

**（“小龙人”城市少年宫活动材料）**



年 级： 二年级

项 目： 文明礼仪教育

辅导老师： 荆亚琴

2019—2020学年度第一学期

**校本课程教师考核项目一览**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 优级标准 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 |
| 记载本（每月） | 优级：每月准时上交记载本，且各栏填写详细，字迹端正，学习过程环节清晰，效果反馈实在有效；良级：需提醒方能准时上交，各栏均已填写，但不够细致完善，部分反馈漏写；合格：需再三提醒方能上交，且记载简单，提出的问题次月没能得到改进；不合格：未交。 | 优秀 | 优秀 | 优秀 | 优秀 | 优秀 |
| 课程执行（每月） | 优级：1、教师能提前三分钟进入教室，维持学生秩序；2、严格执行课程内容，不随意挪作他用；3、学习活动清晰有效，学生兴趣较高；良级：1、基本准时进教室，执行课程计划；2、课堂秩序良好，学习活动有效；合格：能执行课程计划，但学生纪律较为混乱，教师未能引起重视；不合格：迟到，或没有执行课程计划。 | 优秀 | 优秀 | 优秀 | 优秀 | 优秀 |
| 教研活动（每学期一次，由学科组组织） | 优级：1、准时参加教研活动，不拖拉；2、记载认真；3、教研活动中发言积极，且有个性的思考；良级：1、基本准时参加活动；2、活动过程较为认真，极少做与活动无关的事；合格：迟到，且活动中表现心不在焉；不合格：未参加活动，且没有事先请假。 | 优秀 | 优秀 | 优秀 | 优秀 | 优秀 |
| 书香沙龙 | 优级：按时高质量跟帖；良级：需提醒方能跟帖，质量基本符合要求；合格：需再三提醒方能跟帖，且质量一般；不合格：网络直接下载，或再三提醒后也未完成。 | 优秀 | 优秀 | 优秀 | 优秀 | 优秀 |
| 月考核总评 |  |  |  |  |  |
| 课程开发（学期） | 优级：能主动承担新的课程开发任务，且有思考，有策略；良级：没有开发新的课程，但在执行课程的过程中能有自己的思考，且主动与责任人交流；合格：只是承担了课程执行者的角色。 | 优秀 | 优秀 | 优秀 | 优秀 | 优秀 |

备注：（1）记载本和课程执行为每月月考核常规项目，其中，最后评定“优”必须是两项均为“优”，一“优”一“良”或两项均为良则月考核最后评定为“良”，只要有一项“合格”，当月月考核即为“合格”；校本课程管理和考核小组组长——许华章 副组长：荆亚琴 组员：蔡芬、徐佳、耿周霖、吴静娟、王丽。

“文明礼仪”校本课程实施方案

 人类的一切活动，是以人与人之间的相互交往为前提的。对于人来说，交往是一种生存和发展所必需的基本活动。在现实社会中，随着信息化和经济全球化的发展，我们与世界各国间的交往日趋频繁，国际往来日益重要，人们对人际交往中的礼仪更加关注。随着我们对交往礼仪重要性认识的不断加深，我校已在学科教学中加强礼仪教育渗透，学校德育组也在这方面做出了努力。但这些做法都是零散的，不能使之系统化。而作为文明交际礼仪的启蒙教育，我们重在全面系统地培养学生文明礼仪风范，使之将来无论走到哪里，都能得到人们的认同，受到人们的欢迎。再之建立和谐的人际关系，有利于打开局面，发展事业，从而推动社区以及我国社会文明的发展。也正由于开展文明交际礼仪教育具有现实的必要性与客观的前瞻性，我校决定把“文明交际礼仪教育”由学科渗透发展到作为校本课程主科目来开发，确定了以“家庭礼仪”、“校园礼仪”和“社会礼仪”为主要内容，从七年级开始，对学生进行系统的文明交际礼仪教育，有目的、有计划地将学生带入良好人际关系的殿堂。

一、课程开发的意义：

1、学生现状的需要

 随着科学技术的不断进步，人们物质生活水平在不断提高。而在优越的物质生活条件下生长起来的独生子女，更是过着“衣来伸手，饭来张口”的生活。一方面，长辈的溺爱，导致了他们的冷漠自私，一切以自我为中心，不善于或不懂得与周围的人交往。而那些经济比较困难的家庭，由于家长整日忙于谋生，四处奔波，放任孩子自由生长，缺少对孩子的教育和引导，使之染上不良恶习，野蛮霸气，缺泛教养。另一方面，改革开放后，国门打开，我国在引进外国先进文化的同时，也带进了一些自由散漫的消极思想，人们讲究个人自由，忽视了文明礼仪的重要性，大部分人重智轻德，认为孩子只要学习好就行了，忽略了对孩子文明礼仪的教育问题。而现代社会发展对人的文明礼仪的要求都在不断提高。因此，在学生中开展文明交际礼仪教育活动具有十分现实的意义。

2、我校校情的需要

 在学校，有的同学任性散漫，学生在与教师交往时缺乏良好的礼仪规范；在社会或家庭中，怎样尊老爱幼，怎样与熟人或陌生人打交道，怎样着装，怎样待客做客，怎样遵守社会公德，怎样讲文明、讲礼貌等等显得比较薄弱。这是个不容忽视的问题。因此，开设文明交际礼仪教育课程是我校校情的需要。

3、满足学生心理发展的需要

 心理学家调查表明：学生的第一需要是学会交往，培养高尚道德情操，其次才是学会学习，只有学生的需求得到满足，才能进一步发展个性。再加上中学生的接受能力和模仿能力极强，是培养良好习惯的最佳时期，因此在中学阶段开设“文明交际礼仪教育”课程，使他们系统地受到良好礼仪规范的熏陶教育，从而养成其良好的个性品质，为其将来成为社会有用之才奠定良好的人生基础。

4、我校育人目标的需要

 我校的校训是“文明、勤奋、活泼、创新”，首要的目标，就是要教育学生讲文明、懂礼貌。在长期的教育过程中，已取得了一定的效果，教师们也积累了一定的经验。为了更系统地对学生进行较连续性、完整性的教育训练，也为了落实我校的育人目标，拓展更加广阔的教育空间，我们拟将“文明交际礼仪教育”作为我校的校本课程开发的“开场戏”，以此促进我校的为学思想更好的形成，更好地养成文明的校园风貌。

二、课程的目标：

 1、促使学生了解不同国度不同民族的基本礼节，养成在各种场合经常使用文明礼仪的习惯。

 2、自觉参加交际实践，提高学生人际交往能力。

 3、培养学生热爱生活，形成积极健康的人生态度。

 4、建立良好的人际关系，促进良好社会风气的形成。

三、课程的内容

 课程内容包括多个单元：“校园礼仪”“家庭礼仪”“社会礼仪”。具体见下：（课程内容虽然分为三大单元，但具体实施时可根据实际情况交叉进行。）

1、“校园礼仪”

 课程内容：尊重老师 尊重同学 学会请教 学会商量 学会倾听 学会劝阻 学会合作 学会感恩 学会师生间的礼仪 ……

 课程目的：了解、掌握并使用校园常规礼仪，使同学之间能够以礼相待，和睦相处，团结协作，互助互爱；建立朋友式的师生关系，使师生间交往自然亲切，从而形成良好的校风校貌。

2、“家庭礼仪”

 课程内容：做客礼仪 迎宾礼仪 待客礼仪 祝贺礼仪 邀请礼仪 服饰礼仪 上、下辈之间的礼仪 ……

 课程目的：了解、掌握并使用家庭常规礼仪，上下代人加强沟通，消除代沟，建立上、下辈之间朋友式的关系，享受温磬的家庭生活。

3、“社会礼仪”

 课程内容：问路礼仪 乘车礼仪 购物礼仪 影剧院礼仪 邻居间的礼仪……

 课程目的：了解、掌握并使用社会常规礼仪，使自己更好地融入社会生活中，让自己处处受到欢迎，得到尊重，使自己的社会生活充满快乐，从而培养积极健康的人生态度。

四、课程的实施：

 我们初步设想本课程在七、八年级预先开设，再向全校铺开，三个单元交叉进行。每一个单元都是以“交际礼仪”为切入口，以发动学生家长积极参与研究为突破口，突出“社交技能”的主题。逐渐建立规范的家庭礼仪和校园礼仪，然后再向社会推进，争取社区、共建单位的配合支持，争取社交礼仪建设的良好效果，同时让学生养成文明交际礼仪风范，以此促进学校校风更上一个新的台阶。

 1、专项课程设置。我们把该课程纳入正式课表，每班每周安排一个课时。教师通过课堂主阵地，有计划地对学生进行系统的文明交际礼仪教育，使学生粗通礼仪知识，引导他们亲身体验，实现从感性到理性的升华，从整体上让学生的文明礼仪风范得到提高。

 2、学科渗透。各科教学之中继续渗透文明交际礼仪的知识，切合时机地进行文明行为礼仪的引导与教育。

 3、课外实践：①调查走访：走访宾馆酒店、商场超市等服务性强的单位，学习有关礼仪知识。②自主学习：引导学生通过上网、上新华书店与各级图书馆收集有关资料，进行自主学习，拓展知识。③竞赛展览：举行邀请函设计活动、感恩语言描绘活动、手抄报评比活动，指导学生动手实践，锻炼能力。④角色体验：引导学生体验不同社会角色的富有特征的工作生活，如“我是小公民”、“我是服务员”“今天我当家”、“我的家乡美”等，感受不同角色的礼仪规范。

 4、在课程实施的过程中应注意以下的原则：主体性原则、开放性原则、实践性原则、合作性原则、活动性原则、趣味性原则、民主性原则、灵活性原则等等。

五、适度的评价：

 评价的目的，是为了教师和学生的发展，是为了鼓励和促进校本课程的开发与实施。因此，我们应该做好如下几方面的工作。

 1、学校对教师的校本课程开发与实施工作要给予充分的肯定，包括教师制订、撰写的《校本课程实施计划》和《校本课程教案（设计）》的情况也应给予适当的评价。发现比较突出的，有创新的要给予及时的表扬和奖励。

 2、教师对学生在学习、活动当中，应当以鼓励性的评价为主，及时发现、发挥学生的闪光点，及时给予肯定、评价。对学生独创性的思维、见解要加以赞扬，号召大家向他学习，等等。

