

2023年大学冬至包饺子心得体会(汇总8篇)

实习心得的写作应该结合实际体验和理论知识，既要注重个人感悟，又要符合专业要求。下面是一些经典的军训心得案例，仅供参考，希望能对大家的写作有所帮助。

大学冬至包饺子心得体会篇一

时间□20xx年12月22日(冬至)，晚上7：00—9：00

地点：暂定食堂三楼南侧

冬至节亦称冬节、交冬，我国北方历来有包饺子的习俗，为了让大家能够真正过上冬至节，我们特别举行这次冬至聚会。

1、包饺子教学

大概时长：20分钟

鉴于有些同学不会包饺子，也为了能够让每位同学都能亲自动手参加这次活动，特设此活动。

现在需要资深“教师”三名，在活动当天为大家展示如何包饺子，想学的可以自己动手，三位“教师”要手把手教，确保每个想学的同学都能学会。

所以现在就需要各位“行家”踊跃报名！

2、包饺子比赛

大概时长：40分钟

简单规则：一男一女为一组，二人合作包饺子，组数不限。每组包20个饺子，由三位“美食评论家”进行打分，胜出的一组将有丰厚的奖励。

评分标准(仅供参考)：速度快(40分)，饺子美观(40分)，两人配合默契、花样多(20分)

前期准备：需要统计大家谁会包饺子，并随即分组，还有三位“评委”也要经过选拔。

3、文艺表演

大概时长：40分钟

在饺子包完之后，中间有一段时间要等饺子煮熟，这段时间内进行文艺表演，比如相声、歌舞、舞蹈等，务必使现场气氛活跃起来。

前期准备：由文艺委员负责鼓励大家积极展示才能并做好统计，最后交给班长，以便安排时间。

1、饺子馅、面，盘子等

2、“评委”、“参赛者”、“教师”人员报名及选择

3、现场照相、录像、录音，以及音乐的播放等

4、现场文艺表演者报名及统计——文艺委员们

5、活动期间饮料、零食以及娱乐工具等，外加比赛奖品

物品及事项

大学冬至包饺子心得体会篇二

开心包饺子，快乐过冬至

二、活动目的

- 1、了解中国传统食品——饺子的来历，通过动手实践，掌握包饺子的程序和技巧，提高生活的能力，体验劳动的快乐。
- 2、通过活动，促进同学间的沟通交流，增进同学们之间的友谊，增强班级的凝聚力，培养同学们的团体协作精神。

三、活动时间

12月xx号上午10点开始，2个小时左右。

四、活动对象

4——6年级学生

五、活动地点

四、五、六年级教室

六、活动准备

- 1、知识储备：事先布置学生上网查阅，查看书籍，或请教长辈，了解有关饺子的知识。知道饺子的历史、饺子馅要哪些原料和调料以及如何搭配的、饺子是如何包的，面皮是如何擀的，怎么样煮饺子的。知道包饺子必须带的物品。
- 2、人员分工：根据学生的人数，分成4—6个小组，每组8人。选拔组织能力强的学生担任组长，协调小组之间人员的分工。(1人搓面，1揪面块，2人擀皮，4人包)

3、准备材料：（发动同学带）

*饺子馅、活好的面、少量面粉、围裙、袖头

*面板、擀面杖、盛馅的盘、筷子或小勺子、拍子(放饺子)

*电磁炉、平底锅、笊篱、大勺子、碗、筷子

*蒜泥、醋、香菜、紫菜、香油、辣椒酱等

七、活动程序

1、通过校园广播向学生自我介绍有关冬至的`来历、习俗等知识。

2、以班为单位一，由各班老师向学生演示、介绍饺子的制作过程。着重强调几个技巧性的问题：(1)擀皮要中间厚，边薄。(2)馅不可放太多。(3)饺子边要捏紧，不露馅。

3、各小组开始包饺子，并比一比哪一组包得好，包得多，合作得好。教师巡视指导。

4、煮饺子、品尝饺子。

5、谈体会，撰写此次活动的心得感想。

八、活动要求

1、组织有序、安全第一。整个活动过程，教师要做好班级安全工作，要求学生做到不大声喧哗，不自由走动。

2、活动结束后，教室卫生打扫干净。

大学冬至包饺子心得体会篇三

时间□xx年12月22日(冬至)，晚上7：00—9：00

地点：暂定食堂三楼南侧(注□xx之前提过意见说可以在地铁站附近租一间房子，就一晚上，不会很贵。但考虑到由于是晚上，回来会很迟，不怎么安全，而且天气还特别冷，我个人认为不怎么可行，不知各位还有什么其他建议)

