

Liyi

礼仪

与

方圆

LIYI YU FANGYUAN

主编 浦军



中国矿业大学出版社

礼仪与方圆

主 编 浦 军

副主编 李松虎 范周荣 薛 辉 纪春梅
孙开俊 吴建军 黄 晨 朱德兴
缪世春 刘卫东 徐 健

中国矿业大学出版社

内 容 提 要

本书为礼仪与规范教育方面的图书。全书分为四篇,分别为:守则、规范,礼仪教育,法律、禁毒、安全知识及附录学生管理制度。全书结构紧凑、文风严谨朴实,对在校学生的规范教育有很大的辅助作用。

本书适合中小學生及中小学教育工作者阅读,也可供相关人员参考。

图书在版编目(CIP)数据

礼仪与方圆/浦军主编. —徐州:中国矿业大学出版社,
2008.8

ISBN 978 - 7 - 5646 - 0033 - 4

I. 礼… II. 浦… III. ①礼仪—基本知识②中小學生—道德规范 IV. K891.26 G645.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 125925 号

书 名 礼仪与方圆

主 编 浦 军

责任编辑 孙 浩 齐 畅

责任校对 陈振斌

出版发行 中国矿业大学出版社

(江苏省徐州市中国矿业大学内 邮编 221008)

网 址 <http://www.cumtp.com> E-mail: cumtpvip@cumtp.com

排 版 中国矿业大学出版社排版中心

印 刷 江苏赣中印刷厂

经 销 新华书店

开 本 850×1168 1/32 印张 5 字数 130 千字

版次印次 2008 年 8 月第 1 版 2008 年 8 月第 1 次印刷

定 价 16.80 元

(图书出现印装质量问题,本社负责调换)

目 录

第一篇 守则 规范

中小学生守则	1
中学生日常行为规范	1

第二篇 礼仪教育

第一章 中学生礼仪常规	5
第二章 如何使用好礼貌用语及体态语言	5
第三章 学生礼仪规范细则	7
第四章 校园礼仪	10
第一节 进校礼仪	10
第二节 上课礼仪	11
第三节 同学相处的礼仪	13
第四节 师生间的礼仪	16
第五节 集会礼仪	17
第六节 办公室礼仪	18
第五章 家庭礼仪	18
第一节 家庭成员之间的礼仪	18
第二节 亲友间的礼仪	19

第三节 待客礼仪	21
第六章 社会礼仪	23
第一节 交际礼仪	23
第二节 做客礼仪	24
第三节 与邻居相处的礼仪	25
第四节 公共场所的礼仪	25
第五节 通讯礼仪	26
第七章 特殊礼仪	27
第一节 学会赞美别人	27
第二节 克服嫉妒心理	28
第三节 开玩笑的注意事项	28
第四节 怎样对待残疾人	29
第五节 不要歧视乡下同学	29

第三篇 法律 禁毒 安全知识

第一章 法制教育	31
第二章 禁毒教育	42
第一节 万恶无比的毒品	42
第二节 吸毒害己、毁家、祸国	44
第三节 拒绝毒品重在预防	48
第三章 安全教育	69
第一节 家庭安全	69
第二节 学校安全	75
第三节 户外安全	80
第四节 心理健康与人身安全	89

附录 学生管理制度

学生管理条例	100
学生文明行为规范	107
学生一日常规	111
学生仪容仪表规范	113
学生请假制度	114
行为问题学生帮教条例	115
教室管理规定	115
学生宿舍管理条例	116
寄宿学生管理制度	120
校徽(胸卡)管理办法	121
升降国旗制度	122
课间操、眼保健操管理制度	123
实习(劳动)纪律	123
爱护公物制度	124
教室财产保管制度	125
公物损坏的赔偿及维修规定	125
用水用电制度	126
爱护绿化制度	126
卫生打扫制度	126
文明班级基本标准	127
“三好学生”评选条件	128
优秀学生评选条件	129
优秀学生干部评选条件	129
学生安全制度	130

校园环境管理制度	131
安全管理规定	132
学生违纪处分规定	135
安全治理工作方案	143
大型活动中发生突发事件疏散应急预案	144
公共卫生事件处理应急预案	145
食物中毒事故应急程序	148
交通伤害事故应急程序	149
暴雨雷击事故应急程序	149
火灾事故应急程序	149
学校晚自习突发停电事故应急程序	150
走廊楼梯间安全预案	151
疾病防控工作预案	152
学生安全教育目标管理保证书	153

