

教师基本功实用丛书②⑤

教师的娱乐通讯称谓行为

田晓娜 主编



教师基本功实用丛书 ②

教师的娱乐通讯称谓行为

田晓娜 主编

国际文化出版公司

《教师基本功实用丛书》编委会

主 编 田晓娜

副主编 周德明

编 委 田晓娜

于 明

周德明

王波波

杨邵豫

崔雪松

王 昭

彭卫红

韩敏敏

目 录

一、教师的体育礼仪	(1)
体育比赛抽签礼仪	(1)
赛前礼仪	(2)
运动员礼仪	(3)
教练员礼仪	(7)
体育比赛中的申诉礼仪	(7)
体育比赛中记者招待会礼仪	(8)
运动员的服装礼仪	(9)
体育比赛中的观众礼仪	(19)
二、教师的文艺礼仪	(22)
观看演出时的礼仪	(22)
观看电影的礼仪	(25)
出席音乐会的礼仪	(27)
观看文艺演出的礼仪	(28)
参观美术馆的礼仪	(29)
三、教师的游戏礼仪	(30)
参加游戏的礼仪	(30)
象棋比赛的礼仪	(32)
国际象棋比赛的礼仪	(35)
围棋的比赛礼仪	(40)
其他棋的比赛礼仪	(43)
扑克游戏的各种竞赛礼仪	(45)

桥牌的比赛礼仪	(55)
四、教师的饭店旅馆礼仪	(58)
办理旅馆住宿手续的礼仪	(58)
饭店、旅馆的住宿礼仪	(61)
饭店、旅馆的交际礼仪	(64)
写字间的礼仪	(65)
洗手间礼仪	(67)
五、教师的旅游礼仪	(68)
旅游准备	(68)
旅游观光礼仪	(73)
旅游住宿礼仪	(74)
接受服务礼仪	(76)
乘飞机礼仪	(77)
乘火车礼仪	(84)
乘坐公共汽车礼仪	(86)
乘轿车礼仪	(88)
乘地铁礼仪	(90)
乘客轮礼仪	(91)
行路的礼仪	(93)
开汽车的礼仪	(96)
六、教师的其他场合礼仪	(99)
购物礼仪	(99)
探望病人的礼仪	(103)
集体宿舍生活礼仪	(106)
公共场所沐浴、游泳礼仪	(108)
七、教师的信函礼仪	(110)

书信的礼仪	(110)
家书的礼仪	(124)
社会往来书信礼仪	(132)
涉外信函礼仪	(134)
便笺的礼仪	(136)
留条的礼仪	(136)
明信片的礼仪	(137)
八、教师的电报礼仪	(138)
国内电报礼仪	(138)
港澳台地区电报礼仪	(144)
国际电报礼仪	(144)
九、教师的电话礼仪	(145)
长途电话的礼仪	(145)
普通电话礼仪	(150)

一、教师的体育礼仪

（一）体育比赛抽签礼仪

体育比赛，无论是采用淘汰法或者循环法，顺序法或者轮换法来进行，为了体现比赛是在完全公平的条件下进行的，各运动队或个人分组归属、轮次先后的安排问题，都须经过抽签的方法来解决。

在正规的比赛中，抽签仪式必须在组织委员会的领导下，采用各方任可的方法进行。参加抽签的各队可推派代表、领队或队长参加，此外，比赛仲裁委员会、大会秘书以及其他官员也都可以参加。

抽签的具体程序是：

- （1）仪式主持人宣布抽签方法；
- （2）宣布公证人和监察员名单；
- （3）宣布抽签开始；
- （4）公布中签号码；
- （5）宣布抽签结果；

在这种抽签仪式中，关键程序是抽签方法要明确无误，能体现出公平合理和机遇相等的原则。如果采用摇号方法，让各队或选手“对号入座”，则事先应将各轮的比赛顺序随机排出，再将与选手数目相等、序数不同的号码球装入抽号机内，由工作人员代表各选手逐一摇出号码球。摇出的号码与比赛

