

中国教育学会“十五”规划科研课题 研究成果
全国教育科研“十五”规划国家重点课题子课题

小学生礼仪常识

贝新蓓 主编

安效珍 主审

新华出版社

中国教育学会“十五”规划科研课题

研究成果

全国教育科研“十五”规划国家重点课题子课题

小学生礼仪常识

主 编 贝新荏

副主编 白亚利

主 审 安效珍

新 华 出 版 社

图书在版编目 (CIP) 数据

小学生礼仪常识/贝新荏主编. —北京:新华出版社,2003. 1
ISBN 7-5011-6007-4

I. 小… II. 贝… III. 小学生—礼仪 IV. G625.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 094343 号

小学生礼仪常识

贝新荏 主编

*

新华出版社出版发行

(北京石景山区京原路 8 号 邮编:100043)

新华书店经销

华北石油报社印刷厂印刷

*

787×1092 毫米 1/16 7.5 印张 100 千字

2003 年 1 月第一版 2003 年 6 月河北第 2 次印刷

ISBN 7-5011-6007-4/G·2196 定价:12.00 元

主 编 贝新茝
副主编 白亚利
主 审 安效珍

编 委 (按姓氏笔画为序)
卢永艳 刘云霞 李小艺 李国影
杨敬敏 庞俊华 张桂霞 崔增录

插 图 夏连雨

编审委员会

主 任 沈玉洲

副 主 任 黄德勇 陈玉彬 陆子久

编审委员 (按姓氏笔画为序)

王洪建 王元金 王更新 冯庆祥 关秀英(女)

李建文 刘振杰 刘国栋 张金平 张海军

张立勇 吴振国 邵长中 宋之恩 周延生

杨洪良 诸葛跃红 梁彦明 滕巨利 魏香珍

加强文明礼仪教育
促进德育全面发展

李春沛

二〇〇二年十月

加强礼仪教育
促进素质教育
提高教育质量

安敦珍

二〇〇二年十月二十日

培养良好习惯
争做文明新人

赵振国

二〇〇二年十月

序

面向未来,中国的基础教育正面临着由“应试教育”向素质教育转变的重大改革。实施素质教育的实质是全面贯彻党的教育方针,使学生在德、智、体、美、劳诸方面都得到发展。

在全面发展的教育目标中,摆在首要位置的便是德育教育。有人说:“智育抓不好,便出次品;体育抓不好,就出残品;而德育抓不好,势必出危险品。”如何开辟有实效性的学校德育教育的新途径,优化育人环境,培养学生高尚的道德情操、良好的思想品德、健康的心理素质和文明礼貌的行为习惯是至关重要的,是新时期党和人民赋予每位教育工作者的一大历史重任。

越来越多的有识之士已形成共识,利用礼仪文化对学生进行陶冶教育,是学校加强德育和精神文明建设工作的一条有实效性的好途径。

礼仪修养是现代文明人必备的基本素质,是做人的基本要求。礼仪教育对于培养文明礼貌、道德高尚的高素质人才具有重要意义,应该从小抓起。

这本《小学生礼仪常识》,是一本以礼仪常识为主线,渗透德育、美育、健康心理素质教育于一体的综合性、实用性较强的书籍,旨在提高小学生的良好的文明习惯,教他们诚实、友善、守信、求真、审美。既适合用于学校开设礼仪课的教材,又可以作为广大少年学生及家长的阅读书籍。这类书目前国内是少见的,也是难得的。

但愿这本书能够得到同学们和广大读者的喜欢,同时更殷切地期望同学们通过接受礼仪文化教育,成长为优雅端庄、大方得体、文明礼貌的好少年。

孟繁华

2002年10月于北京

(首都师范大学教育科学学院教授、博士生导师孟繁华先生为本书作序)

前 言

新世纪初,中共中央在贯彻落实《公民道德建设实施纲要》的通知中指出,加强社会主义思想道德建设,是发展先进文化的重要内容和中心环节。在新的历史条件下,从公民道德建设入手,继承中华民族几千年形成的传统美德,借鉴世界各国道德建设的成功经验和先进文明成果,建立与发展良好的社会主义道德体系,形成追求高尚、文明礼貌、助人为乐、爱护公物、保护环境、遵纪守法的良好社会风气,促进整个民族素质的不断提高,于国于民都是非常重要的。

礼仪属于德育范畴,是人的素质教育的重要内容之一。礼仪是一个人内在的文化、艺术、道德、思想素养的外在表现形式,是人们在各种社会交往活动中形成的用以美化自身、完善自我、修身养性、敬重他人的约定俗成的行为规范与准则,其内涵十分丰富,涉及人类生活的方方面面。

礼仪教育是一项系统工程,应该从小学抓起。在青少年(包括一些家长)身上表现出的一些所谓“不懂礼仪”的言行,并不是他们有意那样去做,而是根本不知如何去做,久之便习以为常。为此,我们配合《公民道德建设实施纲要》的贯彻落实,编写了这本礼仪知识读本,使青少年学生得到较系统的基础的礼仪知识教育。

本书是为探索小学生文明礼仪教育的教学实践而编写的,与《中学生礼仪常识及人文素质培养》在内容和结构上具有层次性和连续性,主要内容由“礼仪常识、名人轶事、典范品文、思考与训练、实践活动设计、附录”等部分组成。全书共分五章,从“体态礼仪、谈吐礼仪、公共礼仪、校园礼仪、家庭礼仪”五个方面,系统介绍了小学生活中的基本礼仪知识。全书以礼仪常识为主线,融德育、美育、心理健康教育

