小学低年级

文明礼仪

读本

主　编　舒　达
编　写　党　博　房春叶　白慧鑫
　　马剑涛

地质出版社
·北　京·

需要全本请访问 www.ertongbook.c

图书在版编目（CIP）数据

小学低年级文明礼仪读本/舒达主编. —北京：地质出版社，2006. 4
ISBN 7-116-04814-6

Ⅰ. **小**... Ⅱ. **舒**... Ⅲ. **小学生-礼仪-基本知识**
Ⅳ. G625. 5

中国版本图书馆 CIP **数据核字（**2006**）第** 031077 **号**

责任编辑：杨　军
责任校对：王素荣
出版发行：地质出版社
社址邮编：北京海淀区学院路 31 **号，**100083
电　　话：（010**）** 82324508 **（邮购部）；（**010**）** 82324575 **（编辑室）**
网　　址：http ∶//www. gph. com. cn
电子邮箱：zbs@ gph. com. cn
传　　真：（010**）** 82310759
印　　刷：北京朝阳区小红门印刷厂
开　　本：850 mm×1168 mm $^{1}/_{32}$
印　　张：2
字　　数：50 **千字**
版　　次：2006 **年** 4 **月北京第一版·第一次印刷**
定　　价：3. 50 **元**
ISBN 7-116-04814-6/G·1183

（凡购买地质出版社的图书，如有缺页、倒页、脱页者，本社出版处负责调换）

编 者 的 话

小朋友，中国自古就是礼仪之邦，礼仪文化源远流长。孔融让梨、程门立雪、三顾茅庐等典故你们听过吗？这是历史上广为流传的礼仪故事，深刻地反映了我们民族礼仪文化的内涵。

今天，随着社会的进步，礼仪已成为社会文明的标志。为了继承和发扬中华民族的优良传统，为了适应时代的要求，小朋友们应当从小学礼用礼，以礼待人，用规范的礼仪指导自己的一言一行，使自己成为中华民族优秀的一代。

为了让大家更好地学习礼仪知识，我们精心为小朋友们编写了一套礼仪教育的教材。也许本套教材中的许多有趣的场景和事例就发生在你的身边，你可以在这些真实的生活环境中去体验和学习文明礼仪的知识。

小朋友，帮助你成长为一个有礼貌、有教养的公民是我们的热切期望，愿你与我们一道去体验这趟文明之旅，从小就讲文明、讲礼貌，让礼仪之花开遍我们生活的每一个角落，让我们的生活更加美好。

