭炮的火灾隐患仍不容小觑。

我陷入了沉思中……

忽然，想起老师在课上说过的“网上扫墓”。对啊，老师曾提起过“网上扫墓”既可以缓解交通压力，倡导绿色文明祭祀，同时也可以方便网友清明期间足不出户祭扫先人，可谓“一举三得”。

当天，我就和爸爸约定明年的清明节我们就在网上祭奠奶奶。今后，我们也会动员身边的人响应这个绿色的号召，加入到网上扫墓的行列中来。

清明节研学收获篇三

清明节是中国传统的重要节日，日本也有类似的节日，因此我特别感兴趣去了解 and 体验一下日本的清明节。在这个节日里，我感受到了日本人对传统文化的尊重和承托，同时也对

独特的日本风俗产生了浓厚的兴趣。接下来，我将和大家分享我对日语清明节的心得体会。

首先，我惊讶于日本人对清明节的重视程度。在中国，清明节是一个与祭祖和扫墓有关的传统节日。而在日本，清明节被称为“彼岸节（ひがなまつり）”，这是一个旨在祭奠亡灵并祈求安宁的节日。在这一天，家人们会去墓地扫墓，祭拜过去的亲人，并献上花束和食物。与中国的传统相似，日本的清明节也是表达对逝去亲人的怀念和纪念的重要时刻。这使我对日本人对家庭和亲人的情感深感敬佩。

其次，我对日本独特的清明节风俗产生了浓厚的兴趣。在日本，人们相信亡灵会回到人间，因此在家门口会摆放一种叫做“盆提灯（ぼんちようちん）”的灯笼来引诱亡灵回家。本提灯是一种特殊的纸灯笼，上面写着家族的姓名，在夜间点燃以示欢迎。我觉得这种风俗很有趣，因为它能带来家人间的亲密感和平安感。此外，日本还有特制的清明节糕点，如饼干和米饭团。这些食物在清明节期间被认为是给逝去的亲人供奉的，也是家人共享的象征。通过品尝这些传统食物，我更加深入地了解了日本文化和传统。

再次，我被日本人在清明节期间展示的对历史和传统的敬畏所感动。在清明节这一天，日本人会到寺庙或神社祈祷，祈求逝去亲人的安宁，并为他们献上香烛和鲜花。在这些寺庙和神社，我感受到了一种庄严肃穆的氛围，人们神情庄重而虔诚。这让我想起了中国人在清明节期间对祖先的敬仰和崇拜，确实我们民族间在尊敬和热爱自己的传统文化上存在着相似之处。

最后，参与日本清明节的体验让我对家人的重要性有了更深刻的认识。虽然我们每天都很忙碌，但是我们不能忘记对亲人的关心和思念。清明节是一个提醒我重新反思和欣赏家庭关系重要性的时刻。这个节日教会我重新审视自己的生活，并感慨万分。

总而言之，参与日语清明节的体验让我的视野得到了开阔，让我更加深入了解了日本人对传统的尊重和家庭的珍视。通过观察和体验这个节日，我更加理解了亲人的珍贵和传统文化的重要性。这次经历不仅让我对日本文化产生了浓厚的兴趣，也促使我更加珍惜我自己的家人和文化传统。我希望未来能有更多的机会去日本感受和学习他们的文化。

清明节研学收获篇四

清明，每年4月5日，中国传统节日。我们口中的清明是经常是泛指节日，其实清明不但是节日也是节气，那么清明节和清明节气是同一个概念吗?接下来跟本站小编一起来了解一下吧。

其实清明节和清明节气是同一天。但是这也一说是相辅相成的两个名词。清明节气是二十四节气之一。根据气温、物候方面来划分的，有指导农事的作用。而清明节是祭祖扫墓的传统佳节，清明节习俗颇多有禁火、扫墓，还有踏青、荡秋千、踢蹴鞠、打马球、插柳等等。

清明是农历二十四节气之一，在仲春与暮春之交，也就是冬至后的108天。

中国汉族传统的清明节大约始于周代，距今已有二千五百多年的历史。清明节的名称与此时天气物候的特点有关。“清明节”的得名还源于我国农历24节气中的清明节气。冬至后第105天就是清明节气。清明节气共有15天。作为节气的清明，时间在春分之后。这时冬天已去，春意盎然，天气晴朗，四野明净，大自然处处显示出勃勃生机。用“清明”称这个时期，是再恰当不过的一个词。

清明节是中国重要的传统节日，是重要的“八节”（农历新年、元宵、清明、端午、中元、中秋、冬至和除夕）之一，一般是

在公历的4月5日；但其节期很长，有“十日前八日后”及“十日前十日后”两种说法，这近二十天内均属清明节。

清明——含有天气晴朗、空气清新明洁、逐渐转暖、草木繁茂之意。公历每年大约4月5日为清明。

清明节的名称与此时天气物候的特点有关。西汉时期的《淮南子·天文训》中说：“春分后十五日，斗指乙，则清明风至。”“清明风”即清爽明净之风。《岁时百问》则说“万物生长此时，皆清洁而明净。故谓之清明。”虽然作为节日的清明在唐朝才形成，但作为时序标志的清明节气早已被古人所认识，汉代已有了明确的记载。