2、活动目的

冬至节亦称冬节、交冬，我国北方历来有包饺子的习俗，为了让大家能够真正过上冬至节，我们特别举行这次冬至聚会。

3、活动流程及任务分工

1、包饺子教学

大概时长：20分钟

鉴于有些同学不会包饺子，也为了能够让每位同学都能亲自动手参加这次活动，特设此活动。

现在需要资深“教师”三名，在活动当天为大家展示如何包饺子，想学的可以自己动手，三位“教师”要手把手教，确保每个想学的同学都能学会。

所以现在就需要各位“行家”踊跃报名!

2、包饺子比赛

大概时长：40分钟

简单规则：一男一女为一组，二人合作包饺子，组数不限。

每组包20个饺子，由三位“美食评论家”进行打分，胜出的一组将有丰厚的奖励。

评分标准(仅供参考)：速度快(40分)，饺子美观(40分)，两人配合默契、花样多(20分)

大学冬至包饺子心得体会篇四

前言：冬至时节吃饺子是中国许多地方的传统习俗，在今年冬至举办的“冬至阳生春又来”包饺子活动，通过包饺子比赛等一系列活动，让同学感受到节日的温暖，缓解思乡之情，并借此机会弘扬我国“包饺子”这一传统的饮食文化。

一、活动名称：

山东传媒职业学院“冬至阳生春又来”四大组织包饺子活动

二、活动宗旨：

丰富学院各组织成员的课余生活，加强各组织之间的合作、沟通能力，增强各成员的默契及感情。

三、活动主题：

夜常相伴欢乐声，饺子暖进心头寒

四、活动目的：

3、我们学院各组织永远是一家人，相亲相爱的一家人。

五、活动理念：

以饺交心，团结共进

六、活动时间：

20_年12月21号(冬至)17:00

七、活动地点：

大学生活动中心(餐厅三楼)

八、活动对象：

山东传媒职业学院学生会、院社团联合会、青年志愿者协会、青春杂志社全体成员

九、主办单位：

山东传媒职业学院院团委

十、指导老师：

王方老师

十一、活动内容及流程

活动内容：包饺子比赛(主要活动)

知识问答

游戏环节

吃饺子比赛

包饺子创意赛

猜谜语得惊喜等各种小游戏，可临场发挥，穿插在主活动中进行。(各活动的时间视活动进程而定)。

活动进程：前期准备：

1、(1)12月19号之前确定参加活动的人员名单，并相应地收取一定费用(初定每人十元)

(2)12月20号之前与餐厅相关人员协商活动的相关事宜。(面、馅、工具和价钱等)

(3)准备好活动所需的物品(例如枣、花生、保鲜膜等)

(4)邀请院团委老师共同参加

2、外联部负责拉活动的赞助

3、宣传部负责海报的设计及张贴，并做好相应宣传工作

4、设备部负责活动期间的拍照等工作

2、活动过程：

(1)所有参加活动人员12月21号16:00到达场地进行准备工作

(2)17:00活动正式开始

(3)话剧表演(饺子的来源)

(4)擀饺子皮比赛。各组织推选两命成员参加比赛，在两分钟的时限内谁完成的数量最多为获胜，按照数量的多少各组织可以优先选择包饺子的工具(筷子、勺子、叉子)

