

最新清明节踏青 春节踏青心得体会(优秀8篇)

运动会是展示个人才华和团队精神的舞台，让我们一起争夺荣耀吧！提前进行有计划的训练，科学运动才能更好地发挥实力。来欣赏一下这些创意十足的运动会宣传文案和海报设计吧！

清明节踏青篇一

春节是中国最重要的传统节日之一，也是华人世界内最隆重的节日。而在春节期间，踏青已经成为了人们欢度新春的一项传统活动。踏青是指人们在春节期间走出家门，到郊外野外游玩的行为。在这个热闹非凡的节日里，人们纷纷踏上踏青的旅途，享受春天的气息，感受大自然的生机盎然。在这篇文章中，我将分享我自己的春节踏青心得体会。

首先，春节踏青是一次与家人团聚和放松的好机会。在忙碌的生活中，很多人很难有时间与家人共度时光。然而，在春节期间，踏青成为了一个让家人聚在一起的最佳机会。我记得去年春节，我和家人一起踏青，在郊外的公园中游玩，野餐，玩耍。我们一起欣赏花朵的绽放，呼吸新鲜空气，感受阳光的温暖。这样的时刻让我觉得和家人之间的亲密感更加增强，也为我们之间的关系注入了新的活力。

其次，春节踏青是一次放松心情和减压的好方式。在繁忙的工作和生活压力下，人们经常感到疲惫和焦虑。然而，踏青可以帮助我们远离城市的喧嚣，走进大自然的怀抱，放松紧张的神经。在春节踏青中，我可以悠闲地漫步在郊野间，享受宁静的氛围，听着鸟鸣声，在湖边散步，看鱼儿嬉戏。这些美好的景色让我迅速忘记了一切烦恼，让我感到心灵的宁静。

第三，春节踏青是一次欣赏大自然美景的绝佳机会。春天是大自然苏醒的季节，到处都是鲜花盛开，万物复苏。在春节踏青中，我看到了最美丽的春花。五彩斑斓的桃花，娇艳欲滴的杜鹃花，香气扑鼻的水仙花……观赏这些美景，让我感到人与自然的和谐共生。我还遇到了一群可爱的小鸟，它们跳跃着，欢快地唱着歌，仿佛在向我打招呼。这些美丽的景色让我陶醉其中，感受到了大自然的魅力。

第四，春节踏青是一次锻炼身体和增强体质的好机会。踏青不仅可以享受大自然的美景，还可以增强身体的健康。在春节期间，我会选择一些具有挑战性的活动，例如徒步旅行、攀岩等。这样可以锻炼我的体能和耐力，让我有更多的精力和活力来迎接新的一年。踏青还可以让我充分利用户外空气，让身体健康得到更好的呼吸。这样的锻炼和身体的放松，让我感到活力四溢。

最后，春节踏青让我更加珍惜身边的一切。在春节踏青中，我可以近距离地感受大自然的魅力和生机。这样的体验让我明白了生活的无穷尊贵和宝贵。当我看到鲜花的绽放、听到小鸟的歌唱、感受到阳光的温暖时，我感到无比地幸福和满足。这让我更加珍惜身边的每一个人和每一份爱，也让我更加懂得感恩，从心底里对这个美好的世界心存感激。

总的来说，春节踏青是一次非常有意义的活动。无论是与家人共度时光、放松心情、欣赏自然美景、锻炼身体还是珍惜生活，踏青都给予了我许多珍贵的体验和感悟。通过踏青，我不仅可以重新与家人团聚，也能够与大自然亲密接触，感受到它的魅力和神奇。我相信，在未来的春节，我依然会选择踏青，并且将这个传统活动传承下去。

清明节踏青篇二

今天是清明节。古人云“清明时节雨纷纷”，这天气也阴沉沉的，我们一家去慈湖。

我们走在路上，看到那坚强的小草又凭着它顽强的毅力破土而出，对于迎接春天也不甘示弱，它换上了碧绿的新衣裳，绿草中鲜花片片，有红的，有绿的，有黄的。我们又走了一段路，来到一片田野里，眼前到处是一片赏心悦目的金黄，油菜花精神抖擞的肃立着，一颗颗珍珠般的露珠滑滑梯似的在金灿灿的小花上滚来滚去……湖边，柳树的一条条杨柳辫上还有绿叶和嫩芽装饰，真是比任何女孩的头饰品还要好看。