顺序表上所列号码能对上“座”，即为各选手的比赛顺序和轮次。有时，代表各选手摇号的工作人员可推举社会名流或“吉祥神童”等担任。此外，抽签仪式还可采用各选手自行摸牌、抓阄儿等方法进行。

无论采用什么方法抽签，都要得到有关组织和参赛者的认可，同时，要视比赛的性质、规模和惯例，来确定具体的方法。

赛前礼仪

1. 赛前互赠队旗礼仪

无论国际还是国内比赛，按其性质来分有锦标赛、邀请赛、友谊赛和表演赛等等。特别在一些国际性的友谊赛和表演赛上，若两队是首次相遇，通常都要在赛前举行一项互赠队旗的仪式。

互赠队旗时，双方队员都在赛场中央面对主席台，向左右两侧一字排开。在向主席台和四周观众挥手或鞠躬致敬后，东道主球队队长应主动带领全队向客队迎去，并由队长代表全队，将本方队旗双手赠给对方队长；当接过对方回赠的队旗后，可相互握手表示敬意。然后，双方都将对方队旗高高举起，向主席台和四周观众致意。其他队员在队长赠送队旗时，也可主动向对方队员迎去，将事先准备好的纪念品赠送给对方队员。当队长将对方队旗举起示意时，其他队员则可热烈鼓掌，表示庆贺与友好。

当互赠队旗仪式举行之前，双方应相互通气，商定仪式程序。

2. 赛前互赠纪念品礼仪

两队比赛之前互赠纪念品，往往是在两队队长互赠队旗后紧接着进行的一项仪式。

当两队互赠纪念品时，双方队员，特别有一方如果是东道主的话，应积极主动地向客队员迎去，将事前备好的纪念品赠给对方队员。赠送完毕，应相互握手致谢，并将纪念品举起向观众示意。

举行互赠纪念品活动时，应注意以下几点：

(1) 赠送纪念品之前要与对方通气，若对方没有准备的话，则应当取消这一活动，以免对方被动。

(2) 对所赠送的纪念品要有所选择，应着重考虑纪念品的意义和象征性，如本队的会徽、队徽，代表本国或本地民族特色的小工艺品，象征和平、友谊和繁荣昌盛的吉祥物等等。

(3) 要注意了解对方的嗜好和习惯，避免赠送对方忌讳的东西。

(4) 赠送纪念品时，不要忘记也给对方的场下替补队员、教练员、甚至主席台上的对方队官员赠送礼品，以表示自己的热情和周到。

运动员礼仪

1. 运动员对裁判员的礼仪

运动比赛中，运动员与裁判员之间存在着一种相互平等和相互尊重的关系。运动员在比赛中的—切良好行为和表演，都会受到裁判员的肯定和保护。因此，比赛前运动员应主动、

热情地向裁判迎去，并握手致意，以表示自己愿在公平的条件下进行比赛，一切听从裁判员的判决。比赛后，运动员也应主动与裁判握手，以表示感谢。即使是比赛失利的一方，也应这样做，表现出良好的礼貌修养，切不可一输比赛，就连向裁判和观众致意的礼节也不顾，更不能无故地迁怒于裁判。

运动员无论自己的胜败如何，除了向裁判员握手致谢外，还可向裁判员简短说几句表示敬意和感谢的话。

以上做法，能够体现运动员在赛场上比赛技艺，在赛场下不丢作风和重视礼貌的精神面貌，从而，给裁判和观众留下良好的体育道德作风的印象。

2. 运动员对观众的礼仪

运动员无论参加何种类型的体育比赛，在赛前和赛后都应通过适当的礼貌举动，来向观众表示敬意。只有这样，运动员才能进一步同观众心心相印，并获得观众的拥戴和尊敬。

因此，比赛前运动员在赛场中除了向主席台上的官员和对方运动员致礼外，还应热情向四周的观众挥手或鞠躬，来表达自己的敬意。同时，这样做也具有给观众留下亲切和随和的形象的意义，使观众在心理上能接受和喜爱自己的表演。

