

<<中小学生日常礼仪教育读本>>

图书基本信息

书名：<<中小学生日常礼仪教育读本>>

13位ISBN编号：9787811107364

10位ISBN编号：7811107368

出版时间：2010-12

出版时间：吴惠平 北京师范大学出版集团,安徽大学出版社 (2010-12出版)

作者：吴惠平

页数：239

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<中小學生日常礼仪教育读本>>

### 内容概要

礼仪是人与人之间交往的基本道德规范，是一个人内在素质的外在表现。良好的礼仪修养是衡量现代社会公民素质的一项重要标准，是社会文明和谐的重要基础。我们中国是孔孟之乡、礼义之邦，崇尚礼仪、礼尚往来是华夏优秀传统文化的精髓之一。孔子说：“不学礼，无以立。”可见，礼仪对人的终身发展和社会的和谐稳定是多么重要啊！

## <<中小學生日常禮儀教育讀本>>

### 書籍目錄

序第一章 基本禮儀第一节 禮儀要點一、髮型禮儀二、儀容禮儀三、穿著禮儀四、站姿禮儀五、坐姿禮儀六、行走禮儀七、手勢禮儀八、微笑禮儀九、表情禮儀十、鞠躬禮儀十一、打招呼禮儀十二、作揖禮儀十三、握手禮儀十四、招手禮儀十五、鼓掌禮儀十六、右行禮儀十七、言談禮儀十八、傾聽禮儀十九、讚美禮儀二十、幽默禮儀二十一、交談禮儀二十二、介紹禮儀二十三、遞物與接物禮儀二十四、敲門禮儀二十五、與人交往禮儀二十六、問詢禮儀二十七、回答問詢禮儀二十八、插話禮儀【延伸閱讀】一、基本禮儀淺析二、生活中的禮貌用語三、禮貌用語解析)第二节 禮儀指導一、儀表——保持美麗端莊的靚姿二、儀姿——飽含個人修養的底蘊三、微笑——拉近人與人之間的距離四、把敬意寫在臉上——面部表情是情緒的外在表現五、恰當的見面禮節——人際關係的粘合劑六、適時鼓掌——良好素養的表現七、尊重他人——學會傾聽與讚美八、交談——雙方心靈的交融九、以禮待人——不要小看遞物與接物十、慎重交友——人際交往的防腐劑……第二章 校園禮儀第三章 家庭禮儀第四章 社會禮儀附錄參考文獻後記

## &lt;&lt;中小学生日常礼仪教育读本&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：插图：第二节 礼仪指导一、仪表——保持美丽端庄的靓姿随着文明程度的提高，人们越来越注重修饰自己。

仪表美是人外部美的显现，恰当、简洁的修饰是学生仪表美的重要特点。

## 1.发型美。

亮丽的发型关键在于贴切，符合身份，否则就有东施效颦之嫌。

比如：染头发、发型怪异的人，大多是以下几种人：以艺术为职业的人，认为这是工作需要；认为这种发型很美的“跟风族”；一些无业青少年以此为时髦。

再如：染黑发、烫发主要是青壮年，他们把发型美作为仪表美的一部分来修饰。

中小學生同样有自己的发型特点，《规范》要求中小學生不烫发、不染发，男生不留长发。

中小學生应该保持自然美，充满活力和朝气。

如果随着社会上那些无业青少年赶时髦，势必给人一种轻浮、散漫、不学无术的感觉，别人在背后会嗤之以鼻。

## 2.仪容美。

仪容是仪表的重要表现，中小學生的仪容应该整洁、自然，“清水出芙蓉，天然去雕饰。”

勤洗脸、洗手，勤刷牙，切不可蓬头垢面，满身散发异味。

中小學生正是青春勃发之际，光润的肤色、娇嫩的容貌，本身就是天然美。

因此，只要保持清洁，涂抹润肤霜就足以光润皮肤，显得美丽而清纯。

倘若涂脂抹粉，甚至画眉涂口红，反而降低了自己的品味，更易使人敬而远之。

## 3.服饰美。

中小學生的服装应该体现出学生的特点，那就是整洁、合体。

整洁是服饰美的前提，合体反映出中小學生年龄特点和精神面貌。

中小學生的服装一般有常服和校服两种，有条件的，中小學生以穿校服为好。

（1）穿校服，校园内学生服装整齐划一，增添校园的景观。

（2）穿校服，增强学生心理平衡感，学生不因家庭环境好差而表现出服装优劣的差异。

（3）穿校服，集体活动更富有整齐美。

当然，也可以根据各自意愿穿常服，提倡不穿名牌，不与同学比衣着。

服装应该经常换洗，俗话说，“衣服笑脏，笑破，不笑补。”

哪怕质料差、补了补丁的衣服，只要洗净抹干，无脏污物，也会显得美观、大方，要知道朴素也是一种美。

校园内着装要整齐，不要穿背心（文体活动除外），敞胸露背，或者把衣服披在肩上。

如果佩戴证章、校徽，要佩在左胸上衣口袋上方1厘米处。

二、仪姿——饱含个人修养的底蕴仪态包括站姿、坐姿和走姿等。

中小學生的仪态应体现热情、活泼、朴实、大方，同时也要显得端庄、稳重。

古人要求：“站如松，坐如钟，行如风。”

就是对良好仪态的表述。

## 1.站如松，挺拔直立。

在学校活动中，良好站姿主要有“立正”与“稍息”两种形式。

中小學生的站姿要体现青少年蓬勃的青春气息，“立正”时两脚跟靠拢并齐，两脚尖向外分开形成约60°

角。

两腿挺直，小腹微收，自然挺胸，上体立正，两肩端平，两臂自然下垂，手指并拢自然微屈，中指贴于裤缝。

头要正，颈要直，两眼向前平视。

“稍息”时左脚向左拉开半步，两脚自然伸直，上体仍保持立正姿势。

体重大部分落于右脚。

## <<中小學生日常禮儀教育讀本>>

在一般場合，也要養成良好的習慣。

俗話說，站有站相。

如課堂站起來回答問題、與老師站着交談等場合，一般應是“稍息”狀態，不能站在那裡左右搖擺或手腳亂動，即使與同伴交談、排隊打飯，也應保持良好的站姿。

2.坐如鐘，穩重端莊。

中小學生的坐姿也要體現出活潑自然的特点。

坐姿分為席地而坐或坐在椅（凳）子上兩種。

席地而坐時，左小腿和右小腿向內彎曲，交叉放下，兩手撫在膝上坐立，上體保持直立，手心向下，放在兩膝上。

坐前應用書或其他物品放在地上墊着坐下。

隨着學校條件的改善，坐姿一般指坐在椅（凳）子上，坐下後腰和腿、大腿和小腿基本成直角，兩腳分開，與兩肩等寬，兩手自然放於兩膝之間或放在桌子上面，上體保持直立，看書、寫字眼睛與書本保持約一尺距離。

即使在日常生活中，與人交談、交往等場合，坐立時也不能做出趴、躺、歪斜等姿勢。

## <<中小学生日常礼仪教育读本>>

### 编辑推荐

《中小学生日常礼仪教育读本》是全国教育科学“十一五”，规划2009年主工，教育部规划课题（课题批准号：FFB090503）成果。

<<中小学生日常礼仪教育读本>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>