第一篇 守则 规范

中小学生守则

1. 热爱祖国,热爱人民,热爱中国共产党。
2. 遵守法律法规,增强法律意识。遵守校规校纪,遵守社会公德。
3. 热爱科学,努力学习,勤思好问,乐于探究,积极参加社会实践和有益的活动。
4. 珍爱生命,注意安全,锻炼身体,讲究卫生。
5. 自尊自爱,自信自强,生活习惯文明健康。
6. 积极参加劳动,勤俭朴素,自己能做的事自己做。
7. 孝敬父母,尊敬师长,礼貌待人。
8. 热爱集体,团结同学,互相帮助,关心他人。
9. 诚实守信,言行一致,知错就改,有责任心。
10. 热爱大自然,爱护生活环境。

中学生日常行为规范

一、自尊自爱,注重仪表

1. 维护国家荣誉,尊敬国旗、国徽,会唱国歌,升降国旗、奏唱国歌时要肃立、脱帽、行注目礼,少先队员行队礼。
2. 穿戴整洁、朴素大方,不烫发,不染发,不化妆,不佩戴首饰,男生不留长发,女生不穿高跟鞋。
3. 讲究卫生,养成良好的卫生习惯。不随地吐痰,不乱扔废

弃物。

4. 举止文明,不说脏话,不骂人,不打架,不赌博。不涉足未成年人不宜的活动和场所。

5. 情趣健康,不看色情、凶杀、暴力、封建迷信的书刊、音像制品,不听不唱不健康歌曲,不参加迷信活动。

6. 爱惜名誉,拾金不昧,抵制不良诱惑,不做有损人格的事。

7. 注意安全,防火灾、防溺水、防触电、防盗、防中毒等。

二、诚实守信,礼貌待人

8. 平等待人,与人为善。尊重他人的人格、宗教信仰、民族风俗习惯。谦恭礼让,尊老爱幼,帮助残疾人。

9. 尊重教职工,见面行礼或主动问好,回答师长问话要起立,给老师提意见态度要诚恳。

10. 同学之间互相尊重、团结互助、理解宽容、真诚相待、正常交往,不以大欺小,不欺侮同学,不戏弄他人,发生矛盾多做自我批评。

11. 使用礼貌用语,讲话注意场合,态度友善,要讲普通话。接受或递送物品时要起立并用双手。

12. 未经允许不进入他人房间、不动用他人物品、不看他人信件和日记。

13. 不随意打断他人的讲话,不打扰他人学习工作和休息,妨碍他人要道歉。

14. 诚实守信,言行一致,答应他人的事要做到,做不到时表示歉意,借他人钱物要及时归还。不说谎,不骗人,不弄虚作假,知错就改。

15. 上、下课时起立向老师致敬,下课时,请老师先行。

三、遵规守纪,勤奋学习

16. 按时到校,不迟到,不早退,不旷课。

17. 上课专心听讲,勤于思考,积极参加讨论,勇于发表见解。

18. 认真预习、复习,主动学习,按时完成作业,考试不作弊。

19. 积极参加生产劳动和社会实践,积极参加学校组织的其他活动,遵守活动的要求和规定。

20. 认真值日,保持教室、校园整洁优美。不在教室和校园内追逐打闹喧哗,维护学校良好秩序。

21. 爱护校舍和公物,不在黑板、墙壁、课桌、布告栏等处乱涂改刻画。借用公物要按时归还,损坏东西要赔偿。

22. 遵守宿舍和食堂的制度,爱惜粮食,节约水电,服从管理。

23. 正确对待困难和挫折,不自卑,不嫉妒,不偏激,保持心理健康。

四、勤劳俭朴,孝敬父母

24. 生活节俭,不互相攀比,不乱花钱。

25. 学会料理个人生活,自己的衣物用品收放整齐。

26. 生活有规律,按时作息,珍惜时间,合理安排课余生活,坚持锻炼身体。

27. 经常与父母交流生活、学习、思想等情况,尊重父母意见和教导。

28. 外出和到家时,向父母打招呼,未经家长同意,不得在外住宿或留宿他人。

29. 体贴帮助父母长辈,主动承担力所能及的家务劳动,关心照顾兄弟姐妹。

30. 对家长有意见要有礼貌地提出,讲道理,不任性,不要脾气,不顶撞。

31. 待客热情,起立迎送。不影响邻里正常生活,邻里有困难时主动关心帮助。

五、严于律己,遵守公德

32. 遵守国家法律,不做法律禁止的事。

33. 遵守交通法规,不闯红灯,不违章骑车,过马路走人行横道,不跨越隔离栏。

34. 遵守公共秩序,乘公共交通工具主动购票,给老、幼、病、残、孕及师长让座,不争抢座位。

35. 爱护公用设施、文物古迹,爱护庄稼、花草、树木,爱护有益动物和生态环境。