比赛后，运动员无论比赛胜负，同样也应向观众挥手或鞠躬致意，其旨在感谢观众的光临和鼓励。同时这也是向观众告别。尤其是比赛的优胜者，视场上的情况，有时还可绕场一周，向观众的喝采和欢呼声表示感谢，让观众与自己一起分享胜利的喜悦。

3. 运动员对贵宾的礼仪

逢到贵宾参加运动比赛作观摩时，运动员首先应在赛场中间向主席台上的贵宾鞠躬和挥手致敬。这是表示友好和尊

敬的礼节。若参赛双方队员之间举行互赠队旗和纪念品时，运动队的队长或代表，还可跑步登上主席台，向贵宾赠送礼品或鲜花，并与贵宾握手拥抱，表示热烈欢迎贵宾光临观摩。

比赛结束时，运动员也应首先向主席台和贵宾鞠躬致敬。当优胜队获得奖杯时，则可将其高高举起，向主席台和贵宾亮相，以表示共享胜利的喜悦。

4. 运动员的比赛礼仪

任何比赛项目或运动场地所应具有的基本要求是运动员的体育道德，最为显而易见的体育道德是在任何比赛中都不发脾气。总之，如果你不能以良好的举止和心情参加运动会，就不要去参加。诅咒你的错误或机遇、辩解、抱怨、以及抗议不公正都是行不通的——这只会造成麻烦。隐蔽自己的恶念是体育道德的第一条原则。这不是说你绝对不能——用表情或手势——表示自己的满意或懊恼。这只是说在任何情况下你都要控制自己的感情。另一条原则是能够容忍。虽然当时的问题看起来非常重要，但不要和裁判员发生争执。如果他裁决一个落在网球场线上的球算出界，那它就是出界了。不要转向观众好像在说：“他一定是瞎了眼！”

体育道德不良的选手的一个缺点是在比赛前过低地谈论自己的能力。一个人实际上非常满意自己的技巧，嘴上却说：“我不是一名好运动员，”或是“我知道我今天会很糟糕——我的胳膊‘疼’！”这是司空见惯的事。他并不一定是不诚实；他可能是被一种下意识的努力驱使着，如果他打得好，就会使人感到羡慕和惊讶，如果他打输了，又可以顾全面子。

最后一个体育道德败坏的例子是，当输掉这场比赛的时候就抱怨生病：“我的肋侧（或膝盖，或是后背）很疼！我都

不知道我是怎样打完比赛的！”

体育道德可以从下面几个简单的原则中学到：把精神集中在比赛上，而不是感情上。如果你赢了，不要马上就认为自己明星。一个趾高气扬的得胜者比一个惨重的失败者还令人憎恨。但是当你输的时候，不要生气、抗议、或是长时间地解释。如果你受了伤，轻伤就不要去管它，站起来，以良好的情绪作好下场比赛的准备。这是良好的体育道德。

在球类集体项目比赛中，每个运动队都应任命一名运动员为本队的队长。队长是球队的代表，要控制本队的比赛。

在一些比赛中，队长虽然和本队队员的服装一致，但还应戴有其他标志。排球比赛中，队长的上衣左胸前应有一条与上衣颜色不同的长8厘米、宽2厘米的带状标志。足球和手球比赛中，队长应佩带与上衣颜色不同的宽约4厘米的臂章。

赛前，队长要代表球队参加抽签活动，选择场边和发球权。赛后，队长要在比赛结果记录表上签名。在必要时，队长可以请求裁判员解释有关规则上的问题或询问某些情况，但要有礼貌。队长还可以代表球队在比赛允许的時刻提出口头或书面申诉，但方式应当是平静的和有礼貌的。