经过了烈士陵园，我们情不自禁地走了进去。看着烈士们的坟墓，看着一个个花圈，看着纯洁的小白花，我的心中不由波涛起伏。我想了许许多多：我们今天的幸福美好生活都是由革命先烈为我们创造出来的，也是用他们的鲜血换来的。于是，我的心中起了一个念头：要继承先烈遗志，发奋学习，努力成为建设国家的栋梁。

接着，我们又去了一座山上，山上也人山人海，大家脸上都写满着怀念，看着这景象，我的心中又有了一些哀伤。希望我的长辈们都能够长命百岁，身体健康。

这次的清明节给了我更多的感触，还使我又一次了解了大自然柔美的一面，我的收获好大啊！

清明节踏青篇三

清明时节，春暖花开，万物复苏。踏青成为人们休闲娱乐的首选活动。本人于近日参与了一次清明踏青活动，深有感触。下面将从活动的选择、参与人群、乡村风光、身心放松以及传统文化传承五个方面进行阐述，给大家分享一下我的心得体会。

首先，关于活动的选择。清明期间，人们参与踏青活动的选择有很多，比如登山、郊游、拓展训练等。而我选择了徒步穿越一座名山。我觉得清明踏青应该追求的是一种与大自然亲密接触的感觉，徒步能让我更加亲近山景、风景和人文。

因此，选择了徒步穿越的方式，这也是一种锻炼身体的机会。

其次，是参与人群。参加清明踏青活动的人群非常广泛，无论老少，几乎家家户户都会参加其中。在这次踏青活动中，我见到了各种各样的人，有老人搀扶着走，有孩子跑跳玩耍，还有年轻人带着长辈踏青。大家所呈现的状态都非常放松，脸上挂着笑容，似乎把生活中的压力抛诸脑后，一起享受这美好时光。

第三，乡村风光给我留下了深刻的印象。我们选择的路线是经过一些乡村的，那里的自然风光些许原生态，还有绿树成荫的小道，小溪流水，小桥和田间的农作物。尤其是一望无际的田野，碧波荡漾的河流，让人感到无限宁静。这幅乡村风光深深地烙印在了我的心中，让我再次体验到了大自然的美妙。

第四，是放松身心。在徒步穿越的过程中，我真切地感受到了大自然的魅力。清新的空气让人身心倍感放松，微风拂面让人心旷神怡。山间的歇脚处，我们一行人停下来，四周环顾，只见群山起伏，翠竹掩映，仿佛来到了世外桃源。这种与大自然亲密接触的感觉让人忘却了繁杂的尘世，心灵得到了净化。

最后，传统文化的传承。清明节有着悠久的历史 and 深厚的文化内涵，踏青活动也是中华优秀传统文化的一部分。踏青时，我们能感受到人们对传统文化的保护和传承。许多参与踏青活动的人都会在山间祭拜祖先，向先人们表达敬意。这种传统仪式感让我觉得非常神圣庄重，也使我更加珍惜自己的根。

总而言之，清明踏青活动给了我非常难忘的体验。通过活动的选择、参与人群、乡村风光、身心放松以及传统文化的传承，我更加深刻地认识到了大自然的美丽和力量，也更加珍惜传统文化的宝贵。希望每个人都能在清明节时找到适合自己的踏青方式，感受大自然的魅力，同时也传承和发扬中华

传统文化，使这个节日更加有意义。

清明节踏青篇四

清明节到了，清明是一个好时节，伴着徐徐的春分，感受着春天的气息，在这美好的阳光里，我和几个好朋友相约一起去郊外，感受春天。

我们走进自然，倾听春一脚步，感受春的气息，欣赏春的舞蹈！

踏上软绵绵的草儿，微风吹拂，草儿们纷纷摇动身子，争先恐后地睁大好奇的眼睛欣赏这神奇而美妙的世界。我不由俯身爱怜地抚摸着草儿，它们的颜色是如此的青翠欲滴，这新鲜的嫩绿准是春——这个多彩的调色盘中最美丽的色彩！