 3、学校、教师、学生、家长，对《校本课程开发方案》的实施情况要给予评价，并提出改进建议等等。学校、教师要根据实施情况和大家提出的建议进行不断地改进和完善。

六、保障的措施：

 1、坚持教研制度，保证校本课程的开发与实施工作不断地完善和向纵深发展。

 2、学校将尽力地在经费、人力和物力上给予最大的支持。

 3、学校将对参加校本课程的开发与实施工作的教师给予一定的奖励。如有突出成绩的，将在评优、评先时给予倾斜。

 七、补充说明：

（一）课程实施效果设想：

 1、教材内容不断充实，教学案例不断完善，逐渐构建一套完整的校本课程体系，形成一套适合本校学生的校本课程教材。

 2、全面开设文明交际礼仪教育课程，逐步推向其它年级，聘请课程专家介入我校课程研究，促进我校课程研究向纵深发展。

 3、学生的精神风貌得到改善，使人一走进校园，就能听到声声亲切的问候，感受浓浓的文明景象，促进讲文明、懂礼貌的校园氛围进一步地形成。

 4、促进教师实施素质教育的坚定信念，改变教育观念，更新知识，提高业务水平以及发展专业，增强教师的课程意识和课程开发的能力。

（二）需要进一步探索和解决的问题：

 1、课程生命问题：应采取什么有效的方式才能保证校本课程持久的生命力。

 2、评价体系问题：课程实施的评价体系是个复杂而又综合的问题，如何做到定性与量化的统一，短期行为与长期行为的统一，局部评价与整体评价的统一。

**活动内容版块安排计划**

|  |  |
| --- | --- |
| 实施目标 | 1. 通过礼仪教育，学习礼仪知识，训练规范的举止言行，培养学生良好的行为习惯，懂得自尊自爱，尊重他人，友好相处，为学生的全面发展奠定基础。
2. 认知明理，学习文明礼仪知识，营造环境，形成文明礼仪氛围，开展活动，促进礼仪行为养成，检查评比，激励学生自我完善。
3. 弘扬中华民族优秀文化，继承优良传统美德，使本校每一个学生都养成彬彬有礼的习惯，养成儒雅的文明的气质。
4. 礼仪教育是学校德育教育的一项重要内容，是提高学生全面素质的重要教育手段。
 |
| 实施长度**（含寒暑假第一周）** | 一学年 |
| 计划 |
| 活动内容（主要单元板块 序列预设） | 活动形式 |
| 个人礼仪：仪容仪表、穿戴、言谈举止 | 观看视频、互动交流 |
| 学校礼仪：升旗礼仪、上课礼仪、集会礼仪 | 观看视频、互动交流 |
| 家庭礼仪：长辈与晚辈、待客与做客、就餐礼仪。 | 观看视频、互动交流 |
| 社会礼仪：公共场所礼仪、公共生活礼仪、外出旅游礼仪、人际交往礼仪、 涉外交际礼仪 | 观看视频、互动交流 |
| 常用文明礼仪用语： 校园文明礼貌用语、生活中常用礼貌用语。 | 观看视频、互动交流 |

**每次活动记录（注：记录要延长至寒暑假的第一周）**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **活动时间** | **活动内容（强调生成）** | **学生出勤** | **活动效果** |
| 第1次 | 仪容仪表 | 全勤 | 良好 |
| 第2次 | 穿戴 | 全勤 | 良好 |
| 第3次 | 言谈举止 | 全勤 | 良好 |
| 第4次 | 升旗礼仪 | 全勤 | 良好 |
| 第5次 | 上课礼仪 | 全勤 | 良好 |
| 第6次 | 集会礼仪 | 全勤 | 良好 |
| 第7次 | 长辈与晚辈 | 全勤 | 良好 |
| 第8次 | 待客与做客礼仪 | 全勤 | 良好 |
| 第9次 | 就餐礼 | 全勤 | 良好 |
| 第10次 | 公共场所礼仪 | 全勤 | 良好 |
| 第11次 | 公共生活礼仪 | 全勤 | 良好 |
| 第12次 | 外出旅游礼仪 | 全勤 | 良好 |
| 第13次 | 人际交往礼仪 | 全勤 | 良好 |
| 第14次 | 涉外交际礼仪 | 全勤 | 良好 |
| 第15次 | 校园文明礼貌用语 | 全勤 | 良好 |
| 第16次 | 生活中常用礼貌用语 | 全勤 | 良好 |
| 第17次 | 有关礼仪的歌谣 | 全勤 | 良好 |

 **活动方案典例（1）（注：活动典例5为寒暑假第一周活动）**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 主题 | **个人礼仪** | 时间 |  |
| 活动目标 | 1. 通过礼仪教育，学习礼仪知识，训练规范的举止言行，培养学生良好的行为习惯，懂得自尊自爱，尊重他人，友好相处，为学生的全面发展奠定基础。2. 认知明理，学习文明礼仪知识，营造环境，形成文明礼仪氛围，开展活动，促进礼仪行为养成，检查评比，激励学生自我完善。3. 弘扬中华民族优秀文化，继承优良传统美德，使本校每一个学生都养成彬彬有礼的习惯，养成儒雅的文明的气质。 |
| 资源积累 | 文明礼仪教育校本课程《讲文明 懂礼仪》 |
| 活动过程 | 第一节：仪容仪表  一、要保持仪容清洁 手背、手腕要干净，指甲要常修剪，不要留长指甲，指甲缝里不能有黑垢；要常洗澡、勤换衣，特别是在夏季或运动后；头发要梳理整齐，也要常洗，洗发要选用适合自己的洗发剂，以保持头发的柔顺。 二、要保持相貌的健美 人们要定期冼澡，经常洗脸。洗脸宜用温水，油性皮肤在洗脸时可使用少许香皂或洗面奶，洗完脸后可田手对面部怍简单的按摩，以促进皮肤的血液循环。在秋季和冬季．特别是在气候较干燥的地区，洗完腔后可适当使用一点适合自己皮肤属性的护肤品。坚持合理的作息时间、科学的体育锻炼和保证充足的营养，也会对保持皮肤的健美起到积极的作用。 小学生的皮肤还相当娇嫩，一些化妆品容易对皮肤照成伤害。因此，除舞台演出等特殊需要外，小学生不应化妆。 三、应选择适当的发型 小学生的发型要符合小学生身份，要能显示出青少年朝气蓬勃的精神面貌。男生不适宜留长发，更不要盲目模仿某一偶像梳理出不适合自己的发型。男生的头发．两侧和后部的发长都不应超过发界。 头发过长，不仅与小学生身份不符．也会失去青春美感，如果再缺乏良好的卫生习惯，不常梳理，就更难看了，不如现出青春本色好。女生不要烫发，这主要因为烫发与小学生身份不符。烫发是成年人的事．小学生在发型上追求成人化，会让人感到很不协调。就更谈不上美观了。再说，花费宝贵的时间和精力去伺候头发。小学生来说也实在不合算。 四、健康才是美 健全的体格．健壮的体魄，再加上匀称的体态，就是健美的身材，小学生正处在身体发育阶段，要使自己的身材健美．一定要注意以下几点： 1、经常参加体育锻炼，科学地锻炼身体。生命在于运动，经常参加体育活动，能促进身体的正常发育，每天的课间操要认真做，动作到位才能达到活动筋骨、消除疲劳的理想效果。 2、注意营养、保证睡眠。科学的营养配餐，对于正在长身体的小学生十分重要。配餐不科学，饮食无节制或挑食，是造成小学生中“豆芽型”和“肥胖型”身材的重要原因。体型较胖的女生，不应盲目采用节食的方法“减肥”，而应在保证营养的前提下，通过科学的锻炼获得健美的身材。 3、要注意影响身材的非遗传固京。缺钙的应补钙，缺碘的应补碘，维生京以及各种人体所必需的微量元素缺乏的都应设法补足。有臀肌挛缩等后天疾病的，也应及时手术治疗。 |
| 活动反思 | 使学生获得文明礼仪的感性认识，从而能让学生成为其内在行动的动力。 |

**活动方案典例（2）**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 主题 | **上课礼仪** | 时间 |  |
| 活动目标 | 1. 通过礼仪教育，学习礼仪知识，训练规范的举止言行，培养学生良好的行为习惯，懂得自尊自爱，尊重他人，友好相处，为学生的全面发展奠定基础。2. 认知明理，学习文明礼仪知识，营造环境，形成文明礼仪氛围，开展活动，促进礼仪行为养成，检查评比，激励学生自我完善。3. 弘扬中华民族优秀文化，继承优良传统美德，使本校每一个学生都养成彬彬有礼的习惯，养成儒雅的文明的气质。 |
| 资源积累 | 文明礼仪教育校本课程《讲文明 懂礼仪》 |
| 活动过程 |  一、上课 学生应提前进入教室，恭候老师到来。老师走进教室时班长要立即喊“起立”。全班同学迅速肃立，表示敬礼，老师还礼后，再坐下。起立、坐下时，动作要快，但要轻，不要让桌椅发出很大的声音。  二、回答老师提问时应注意： 1、学生如要回答问题，首先应该举手，要在教师点到自己的名字时，方可站起来答题。切不可坐在座位上，就七嘴八舌地发言，在老师未点到自己的名字时，也不要抢先答话。 2、在起立回答问题时，站姿、表情要大方，不要搔首弄姿或者故意做出滑稽的举止引人发笑。说话声音要清晰，不要过低，使老师同学听不清楚。 3、有时，对老师的提问自己回答不出来，但又偏偏被点到名。这时，自己应该站起来，以抱歉的语调向老师实事求是地表明：这个问题自己回答不出来。 4、在别人回答教师的提问时，不应随便插话。如别人回答错了，或者回答不出时，切不可在旁边讥笑嘲讽。当老师发问：“有哪个同学能回答这个问题”时，自己可以再举手，在得到教师允许后，站起来回答问题。 三、良好的课堂秩序 当教师在上课时，如果课堂纪律很好，这会使教师感到自己的劳动得到了应有的尊重，于是内心会升起欣慰和亲切之感，思路会越讲越顺，教学水平会发挥到最佳状态。反之，当教师在上课时课堂纪律不好，会使他感到自己的辛勤劳动未得到尊重，于是内心会有一种沮丧、失落之感，思路会被打乱，教学效果也会受到很大影响。若在课堂上或公共场合非提不可时也要注意方式，态度要诚恳谦恭，不可无礼冲撞，不可扰乱课堂秩序。 下课铃响，在听到教师说“下课”后，班长喊“起立”，同学们应迅速起立，站好，对教师行注目礼，师生相互道别，待教师离开课堂再收拾学习用具和自由活动。 |
| 活动反思 | 使学生获得文明礼仪的感性认识，从而能让学生成为其内在行动的动力。 |

**活动方案典例（3）**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 主题 | **集会礼仪** | 时间 |  |
| 活动目标 | 1. 通过礼仪教育，学习礼仪知识，训练规范的举止言行，培养学生良好的行为习惯，懂得自尊自爱，尊重他人，友好相处，为学生的全面发展奠定基础。2. 认知明理，学习文明礼仪知识，营造环境，形成文明礼仪氛围，开展活动，促进礼仪行为养成，检查评比，激励学生自我完善。3. 弘扬中华民族优秀文化，继承优良传统美德，使本校每一个学生都养成彬彬有礼的习惯，养成儒雅的文明的气质。 |
| 资源积累 | 文明礼仪教育校本课程《讲文明 懂礼仪》 |
| 活动过程 | 参加大型集会，要注意以下礼仪： 1．有序地准时到达集会地点、在指定位置就座，静候集会的开始。 2.会议厅始则听从大会组织者指挥，按要求起立、唱歌、呼号、落座、听讲；会议结束则有序退场。 3.会中听讲注意礼貌．讲究礼仪、公德。 4.保持会场气氛。不能在会中交头接耳、瞻前顾后、读书看报、来回走动；要注意和宣讲者保持交流．适时报以会意的笑声和掌声。 二、小型集会礼仪 1．代表会 与会的学生往往是某类学生的代表，作为代表，应按时到达会议地点，按要求签到、领取有关资料，到指定位置就座；然后通过有关材料了解会议的程序．大致领会会议精神，准备好记录用具。 2．座谈会 座谈会是就某一话题进行交换意见的会议形式。会议开始后，要始终保持参与意识和对座谈会话题的兴趣。注意听取别人的谈话，如果别人的发言与自己有些内容雷同就及时调整，如果别人的发言对自己有启示就马上记下来，作为自己话题的补充。  3.对话会 对话会是座谈会的一种特殊形式，目的是交换意见，交流思想，取得共识，求得问题的解决。无论是哪种对话会，都要遵守一定的礼仪原则。第一．必须尊重对方人格，遵守对话会纪律。第二，要注意聆听对方意见，分析其合理的因素，适时调整自己的话题和内存。第三，要守秩序，不可乱喊乱叫，随便打断他人的发言、更不能愤然离席以示抗议；要体现出文明、耐心。会议结束后不可一哄而散。 5辩论会 辩论会是一种对抗式的答辩．往往很激烈。作为辩手应做到：①不卑不亢，自然大方，不能畏首畏尾随机应变，要机智灵活，根据对方论辩情况．调整自己的论辩现点和论据；⑤要有风度，论辩结束，向对方道别。 |
| 活动反思 | 使学生获得文明礼仪的感性认识，从而能让学生成为其内在行动的动力。 |