在比赛结束后，队长除应与对方队长握手致意外，还应与裁判员握手，以表示感谢。

如果你是女子，不要模仿男子的举止和衣着。如果你是男子，不要利用自己力量大的优势来显示自己超出女子对手所能承受的本领。

真正的运动员既是愉快的失败者，又是安静的胜利者，并对其他人身上令人羡慕的品质公开表示赞赏，他竭力学习他

人之长，尽量改正自己的缺点。

教练员礼仪

教练员在运动队中一般是长者，言行举止都要格外注意礼节。

教练员的服装并不要求与同队队员一致，但应比队员更要求整洁和庄重。

比赛前，教练员要将己队出场队员以及位置表交给裁判员。比赛时，教练员应坐在靠近记录员一端的供运动员休息的长凳上。在比赛暂停和局间休息时，教练员可以向队员进行指导。指导时应讲究风度，切忌训斥和责骂。在比赛进行中，教练员不能在场边来回走动或大声叫喊。

教练员对裁判员的判决或认为场上某一事件对己队不利时，可在适当时候用口头或书面形式提出申诉，但要注意礼貌。

比赛结束后，教练员除了应与对方教练员相互握手以外，还应与裁判员握手表示感谢。

体育比赛中的申诉礼仪

在体育比赛中，某运动队、运动员或教练员对裁判员的宣判不满或认为在比赛中发生的某一事件对己不利，可以按照一定的礼仪提出申诉。

一般来说，起诉不应在比赛正在进行的时间进行，而应当选择比赛成死球，或在比赛暂停阶段，或在比赛结束以后

进行。申诉的意见可向裁判员、比赛仲裁委员会或比赛技术委员会提出。起诉的方式可以是口头的，也可以是书面的，但无论采用哪种方式，都必须是平静的和有礼貌的。

在个人赛中，起诉可由运动员本人或教练员提出。在团体赛中，起诉应由领队、教练员或队长作为代表提出。一个运动队的书面申诉，应当有领队的签名。

对于提出申诉的时间，有些比赛有明确的规定。如篮球比赛，队长可在球成死球并停止比赛时，或在随后的首次暂停时提出申诉。比赛结束时，某队如认为发生的事件对己不利，应由队长立即向记录台报告，由记录员转告主裁判员，队长还要在记录表中球队抗议栏内签名；该队的正式队长则必须在赛后 20 分钟内以书面材料确认抗议。又如垒球比赛，口头抗议须在投手投下一个球前立即提出，书面抗议则一般应在赛后 48 小时以内提出。古典式、自由式摔跤比赛和射击比赛，抗议书应在赛后 30 分钟之内，交给裁判委员会主席。赛艇比赛，口头申诉应在赛艇到达终点后即举手示意，向裁判长口头申述；书面申诉则应在该项比赛结束后 20 分钟内提出。

体育比赛中记者招待会礼仪

在奥运会、亚运会及我国全国运动会或一些重大体育比赛中，大会组织委员会一般要指派新闻委员会，在每场比赛结束后，随即于比赛场馆会议室内召开新闻记者招待会。大会新闻官员要陪同双方教练员和队长出席，回答新闻记者的提问。记者招待会的时间一般都应有所控制，不能太长。

在记者招待会的会场，前方要放置一张长桌，桌上两边要放置每一方球队所在国的国旗。长桌的一侧要放置一小桌，供翻译人员使用。

当双方教练员和队长步入记者招待会会场时，失利一方的教练员和队长，应主动让获胜一方的教练员和队长走在前面。在入座和发言时，一般也应让获胜方在先。

当新闻记者提问时，教练员和队长应尽量予以回答。即使记者的提问有时比较尖刻或难以回答，但教练员和队长仍要保持冷静，注意自己的风度和礼节，切忌急躁发怒。

运动员的服装礼仪

1. 足球运动员的服装

进行足球比赛，运动员的通常装备是运动衣、短裤、长袜和球鞋，不得穿戴危及其他队员的任何物体。球鞋鞋底横条应用皮革或橡胶制成，要横装而扁平，所有棱角均须打磨光圆；凡分别安装在鞋底上可以更换的钉柱，均应用皮革、橡胶、铝材、塑料或类似的质料制成，并牢固地嵌在鞋底上。球鞋不能有任何形状突出的锋利边缘，或凸突的线条或装饰品。长统袜内可装护板。守门员球衣的颜色必须与其他队员及裁判员有明显的区别。