随着阵阵峰鸣，我抬望见了几株亭亭玉立的桃树，啊，毛茸茸的嫩芽儿，伴着一朵朵明艳的笑脸，真叫人喜欢。看那桃枝，有的虬曲多姿，有的修长细柔，有的遒劲茁壮。看那桃花，有粉红的，有玫瑰红的，也有殷红的。桃花的香味各不相同。或浓或淡，淡的使人心旷神怡，浓的沁人心脾。桃花的开头各异，有的要着骨朵儿，红中透白，好似一只小铃铛，又仿佛一张羞涩的脸。有的正迎风开放，透出一股昂扬之气，别有“傲霜挺立，迎风怒放”的味道。离桃树不远，有一潭池水，池水清澈见底，微风吹过，吹皱了平静的水面，漾起了圈圈圆晕，小鸟叽叽喳喳地盘旋在水面上方，一个劲儿地照镜自赏。

郊外真是收获不小，欣赏着那一片片的美景，整个人的心情都豁然开朗，这不禁让我感叹自然风光真是无限好。

清明节踏青篇五

清明节是中国传统的节日之一，在这一天，人们通常会踏青

祭拜祖先。踏青，不仅是对先人的怀念和祭奠，更是一种放松心情，感受大自然的活动。今年的清明节，我也和家人一起踏青，不仅享受了美好的自然风光，更体会到了家人之间的亲密和温馨。以下是我对清明踏青的心得体会。

首先，踏青带给我了与大自然亲密接触的机会。城市里的我很少有机会接触大自然，忙碌的工作使我无暇顾及这些。然而，在踏青的活动中，我终于得以远离城市的喧嚣，走进了郊外的公园。春日里，万物复苏，树木抽出新芽，花朵争奇斗艳，而我也亲手触摸到了那些细腻的嫩芽，感受到了大自然的生机勃勃。空气中弥漫着微微的花香，清新而怡人，使我沉浸其中，忘却了一切的烦恼与压力。

其次，在清明踏青中，我也深刻感受到了家人之间的亲密和温馨。现如今，社会的发展使得人们的工作越来越忙碌，很少有时间和家人共度时光。而在踏青的活动中，我发现了家人之间的默契与亲近。我们一起赏花、游玩，一起品尝美食，分享快乐，让我感受到了家庭的温暖和幸福。看着年迈的父母在花丛中嬉笑，我心中充满了对家人的感激和珍惜，也更加明白了家人的重要性。

第三，清明踏青教会了我如何对待生命的珍贵。踏青的活动中，我们需要小心地保护花木，不破坏自然的和谐与平衡。我在这个过程中，深刻感受到了生命的脆弱和宝贵。这些花花草草都是大自然的恩赐，我们要学会尊重它们，保护它们。踏青时，我采摘了一枝嫩黄的柳枝，却又不忍心将它折断，最终将它放回原处。我明白了，生命是宝贵的，它们都有属于自己的生存权利。我们要学会尊重生命，保护大自然的美丽。

第四，清明踏青也对我教育了理智的消费观念。如今，人们在旅游和踏青时常常会面临过度消费的问题。然而，在清明踏青中，我意识到了理智消费的重要性。我们不必追求高档的住宿和餐饮，也并非每个角落都要留下足迹，因为这样做

既不环保，也浪费金钱。踏青活动中，我们选择环境优美的景区，选择美味的便餐，遵守规章制度，做到理智地消费。让我明白了，消费并非是为了炫耀，而是一种需求的满足。我们要尊重资源，珍惜财富。