**活动方案典例（4）**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 主题 | **家庭礼仪** | 时间 |  |
| 活动目标 | 1. 通过礼仪教育，学习礼仪知识，训练规范的举止言行，培养学生良好的行为习惯，懂得自尊自爱，尊重他人，友好相处，为学生的全面发展奠定基础。2. 认知明理，学习文明礼仪知识，营造环境，形成文明礼仪氛围，开展活动，促进礼仪行为养成，检查评比，激励学生自我完善。3. 弘扬中华民族优秀文化，继承优良传统美德，使本校每一个学生都养成彬彬有礼的习惯，养成儒雅的文明的气质。 |
| 资源积累 | 文明礼仪教育校本课程《讲文明 懂礼仪》 |
| 活动过程 | 1. 主动关心问候,听从父母教诲。向父母、长辈问候致意，要按时间、场合、节庆不同，采用不同的问候。2.理解照顾长辈，注意行事态度。经常主动地把生活、学习、思想情况告诉父母，有过错不要隐瞒、撒谎；对父母孝顺体贴，要言辞温婉，不顶撞父母，遇事与父母商量；即使受了委屈也要心平气和地解释，而不能与父母为敌。3.分担父母忧虑,不给父母添乱。体谅长辈的艰辛，在父母生病或有困难时，尽力去关心照顾父母、协助父母；离家外出时应及时向父母汇报情况；承担一些简单的家务劳动，如餐后洗碗、扫地，整理自己的房间等。  一、家庭待客礼仪 1．做好接待准备 （1）布置接待环境。家庭中接待客人的地方是一个家庭对外的窗口，要尽量把接待客人的房间布置得清洁、明亮、整洁，营造良好的待客环境，要有方便主客交谈的沙发、椅凳和放置茶水的桌子或茶几，让客人一进门就感到家庭的洁净和温馨。 （2）准备接待物品。招待客人的茶具、茶杯,水果、小吃等要事先准备好。 （3）做好心理准备。接待客人还要作好心理准备，要从心理上尊重来客，善待来客，待人接物热情开朗、不要让客人一进门就感到你不欢迎他们来，而让自己及家人都留下“拒客”的不良印象。 2．接待工作 （1）有人敲门，应回答“请进”，或到门口相迎。客人进来，应起立热情迎接，并为客人安排座位，可用茶水、糖果等招待。 （2）若是你自己的朋友，初次来访时要向父母介绍，并把自己的父母也介绍给你的朋友；若是长辈来访，敬茶须用双手端送，放在客人右边。如果夏天酷热，要电扇或是空调。 （3）吃饭时来客，应主动邀其一起用餐，如果客人申明吃过，先安排朋友就坐，找些书报或杂志给他看后再接着吃饭。 （4）接受客人礼品，应该道谢，但不可当场拆开食用或玩弄。 （5）客人来时，如自己恰巧有事不能相陪，要先打招呼，致以歉意，并安排家属陪着，然后再去干自己的事。 （6） 客人提出告辞，表示要走时, 可以婉言相留，希望其多坐一会儿，但要尊重他们的意愿，不能强行挽留，以免贻误他们的生活安排。 （7）送客要送到门外，并欢迎客人下次再来。 |
| 活动反思 | 使学生获得文明礼仪的感性认识，从而能让学生成为其内在行动的动力。 |

**活动方案典例（5）**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 主题 | **公共生活礼仪** | 时间 |  |
| 活动目标 | 1. 通过礼仪教育，学习礼仪知识，训练规范的举止言行，培养学生良好的行为习惯，懂得自尊自爱，尊重他人，友好相处，为学生的全面发展奠定基础。2. 认知明理，学习文明礼仪知识，营造环境，形成文明礼仪氛围，开展活动，促进礼仪行为养成，检查评比，激励学生自我完善。3. 弘扬中华民族优秀文化，继承优良传统美德，使本校每一个学生都养成彬彬有礼的习惯，养成儒雅的文明的气质。 |
| 资源积累 | 文明礼仪教育校本课程《讲文明 懂礼仪》 |
| 活动过程 | 一、乘车礼仪 1. 骑自行车：要严格遵守交通规则。不闯红灯，骑车时不撑雨伞，不互相追逐或曲折竞驶，不骑车带人。遇到老弱病残者动作迟缓，要给予谅解，主动礼让。 2.乘火车、轮船：在候车室、候船室里，要保持安静，不要大声喊叫。上车、登船时要依次排队，不要乱挤乱撞。在车厢、轮船里，不要随地吐痰，不要乱丢纸屑果皮，也不要让小孩随地大小便。 3.乘公共汽车：车到站时应依次排队，对妇女、儿童、老年人及病残者要照顾谦让。上车后不要抢占座位，更不要把物品放到座位上替别人占座。遇到老弱病残孕及怀抱婴儿的乘客应主动让座。 4.乘坐飞机：遵守规定，不带危险品登机。按照登机牌指定的座位就座，不要乱窜乱坐。与其他乘客应彼此谦让，和睦相处，不要寻衅滋事，不要乱动别人的东西，或是危言耸听。二、乘坐电梯礼节 1. 上下电梯的人较多时，应依次进出，尽量让妇女和老人先行，不要争先恐后，互不相让。 2. 电梯空间较小，因此进入电梯后不要大声说话，不能乱丢垃圾。 三、购物礼仪 1. 去超市或商场等公共场所，要着装合理整洁，不可穿睡衣、背心、拖鞋入内。 2. 进超市购物，要按规定存包。 3. 购物时，若对已选购的商品感到不满意，应主动将其放回原货架区，不能随意放置。贵重商品、水果蔬菜应轻拿轻放。 4. 超市内的商品不能随意品尝、试用。若有一些可免费品尝的，也不可贪图小便宜，无休止的享用。 5. 付账时要自觉排队，若购买物品较多时不可贪图快捷走绿色通道。 6. 对售货员要有礼貌，要称呼其“阿姨”、“叔叔”，请不要用“喂”、“咳”等字眼把售货员呼来喝去。 7. 对于售货员的热情服务要表示感谢，常说“谢谢”、“请”和“您”，您会得到更多的发自内心的笑脸。  |
| 活动反思 | 使学生获得文明礼仪的感性认识，从而能让学生成为其内在行动的动力。 |

 **文明礼仪教育校本课程《讲文明 懂礼仪》**

 目 录

 前言

第一篇礼仪的起源与发展

第二篇 个人礼仪

 第一节 仪容仪表

 第二节 穿戴

 第三节 言谈举止

第三篇 学校礼仪

 第一节 升旗礼仪

 第二节 上课礼仪

 第三节 集会礼仪

第四篇 家庭礼仪

 第一节 长辈与晚辈

 第二节 待客与做客仪

 第三节 就餐礼仪

第五篇 社会礼仪

 第一节 公共场所礼仪

 第二节 公共生活礼仪

 第三节 外出旅游礼仪

 第四节 人际交往礼仪

 第五节 涉外交际礼仪

第六篇 常用文明礼仪用语

 第一节 校园文明礼貌用语

 第二节 生活中常用礼貌用语

 附 有关礼仪的歌谣

 前 言

 人类的一切活动，是以人与人之间的相互交往为前提的。对于人来说，交往是一种生存和发展所必需的基本活动。在现实社会中，随着信息化和经济全球化的发展，我们与世界各国间的交往日趋频繁，国际往来日益重要，人们对人际交往中的礼仪更加关注。随着我们对交往礼仪重要性认识的不断加深，我校已在学科教学中加强礼仪教育渗透，学校德育组也在这方面做出了努力。但这些做法都是零散的，不能使之系统化。而作为文明交际礼仪的启蒙教育，我们重在全面系统地培养学生文明礼仪风范，使之将来无论走到哪里，都能得到人们的认同，受到人们的欢迎。再之建立和谐的人际关系，有利于打开局面，发展事业，从而推动社区以及我国社会文明的发展。也正由于开展文明交际礼仪教育具有现实的必要性与客观的前瞻性，我校决定把“文明交际礼仪教育”由学科渗透发展到作为校本课程主科目来开发，确定了以“家庭礼仪”、“校园礼仪”和“社会礼仪”为主要内容，从一年级开始，对学生进行系统的文明交际礼仪教育，有目的、有计划地将学生带入良好人际关系的殿堂。

一、课程开设的需要评估：

1、学生现状的需要

随着科学技术的不断进步，人们物质生活水平在不断提高。而在优越的物质生活条件下生长起来的独生子女，更是过着“衣来伸手，饭来张口”的生活。一方面，长辈的溺爱，导致了他们的冷漠自私，一切以自我为中心，不善于或不懂得与周围的人交往。而那些经济比较困难的家庭，由于家长整日忙于谋生，四处奔波，放任孩子自由生长，缺少对孩子的教育和引导，使之染上不良恶习，野蛮霸气，缺泛教养。另一方面，改革开放后，国门打开，我国在引进外国先进文化的同时，也带进了一些自由散漫的消极思想，人们讲究个人自由，忽视了文明礼仪的重要性，大部分人重智轻德，认为孩子只要学习好就行了，忽略了对孩子文明礼仪的教育问题。而现代社会发展对人的文明礼仪的要求都在不断提高。因此，在学生中开展文明交际礼仪教育活动具有十分现实的意义。

2、我校校情的需要

我校 学生家庭经济条件好而文化底蕴不足，又忙于其他的事务无暇对孩子的行为习惯进行正确引导。在学校，有的同学任性散漫，唯我独尊，学生在与教师交往时缺乏良好的礼仪规范；在社会或家庭中，怎样尊老爱幼，怎样与熟人或陌生人打交道，怎样着装，怎样待客做客，怎样遵守社会公德，怎样讲文明、讲礼貌等等显得比较薄弱。这是个不容忽视的问题。因此，开设文明交际礼仪教育课程是我校校情的需要。

3、满足学生心理发展的需要

心理学家调查表明：学生的第一需要是学会交往，培养高尚道德情操，其次才是学会学习，只有学生的需求得到满足，才能进一步发展个性。再加上小学生的接受能力和模仿能力极强，是培养良好习惯的最佳时期，因此在小学阶段开设“文明交际礼仪教育”课程，使他们系统地受到良好礼仪规范的熏陶教育，从而养成其良好的个性品质，为其将来成为社会有用之才奠定良好的人生基础。