2. 篮球运动员的服装

篮球比赛时，运动员上衣前后须有明显的号码，但不得使用空心号码。号码颜色须一致，并与上衣颜色有明显的区别。球队必须使用4至15的号码。同队队员应该穿相同颜色的上衣，胸前和背后的颜色要一致。

比赛中，双方队员的球衣颜色要有所区别。如双方运动员运动衣的颜色相冲突，应由主队更换服装。参加竞赛时，一个球队必须至少备有两套服装，一套是浅色的，一套是深色的。如电视转播比赛，则要求一队穿浅色运动衣，另一队穿深色运动衣。

3. 排球运动员的服装

排球比赛时，一支球队队员的服装必须统一、整洁和颜色相同，包括上衣和短裤。队员上衣必须有号码，应由1号至15号。上衣号码颜色必须与上衣颜色明显不同。运动员必须穿不带后跟的柔软轻便的胶底或皮底运动鞋。比赛中，双方球衣颜色应相区别。如到场后发现双方所着服饰颜色相同，主队须更换服装。如在第三方场地进行比赛，则先登记在记录表上的队须更换服装。在排球比赛中，运动员不得佩带首饰、别针或项链。

4. 网球运动员的服装

进行网球比赛，运动员的服装颜色一般为白色。男运动员着短袖上衣、短裤及运动鞋，女运动员着短袖上衣、特别超短裙（一般称网球裙）及运动鞋。

5. 乒乓球运动员的服装

乒乓球运动员的比赛服，一般包括短袖衣和短裤（或裙子）、短袜和比赛鞋。只有得到裁判长特殊许可，运动员比赛时方可穿其他服装，如长袖衣、上裤等。

短袖衣、短裤和裙子应为除白色以外的任何均匀一致的颜色，但比赛服的领子和袖子可以由对比鲜明的颜色或除白色外的其他颜色制成，比赛服的底色可包括同一方向除白色以外的颜色鲜明的细条纹，条纹宽度不可超过1毫米，间距

不可少于 30 毫米。比赛服的边缘或侧面接缝处，可用白色或其他颜色做装饰，但总宽度不可超过 10 毫米。

乒乓球比赛服上，可以戴有在 16 平方厘米总面积之内的商标、标记或名称，放在前面或侧面的总面积在 64 平方厘米之内的徽章或标记，以及乒乓球协会标记、运动员姓名、运动员号码、运动员所在单位名称等。但比赛服前面或侧面的任何标记或装饰物，以及运动员戴的装饰品，都不能有助显反光以至影响对手视线。在乒乓球团体赛中，同队运动员或同一单位组成的双打运动员，其服装应该统一（鞋、袜除外）。

6. 羽毛球运动员的服装

国际羽联主办的羽毛球世界锦标赛、汤姆斯杯赛和尤伯杯赛，规定运动员在比赛场上穿的服装颜色主要应为白色。必须经有关国家羽毛球组织的批准，该国运动员方可穿有颜色的服装。任何一个国家羽毛球组织为运动员所采用的服装颜色，应事先向国际羽联秘书处登记，此后，在该项全部比赛中，都要采用同样颜色。特别是双打比赛，同队两名运动员的服饰必须一样。如遇比赛双方运动员的服装颜色有冲突时，则双方均应改穿白颜色的服装。

7. 手球运动员的服装

手球比赛中，同队的场上队员应穿统一的服装，并应与对方相区别。守门员的服装，更应与比赛双方场上队员、包括对方守门员的服装有明显的区别。队员的号码为 1 至 20 号，1 号、12 号、16 号为守门员的号码。号码的颜色必须同所穿服装的颜色有明显的区别。队员必须穿运动鞋。禁止运动员佩戴手镯、手表、戒指、项链、耳环、无架或无边眼镜，