36. 遵守网络道德和安全规定,不浏览、不制作、不传播不良信息,慎交网友,不进入营业性网吧。

37. 珍爱生命,不吸烟,不喝酒,不滥用药物,拒绝毒品。不参加各种名目的非法组织,不参加非法活动。

38. 公共场所不喧哗,瞻仰烈士陵园等相关场所保持肃穆。

39. 观看演出和比赛,不起哄滋扰,做文明观众。

40. 见义勇为,敢于斗争,对违反社会公德的行为要进行劝阻,发现违法犯罪行为及时报告。

第二篇 礼仪教育

第一章 中学生礼仪常规

1. 参加升国旗仪式,衣着整洁,脱帽肃立,行队礼或注目礼,唱国歌严肃、准确、声音洪亮。

2. 着装得体,坐正立直,行走稳健,谈吐举止文明。

3. 使用好礼貌用语:请、您、您好、谢谢、对不起、没关系、再见。

4. 使用好体态语言:微笑、鞠躬、握手、招手、鼓掌、右行礼让、回答问题起立。

5. 进校第一次见到老师,鞠躬问好;上下课起立向老师行注目礼;课上发言先举手;课余进老师办公室或居室,喊报告或轻敲门,经允许后再进入;离校与老师、同学道别。

6. 家中吃饭请长辈先就座,离家或归家与家长打招呼。

7. 对待客人或外宾,主动问候,微笑致意,起立欢迎,招手送别。

8. 对待老、幼、妇、病、残和军人,行走让路、乘车让座、购物让先,尊重、帮助残疾人。

9. 递送或接受物品时起立并用双手。

10. 参加集会守时肃静,大会发言先向老师和听众致礼,发言结束道谢;观看演出、比赛,适时适度鼓掌致意。

第二章 如何使用好礼貌用语及体态语言

一、使用好礼貌用语

1. 尊称(敬称):对长辈、友人或初识者称“您”;对师长、社会工

作人员要称呼职务或“老师”、“师傅”、“同志”、“叔叔”、“阿姨”等，不直呼其姓名。

2. 对他人提出要求时说“请”；与人招呼时说“您好”；与人分手时说“再见”；给人添麻烦时说“对不起”；别人向自己致歉时说“没关系”；得到别人帮助时说“谢谢”。

二、使用好体态语言

1. 微笑是对他人表示友好的表情，不露牙齿，嘴角微上翘。

2. 鞠躬：下级对上级、晚辈对长辈、个人对群众的礼节。行鞠躬礼时，脱帽、立正、双目注视对方，面带微笑，然后身体上部向前倾斜，自然弯下 $15^{\circ}\sim 30^{\circ}$ 左右，低头，眼向下看。有时为深表谢意，上体前倾可再深些。

3. 握手：与人见面或离别时最常用的礼节，也是向人表示感谢、慰问、祝贺或鼓励的礼节。

(1) 握手前起身站立，摘下手套，用右手与对方右手相握。

(2) 握手时双目注视对方，面带微笑。

(3) 一般情况下握手不必用力，握一下即可。老友可握得深些、久些或边问候边紧握双手。

(4) 多人同时握手不要交叉，待别人握好后伸手，依次相握。

4. 招手：公共场合远距离遇到相识的人或送别离去的客人，举手打招呼并点头致意。招手时手臂微屈，手掌伸开摆动。

5. 鼓掌：表示喜悦、欢迎、感激的礼节。双手掌有节奏地相击，鼓掌要适时适度。

6. 右行礼让：在校园、楼梯、楼道或街道上行走时，靠右侧行进，遇到师长、客人、老、幼、妇、残、军人进出房门时，主动开门侧立，让他们先行。

第三章 学生礼仪规范细则

一、学生学校礼仪规范细则

1. 在校内遇到上级领导和外单位来校办事人员,要热情问候客人好并主动让路、引路、回答询问。

2. 对老师要恭敬、有礼貌;要尊重老师的劳动,专心听讲,听从老师的教导。

3. 进老师办公室要先喊“报告”,得到允许后方可入内。在办公室内不得大声说笑,不影响老师工作和休息,不翻动老师的东西。

4. 诚恳、虚心地听取老师的意见和批评,不得顶撞老师。

5. 对教育、教学有意见,要善意地通过一定的组织形式提出,不得背后议论老师。

6. 积极支持老师教学,协助老师发放作业,接送教具,上好每节课。

7. 同学之间要团结友爱,互相帮助,说话不带脏字,不欺负同学,不给同学起绰号。

8. 穿着打扮要朴素大方、整洁美观,不穿奇装异服,仪容要朴实端庄。男同学不留长发,非特殊情况不在校内穿无领无袖背心,不打赤脚,禁止敞胸露怀;女同学不烫发,不留披肩发,不化妆,不佩戴不相宜的饰物。