(5)来个家乡话接龙。从第一组开始每人说一句家乡话，下一个人接着说如果说错或者听不懂就让上一个人在饺子里加点佐料并且要包的别人看不出来差别。

(6)包饺子比赛

包饺子，趣味无穷

每个部门选出5人，每个人洗好手后，站到各自地盘，主持人宣布开始后，各组成员方可包饺子。按每人20个计算，哪个部门先包好，组长向主持人报告。

计分方法：第一名的组，加上50分，第二名的组加上40分，第三名的组加上30分，依此给各名次的组计分。

(7)游戏环节。

(8)比赛吃饺子环节。、饺子熟后，大家一起分享美味，并进行吃饺子比赛，在规定的时间内谁哪位同学吃得最多就获胜，评选出吃得最快的两人。

(9)活动结束，全体合影留念

十二、各部门任务分配

1、总指挥：主席团

2、财务部：活动前：汇总各部门参加活动的人员所缴纳的费用，进行资金预算，购买活动所需物品(枣、花生、保鲜膜、饮料、纸杯、气球等)

活动中：给各部门分发饮料等，保管气球等活动物品

3、策划部：负责活动的策划以及各部门的工作分配

4、外联部：与餐厅相关工作人员的协商活动的事宜(面、馅、工具和价钱等)

5、宣传部：配合各部门完成工作任务

6、礼仪部：活动时所需物品的摆放及设置

7、组织部：活动场地的布置，活动所需桌椅的准备

8、办公室：负责确定参加活动的人员名单，联系各组织负责人

9、设备部：准备好照相设备，随时在活动中进行拍照和摄影。

10、活动经费预算：

面、饺子馅500元

枣_4袋30元

花生_4袋25元

总共555元

大学冬至包饺子心得体会篇五

前言：冬至时节吃饺子是中国许多地方的传统习俗，在今年冬至举办的“冬至阳生春又来”包饺子活动，通过包饺子比赛等一系列活动，让同学感受到节日的温暖，缓解思乡之情，并借此机会弘扬我国“包饺子”这一传统的饮食文化。

山东传媒职业学院“冬至阳生春又来”四大组织包饺子活动

丰富学院各组织成员的课余生活，加强各组织之间的合作、沟通能力，增强各成员的默契及感情。

夜常相伴欢乐声，饺子暖进心头寒

3、我们学院各组织永远是一家人，相亲相爱的一家人。

以饺交心，团结共进

20xx年12月21号(冬至)17:00

大学生活动中心(餐厅三楼)

山东传媒职业学院学生会、院社团联合会、青年志愿者协会、青春杂志社全体成员

山东传媒职业学院院团委

王方老师

活动内容：包饺子比赛(主要活动)

知识问答

游戏环节

吃饺子比赛

包饺子创意赛

猜谜语得惊喜等各种小游戏，可临场发挥，穿插在主活动中进行。(各活动的时间视活动进程而定)。

活动进程：前期准备：

1、(1)12月19号之前确定参加活动的人员名单，并相应地收取一定费用(初定每人十元)

(2)12月20号之前与餐厅相关人员协商活动的相关事宜。(面、馅、工具和价钱等)

(3)准备好活动所需的物品(例如枣、花生、保鲜膜等)

(4)邀请院团委老师共同参加

2、外联部负责拉活动的赞助

3、宣传部负责海报的设计及张贴，并做好相应宣传工作

4、设备部负责活动期间的拍照等工作

2、活动过程：

(1)所有参加活动人员12月21号16:00到达场地进行准备工作

(2)17:00活动正式开始

(3)话剧表演(饺子的来源)

(4)擀饺子皮比赛。各组织推选两命成员参加比赛，在两分钟的时限内谁完成的数量最多为获胜，按照数量的多少各组织可以优先选择包饺子工具(筷子、勺子、叉子)

(5)来个家乡话接龙。从第一组开始每人说一句家乡话，下一个人接着说如果说错或者听不懂就让上一个人在饺子里加点佐料并且要包的别人看不出来差别。

(6)包饺子比赛

包饺子，趣味无穷

每个部门选出5人，每个人洗好手后，站到各自地盘，主持人宣布开始后，各组成员方可包饺子。按每人20个计算，哪个部门先包好，组长向主持人报告。

计分方法：第一名的组，加上50分，第二名的组加上40分，第三名的组加上30分，依此给各名次的组计分。

(7)游戏环节。

(8)比赛吃饺子环节。、饺子熟后，大家一起分享美味，并进行吃饺子比赛，在规定的时间内谁哪位同学吃得最多就获胜，

评选出吃得最快的两人。

(9) 活动结束，全体合影留念

1、总指挥：主席团

2、财务部：活动前：汇总各部门参加活动的人员所缴纳的费用，进行资金预算，购买活动所需物品(枣、花生、保鲜膜、饮料、纸杯、气球等)