编　者

2006 年 3 月

mù lù

目 录

dì kè zu lì xína y u ji na ji

第 1 课 坐、立、行有讲究 /1

dì kè l mào y na y bù lí k u

第 2 课 礼貌用语不离口 /7

dì kè fàn zhuMsh na de l yí

第 3 课 饭桌上的礼仪 /12

dì kè kè tána sh na de l jié

第 4 课 课堂上的礼节 /17

dì kè y u ài tóna xué

第 5 课 友爱同学 /23

dì kè z n jìna l o sh

第 6 课 尊敬老师 /28

dì kè xiào jìna fù m

第 7 课 孝敬父母 /33

dì kè jiàn miàn zh d na d zh o hu

第 8 课 见面主动打招呼 /38

dì kè n huì ji diàn huà m

第 9 课 你会接电话吗 /42

dì kè zu rè qína hào kè de xi o zh rén

第 10 课 做热情好客的小主人 /46

dì kè sh na auó qí yí shì

第 11 课 升国旗仪式 /50

dì kè z n sh u aMa a na zhì xù

第 12 课 遵守公共秩序 /54

dì kè zu lì xína y u ji na ji

第 1 课 坐、立、行有讲究

zu lì xína shì rén de j b n z tài xi o péna you men

坐、立、行是人的基本姿态，小朋友们

zài h n xi o de shí h u jiù xué huì le k shì yào ràna dà ji

在很小的时候就学会了。可是要让大家

y zhèna què bi o zh n de z shì zhàn lì zu xià xína z u k na

以正确、标准的姿势站立、坐下、行走，恐

pà jiù b xi o péna you men nán zhù le b

怕就把小朋友们难住了吧？

sú huà shuM zhàn y u zhàn xiàna zu y u zu xiàna zhè

俗话说："站有站相，坐有坐相"。这

jiù shì shuM rén de zu lì xína qí shí bú shì dà ji xi na

就是说，人的坐、立、行其实不是大家想

xiàna de nà yàna ji n d n t men dMi y u zì j de bi o zh n z

像的那样简单，它们都有自己的标准姿

shì y u de xi o péna you zhàn lì shí z na shì tuó zhe bèi li na ji o

势。有的小朋友站立时总是驼着背、两脚

ji o ch hu zh shu na sh u ch y o z u lù x hu n d zhe tóu w n

交叉或者双手叉腰；走路喜欢低着头、弯

zhe y o sh n t zu y u yáo huàna zu xià shí x hu n qi o zhe èr

着腰，身体左右摇晃；坐下时喜欢跷着二

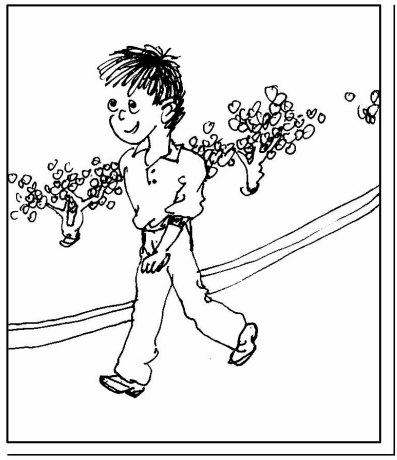
需要全本请访问 www.ertongbook.c



lána tu hu zh shu na tu f n k i sh n de h n yu n y x xi o
郎腿，或者双腿分开、伸得很远，也许小
péna you men jué de zhè yàna aèna sh fu k shì dà ji zh dào
朋友们觉得这样更舒服。可是，大家知道
m zhè dMí shì bú zhèna què de z shì rú au zài zhèna shì de
吗，这都是不正确的姿势，如果在正式的
ch na hé jiù shì duì bié rén bù z n zh na de bi o xiàn le su
场合，就是对别人不尊重的表现了。所
y xi o péna you men yào cóna xi o péi y na zhèna què de zu lì
以，小朋友们要从小培养正确的坐、立、
xína de z shì
行的姿势。

q na xi o péna you men xi na xiàna yí xià zhèna què de zu
请小朋友们想像一下，正确的坐、
lì xína z shì y na a i shì shén me yàna zi de
立、行姿势应该是什么样子的？

xiàn zài jiù aào sù dà ji zhèna què de z shì xi o péna
现在，就告诉大家正确的姿势，小朋
you men k y duì zhào yí xià a i diào zì j bù au fàn de d na
友们可以对照一下，改掉自己不规范的动



zu
作。

zu z b o ku rù zu hé zu xià h u de z shì rù zu
坐姿包括入座和坐下后的姿势。入座

shí yào zu dào q na ér w n zu xià h u shu na ji n yào pína zhèna fàna
时要做到轻而稳，坐下后双肩要平正放

sMa shàna t zì rán t na zhí shu na x zì rán bìna l na lí zu
松，上体自然挺直，双膝自然并拢；离座

shí yào zì rán w n d na y u ji o xiàna h u shMu bàn bù ér h u
时，要自然、稳当，右脚向后收半步，而后

zhàn q
站起。

zhèna què de zhàn z y na d na shì sh n t zhí lì tóu
正确的站姿应当是：身体直立，头、

j na q aàn shu na tu y dì miàn chuí zhí t na xiMa shMu fù
颈、躯干、双腿与地面垂直。挺胸收腹，

li na y n pína shì j na shén zhèn fèn xína t zhu na zh na pína w n
两眼平视，精神振奋，形体庄重、平稳。