二、学生家庭礼仪规范细则

1. 尊老爱幼

(1) 尊敬长辈、体贴关心父母,和父母说话要和气、有礼貌;长辈呼唤时要及时答应,礼貌地回答家长问话。

(2) 不向家长提出家里办不到的生活要求;当自己意见没有被父母采纳时,要耐心解释,不发脾气。

(3) 上学前、放学后要向家长打招呼,课余时间外出要向家长

说明去向,不经家长允许不能在外过夜。

(4) 父母生病要多问候,尽力做到悉心照料。

(5) 吃东西时要先让长辈后让弟妹。

(6) 兄弟姐妹之间要互相关心、互相爱护、互相帮助。对兄长姐姐不要直呼其名,要称“哥哥”、“姐姐”。

2. 礼貌待人

(1) 客人来访要起立相迎,热情招呼,让座端茶。

(2) 客人与家长说话时不要随便说话,客人告辞时要送出家门,礼貌道别。

(3) 欲进他人房间应先敲门,得到允许之后再进入。

(4) 邻里相见主动招呼、问候,不要妨碍邻居的日常生活,邻居有困难要热情帮助。

(5) 家里弟妹侄辈等与邻里小孩闹纠纷或打架时,要了解情况,多方解劝,严以律己,宽以待人。

(6) 与邻居共用的楼梯、门厅、过道要保持清洁卫生并主动打扫。

3. 生活自理

(1) 生活要有秩序、有条理,按时起床、按时睡觉。

(2) 主动承担力所能及的家务,自己的衣物、书籍、用具等自己要管好,做到自己的事情自己做。

(3) 生活俭朴,不乱花钱,节水、节电。

三、学生社会礼仪规范细则

1. 在大街小巷

(1) 遵守交通规则,不骑飞车,任何场合都要给老、弱、病、残让路。

(2) 如骑车不慎撞了人,应先道歉说“对不起”;如伤人或撞坏车子,要主动帮助送医院就医或修理车子。

(3) 如不慎被别人撞了,不要发火,当别人道歉时应说“没关

系”；如被撞伤或车子被撞坏，应礼貌、理智地进行交涉处理，不要谩骂或动手打人。

(4) 遇到外宾以礼相待，不卑不亢，不围观、不尾随，不做有损国格人格的事。

(5) 爱护公共设施，不损坏路灯、公共电话亭、垃圾箱、卫生箱。

2. 在车、船上

(1) 上车、船要排队，不拥挤。

(2) 不抢座，主动给老、弱、病、残以及抱小孩的人让座。

(3) 不到旅客禁区乱动、乱串。

3. 在商店

(1) 买东西按次序，对营业员要客气，不乱动商品和陈设品。

(2) 对商品价格有意见或在找款时发生差错要用文明语言提出，不可讽刺挖苦。

4. 在公园名胜地

(1) 爱护文物古迹、建筑和花草树木，不涂写刻画，不攀折采摘。

(2) 在革命烈士墓地、各类博物馆、纪念馆要肃静，不说笑、打闹。

(3) 讲究卫生，不随地扔纸屑、果皮、罐头盒子等物。

5. 在影剧院等公共场所

(1) 到公共场所，自行车要停放在指定地点。

(2) 准时入场，安静观看，不随便走动，不怪叫、起哄，不提前退场。

(3) 保持场内卫生，不乱扔纸屑、果皮。

(4) 演出结束时鼓掌致谢，散场时不拥挤，不抢道。

6. 出游

(1) 要有组织，听从指挥，遵纪守法，保持环境卫生，注意安

全,不酗酒闹事。

(2) 注意安全,不攀登危险处,游泳时要结伴而行,互相照顾,不到禁区游泳。

(3) 爱护有益的鸟类,不乱捕捉。

第四章 校园礼仪

第一节 进校礼仪

一、穿着整齐统一的校服

校园不同于一般的机关、企业,更不是娱乐场所,它担负着培养一代新人、铸造学生心灵的神圣使命,所以是一个特别需要讲求庄重、严肃、文明和整洁的场所,只有穿着统一、干净的校服,才能使学校显示出和谐的校风、校貌,焕发出勃勃的生机。同时借助端庄的衣冠、标准的仪表,还能培养同学们的集体观念和遵守纪律的作风,培养良好的精神面貌。

二、坚持天天佩戴校徽(胸卡)

校徽是一个学校的标志。坚持佩戴校徽(胸卡),对于提高集体荣誉感和责任感、养成遵纪守法的良好习惯是极其有益的,所以要坚持天天佩戴校徽进出校门。当胸前戴着校徽(胸卡)的时候,使我们意识到我们的荣耻与学校是息息相关的。

此外,进出校门佩戴校徽(胸卡),也便于学校搞好保卫工作,使门卫对进出人员的身份一目了然,防止外人随便进入学校影响教学,这样更有利于维护学校的正常秩序。

三、接受门卫(值勤同学)的指点

为了加强学校的保卫工作,防止外人或坏人进入学校,干扰和破坏校内正常的教学秩序,同时,也为了方便检查学生的仪容,维护学校良好的校风、校纪,通常学校都设有门卫或者由各班同学轮