活动中：给各部门分发饮料等，保管气球等活动物品

3、策划部：负责活动的策划以及各部门的工作分配

4、外联部：与餐厅相关工作人员的协商活动的事宜(面、馅、工具和价钱等)

5、宣传部：配合各部门完成工作任务

6、礼仪部：活动时所需物品的摆放及设置

7、组织部：活动场地的布置，活动所需桌椅的准备

8、办公室：负责确定参加活动的人员名单，联系各组织负责人

9、设备部：准备好照相设备，随时在活动中进行拍照和摄影。

10、活动经费预算：面、饺子馅500元，枣*4袋30元，花生*4袋25元

总共555元

大学冬至包饺子心得体会篇六

冬至，我们在一起

二、活动背景

为进一步弘扬民俗文化，继承传统习俗，享受健康娱乐，彰显传统文化魅力。在这充满激情的十二月份，冬至节的步伐慢慢迈近，这正是我们举行活动的好时期，也是我们展示自己，锻炼自己综合能力的大好时机。而作为新时代的代言人，高中生总是洋溢着青春的活力、充满着狂热的激情，对新奇的活动必定会踊跃参加。这也是为了展示高中生的青春风采，增进思想交流，繁荣校园饮食文化，拓宽同学们的兴趣爱好。同时，借冬至佳节、圣诞气氛、元旦喜气以师生包饺子的方式，在动手中共创和谐，在和谐中品味欢乐，在欢乐中放飞梦想，为我们一起走过的风风雨雨、携手创造的每一次成功画上一个圆满的句号。

三、活动目的

- 1、冬至时节“吃饺子”是中国许多地方的传统习俗。在今年冬至到来之际（12月22日）举办“第二届饺子文化节”活动，围绕冬至节日书画展、包饺子比赛一系列活动，让同学感觉到节日的温暖，并借此活动弘扬我国的传统饮食文化——包饺子。给学生讲解“冬至”的含义。
- 2、借此机会，促进师生间的沟通交流，增进师生之间、同学之间的友情，增强全体师生的凝聚力，培养同学们的团体协作精神。
- 3、临近期末，也借此机会放松心情，缓解压力，让大家用轻松的心态，来对待即将到来的考试。
- 4、以“丰富同学生活，增进师生之间感情”为宗旨，使我们

的精神更加饱满，让同学们更好体验到从制作到品尝“饺子”这一传统美食的全过程。品尝饺子是为了品尝那含在饺子里的优秀传统文化的味道。

四、活动时间

20xx年12月21日（星期三）上午9：30—11：30预计时长2小时。

五、活动地点

餐厅（一楼：高三年级、高二年级。二楼：高一年级）

六、活动内容及流程

活动内容：包饺子（提前准备好几枚洗干净的硬币，需找福饺子，最后合影留念。注意别吃到肚子里！！！）、煮饺子、吃饺子、包饺子比赛、敬老师吃饺子（第一碗饺子献给老师们，学生齐声喊：老师，你们辛苦了！请您吃饺子！）。