4、我校育人目标的需要

我校的校训就是要教育学生讲文明、懂礼貌。为了更系统地对学生进行较连续性、完整性的教育训练，也为了落实我校的育人目标，拓展更加广阔的教育空间，我们拟将“文明交际礼仪教育”作为我校的校本课程开发的“开场戏”，以此促进我校的为学思想更好的形成，更好地养成文明的校园风貌。

5、丰富的课程资源

 我国早已颁布了《小学生守则》和《小学日常行为规范（修订）》。再加上我校图书馆的丰富的藏书以及宽带网的建成更方便人们网上资源的利用……这些都是我们对他们进行交际礼仪教育的资料来源，为我校该校本课程开发提供资源保障。

 第一篇 礼仪的起源与发展

 礼在中国古代是社会的典章制度和道德规范。作为典章制度，它是社会政治制度的体现，是维护上层建筑以及与之相适应的人与人交往中的礼节仪式。作为道德规范，它是国王和贵族等一切行为的标准和要求。在孔子以前已有夏礼、殷礼、周礼。夏、殷、周三代之礼，因革相沿，到周公时代的周礼，已比较完善。作为观念形态的礼，在孔子的思想体系中是同“仁”分不开的。孔子说：“人而不仁，如礼何？”他主张“道之以德，齐之以礼”的德治，打破了“礼不下蔗人”的限制。到了战国时期，孟子把仁、义、礼、智作为基本的道德规范，礼为“辞让之心”，成为人的德行之一。

 一、礼的本质、作用

 儒家鼓吹的理想封建社会秩序是贵贱、尊卑、长幼、亲疏有别，要求人们的生活方式和行为符合他们在家族内的身份和社会、政治地位，不同的身份有不同的行为规范，这就是礼。礼具有鲜明的阶级性和差别性。所以古人指出礼的作用在于维持建立在等级制度和亲属关系上的社会差异，这点最能说明礼的涵义和本质。

 二、礼的原则

 “尊重”原则：要求在各种类型的人际交往活动中，以相互尊重为前提，要尊重对方，不损害对方利益；同时又要保持自尊。

 “遵守”原则:遵守社会公德，遵时守信，真诚友善，谦虚随和。

 “适度”原则：现代礼仪强调人之间的交流与沟通一定要把握适度性，不同场合、不同对象，应始终不卑不亢，落落大方，把握好一定的分寸。

 “自律”原则：交流双方在要求尊重自己之前，首先应当检查自己的行为是否符合礼仪规范要求。

 三、礼的含义

 礼在《论语》中的含义

 （一）礼制，指全社会的等级制度和伦理秩序。

 （二）礼仪，指具体的礼节仪式。

 （三）礼貌，指个人在待人接物时所表现出来的道德修养（如恭敬、和顺、谦让）。

 现在的礼

 礼仪是人类为维系社会正常生活而要求人们共同遵守的最起码的道德规范，它是人们在长期共同生活和相互交往中逐渐形成，并且以风俗、习惯和传统等方式固定下来。对一个人来说，礼仪是一个人的思想道德水平、文化修养、交际能力的外在表现，对一个社会来说，礼仪是一个国家社会文明程度、道德风尚和生活习惯的反映。重视、开展礼仪教育已成为道德实践的一个重要内容。

 礼仪教育的内容涵盖着社会生活的各个方面。从内容上看有仪容、举止、表情、服饰、谈吐、待人接物等；

 从对象上看有个人礼仪、公共场所礼仪、待客与作客礼仪、餐桌礼仪、馈赠礼仪、文明交往等。校园礼仪包括：尊重老师 、尊重同学、学会请教、学会商量、学会倾听、学会劝阻、学会合作、学会感恩、学会师生间的礼仪 …… 家庭礼仪包括：做客礼仪、迎宾礼仪、待客礼仪、祝贺礼仪、邀请礼仪、服饰礼仪、 上下辈之间的礼仪 …… 社会礼仪包括：问路礼仪、乘车礼仪、购物礼仪、影剧院礼仪、邻居间的礼仪…… 在人际交往过程中的行为规范称为礼节，礼仪在言语动作上的表现称为礼貌。加强道德实践应注意礼仪，使人们在"敬人、自律、适度、真诚"的原则上进行人际交往，告别不文明的言行。

 第二篇 个人礼仪

 第一节：仪容仪表

 每个小学生都有着浑然天成的容貌和身材，没有必要、也不可能把自己的容貌和身材任意改换成自己理想中的模样，但只要注重自己的仪容，依然能使自己焕发出青春的风采。

 一、要保持仪容清洁

 保持仪容清洁，特别是面部、口腔、颈项、手和头等部位。脸要洗净，眼角和鼻不要留有分泌物，嘴边也不要沽有饮食的残留物；洗脸不能不洗脖子和耳后；应保持口腔卫生，每天早晚都要刷牙，食后要漱口，有龋齿的应及时治疗，不要让口腔发出异味；手背、手腕要干净，指甲要常修剪，不要留长指甲，指甲缝里不能有黑垢；要常洗澡、勤换衣，特别是在夏季或运动后；头发要梳理整齐，也要常洗，洗发要选用适合自己的洗发剂，以保持头发的柔顺。不注意清洁、整天蓬头垢面、黑手黄牙、浑身汗臭的人，是不能得到别人尊重的，因为他没有表现出自尊，也没有表现出对别人的尊重。

 二、要保持相貌的健美

 柔润、富有弹性的皮肤是相貌健美的重要标志。要保持相貌的健美，就一定要注意皮肤、特别是面部皮肤的健美。人的皮肤会不断分泌皮脂和汗液，裸露的皮肤还会沾染灰尘，所以人们要定期冼澡，经常洗脸。洗脸宜用温水，油性皮肤在洗脸时可使用少许香皂或洗面奶，洗完脸后可田手对面部怍简单的按摩，以促进皮肤的血液循环。在秋季和冬季．特别是在气候较干燥的地区，洗完腔后可适当使用一点适合自己皮肤属性的护肤品。坚持合理的作息时间、科学的体育锻炼和保证充足的营养，也会对保持皮肤的健美起到积极的作用。

 小学生的皮肤还相当娇嫩，一些化妆品容易对皮肤照成伤害。因此，除舞台演出等特殊需要外，小学生不应化妆。化妆，是指用粉脂等修饰面容。成年人是在达不到自然状态下的健美效果时才借助粉脂加以修饰。小学生化妆不仅会伤害自己的自然美，还会损害自己皮肤的健康。因为化妆品一般都含有铅和多种化学成分，对青少年细嫩的皮肤刺激性大，长期使用会加速皮肤老化而出现干裂、粗糙的现象，严重的还会受到“化妆病”之害。

 三、应选择适当的发型

 发型也是仪容的一个组成部分。小学生的发型，没有强求一律，大家可以根据自己的脸型和头发的疏密选择发型，或理平头、或留分头、或剪短发、或梳长辫，但总的要求是整齐、简便。整齐是小学生身份的要求，简便是小学生生活节奏的需要。总之，小学生的发型要符合小学生身份，要能显示出青少年朝气蓬勃的精神面貌。男生不适宜留长发，更不要盲目模仿某一偶像梳理出不适合自己的发型。男生的头发．两侧和后部的发长都不应超过发界。

 头发过长，不仅与小学生身份不符．也会失去青春美感，如果再缺乏良好的卫生习惯，不常梳理，就更难看了，不如现出青春本色好。女生不要烫发，这主要因为烫发与小学生身份不符。烫发是成年人的事．小学生在发型上追求成人化，会让人感到很不协调。就更谈不上美观了。再说，花费宝贵的时间和精力去伺候头发。小学生来说也实在不合算。

 四、健康才是美

 健全的体格．健壮的体魄，再加上匀称的体态，就是健美的身材，小学生正处在身体发育阶段，要使自己的身材健美．一定要注意以下几点：

 1、经常参加体育锻炼，科学地锻炼身体。生命在于运动，经常参加体育活动，能促进身体的正常发育，每天的课间操要认真做，动作到位才能达到活动筋骨、消除疲劳的理想效果；认真上好体育课，按体育教材的要求，学习锻炼身体的科学方法；积极参加体育活动、参加多种体育锻炼，使身体各个部分都能匀称地发育。科学地锻炼身体，对中学生尤其重要。有的同学在身体发育阶段就急于拥有发达的肌肉而过早地进行力量型锻炼，结果还影响了身高发育；有的同学锻炼不得法、不适度，也给身体发育留下遗憾。小学生进行体育锻炼，应在体育老师的指导下进行。

 2、注意营养、保证睡眠。科学的营养配餐，对于正在长身体的小学生十分重要。配餐不科学，饮食无节制或挑食，是造成小学生中“豆芽型”和“肥胖型”身材的重要原因。体型较胖的女生，不应盲目采用节食的方法“减肥”，而应在保证营养的前提下，通过科学的锻炼获得健美的身材。生活有规律，保证充足的睡眠，也是小学生身体健康发育的一个重要条件。

 3、要注意影响身材的非遗传固京。缺钙的应补钙，缺碘的应补碘，维生京以及各种人体所必需的微量元素缺乏的都应设法补足。有臀肌挛缩等后天疾病的，也应及时手术治疗。

 第二节：穿戴

 一、穿着的衣裤鞋袜，应以合体、整洁、朴素、得体为佳。

 合体，即衣着规格要适合各自人体的高矮胖瘦。衣着不合体，自己不方便、不舒服，别人看起来也会觉得别扭。小学生的衣着，适当的宽松一点较为适宜。面料最好选择弹性强一点的。整洁，即穿着要规整、清洁。衣领要翻好，衣扣要扣齐，腰带、鞋带要系好。衣服要常换洗，特别要注意衣领、衣袖处不要出现污迹。若衣冠不整，满身污垢，不仅自己不体面，与人相处也是对别人不尊重的表现。

 朴素，即穿着要俭朴、素雅。重视穿着的护身、保暖功能，淡化穿着的装饰功能。不追求时髦，只要求美观大方；不追求艳丽，只要求色彩协调；不追求高档华贵，只要求能体现出青少年朝气蓬勃的精神风貌。

 得体，不只是指衣着要符合中学生的身份、年龄、身材和性格更重要的是指着装要看场合。在家穿着可随意些，节假日外出穿着可活泼些，在校则必须着装规整。现在提倡中学生穿校服，有条件的学校应根据中学生穿着的原则制作统一的校服。在学校举行典礼、升旗仪式以及大型集会时，最好能着统一校服。

 小学生穿鞋．应以球鞋、布鞋、旅游鞋为主，也可以穿皮鞋，但女生的皮鞋后跟不应高过9公分，固为无论从身体发育，还是从学生身份来说，高跟鞋对中学生都是不合适的。

 二、佩戴防护用品、标志和饰物，应符合礼仪规范。

 佩戴，既包括帽子、头巾、围巾、手套、墨镜等各种防护用品，又包括校徽、红领巾、少先队队长臂章、团徽等各种标志，还包括各种装饰物。

 帽子、头巾、围巾、手套等用品的选用，应根据衣着情况而定，主要要求是无论色彩还是样式都要协调，不能给人以不伦不类的感觉。这些物品的主要作闻是御寒，因此在室内不应再戴帽子、头巾，围巾和手套。即使是在较强的阳光下，小学生一般也不需戴墨镜，特别是在室内或礼节性场合，就更不应戴墨镜。