最后，清明踏青也使我明白了生活中赏心悦目的美好是如何让人喜悦和满足的。清明踏青让我充分感受到了自然的美丽与人文的魅力。蓝天、白云、花草，美丽的风景如诗如画，让我心旷神怡。而人文的魅力也让我感到了无限的温暖与感动。看着人们为逝者祭扫，表达深深的敬意，让我领悟到了人性的善良与充满爱心。生活中充满了美好的事物，只要我们用心去感受，就能让我们的心灵更加丰盈。

通过今年的清明踏青，我收获了与大自然亲密接触的机会，感受到家人之间的亲密和温馨，明白了生命的宝贵和尊重生命的重要性，受到理智消费观念的教育，以及明白了生活中美好的事物的重要性。这次踏青之旅让我受益匪浅，不仅放松了身心，也收获了很多对生活的思考。我希望能够时常将这些体会融入到我的日常生活中，让每一天都充满美好的心情和感激的心态。

清明节踏青篇六

今天我跟同学们去沪灞生态园，我看到朱若溪带了一只小狗，小狗的名字叫朱若熊。小狗很可爱，我和它玩儿了好长时间。然后我和同学及叔叔阿姨坐上了爸爸联系的观光车游览园子。我看见了野鸭在小河里玩耍。

然后我们到达科普馆，我知道了要爱惜水源，保护动植物，随后我还跟同学们放风筝了。我觉得生态园里的景色很美丽。我玩得很开心！

离开园子后，我爸爸请大家去草滩公社吃饭，吃完饭后就回家了。今天过得真好呀！

清明节踏青篇七

我们家乡清明时节的习俗有很多，比如为去世的亲人扫墓，去野外。放假了，我和姐姐去田野里，呼吸着新鲜的空气，我非常高兴。我们看见小草已经从地里探出了头，把土地染成了星星点点的一块一块的绿色，柳树长出了新芽，快乐的摇摆着，粉红的桃花都开了，从远处望去，就像一大朵一大朵粉红色的云，美丽极了，还有春天的风吹在脸上再也不像冬天的风那样冰冷冷的，春天的风让人感到暖洋洋的，让人感到春天的温暖，清明时节去，真好。

清明节踏青篇八

春天来了，天气渐渐暖和起来，是时候踏青了。踏青不仅可以锻炼身体，也可以享受大自然的美丽和清新空气。经过一次次的踏青体验，我获得了许多有价值的心得和体会。

第一段：踏青需要做好准备

踏青时需要注意许多事项。首先，我们需要了解踏青的路线和目的地，从而选择适合的装备和衣物。其次，我们需要充足的饮食，提供能量和水分。最后，我们应该为一些意外情况做好准备，如药品、计划外的住宿等。只有在充分准备的情况下，才能真正享受踏青的乐趣。

第二段：保护环境是我们的责任

保护环境是我们每个人的责任。在踏青的过程中，我们不能随意乱扔垃圾，更不能破坏植被和野生动物。我们应该遵守规定，并积极参与环保活动。只有通过我们的努力，环境才会变得更美好。

第三段：踏青让我们更加健康

踏青是锻炼身体的好方法。它可以增强我们的耐力和体力，锻炼我们的心肺功能。同时，踏青还可以缓解我们的压力，让我们感到身心愉悦。在踏青的过程中，我们可以与自然融为一体，享受大自然的美丽和宁静。

第四段：踏青培养我们的品质

踏青可以培养我们的品质。在踏青的过程中，我们需要共同合作，在困难和挑战面前相互帮助。还需要发扬团队精神和耐心，化解分歧和冲突。这些品质对于我们的人生发展非常重要，并能在未来的职业和学习中带来帮助。

第五段：踏青让我们更加深入地了解自然

踏青可以让我们更加深入地了解自然。在踏青的过程中，我们可以观察自然景观和动植物的现象，学习自然环境的基本知识。同时，我们可以放松身心，体味大自然的美妙和神奇。这些经验和知识将会为我们以后的生活和学习带来启示。

总之，踏青不仅是一种身体和心灵上的锻炼，也是我们与大自然重新连接的方式。通过踏青，我们能够更好地了解 and 感受自然，同时成长个人的品质和能力。希望大家能够愉快地踏青，并在踏青的过程中收获更多有价值的经验和体会。