sh n t zh na x n zài li na ji o zh ji n ji o ji n sh o xiàna wài chéna
身体重心在两脚之间，脚尖稍向外呈
zì xína li na ji o ji n jù lí bù ch o au yì ji o
“V”字型，两脚间距离不超过一脚。
zhèna què de z u z shì tái tóu t na xiMa shàna t b o chí
正确的走姿是：抬头挺胸，上体保持
zhèna zhí t na xiMa shMi fù li na y n xiàna qián pína shì xià b
正直，挺胸、收腹，两眼向前平视，下巴
h u shMi y dì miàn pína xína shu na ji n pína w n shu na bì qián h u
后收与地面平行，双肩平稳，双臂前后
zì rán b i d na sh n t zh na x n sh o xiàna qián q na bù fú shì
自然摆动。身体重心稍向前倾，步幅适
dàna xína z u shí yào j na shén b o m n miàn dài w i xiào
当。行走时要精神饱满，面带微笑。



k o k o n
考考你

zhè xi z shì duì m zhèna què de huà cu wù
这些姿势对吗？正确的划“✓”，错误
de huà bìna shuMmína wèi shén me
的划“×”，并说明为什么？

zu de z shì
1. 坐的姿势

tuM zhe s i zu
（1）托着腮坐。（ ）

sh n t xiàna h u y na
（2）身体向后仰。（ ）

auì zhe zu
（3）跪着坐。（ ）

bù tína de huàna y zi

（4）不停地晃椅子。（ ）

shàna t zì rán tna zhí shu na x bìna l na

（5）上体自然挺直，双膝并拢。（ ）

lì de z shì

2. 立的姿势

sh n t yáo lái hu na qù

（1）身体摇来晃去。（ ）

ji o bù tína de di n dì

（2）脚不停地点地。（ ）

zhàn zài duì w li dMa d o x w i

（3）站在队伍里东倒西歪。（ ）

sh n t zhèna zhí tna xiMa shMi fù

（4）身体正直，挺胸收腹。（ ）

z u de z shì

3. 走的姿势

z u lù xi o p o

（1）走路小跑。（ ）

z u lù màn m n téna tena wú j na d c i

（2）走路慢慢腾腾，无精打采。（ ）

z u lù j na shén b o m n miàn dài w i xiào

（3）走路精神饱满，面带微笑。（ ）



zu yí zu

做一做

duì zhe jìna zi liàn xí yí xià zhèna què de zu lì xína

对着镜子练习一下正确的坐、立、行

de z shì

的姿势。

礼仪提示

zu lì xína de yào l na

坐、立、行的要领：

tóu zhèna y o zhí ji n

头正，腰直，肩

pína t na xiMa shMi fù li na y n

平，挺胸，收腹，两眼

pína shì

平视。

dì kè l mào y na y bù lí k u

第 2 课 礼貌用语不离口

xi o péna you men q na xi n kàn k n zhè xi tóna xué de zu

小朋友们，请先看看这些同学的做

f xi o hóna de sh b n diào dào dì shàna le xi o dMa b na t shí

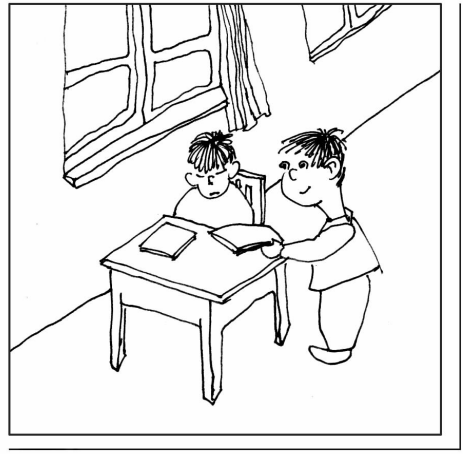
法：小红的书本掉到地上了，小冬帮她拾

le q lái xi o hóna shén me y méi shuM xi o dMa de f i j diào

了起来，小红什么也没说；小冬的飞机掉

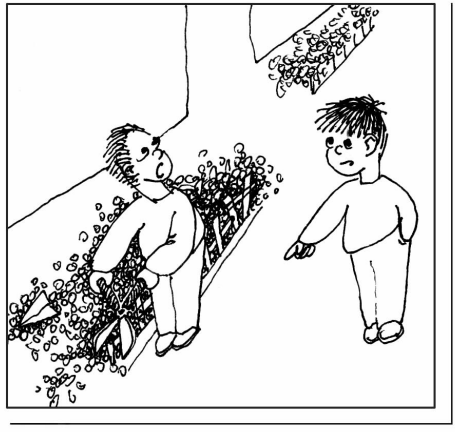
jìn hu yuán l t ch na zhe ji o hu de l o yé ye h n wèi