 标志的佩戴应严肃。红领巾系法要正确。少先队队长标志应佩戴在左上臂，校徽应别在左胸前，队徽、团徽别在校徽上方。荣获过各种奖章、纪念章的，在必要时也可别在胸前适当的位置。

 穿着礼仪篇

 重仪表，明身份。穿和戴，有学问。

 首整洁，次美观。要大方，要自然。

 按校规，穿校服。不攀比，宜朴素。

 仪容美，贵洁净。不染发，不烫发。

 爱清洁，促健康。讲卫生，促成长。

 第三节 言谈举止

 一、 言谈作为一门艺术，也是个人礼仪的一个重要组成部分。

 礼貌：态度要诚恳、亲切；声音大小要适宜，语调要平和沉稳；尊重他人。

 用语：敬语，表示尊敬和礼貌的词语。如日常使用的"请"、"谢谢"、"对不起"，第二人称中的"您"字等。初次见面为"久仰"；很久不见为"久违"；请人批评为"指教;；麻烦别人称"打扰"；求给方便为"借光"；托人办事为"拜托"等等。要努力养成使用敬语的习惯。现在，我国提倡的礼貌用语是十个字："您好"、"请"、"谢谢"、"对不起"、"再见"。这十个字体现了说话文明的基本的语言形式。

 二、谈话姿势：谈话的姿势往往反映出一个人的性格、修养和文明素质。所以，交谈时，首先双方要互相正视、互相倾听，不能东张西望、看书看报、面带倦容、哈欠连天。否则，会给人心不在焉、傲慢无理等不礼貌的印象。

 三、站姿：站立是人最基本的姿势，是一种静态的美。站立时，身体应与地面垂直，重心放在两个前脚掌上，挺胸、收腹、收颁、抬头、双肩放松。双臂自然下垂或在体前交叉，眼睛平视，面带笑容。站立时不要歪脖、斜腰、曲腿等，在一些正式场合不宜将手插在裤袋里或交叉在胸前，更不要下意识地做些小动作，那样不但显得拘谨，给人缺乏自信之感，而且也有失仪态的庄重。

 四、坐姿：坐，也是一种静态造型。端庄优美的坐，会给人以文雅、稳重、自然大方的美感。正确的坐姿应该：腰背挺直，肩放松。女性应两膝并拢；男性膝部可分开一些，但不要过大，一般不超过肩宽。双手自然放在膝盖上或椅子扶手上。在正式场合，入座时要轻柔和缓，起座要端庄稳重，不可猛起猛坐，弄得桌椅乱响，造成尴尬气氛。不论何种坐姿，上身都要保持端正，如古人所言的"坐如钟"。若坚持这一点，那么不管怎样变换身体的姿态，都会优美、自然。

 五、走姿：行走是人生活中的主要动作，走姿是一种动态的美。"行如风"就是用风行水上来形容轻快自然的步态。正确的走姿是：轻而稳，胸要挺，头要抬，肩放松，两眼平视，面带微笑，自然摆臂。

 行走礼仪篇

 坐立走，要规范。站如松，坐如钟。

 身立正，精神好。挺起胸，要记牢。

 上下楼，靠右行。若问路，要礼貌。

 文明语，记心间。“老爷爷，阿姨好”。

 尊老人，爱幼小。助残疾，有爱心。

 第三篇 学校礼仪

 第一节 升旗礼仪

 同学们，你们知道为什么每周一都要升国旗吗？国旗，国徽是一个国家的重要象征，当五星红旗冉冉升起和奏响嘹亮的国歌的时候，相信每一个中国人都会为之骄傲。因为今天我们的幸福生活都是前人用自己的鲜血换来的，作为先锋队的少先队员，更应该明白升国旗的重要意义，并用自己的行动去证明。

 升旗礼仪

（1）立正站立。

（2）行注目礼。

（3）认真听国旗下讲话。

（4）唱国歌时要严肃，声音要洪亮。

 星期一 操场上 奏国歌 升国旗

 老师们 注目礼 队员们 行队礼

 小朋友 要严肃 小眼睛 看国旗

 身站直 不乱晃 唱国歌 要响亮

 长大了 尽全力 使祖国 更美丽

 第二节 上课礼仪

 一、上课

 学生应提前进入教室，恭候老师到来。老师走进教室时班长要立即喊“起立”。全班同学迅速肃立，表示敬礼，老师还礼后，再坐下。起立、坐下时，动作要快，但要轻，不要让桌椅发出很大的声音。

 学生上课，衣着要整洁。不穿拖鞋、背心，不敞胸露怀，不戴帽子、口罩、围巾、手套。听课要专心致志，不做小动作。不吃东西、不喝水、不嚼口香糖、不听“随身听”、不扇扇子、不玩东西。不随意下座位。不交头接耳、不打哈欠、不睡觉。

 全体学生要以饱满的情绪听好每一节课，并按时、认真、独立地完成各种作业，还要认真体会教师在作业上悉心批改之处。

 学生如遇到特殊情况，不得已而在老师开始上课后才进入教室，应特别注意举止的文明和礼仪的周到。

 1、在教室门口应先停下脚步，首先喊“报告”。如果教室门关着，那就应先轻轻叩门；要在得到老师的允许之后，才能进入教室。

 2、要向老师说明迟到的原因，说话态度要诚实。应在得到老师谅解和允许后，方可入座。

 3、在走向自己的座位时，速度要快，脚步要轻，动作幅度要小。走到座位前，在放书包和拿课本时，尽量不要发出太大的响声，更不能有任何滑稽可笑的举止。

 4、坐下之后，应立即将注意力集中起来，端坐静听老师讲课。

 总之，迟到学生要把由于自己迟到而对课堂秩序造成的影响，减小到最低限度。

 二、回答老师提问

 教师在上课时向学生提问，是教师检验自己教学效果的最迅捷和最直接的方法。教师通过提问，一方面可以了解学生对自己执教的内容是否理解和接受，同时，又可以启发学生积极思维，使学生的注意力集中。而学生的答话，亦能启发教师的思维活动，达到教学相长的目的。因此，教师提问是一种正当和必要的教学手段。正因为如此，每个学生都应懂得教师提问的积极意义，并要正确、礼貌地对待教师的提问。

 回答老师提问时应注意：

 1、学生如要回答问题，首先应该举手，要在教师点到自己的名字时，方可站起来答题。切不可坐在座位上，就七嘴八舌地发言，在老师未点到自己的名字时，也不要抢先答话。

 2、在起立回答问题时，站姿、表情要大方，不要搔首弄姿或者故意做出滑稽的举止引人发笑。说话声音要清晰，不要过低，使老师同学听不清楚。

 3、有时，对老师的提问自己回答不出来，但又偏偏被点到名。这时，自己应该站起来，以抱歉的语调向老师实事求是地表明：这个问题自己回答不出来。

 4、在别人回答教师的提问时，不应随便插话。如别人回答错了，或者回答不出时，切不可在旁边讥笑嘲讽。当老师发问：“有哪个同学能回答这个问题”时，自己可以再举手，在得到教师允许后，站起来回答问题。

 三、良好的课堂秩序

 当教师在上课时，如果课堂纪律很好，这会使教师感到自己的劳动得到了应有的尊重，于是内心会升起欣慰和亲切之感，思路会越讲越顺，教学水平会发挥到最佳状态。反之，当教师在上课时课堂纪律不好，会使他感到自己的辛勤劳动未得到尊重，于是内心会有一种沮丧、失落之感，思路会被打乱，教学效果也会受到很大影响。

 这里提醒我们，学生到课堂上课的主要目的，就是为了从师而解惑。一个学生不遵守课堂纪律，也就是对教师的不尊重，其为惑也，怎能解呢？同时，这又是对其他同学的不尊重，会影响别人的解惑。正因为课堂是学生从师解惑的主要场所，所以每个学生都应遵守课堂记律，这既是对教师辛勤劳动的尊重，也是一种基本的礼貌

 对教师讲述的内容有异议时，最好下课后单独找教师交换意见，共同探讨，但尽量不要在无关紧要的细节上纠缠，教师精力不济时应主动停止交谈，教师若还有上课任务，应留意给教师一点休息方便的时间。若在课堂上或公共场合非提不可时也要注意方式，态度要诚恳谦恭，不可无礼冲撞，不可扰乱课堂秩序。

 下课铃响，在听到教师说“下课”后，班长喊“起立”，同学们应迅速起立，站好，对教师行注目礼，师生相互道别，待教师离开课堂再收拾学习用具和自由活动。

 第三节 集会礼仪

 集会是一种团体活动，中学生学校集会根据性质可分为庆典集会、纪念集会、动员集会、传播集会、交流集会等，根据规模可分为大型集会、小型集会等。在这里对大型集会和小型集会里学生应注意的礼仪作些介绍。

 一、大型集会礼仪

 参加大型集会，要注意以下礼仪：

 1．有序地准时到达集会地点、在指定位置就座，静候集会的开始。集会正式开始前可进行会前“拉歌”，活跃气氛。切忌在会前三五成群地出入集会场地，或你叫我嚷，前呼后应，更不能滋事生非，扰乱会场。

 2.会议厅始则听从大会组织者指挥，按要求起立、唱歌、呼号、落座、听讲；会议结束则有序退场。

 3.会中听讲注意礼貌．讲究礼仪、公德。在介绍来宾时要目视来宾并适时鼓掌欢迎。主讲人讲话前要鼓掌欢迎，中间如有精彩处要报以掌声，讲完后要鼓掌致谢。来宾退场时要鼓掌欢送。要爱护公物，保持会场清洁，不可随意搬动会场公共设施，不可践踏桌椅，不可乱扔果皮纸屑。

 4.保持会场气氛。不能在会中交头接耳、瞻前顾后、读书看报、来回走动；要注意和宣讲者保持交流．适时报以会意的笑声和掌声。

 二、小型集会礼仪

 小型集会的与会者参与意识要强，不能做旁观者、局外人。下面根据不同性质的集会谈谈基本礼仪。

 1．代表会

 与会的学生往往是某类学生的代表，作为代表，应按时到达会议地点，按要求签到、领取有关资料，到指定位置就座；然后通过有关材料了解会议的程序．大致领会会议精神，准备好记录用具。在会中要注意听会．作好记录，保持同主持入主讲人的交流，通过眼神和姿态对所讲内容作出一定的反应，让主讲人能及时调整自己的讲话速度、思路、内容。在主讲人或特邀发言人讲话时，要表示出礼貌，根据场合或点头示意，或鼓掌欢迎。切忌交头接耳、读书看报、漠然处之。会中有事外出需打招呼。散会时整理好材料，收拾好用具，摆好原有物品，同主持人点头示意离去。