游戏环节：包饺子比赛（质量）将学生分组，用准备好的馅料和饺子皮进行包饺子比赛。

判定标准1：在规定的时间内，看谁包的最多。饺子数量一个一分，质量不过关的饺子不计分，记录各组得分情况，得分最高为胜。

判定标准2：每小组选出5个饺子进行评比，看哪些饺子最好看美观，最有创意，评出手最巧的小组和个人，用饺子摆造型，并合影留念（注意收集素材）。

七、前期准备

1、班主任宣传：关于冬至的由来（文字、视频）

横幅标语宣传：今日冬至饺子明日三高骄子

温暖冬日

百饺盛宴

冬至冬至祝我福祉

冬至吃饺学习学好

（办公室柴彬负责，挂在餐厅，餐厅电子屏能用更好）

2、摄像、电视台录像制作宣传。（张霖负责摄影、顾校长联系电视台）

3、各班老师做好安全讲解和发动工作。

（1）以班级为单位包饺子，班主任老师把学生分成若干组进行，人员分工有班主任老师分配，根据实际情况，年级主任把老师分到班级（必须参加）。

（2）要求学生以组为单位，物品有：拌好的饺子馅、和好的面团、面粉，锅排4—6个（也叫盖排，放饺子用的）、擀面杖（若干）、案板6个、勺子、围裙，袖头，口罩等（班级自备）。（注：老师把所带物品提前分给有条件的学生，提前和家长进行沟通，周二下午5：00前送到学校）

（3）活动期间播放音乐，烘托气氛（年级主任准备音响设备）。

4、学校提供面粉及和好的饺子面和拌好的饺子馅。（学校餐厅提供）

5、保持好班级所在区域的卫生，注意安全（刀具）。

活动期间不能任意涂抹面粉，吃饱不乱倒，杜绝浪费。

八、老师人员安排

班主任和配班教师

九、其它

- 1、安全教育、节俭教育（工具的使用）
- 2、学生带厨具要和家长沟通，征得家长同意和配合。
- 3、注意个人卫生（提前香皂净手）。
- 4、横幅内容：热烈祝贺“冬至，我们在一起”活动圆满成功！（餐厅门口悬挂）

一、教学目标：

- 1、能够了解中华民族传统节日冬至的由来；
- 2、通过这次活动，培养学生的合作精神，领略传统文化的无穷魅力；
- 3、让学生懂得去珍惜与家人团聚的时间，以实际行动减轻父母的负担。

二、活动过程

（一）谈话导入

- 1、知道今天是什么节日吗？（冬至）
- 2、介绍“冬至”的字源

(1) 会意字。甲骨文表示丝绳的终结，是“终”的本字。金文将丝结简化为点；或另加义符日，表示一年时日的终结，当然是冬季了。篆文省去日另加义符，表示年末结冰的季节，以突出冬季。