进花园里，他冲着浇花的老爷爷喊：“喂，



需要全本请访问 www.ertongbook.c

b w de f i j ji n ch lái xi o lán xiàna xi o mína q na jiào
把我的飞机捡出来!";小兰向小明请教
wèn tí shí shuM pàna zi zhè dào tí z n me zu dà ji
问题时说:"胖子,这道题怎么做?"大家
z xì xi na yì xi na zhè xi tóna xué zu de duì m wèi shén
仔细想一想,这些同学做的对吗?为什
me
么?



h n mína xi n t men de zu f shì bú duì de zhèna què
很明显,他们的做法是不对的。正确
de zu f shì sh y na l mào y na y shuMhuà wén mína
的做法是使用礼貌用语,说话文明。
z n yàna sh y na l mào y na y ne l mào y na y y u n
怎样使用礼貌用语呢?礼貌用语有哪
xi
些?

ch na wèi y duì zh na bèi y u rén hu ch shí zh
1.称谓语。对长辈、友人或初识者
ch na nín y bi o shì z n jìna duì sh zh na shè huì aMa zu
称"您",以表示尊敬;对师长、社会工作

rén yuán yào ch na h zhí wù hu l o sh sh fu tóna
人员要称呼职务或“老师”、“师傅”、“同
zhì sh shu yí d na bú yào zhí h qí xìna
志”、“叔叔”、“阿姨”等，不要直呼其姓
mína duì l o nián rén k ch na l o yé ye l o n i
名。对老年人，可称“老爷爷”、“老奶
n i d na duì zhMa nián rén k ch na bó bo sh shu
奶”等；对中年人可称“伯伯”、“叔叔”、
sh n shen yí d na duì b zì j sh o zh na xi de
“婶婶”、“阿姨”等；对比自己稍长些的
k ch na a ae ji jie d na shuMhuà y qì yào hé
可称“哥哥”、“姐姐”等。说话语气要和
i k yùn y na yì xi w i w n de y qì cí rú b
蔼，可运用一些委婉的语气词，如“吧、
ne m d na
呢、吗”等。

rì chána l mào y na y d na q na qiú bié rén zu m u
2. 日常礼貌用语。当请求别人做某
shì shí y na sh y na bi o shì kè qì de cí y rú q na
事时，应使用表示客气的词语，如“请”、
má f n láo jià d na d na bié rén a n xiè n hu y u
“麻烦”、“劳驾”等；当别人感谢你或有
shì xiàna n dào xiè shí yào shuM bié kè qi hu méi au n
事向你道谢时，要说“别客气”或“没关
xi bié rén xiàna zì j zhì qiàn shí y yào huí dá méi au n
系”；别人向自己致歉时也要回答“没关
xi d na dé dào bié rén b na zhù shí yào shuM xiè xie
系”；当得到别人帮助时，要说“谢谢”、
f i chána a n xiè d na fána ài le bié rén a i bié rén ti n má
“非常感谢”；当妨碍了别人，给别人添麻