 2．座谈会

 座谈会是就某一话题进行交换意见的会议形式。与会者会前要明确会议议题，作好发言准备，发言最好能成文，至少要心中有数．由主到次理清头绪。与会者应按时到指定地点参加会议，选择合适的位置就座，并与主持人点头示意。会议开始后，要始终保持参与意识和对座谈会话题的兴趣。注意听取别人的谈话，如果别人的发言与自己有些内容雷同就及时调整，如果别人的发言对自己有启示就马上记下来，作为自己活题的补充。应注意不要随便插话面打断别人的发言，即使是对别人的发言表示赞同也不行，更不能反驳他人，甚至抬杠、争辩，要表现出对他人意见的重视和人格的尊重。自己发言时要注意不要过于客套，入题要快。如果自己的看法和别人的相悖，不可断然否定他人之言，甚至贬低诋毁，也不可断然否认自己意见的局限性、可商榷性，应以谦逊的态度、委婉的语气与人交换意见，必要时可调侃一下以便缓和气氛。在座谈会中，要掌握合适的发言时机，一般说．应让长者先讲，或让职务高的人先讲，如果会议开始时比较沉闷．不妨来个“抛砖引玉”，或请他人“抛玉引砖”，始终把自己放在合适的位置。会议结束后要遵循原则，不可会上不说，会后乱说；不能当面不讲，背后乱讲。需要宣传的会议精神，按会议要求去办。

 3．纪念会

 纪念会是—种应时会，有节假日纪念会，有国事纪念会，有人物纪念会。中学生参加纪念台，首先要了解纪念内容，不能做一个盲目的听众：应适当作好会议发言的准备，因为这种会议常常采用座谈会的形式。按时到会．按指定地点就座。会议开始后．如有同纪念事件或人物有关的入到会并被介绍时要起身致意或鼓掌欢迎。会中要认真聆听每个与会发言者的发言．并适时鼓掌。会后如有纪念活动，如参观、合影、领取纪念物品等，应做到长者优先、

 师者优先、女土优先、不能东奔西跑、抢镜头、挑三拣四；在可能的情况下，为他人做些力所能及的事，如搬桌椅、领什物等。

 4.对话会

 对话会是座谈会的一种特殊形式，目的是交换意见，交流思想，取得共识，求得问题的解决。中学生参加的对话会大致有如下几种情形：班级民主管理对话会、教学相长师生对话会、热点问题聚焦对话会等。无论是哪种对话会，都要遵守一定的礼仪原则。第一．必须尊重对方人格，遵守对话会纪律。第二，要注意聆听对方意见，分析其合理的因素，适时调整自己的话题和内存。第三，要守秩序，不可乱喊乱叫，随便打断他人的发言、更不能愤然离席以示抗议；要体现出文明、耐心。会议结束后不可一哄而散。

 5辩论会

 辩论会是一种对抗式的答辩．往往很激烈。作为辩手应做到：①不卑不亢，自然大方，不能畏首畏尾，嗫嗫嚅嚅，也不能趾高气扬，轻漫无礼；②尊重对方辩手人格，对“事”不对人，不对对方辩手作人身攻击；①遵守秩序、按要求自我介绍、表明观点，不随意打断他人论辩；④随机应变，要机智灵活，根据对方论辩情况．调整自己的论辩现点和论据；⑤要有风度，论辩结束，向对方道别，向观众致意．向评委致谢。作为辩论会的参加者．应该做到：①准时到会，依次就座；②对正反双方都表示欢迎；③认真听双方的辩论．并于精彩处报以掌声；④注意礼貌，不可喝倒彩、指斥、嘲笑辩手；⑤辩论会结束时对胜负双方都要表示感谢，感谢他们为自己提供的学习机会，鼓掌致意；⑥依次退场，遇到辩手点头示意或招手致意。

 集会时 快静齐 找位置 准入场

 发言时 要行礼 演出时 不离场

 听报告 请安静 吃零食 不礼貌

 不喧哗 不吵闹 精彩处 齐鼓掌

 第四篇 家庭礼仪

 家庭礼仪是指人们在长期的家庭生活中，用以沟通思想、交流信息、联络感情而逐渐形成的约定俗成的行为准则和礼节、仪式。我国传统的家庭道德标准是：人际和睦，勤俭持家，艰苦朴素，讲究礼仪。这是巩固和维护家庭正常关系的纽带，也是增强家庭凝聚力和工作、学习效率的强大精神支柱。通常所说的“父子和而家不败，兄弟和而家不分，乡党和而争讼息，夫妇和而家道兴”，可见“和（相互谦恭有礼）”是关键。为了建设团结和睦的家庭，使人们生活得更加幸福，我们必须学习和掌握家庭礼仪。

 第一节 长辈与晚辈

 孝敬父母，尊敬长辈，是做人的本分，是天经地义的美德，也是各种礼仪形成的前提，因而历来受到人们的称赞。孝敬父母要从如下做起：

 1. 主动关心问候,听从父母教诲。向父母、长辈问候致意，要按时间、场合、节庆不同，采用不同的问候。

 2.理解照顾长辈，注意行事态度。经常主动地把生活、学习、思想情况告诉父母，有过错不要隐瞒、撒谎；对父母孝顺体贴，要言辞温婉，不顶撞父母，遇事与父母商量；即使受了委屈也要心平气和地解释，而不能与父母为敌。

 3.分担父母忧虑,不给父母添乱。体谅长辈的艰辛，在父母生病或有困难时，尽力去关心照顾父母、协助父母；离家外出时应及时向父母汇报情况；承担一些简单的家务劳动，如餐后洗碗、扫地，整理自己的房间等。

 第二节 待客与做客

 在家庭礼仪中，不仅要和自家的亲人相处好，注意礼仪，还要有社交，其中迎来送往就是有很多的学问的。那么我们该如何当好主人和客人呢？

 一、家庭待客礼仪

 1．做好接待准备

 （1）布置接待环境。家庭中接待客人的地方是一个家庭对外的窗口，要尽量把接待客人的房间布置得清洁、明亮、整洁，营造良好的待客环境，要有方便主客交谈的沙发、椅凳和放置茶水的桌子或茶几，让客人一进门就感到家庭的洁净和温馨。

 （2）准备接待物品。招待客人的茶具、茶杯,水果、小吃等要事先准备好。

 （3）做好心理准备。接待客人还要作好心理准备，要从心理上尊重来客，善待来客，待人接物热情开朗、不要让客人一进门就感到你不欢迎他们来，而让自己及家人都留下“拒客”的不良印象。

 另外尊重来客还要注意自己的服装仪表，让客人感到主人家确实做好各种准备，是真心实意地欢迎自己。

 2．接待工作

 （1）有人敲门，应回答“请进”，或到门口相迎。客人进来，应起立热情迎接，并为客人安排座位，可用茶水、糖果等招待。

 （2）若是你自己的朋友，初次来访时要向父母介绍，并把自己的父母也介绍给你的朋友；若是长辈来访，敬茶须用双手端送，放在客人右边。如果夏天酷热，要电扇或是空调。

 （3）吃饭时来客，应主动邀其一起用餐，如果客人申明吃过，先安排朋友就坐，找些书报或杂志给他看后再接着吃饭。

 （4）接受客人礼品，应该道谢，但不可当场拆开食用或玩弄。

 （5）客人来时，如自己恰巧有事不能相陪，要先打招呼，致以歉意，并安排家属陪着，然后再去干自己的事。

 （6） 客人提出告辞，表示要走时, 可以婉言相留，希望其多坐一会儿，但要尊重他们的意愿，不能强行挽留，以免贻误他们的生活安排。

 （7）送客要送到门外，并欢迎客人下次再来。

 待客人 讲礼节 迎来宾 室整洁

 初次来 需介绍 递茶水 招待好

 师生情 深似海 待师长 更热情

 客告辞 送门外 诚心邀 下次来

 二、外出做客礼仪

 1. 去亲友做客首先要仪表整洁，尽可能带些礼品以表示对主人的尊重。

 2. 要掌握并且确定好具体时间，并届时如约而至，切记客随主便，以不干扰主人的生活与休息为原则，避免作不速之客。

 3. 进门前应先按门铃或是敲门，未经允许，切勿推门而入。雨伞等物，应留于室外或主人指定处。进门后，必要时应脱下大衣、帽子、手套，并换着拖鞋，然后在主人指定之处入座，未请坐，不可坐下，坐应讲究姿势，注意适当和自然。见到主人的其它家人或朋友应主动问候，不可不理。作客时，要彬彬有礼，举止稳重，要尊重主人的规矩和生活习惯。

 4. 去别人家做客，要搞清与主人的关系，明白怎样称呼主人，向主人致以问候。当主人端上糖果糕点、茶水时，应先道谢，然后用双手去接。

 5. 交谈时，要掌握好时间，了解对方的心情，不要强人所难，要谈吐文明，离开时要主动告别。如有新客到来，要等候新客坐稳，方能告辞。

 6. 在主人家不要不拘小节，不经主人允许，不能随意乱逛、乱翻、乱动摆设和物品，更不能任意开抽屉、柜子门、冰箱等。

 7. 告别时，注意向主人打招呼说“再见”,并对主人的热情招待表示感谢，如“今天真高兴”，也可邀请主人来家做客如“欢迎到我家去”。

 去作客 修仪表 小礼品 示友好

 未允许 不乱动 经许可 方动用

 临告别 致谢意 主人闻 心欢喜

 第三节 就餐礼仪

 1. 盛饭时，不要盛得过满；端饭或端菜时，大拇指要向上翘起，不要让大拇指沾到饭菜上，不然很不卫生。端着饭菜，要走得慢一些，稳一点，不要让饭菜洒出来。

 2. 不要以口对着热汤吹气。有时端上桌的汤很烫，这时，应先少舀些汤尝一尝。如果太烫，可将汤倒入碗里用调羹慢慢地舀一舀，等汤稍许降温时，再一口一口地喝。

 3. 我们在与长辈一起用餐时，应等长辈入座后，才可以入座。坐下后不要随意走动，安静地等待用餐。双腿自然平放，坐姿自然。等长辈先拿碗筷后，自己再拿碗筷。

 4. 就餐时细嚼慢咽，嘴里不能发出声响，餐具要轻拿轻放，摆放整齐。如果饭菜够不着，可以轻声告诉长辈。别人给自己添饭菜，要说“谢谢”。

 5.用餐时应注意礼让。端饭，要先端给爷爷、奶奶，再端给爸爸、妈妈，最后端给自己。如果有客人共同进餐，要先端给客人，再按照家人辈份的大小依次端上。端菜，要先把好吃的菜，合长辈口味的菜，摆放在靠近长辈的桌前。

 6. 按时就餐，不要家长或长辈再三邀请，吃好饭后离桌要说“大家慢慢吃”。

 共进餐 要谦让 先长辈 不可忘

 在学校 要有序 两脚并 背不屈

 碗碟筷 轻拿放 不挑食 粒粒香

 小口咽 闭嘴嚼 既文明 又健康

1. 社会礼仪

 第一节：公共场所礼仪

 一. 在公园

 （1）保持公共卫生,不随手乱扔果皮、纸屑、饮料瓶罐。

 （2）自觉遵守规章制度，爱护公园的花草树木和娱乐设施，不能攀树折枝、掐花摘果、践踏草坪，也不要在古迹上刻刻画画。

 二. 在博物馆和美术馆

 （1） 爱护展品

 博物馆陈列的展品，大多数具有很高的价值，参观时，不随便触摸展品，特别注意不要碰坏展品和其他设施,不可任意使用闪光灯拍照,对于博物馆和美术馆的特殊规定，参观者一定要遵守。

 （2） 文明参观

 ①进入博物馆和美术馆要将大衣、帽子以及旅游携带的杂物存放在衣帽间。不要戴帽子或者携带食品杂物进入展览厅，一边参观一边吃东西是不文明的举止。如果要喝水、吃东西可以到休息室去。