清明节的起源，据传始于古代帝王将相“墓祭”之礼，后来民间亦相仿效，于此日祭祖扫墓，历代沿袭而成为中华民族一种固定的风俗。本来，寒食节与清明节是两个不同的节日，到了唐朝，将祭拜扫墓的日子定为寒食节。

清明既是节气又是节日，古时也叫三月节，有20xx多年历史。“万物生长此时，皆清洁而明净。故谓之清明。”清明节后雨水增多，万物由阴转阳，吐故纳新，一派春和景明之象。

燕子来时春社；梨花落后清明。

三月光阴槐火换；二分消息杏花知。

清风习习催袂绿；明月悠悠映麦黄。

九陌芳菲莺自哄；万家车马雨初晴。

相逢马上纷桃雨；喜见村前闹杏花。

小满平畴欣雨足；清明胜地惠风和。

睹物思亲常入梦；训言在耳犹铭心。

杨柳旅旗春色晓；海棠时节曙光新。

一局围棋，今日几乎忘谷雨；两朝领袖，他年何以别清明？

清风有意难留我；明月无心自照人。

言传身教心清稚；取义成仁志明达。

清揍驱寇，虎威昭垂卢沟月；明志尽忠，鹃声啼破锦江春。

清明节研学收获篇五

思念久了，便能感动天，雨丝纷纷，行人欲断魂。清明时节——让人忧伤淡淡的一抹静谧，这一天，酒入愁肠思故人，清明雨纷纷。

清明节了，晚上莫名电话别接，陌生人要躲开，一个人别独行，早点上床睡觉，别疑神疑鬼，只要不做亏心事，把我的短信回，我和神鬼都欣慰！

清明时节雨纷飞，思念浓浓泪儿飞，烦恼忧愁在放飞，关怀问候在乱飞；祝福话语要放飞，快乐好运到处飞，精彩生活在腾飞，美好未来要起飞！

经历过生离死别的人，更懂得爱和珍惜。所以，我们活着的人，都要好好善待和把握与人相处的日子，让生命不再留下遗憾！

清明时节雨纷纷，祭先祖关心亲人。这个世界，爱情可同甘共苦，却固守不了平淡；友情经得起平淡，却经不起苦难。唯有亲情，两者兼得，清明节快乐！

纷纷雨滴，点点思念，丝丝牵挂，一点忧愁，一抹感伤，却上心头。风淡雨轻思故人，清明雨上泪痕痕。愁断泪满襟，清明雨纷纷。

用通达的心对待生命，对待生活；用快乐的心感染生命，感染生活；用感恩的心感激生命，感激生活。清明节，关爱生命，开心生活，祝大家节日快乐！

清明里总有一些花开，这些意象世界里清醇而多愁的花儿，一睁开眼睛和关闭视野都要流泪；也许这雨正是我无尽的伤悲的一场宣泄，宣泄后，一切都好。

一年一年的清明，一年一年的牵挂，一次一次的想念，一分一秒的记忆。不会忘记，也不会离去，为了身边的，离去的，好好努力，好好珍惜。

清明雨是我的泪水，清明的风筝是我的思念；就让风筝飞向天堂，它会带着我的思念温暖你的灵魂；就让雨水回归故土，它会带着我的祝福滋润你的心田！

必再感慨世事无常、人生苦短；曾经真正爱过，生命便不存在遗憾；即使是天涯地角、即使相隔着无法跨越的横沟，只要心中有爱，生活就有明天。

复苏万物迎清明，缅怀故人祭清明，珍爱生命言清明，生死并置真清明。知道吗？这才是清明节的人文精神：一纪念感恩，缅怀故人；二维护新生！

清明时节来踏青，赏花观景好心情；植树成林好遮荫，美化环境一份力；寒食日里吃鸡蛋，破壳重生好前景；清明节里放风筝，赶走晦气来好运！

生命是个很脆弱的东西，一瞬间可以改变很多东西。矛盾也好，争执也罢，学会放开胸怀，你会过得更加快乐。朋友是

永远的，好好珍惜。

拔净一片乱草，摆下几杯冷酒，烧上一把纸钱；风雨愁煞人，杯土带愁，杂草含烟，竟无言以对，唯有心底弥满幽幽的愁绪和淡淡的哀愁！

清明节短信：

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

清明节研学收获篇六

清明节是中国传统的重要节日，有着悠久的历史和丰富的文化内涵。作为学习日语的学生，在学习过程中，有幸了解到了日本的清明节。清明节虽然是中国的节日，然而在日本也有着自己独特的方式来纪念这一节日。通过学习和体验，我们不仅了解到了日本文化的独特之处，更深刻地体会到了清明节的重要意义。