f n shí y na a i shuMsh na duì bu q q na yuán liàna
烦时，应该说声“对不起”、“请原谅”。

hu n yína y hu n yína nín de dào lái hu n yína
3. 欢迎语。“欢迎您的到来”、“欢迎

nín dào w ji hu n yína n dào zhMa auó lái
您到我家”、“欢迎你到中国来”。

zhù hè y zhù nín jié rì kuài lè zhù nín
4. 祝贺语。“祝您节日快乐”、“祝您

sh na rì kuài lè zhù hè n q dé h o chéna j w
生日快乐”、“祝贺你取得好成绩”、“我

zh n wèi n a o xìna
真为你高兴”。

zh na xún y w néna wèi n zu di n shén me
5. 征询语。“我能为你做点什么

m x yào w b na mána m nín hái y u bié de shì
吗”、“需要我帮忙吗”、“您还有别的事

qina m q na nín ji na màn y di nr h o m
情吗”、“请您讲慢一点儿好吗”。

xi o péna you men zhè xi l mào y na y yào jì láo le
小朋友们，这些礼貌用语要记牢了，

shuMhuà shí yào j na chána yùn y na t men
说话时要经常运用它们。



k o k o n
考考你

n xi na hé tóna xué jiè xiàna pí a i z n me shuM ne
1. 你想和同学借橡皮，该怎么说呢？

bié rén b n s na huí ji n a i z n me shuM ne
2. 别人把你送回家，你该怎么说呢？

y u rén zài shuì jiào n bù xi o x n b t ch o x na
3. 有人在睡觉，你不小心把她吵醒

le a i z n me shuM ne
了，该怎么说呢？



zu yí zu
做 一 做

tóna xué zh ji n f n z mó n bù tóna ch na j na liàn yí liàn
同学之间分组模拟不同场景，练一练
sh y na l mào y na y
使用礼貌用语。



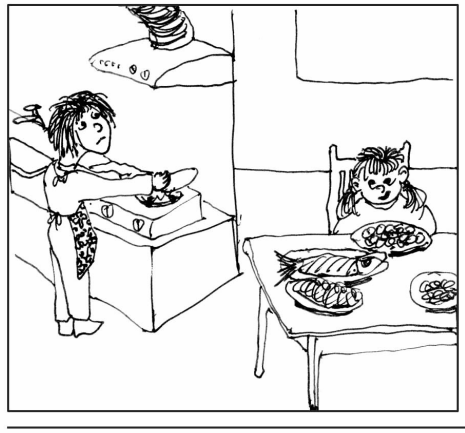
dì kè fàn zhuMsh na de l yí
第 3 课　饭桌上的礼仪

yí rì s n c n m i dùn dMu bù k sh o yí aè rén zài
一日三餐，每顿都不可少。一个人在
c n zhuMsh na de bi o xiàn h n néna f n yìna t de jiào y na chéna dù
餐桌上的表现很能反映他的教养程度。
y n c xi o péna you men yào zh na shì c n zhuMsh na de l jié
因此，小朋友们要重视餐桌上的礼节。
jù t shuM lái y na c n l yí b o ku y xià j aè f na miàn
具体说来，用餐礼仪包括以下几个方面：

zh d na b na zhù ji zh na c zhuM zi b i w n kuài du n
1. 主动帮助家长擦桌子、摆碗筷、端
cài d na rén dào qí cái k y na c n
菜，等人到齐才可用餐。

yào xi n q na zh na bèi rù zu rú au yé ye n i n i
2. 要先请长辈入座。如果爷爷、奶奶
nián l o t ru xína d na bú biàn y na ch n fú zhe t men rù zu
年老体弱，行动不便，应搀扶着他们入座。

jiù c n shí li na zh a bo hé sh u wàn bù xié fàna zài
3. 就餐时，两只胳膊和手腕部斜放在
zhuMbi n bú yào b zh na aè a bo fàna zài zhuMmiàn sh na
桌边，不要把整个胳膊放在桌面上。



ji bú dào de cài k q na bié rén b na mána bú yào

4.夹不到的菜，可请别人帮忙，不要

b kuài zi sh n de tài chána y bú yào b zì j x hu n ch

把筷子伸得太长，也不要把自己喜欢吃

de cài l dào zì j miàn qián bú yào zài cài pán li f n zh o

的菜拉到自己面前，不要在菜盘里翻找。

zì j y o au de cài bú yào fàna dào tiáo liào pán li zhàn tiáo

自己咬过的菜，不要放到调料盘里蘸调

liào aèna bú yào fàna huí cài pán li

料，更不要放回菜盘里。

yào zhù yì zì j de ch xiàna ch fàn h t na

5.要注意自己的吃相。吃饭、喝汤、

j jué sh na y n yào xi o bú yào z zu bú yào y u qi o w n

咀嚼声音要小，不要咂嘴，不要有敲碗、

y o kuài zi de d na zu

咬筷子的动作。

jiù c n shí rú au yào ké s u d p n tì yào a n

6.就餐时，如果要咳嗽、打喷嚏，要赶

需要全本请访问 www.ertongbook.c