冬，四时尽也。—《说文》无冬无夏。—《诗·陈风》

(2) 最后，最终。

(二) 介绍冬至小知识

1、你对冬至有哪些了解？

2、教师介绍冬至相关知识

(1) 认识冬至

(2) 冬至的起源

(3) 冬至为什么吃饺子？

3、了解古代人如何过冬至？（祭祀活动；食的活动；礼的活动；娱的活动）

4、了解冬至食品，北方和南方冬至的不同习俗。

(三) 冬至注意事项：（1、注意防寒保暖。2、合理调节饮食起居，不酗酒、不吸烟，不过度劳累。3、保持良好的心境。4、进行适当的御寒锻炼）

(四) 交流：每年你和家人是如何过冬至的？你有哪些感受？

(五) 作业

1、体验：跟家长学会做馄饨或水饺，感受冬至节的喜庆，增

强学生动手的能力。

2、讲述：给弟弟妹妹讲述有关冬至的传说和习俗。

大学冬至包饺子心得体会篇七

冬至大雪飘满地，片片都是我心意，接下来小编为大家带来冬至包饺子活动策划方案，希望对你有帮助。

活动主题：庆冬至迎双节

活动宗旨：庆祝冬至和圣诞节的到来，展现周口职业技术学院11级财经系活跃精神的一面

活动主办单位：周口职业技术学院财经系纪律部

活动时间：xx年4月22日晚自习期间

活动地点：周口职业技术学院11级财经系各班教室

活动要求：

(1)本次活动要求财经系各班同学们都能够积极参与，体会活动给大家带来的乐趣。

(2)各班班委与本次活动负责人应相互合作，相互配合，共同为本次活动做好充分的准备，同时能够积极才与本次活动主题内容，为班级起好带头作用。

(3)其次各班的活动负责人应该在班里征求每位同学的建议，由活动策划人将每位同学的意见进一步整理，制成活动策划书。

(4)活动尽可能地代表班级每位同学的意愿，尽最大的可能让

每位同学都能够从活动中有所收获，有所感悟，从而让每一位同学都得到最大的满意。

活动目的：

(1)在万物懒散的冬季里举办此次活动，为了能够扬起同学们的激情，活跃财经系同学们地气氛。

(2)举办此次活动，为了增强各班同学们的凝聚力，团结力。让同学们在学校在班级里也能感受到家的温暖和温馨。

(3)举办此次活动亦能够提高同学们对节日，对生活的热情，丰富我们的校园生活，进而调动起同学们对学习的热情和积极性。

(1)庆祝冬至的到来，各班同学在班里自己动手包饺子，冬至日吃饺子是中华民族优良的传统习俗，在班级里进行包饺子，同学们一起吃大家共同包好的饺子享受其中的乐趣，感受学校的温暖。

(2)随着冬至和圣诞节的到来，各班组织庆双节节目，要求各班同学都积极参与其中，一起欢度双节。(节目不限，可以在班里唱自己喜欢的歌，讲自己喜欢的故事，展现自己的才艺等等~)

(3)在节目表演娱乐之际，班级同学可以自制圣诞贺卡，互相赠送，共同感受圣诞节带来的欢乐之情。

(4)在班级同学共同庆祝双节之时，别忘了邀请导员和老师共同参与其中。在班里可以请各位老师品尝自己班同学包的饺子，并赠送老师们节日礼物，同时送给老师们最真诚的祝福。

(5)在包饺子制贺卡的同时别忘了评选一下呦!各班可以评出

饺子包的最好最多，贺卡制的最精致最漂亮的给予其表扬或奖励其节日小礼品，并同时选出较差的，活动后的家务就有他(她)们担任主角了，嘿嘿。

(6)如果各班有兴趣也可以到邻班一起拉节目，娱乐，互相分享自己班的节日欢乐之情，活跃活动气氛。

大学冬至包饺子心得体会篇八

冬至，在xx有吃冬至团的习俗，俗话说：“冬至大如年”，每年的这个时候，家家户户都有做冬至团的习惯□xx人忙着磨粉做冬至团，以豆沙、雪菜冬笋豆干、萝卜丝等为馅，供节日食用或馈赠亲友，亦有庆丰收、祝团圆的意思。做为地地道道的xx人，应该将这种具有地方特色的文化传承下去。

1. 观察图片，了解冬至团的基本做法，知道冬至家乡有吃冬至团的习俗。
2. 通过动手制作冬至团，体验做冬至团的乐趣。
3. 一起品尝冬至团，知道吃了冬至团，又大一岁了。

xx年12月xx日上午。

快乐冬至

(一)参与对象：大一班全体幼儿、老师和阿姨、何萌奶奶、陆以彦奶奶、吴若妍奶奶、蒋贻婷奶奶、金诗琪奶奶。

(二)活动准备：

- 1、和厨房沟通好，准备蒸米粉。

2、米粉12斤、丰富的馅料（豆沙馅、萝卜丝馅、咸菜豆干冬笋馅）。

3、粽叶若干、双喜红印两枚、纱布若干、缸盆一个，小托盘若干。

（三）活动过程：

一．通过ppt了解冬至团的基本做法。

1. 这是什么？冬至团长得什么样子的？

2. 小结：冬至团长的圆圆的，扁扁的，上面有双喜的红印，有的冬至团上有一个小小的红印，有的没有红印，那是为了区分它的味道。

3. 了解冬至团的制作过程：轧稻、轧粉、揉生粉做胚子、在大xx的土灶头上蒸米粉、起锅做面皮、将馅放入米粉中、打印。

二．通过奶奶们的`示范，知道冬至团的制作方法，激发制作的乐趣。

我们一起看看奶奶是怎么做的？（幼儿观察）

三．幼儿制作冬至团。

1. 我们一起来做吧！

2. 帮助有困难的孩子。

3. 打印完工。