首先，我们了解到了日本人在清明节期间会亲手为故人扫墓。在中国，扫墓是清明节最重要的活动之一，而在日本也有类似的方式来表达对逝者的怀念之情。日本人会在清明节期间

亲自前往墓地，清理墓地和上供。这一点与中国的方式非常相似，体现了对故人的尊敬和怀念之情。通过亲身参与这一活动，我们感受到了日本人对故人的深深思念，也加深了对亲情的珍视。

其次，我们了解到了日本人在清明节期间会举行盂兰盆会。在中国，盂兰盆会是传统的纪念祖先的活动，而在日本也有类似的传统。在盂兰盆会期间，日本人会在家中或寺庙里放置小火炬，代表着亡灵的灵魂。他们会给亡灵准备食物和水，以表示对他们的关怀和尊重。通过参与这一传统活动，我们更深刻地了解到了日本人对祖先的敬重和对生死的思考。

同时，我们也了解到了日本人在清明节期间如何欣赏赏花赏景。清明时节，日本的樱花盛开，成为了一幅美丽的风景。与中国的赏花活动相似，日本人会踏青欣赏樱花，与家人和朋友一起共度清明节。这让我深深地感受到了春天的美好与希望。同时，也增进了我对日本文化的了解和对自然的热爱。

此外，我们还了解到了日本人在清明节期间持续着一种传统，就是喝冷蔬菜汤。这是因为冷蔬菜汤被认为具有清热解毒、保健的作用，能让人在春天的换季期间保持健康。通过品尝这一传统食物，我们不仅感受到了日本人对健康的重视，也明白了清明节与养生的联系。

最后，通过学习和体验，我们对清明节有了更深入的了解，也加深了对日本文化的认识。清明节不仅是一个纪念逝去的亲人的节日，更是一个反思生死、珍惜亲情和保持健康的节日。作为日语学习者，在学习过程中不仅要学习语言知识，更要了解文化背景，这样才能更好地学习和运用日语。

综上所述，通过对日本的清明节的学习和体验，我们不仅对日本文化有了更深入的了解，更体会到了清明节的重要意义。清明节不仅是纪念故人的节日，更是一个思考生死、珍视亲情和保持健康的时刻。在今后的学习和生活中，我们应该更

加珍惜亲情，关注健康，并且在学习中积极地了解和尊重其他国家的文化。通过这样的努力，我们才能更好地了解世界，拥有更广阔的视野和更深刻的人生体验。

清明节研学收获篇七

清明节是中国的传统节日，是为了纪念已故亲人和祭拜先祖。然而，作为一名学习日语的学生，我有幸在日本体验到了日本人对于清明节的庆祝和追思方式。在这个特殊的日子，我能深切感受到日本人对于亲人的珍惜和追思之情，同时也让我对于传统节日有了更深入的了解和思考。

首先，我注意到清明节在日本被称为“せいぼ”（せいぶ）。与中国的清明节不同，日本的清明节并没有固定的日期，而是在每年4月的某一天，通常是4月5日或6日进行。日本人在这一天会前往墓地，清扫墓地，为已故的亲人献上鲜花、食物以及其他礼品。在我参观的一个传统墓地中，我看到了许多家庭一同前往，他们认真地清理着墓碑，并进行着祭拜仪式。这让我感受到了日本人对于亲人的敬重以及对于家庭纽带的重视。

其次，我还参加了一个由当地社区组织的追思仪式。仪式开始前，主持人向大家介绍了清明节的来历和意义。他解释说，清明节是为了追忆逝去的亲人，祭拜先祖，也是一个表达对生命的尊敬和感激之时。在仪式的过程中，大家一起吟诵经文，献上香火，并互相安慰和祈祷。这个仪式让我感受到了一种安静、庄重和平和的氛围，同时也让我思考生命的意义和价值。

另外，我在一家寺庙的清明节活动中还见到了一种特别的仪式——放风筝。据解释，放风筝是为了将祈祷之意送上天空，希望逝去的亲人能够得到宁静和幸福。我看着一群孩子和他们的家长们在寺庙院子里放飞着各式各样的风筝，看着它们在蓝天中飞舞，展现出五彩斑斓的美丽。这个瞬间让我感受

到了生命的轻松和自由，同时也让我对于生命的脆弱和可贵有了更深的认识。

最后，我还在一个逝去者纪念馆中参观了一个特别的展览，展示了日本清明节的历史和传统。我看到了很多有关清明节的资料和照片，了解了更多有关清明节的故事和习俗。在展览中，我还看到了人们写下自己思念亲人的心愿和祝福，并把它们贴在一面特制的墙上。这令我想到了自己的家人和亲人，也深刻体会到了生命的脆弱和短暂，对于珍惜和爱护身边的人的重要性有了更加深入的思考。

通过这次体验，我对于清明节以及传统节日的意义有了更深入的理解。不同于中国的清明节，日本的清明节更注重个人的内心追思和家族的感情纽带。我深深感受到了日本人对于生命的珍视和对于亲人的怀念之情。同时，这也让我对于自己的生活有了更多的思考，更加珍惜身边的人和所拥有的一切。我相信，在将来的日子里，无论身处何地，我都会继续尊重和传承这种追思和敬重亲人的传统，把更多的爱和感恩传递给周围的人。