为一体,选材上注意紧密联系小学生生活实际和社会实践,注重启发式、讨论式的教育手段,讲求实效性、趣味性、主动性和可操作性,重在培养小学生良好文明习惯的养成。本书可作为小学不同年级的礼仪教材,又可作为小学生的课外读本,还可作为小学生家长教育孩子的参考书。书中思考与训练和实践活动设计中融入了心理健康教育的内容,意在倡导教师和家长在对青少年实施礼仪教育的过程中努力探索与儿童心理健康教育的融合,做到“以人为本”。

在编写本书的过程中,我们得到了河北省教委、河北省教科所、沧州市教委领导的大力支持,我们要特别感谢河北省教育厅副厅长李春沛、原河北省教育厅副厅长安效珍、沧州市副市长赵振国,他们对本书的出版给予大力支持,并为本书题了词。还有许多的同仁和朋友都给予了热情的鼓励与帮助,在此,我们致以诚挚的感谢。

本书在编写过程中参阅了大量国内外有关礼仪及德育、心理健康教育等方面的书籍和资料,参考书目未一一慕列出,谨向原著作者及出版社深表谢意。

由于受时间和编者学识水平所限,此书观点可能还不尽成熟,内容疏漏不妥之处在所难免。真诚地期盼各位老师、家长、专家学者及广大读者提出宝贵建议,我们将虚心汲取,认真改正,以使本书能够再次修订完善。

编 者

2002年8月

进行爱国主义教育,需要提倡必要的礼仪。

——中共中央《爱国主义教育实施纲要》

礼貌是儿童与青少年所应该特别小心养成习惯的第一件大事。

——约翰·洛克

目 录

前 言	1
-----------	---

第一章 体态礼仪

第一节 基本形体姿态	2
站姿——挺拔向上	2
坐姿——端正稳重	3
行姿——轻快敏捷	4
第二节 表情与手势	8
微笑——最令人愉悦的表情	8
手势——最富表现力的体态语言	9

第二章 谈吐礼仪

第一节 小学生常用的礼貌用语	13
问候语	13
迎送语	14
致谢语	15
谢罪语	15
应答语	16
第二节 怎样说好礼貌用语	19
第三节 普通话——人类美丽的语言	26

第三章 公共礼仪

第一节 公共场所的仪表	32
第二节 公共场所的仪态	36
第三节 遵守秩序 礼让他人	39
第四节 保护环境	44

第四章 校园礼仪

第一节 尊敬师长	52
尊敬师长的基本要求	52
尊敬师长的具体礼仪	53
第二节 友爱同学	61
同学相处的基本原则	61
同学相处的礼仪	61
第三节 关心集体	66
以集体利益为重	67
热心班集体的事	68
参加集体活动的礼仪	69

第五章 家庭礼仪

第一节 关爱家人	72
尊老爱幼	72
尊敬父母	74
孝敬父母	77
第二节 餐饮的基本礼仪	81

第三节 待客与做客	83
待客	84
做客	85
第四节 邻里礼仪	88
尊重	88
谦让	88
关照	89
 附录一 《小学生礼仪常规》	91
《小学生礼仪常规》内容说明	91
附录二 青少年不文明小节 50 例	95
附录三 节庆礼仪	96
主要参考书目	100

我国是世界四大文明古国之一，有悠久的历史 and 灿烂的文化，是世人敬仰的“礼仪之邦”。自古以来，中华民族不仅创造出了令世界瞩目的物质文明，更创造出了享誉世界的精神文明。中国人勤劳勇敢、好学进取的精神和彬彬有礼、和睦谦逊的风貌，一直为世人所仰慕。

礼仪是指人们在各种社会交往活动中形成的用以美化自身、完善自我、修身养性、敬重他人的约定俗成的行为规范与准则，具体表现为礼貌、礼节、仪表、仪式等。“礼”和“仪”，在今天通常被认为是礼节仪式，即在社会交往、待人接物时，应以诚相见、以礼相待。

讲文明、懂礼貌，是中华民族的优良传统。讲文明、懂礼貌，是一个人立足社会、成就事业、获得美好人生的基础！我们小学生要继承和发扬中华民族的传统美德，在日常的学习、生活中要讲究礼节，做新时代的文明好少年。

第一章 体态礼仪

人的一举一动、起居坐卧都是无声的语言,它能体现一个人的修养和气质,还没开口,你就已经把自己展示给了大家。可以说,挺秀的身姿、落落大方的举止会给人们留下深刻的印象,它就像一张通行证,帮助我们顺利走向成功。同学们正处在长身体的重要时期,从现在做起,时时规范自己的行为举止,塑造自己的美好形象,那么,健康、快乐、自信,将相伴你的一生。

第一节 基本形体姿态

老师家长常告诫我们“站有站相,坐有坐相”。这就是说,站立、行走、坐卧都有一定的规矩、一定的标准,我们照着去做,就会给人以美的感受。那么,礼貌的站姿、坐姿、行姿有哪些规范、标准呢?

站姿——挺拔向上

人的正常站姿,就是人在自然直立时的姿势。“站如松”是古人对站姿的形象化的要求,就是要站正立直,挺拔如松。具体要点是:头正、颈直、挺胸、收腹、立腰,感觉像有一条线从头顶穿到脚底,整个身体有向上提的感觉。

基本要求是:从正面观看,身体应当正直,头、颈、身躯和双腿应与地面垂直,双膝、两脚跟并拢,两肩相平、放松,两臂和手在身体两侧自然下垂。从侧面观看,目光平视,嘴唇微闭,下巴微收,胸部稍挺,小腹收拢,整个形体庄重、平稳。在课堂上回答问题,起立后的站姿就应当这样。

性别不同要求还有所不同。女同学两脚跟并拢,呈“V”字型,两脚尖张开的距离约为两拳,双手可以相叠,轻放在身体前面或背在