 ②展览厅内要保持安静的环境和良好的学术氛围，对讲解员的解说要专心倾听，遇到不懂的可以请教，但不要问个没完没了，惹人生厌。

 ③参观时也不要对展品妄加评论。如果你很欣赏某件展品，在不妨碍他人的情况下可以多欣赏一会儿；如果别人停住欣赏某件展品，而你不得不从他面前穿过时，一定要说“对不起”。

 三. 影剧场院

 （1）到影剧院去看戏或看电影，应提前到场对号入座，如果自己的座位在中间，应当有礼貌地向已就座者示意,请其让自己通过。通过让座者时要与之正面相对,切勿让自己的臀部正对着人家的脸,这是很失礼的。

 （2）应注意衣着整洁,即使天气炎热,袒胸露腹也是不雅观的。

 （3）在影剧院要保持安静，不可大呼小叫,笑语喧哗,也不可把影院当成小吃店大吃大喝。

 （4）演出结束后，应有秩序地离开,不要推搡。

 四. 体育运动场所

 （1）衣着。体育场所中的衣着一般是非正式的，以穿着适时、舒适为主，尤其是秋冬季的室外赛场，优先考虑的应是保暖。

 （2）入座。应准时到场，以免入座时打扰别人。观看比赛时，不能因情绪激动而用脚踩着座位看。

 （3）遵守秩序。观看体育比赛时要注意讲文明。可以在比赛中为你所喜爱、支持的运动员和运动队欢呼呐喊，但不要辱骂对抗的一队，以免和另一队的支持观众发生争执，更不要因不满赛况而向比赛场中投掷杂物，攻击裁判等。

 （4）退场。如果赛后有要事，可在终场前几分钟悄悄离去。若等到赛完才离去，就要按顺序退场，不要互相拥挤，以免人多发生意外。

 赛场上 齐对抗 不作假 赢对方

 重参与 讲文明 喝倒彩 此不宜

 比赛时 要鼓掌 捡垃圾 才离场

 第二节：公共生活礼仪

 一、乘车礼仪

 1. 骑自行车：要严格遵守交通规则。不闯红灯，骑车时不撑雨伞，不互相追逐或曲折竞驶，不骑车带人。遇到老弱病残者动作迟缓，要给予谅解，主动礼让。

 2.乘火车、轮船：在候车室、候船室里，要保持安静，不要大声喊叫。上车、登船时要依次排队，不要乱挤乱撞。在车厢、轮船里，不要随地吐痰，不要乱丢纸屑果皮，也不要让小孩随地大小便。

 3.乘公共汽车：车到站时应依次排队，对妇女、儿童、老年人及病残者要照顾谦让。上车后不要抢占座位，更不要把物品放到座位上替别人占座。遇到老弱病残孕及怀抱婴儿的乘客应主动让座。

 4.乘坐飞机：遵守规定，不带危险品登机。按照登机牌指定的座位就座，不要乱窜乱坐。与其他乘客应彼此谦让，和睦相处，不要寻衅滋事，不要乱动别人的东西，或是危言耸听。

 上车时 按顺序 不挤压 要谦让

 不抢座 不喧哗 此二不 要记牢

 见老幼 知礼貌 懂让座 文明好

 二、乘坐电梯礼节

 1. 上下电梯的人较多时，应依次进出，尽量让妇女和老人先行，不要争先恐后，互不相让。

 2. 电梯空间较小，因此进入电梯后不要大声说话，不能乱丢垃圾。

 三、购物礼仪

 1. 去超市或商场等公共场所，要着装合理整洁，不可穿睡衣、背心、拖鞋入内。

 2. 进超市购物，要按规定存包。

 3. 购物时，若对已选购的商品感到不满意，应主动将其放回原货架区，不能随意放置。贵重商品、水果蔬菜应轻拿轻放。

 4. 超市内的商品不能随意品尝、试用。若有一些可免费品尝的，也不可贪图小便宜，无休止的享用。

 5. 付账时要自觉排队，若购买物品较多时不可贪图快捷走绿色通道。

 6. 对售货员要有礼貌，要称呼其“阿姨”、“叔叔”，请不要用“喂”、“咳”等字眼把售货员呼来喝去。

 7. 对于售货员的热情服务要表示感谢，常说“谢谢”、“请”和“您”，您会得到更多的发自内心的笑脸。

 进超市 请讲礼 见阿姨 问声好

 拿东西 不满意 退原位 宜轻放

 买物品 要付帐 购物时 不品尝

 四、电话礼仪

 选择适当的通话时间。白天应在八点以后，假日最好在九点以后，夜间要在十点以前，以免影响接电话人及家人的休息。

 查清对方的电话号码，正确拨号。万一弄错了，应向接电话者表示歉意，不要将电话一搁了事。拨通电话后应耐心等待片刻，确定无人接再挂断。

 电话接通后应主动告诉对方自己是谁，再客气地说 “您好，麻烦您找一下ＸＸ。”结束通话后要致谢，说再见。

 电话铃响后，要立即去接。拿起电话，应先说：“您好，我是ＸＸ，请讲。”如果是找人的电话，应走到被找人面前或以恰当的方式，礼貌地告诉他人：“ＸＸ，请您接电话。”如果被找的人不在，应主动表达愿意帮助的意向，可以说：“对不起，ＸＸ现在不在，需要我告诉他给您回电话吗？”

 使用公用电话应互谅互让，应让有急事的人先打，尽可能缩短通话时间，还要爱护公用电话设施。

 五、网络礼仪

 网络礼仪，是指在网上交流信息时应遵从的各种行为规范。在因特网上人与人之间的交流，由于各种环境因素，对方未必可以完全正确理解您所表达的意思。很容易陷入“言者无意，听者有心”的困境。所以，必须注意以下几个方面：

 认真学习网上知识，不浏览不健康的网站和网上信息,网上与学习有关的资料，应保持自己的理解，学习筛选，真诚友好的交流，不侮辱欺诈他人。

 尊重他人。对网上他人的说法或要求与家长沟通，征求家长的看法。

 增强自我保护意识，要经过家长同意 ,才可将家里地址、电话、学校校名、自己的照片等个人资料在网上与别人交流。

 上网的时间有规律,有节奏,能科学的安排时间，远离网上游戏，不沉溺虚拟时空。

 不制作、传播计算机病毒等破坏性程序。

 上网时 知礼貌 交流时 要友好

 坏信息 不点击 交友时 要分析

 乱点击 传病毒 懂知识 自保护

 打游戏 要控制 定时间 两不误

 第三节：外出旅游礼仪

 一．要爱护旅游点的公共财物

 1、对公共建筑、设施和文物古迹,甚至花草树木，都要珍惜和爱护，不能随意损坏；

 2、不能在柱、墙、碑等建筑物上乱写、乱画、乱刻。

 二．要注意保持旅游点的环境卫生和静谧气氛

 1、进入旅游风景区不要大声喧哗，嬉笑打闹。

 2、不要随地吐痰、便泄．弄污环境；不要乱扔果皮纸屑、杂物等等。

 3、对旅游区的工作人员要尊重，要服从他们的指挥。

 三．要关心他人，注意礼让。

 1、在景色好的地方拍照．要注意谦恭礼让，不要与人争抢占先。须知周到的礼数，方便他人的举动．常常能够赢得别人的好评和友谊。

 2、凡是旅游点规定不准拍照的地方，则—定要信守规定，不要偷拍，免得造成不可弥补的损失。

 四．要多为他人提供方便

 1、如行经曲径小路、小桥山洞时要主动让行．不要争先抢行。当游人多时．不能只顾自己躺在长椅上睡觉．也不要人坐在椅子靠背上而脚踩在凳面上。

 2、见到老、弱、残，孕妇和怀抱小孩老者主动让座，对他们应多加照顾。

文明观光

 旅游区 讲公德 丢垃圾 不道德

 礼貌语 随时用 要友好 应记牢

 见古迹 不刻画 爱公物 人人夸

 第四节：人际交往礼仪

 在社会生活中，我们常常用“会办事”或“不会办事”来大致地评品一个人的人际交往能力。那么，作为青少年，究竟怎样才算是“会办事”呢

 我们说，除了先天的素质之外，要能够“会办事”，必须懂得人际交往的一些基本原则，并在遵守这些原则的基础上，娴熟地掌握一些交往的艺术。这样，我们才能在学习、工作中得心应手，事半功倍。

 一、人际交往的原则

 进行社交，正确处理人际关系是一个根本性的问题，青少年应当遵循以下各项基本原则：

 1.热情待人，以诚相见是人际交往中的基本准则之一。亲戚、朋友、同学之间的承诺，我们都必须抱积极热忱的态度对待，应该正确估计自己的能力，有分寸地处理每一件具体事情。

 2. 珍惜自己的名誉，力争在别人心目中树立热情、诚恳、务实的优良形象。

 3.不能自以为是，要时刻注意虚心听取别人的意见。尤其是对长辈、老师、领导的意见更要重视。当别人提出意见或建议时，要和颜悦色地倾听，在社交场合，我们要注意多用使人感到亲切和富有人情味的语言，如“谢谢”、“请”、“对不起”、“劳驾”、“愿意效劳”等等。说话时，应该面带微笑，语调亲切友好。

 4. 对集体的事要多关心，对别人的困难要多给帮助，对朋友托付的事情要尽可能办好；凡是我们答应别人的事，都要讲究信用。

 二、称呼的技巧

 初次见面更要注意称呼，要称呼姓+职务，要一字一字地说得特别清楚，在交谈过程中，称呼对方时，要加重语气，称呼完了停顿一会儿，然后再谈要说的事，这样能引起对方的注意，对方会认真地听下去。

 三、握手的礼仪

 1．握手的次序

 根据礼仪规范，握手时双方伸手的先后次序，一般应当遵守“尊者先伸手”的原则，应由尊者首先伸出手来，位卑者只能在此后予以响应，而绝不可贸然抢先伸手，不然就是违反礼仪的举动。值得注意的是：在公务场合，握手时伸手的先后次序主要取决于职位、身份。而在社交、休闲场合，它则主要取决于年龄、性别、婚否。

 2．握手的方式

 握手的标准方式，是行礼时行至距握手对象约1米处，双腿立正，上身略向前倾，伸出右手，四指并拢，拇指张开与对方相握。握手时应用力适度，上下稍许晃动三四次，随后松开手来，恢复原状。在正常情况下，握手的时间不宜超过3秒，必须站立握手，以示对他人的尊重、礼貌。

 3．交谈中的语言艺术

 语言作为人类的主要交际工具，是沟通不同个体心理的桥梁。交谈的语言艺术包括以下几个方面:

 （1）准确流畅

 在表达思想感情时，应做到口音标准、吐字清晰，说出的语句应符合规范，避免使用似是而非的语言。应去掉过多的口头语，以免语句割断；语句停顿要准确，思路要清晰，谈话要缓急有度，从而使交流活动畅通无阻。

 （2）委婉表达

 交谈是一种复杂的心理交往，人的微妙心理、自尊心往往起重要的控制作用，触及它，就有可能产生不愉快。因此，对一些只可意会不可言传的事情、人们回避忌讳的事情、可能引起对方不愉快的事情，不能直接陈述，只能用委婉、含蓄、动听的话去说。

 （3）掌握分寸

 谈话要有放有抑有收，察言观色，注意对方情绪，对方不爱听的话少讲，一时接受不了的话不急于讲。

 （4）幽默风趣

 交谈者随机应变，凭借机智抛开或消除障碍；幽默还可以化解尴尬局面或增强语言的感染力。

 第五节：涉外交际礼仪

 在国际交际中，礼宾是一项很重要的工作，许多外事活动，往往是通过各种交际礼宾活动进行的。一般来说，各种交际活动，国际上都有一定惯例，但各国往往又根据本国的特点和风俗习惯，有自己独特的做法，我们在对外交往中除应发扬我国礼仪之邦的优良传统，注意礼貌、礼节之外，还应尊重各国、各民族的风俗习惯，了解它们不同的礼节、礼貌的作法，从而使得我们在对外活动中真正做到不卑不亢，以礼相待。

 1.举止：在外事活动中，举止要落落大方、端庄稳重，表情要自然诚恳、和蔼可亲，不能不拘小节。站时，身体不要东歪西靠，不要斜靠在桌面或倚靠；坐时，姿势要端正，不要翘脚、摇腿，也不要显出懒散的样子，女同志不要支开双腿；走时，脚步要轻，如遇急事可加快脚步，但不要慌张奔跑；说话时，手势不要过多，也不要放声大笑或高声喊人。

 2.谈吐：在与外宾交谈时，表情要自然，态度要诚恳，用语要文明，表达要得体。别人在与他人个别交谈时，不要凑前旁听。若有事需与某人谈话，应待别人说完。交谈中若有急事而要离开时，应向对方打招呼，表示歉意。

 在与外宾交谈时，不要打听对方的年龄、履历、婚姻、薪金、衣饰价格等私人生活方面的情况。同外国人交谈，最好选择喜闻乐道的话题，诸如体育比赛、文艺演出、电影电视、风光名胜、旅游度假、烹饪小吃等，大家都会感兴趣。这类话题使人轻松愉快，能受到普遍欢迎。如果外国人主动谈起我们不熟悉的话题，应该洗耳恭听，认真请教，不要不懂装懂，更不要主动同外国人谈论自己一知半解的话。

 第六篇 常用文明礼仪用语

 第一节 校园文明礼貌用语

 1. 早晨进校遇见老师要主动打招呼，喊声“X老师早，”“老师们早”。

 2. 在升旗、集合等正式场合，奏国歌时应立正致意。

 3. 早自习或其它自习课，不应高声说话，以免打断别人的思路。

 4. 听到上课钟响应立即进课堂，静候老师来上课。

 5. 老师进教室授课，全班同学随班长“立正”口令，同时起立，保持立正姿势。

 6. 上课迟到应在教室外稍候，待老师允许后进入教室就座。

 7. 上课专心听讲，对老师讲授的内容有疑问时，先用笔记下来，待老师讲授后举手提问，或课后请教老师，不要随便打断老师的讲授。

 8. 下课时待老师先离教室，再有秩序地下课，不要抢在老师前面走。

 9. 在较狭窄的地方与老师相遇，要让老师先通行。

 10. 到老师办公室去，要先打招呼，喊“报告”，得到老师同意后再进办公室。

 11. 对老师批改的作业本，如有不同的意见，可及时与老师一起讨论或写纸条夹在作业本里，向老师请教，不能擅自涂改或撕掉老师的批改。

 12. 学校集会，发言者走上讲台或发言结束时，参加集会的同学要鼓掌致意会议执行主席宣布散会后，大家方能起立，并有秩序地离场。

 13. 不要随便翻他人的书包，未经同意，不能随意翻阅他人的书刊和日记本。

 14. 男女同学要互相尊重，平等相处，对女生不要随便开玩笑。

 15. 早晨起身时第一次遇见长辈，应招呼一声，表示请安。

 16. 离校后，学习或工作取得成绩时别忘告诉你的启蒙老师。

 17. 离家以前，一般应向家庭成员道别，以便家长知道你的行踪，在家时间也应对长辈招呼一声。

 18. 在家里用膳时，最好等里人到齐后再吃，如果因故先就餐，应该照顾后用膳的人。

 晨风吹，阳光照。好学生，讲礼貌。

 见老师，问声好。学知识，遵教导。

 与师谈，要谦恭。见师忙，不打扰。

 写作业，贵独立。老师见，心欢喜。

 遇老师，要让路。要诚实，不说谎。

 讲学习，讲礼貌，习惯好，更重要。

 第二节 生活中常用礼貌用语

 1、问候的语言：早晨好、您早、晚上好、晚安。

 2、致谢的语言：谢谢您、多谢了、十分感谢。

 3、拜托的语言：请多关照、承蒙关照、拜托。

 4、慰问的语言：辛苦了、受累了、麻烦您了。

 5、赞赏的语言：太好了、真棒、美极了。

 6、谢罪的语言；对不起、实在抱歉、劳驾、真过意不去、请原谅。

 7、挂念的语言：身体好吗、怎么样、还好吧。

 8、祝福的语言；托您的福、上帝保佑、您真福气。

 9、理解的语言：只能如此、深有同感、所见略同。

 10、迎送用语：欢迎、欢迎光临、欢迎再次光临、再见。

 11、问候用语：您好、早安、午安、晚安、多日不见您好吗？

 12、祝贺用语：祝您节日愉快、祝您生意兴隆、祝您演出成功。

 13、征询用语：您有什么事情？需要我帮您做什么事情？您还有别的事情吗？如果您不介意的话，我可以做……吗？请您慢点讲。

 14、应答用语：没关系、不必客气、照顾不周的地方请多指正、非常感谢、谢谢您的好意。

 15、道歉用语：实在对不起、请原谅、打扰您了、失礼了、完全是我们的过错、谢谢您的提醒、我们立即采取措施使您满意。

 16、婉言推托语：很遗憾！不能帮您的忙；承您的好意，但是我还有许多工作呢。

 问候语 记心中 早中晚 得体用

 亲外出 祝安好 亲归家 慰辛劳

 看对象 分场合 父母闻 心感动

 离家久 常问候 家中人 不担忧

 附：有关礼仪的歌谣

一、社会

1、室内公共场合：图书馆礼仪 剧院礼仪

看电影，提前到，座位要对号

摘帽子，弯腰走，安静不吵闹

瓜皮壳，不乱扔，装好自带走

退场时，不拥堵，爱幼又尊老

图书馆，静悄悄，轻手又轻脚

爱护书，不折页，不随便圈画

空座位，不霸占，干净人人夸

借还书，守规则，竟开文明花

2、医院： 探望礼仪

探病人，选时间，笑容挂脸上

病房内，说话轻，真诚来关心

询病情，送礼物，时刻记安慰

探望后，话告别，祝福早康健

3、公园： 旅游礼仪、参观礼仪

去旅游，有修养，文明不喧哗

好风景，细欣赏，拍照有顺序

导游讲，细倾听，离团要讲清

旅游中，不乱画，名胜要爱惜

博物馆，展览馆，参观有修养

参观前，细检查，仪表要整洁

参观中，耐心听，欣赏要文明

好展品，不乱摸，举止显高雅

4、交通站： 乘车礼仪、机场礼仪

乘飞机，早早到，行李不超重

安检时，有耐心，静等不乱动

扶梯上，靠右边，左侧才畅通

候机厅，不喧哗，文明记在胸

5、马路： 行走礼仪、放学路队礼仪

校园里、不奔跑，昂首挺胸精神好

上下楼、靠右行，脚步轻轻像小猫

不聊天，不打闹，排队行走有秩序

队伍整齐离学校，我与同学说再见，

放学路上不逗留，安全到家乐淘淘

6、商场： 购物礼仪

选物品，须注意，包装不乱拆

轻轻拿，轻轻放，乱放不应该

错拿物，放原处，交谈语轻声

结账时，排好队，儒雅好学生

二、学校

1、课堂： 上课礼仪

预备铃声响，快快进课堂

准备好学具，安静等师长

老师进课堂，班长口令响

起身立正好，鞠躬敬师长

坐姿要端正，专心悉听讲

发言先举手，响亮又大方

2、操场： 课间礼仪、升旗礼仪

课间时，要注意

追打闹，不可以

玩游戏，要安全

文明休息你真棒

五星红旗多艳丽

高高升向蓝天里

少先队员要肃立

双双眼睛望国旗

五指并拢举过头

向着国旗敬个礼

3、食堂： 就餐礼仪

慢慢走、不要奔

端来饭菜轻轻放

不敲碗来不敲盆

吃饭吃菜小声音

荤素搭配营养全

不可挑食都吃尽

归整餐椅放餐具

轻拿轻放有秩序

4、公共场所：如厕礼仪、值日打扫礼仪

如厕前，先敲门

有人在，要等待

如厕后，要冲水

整好衣，把手洗

做值日，要积极

先擦黑板后扫地

桌椅齐，抽屉净

垃圾分类送入箱

爱劳动，最光荣

清洁卫士我真棒

5、办公室： 进办公室礼仪

脚步轻，别喧哗

办公室里要安静

先敲门，喊“报告”

老师批准才能进

6、会议室： 会议礼仪

去开会，要准时，入场不迟到

排着队，有秩序，慢行不抢道

专心听，不说笑，认真开动脑

讲得妙，要鼓掌，热情又礼貌

三、家庭

1、客厅： 接人待物礼仪、待客礼仪、做客礼仪、敬长辈礼仪、电话礼仪

小朋友，都知道

礼貌用语记得牢

对待长辈要用“您”

早晨见面说声“早”

平时互相问问“好”

分别“再见”别忘了

若要求人帮，“请”字先用上

得到别人帮，“谢谢”口中讲

无意影响人，忙说“对不起”

文明好孩子，人人都夸奖

客人来，打招呼，微笑迎进门

奉茶水，双手端，热茶暖人心

小客人，我来陪，热情又大方

客人走，送出门，欢迎下次来

去做客，仪表整，举止要文明

见主人，问声好，递上小礼物

带微笑，自如淡，说话要得体

告别时，说再见，真诚表谢意

长辈恩，比海深，“您”字挂嘴边

晨和晚，要问候，长辈心欢喜

谈学习，聊生活，经常交交心

长辈病，要慰问，长辈心里暖

铃声响，立刻接，用语有礼貌

陌生号，要谨慎，信息不泄露

遇错打，莫生气，说话要和气

挂电话，说再见，礼貌人人夸

2、厨房： 家宴礼仪、家务礼仪

就餐前，长辈先，最后我入座

脚放平，胸挺直，坐姿要端正

轻轻嚼，慢慢咽，饭菜喷喷香

不挑食，不偏食，营养会全面

理床铺，扫房间，每天勤观察

洗衣服，刷鞋子，劳动真快乐

洗洗菜，刷刷碗，主动帮父母

动植物，家里养，我来勤照顾

3、起居室： 着装礼仪、卫生礼仪

勤换衣，勤洗澡，全身都整洁

打喷嚏，拿纸巾，掩住口和鼻

如厕后，要冲水，废纸丢篓内

雨雪天，擦鞋底，干净进家门

穿衣服，看场合，不马虎随意

钮必扣，链要拉，整洁又神气

穿拖鞋，套背心，让人直叹息

色彩美，不需贵，照样很亮丽