

C O M I T Y

礼仪伴我成长

——小学生文明礼仪读本

主编◎张少娥



中国评论学术出版社

礼仪
伴我
成长

——小学生文明礼仪读本

ISBN 962-8957-09-0



9 789628 957095 >

定价：人民币 10.00 元

C O M I T Y

礼仪伴我成长

——小学生文明礼仪读本

主编◎张少娥



中国评论学术出版社

礼仪伴我成长——小学生文明礼仪读本

主 编：张少娥

责任编辑：韦 民

封面设计：伍 洋

责任印制：涵丰工作室

出版发行：中国评论学术出版社

China Review Academic Publishers Limited

香港湾仔告士打道151号国卫中心16楼1602室

Rm.1602,16/F,AXA Centre,151 Gloucester Road,

Wanchai,Hong Kong

电话TEL: (852) 28816391

传真FAX: (852) 25042131

电邮E-mail: chinareview@chinareviewnews.com

网址: <http://www.chinareviewnews.com>

承 印：广州市快美印务有限公司

开 本：1/32

版 次：2006年12月第1版

书 号：ISBN-13: 978-962-8957-09-0

ISBN-10: 962-8957-09-5

定 价：人民币10元

版权所有·翻印必究

序

中国素有“礼仪之邦”的称谓，古人也常常把“礼、义、廉、耻”作为做人的信条，但由于各种原因，近代以来，仿佛世风日下，违背礼仪之人、之事层出不穷，时至今日，已是司空见惯。如此现象，自然引发国人不满，近年来，各种关于重建“礼仪”的主张沸沸扬扬，有人主张在小学、幼儿园开展“读经”运动，出现了以主要进行“礼仪”教育的“孟母堂”……。然而，情况似乎并无好转，以至于胡锦涛总书记提出“八荣八耻”来作为国民的道德标准，国务院提出中国公民出境旅游的七项与基本礼仪相关的规定，这些当然是好事情，但仍然是着眼于制患于已然，而非防患于未然。我以为，正如邓小平同志主张计算机教育要从娃娃抓起一样，“礼仪”教育亦须从娃娃抓起，只有这样，“礼仪”才不会成为一种人生必须担负的规定，而有可能成为一种人生的良好习惯。

不能说我们的学校没有注意到对学生的“礼仪”教育，网上搜索一下“礼仪教育”的主题，各种有关的信息目不暇接。在初中小学的教材中，也不乏礼仪教育的内容。但客观地说，这些礼仪教育的内容要么是我们的孩子看不懂的古典经典，要么是一些坐在教室里用来读用来背的“礼仪”，而真正的礼仪应该是体现在人际交往中的一种规范，是人们在日常交往行为中应当共同遵守的道德准则。坐在教室里可以学会“礼仪”，但这种“礼仪”只是一种知识，真正的礼仪只有在实践中

才能够养成。

最近看到了佛山市顺德区聚胜小学张少娥校长主编的《礼仪伴我成长——小学生文明礼仪读本》，开始并没有在意，因为既然是“读本”，以为又是一本用来读的“礼仪”，而非用来“行”的礼仪。但翻看下去，竟渐渐地被吸引住了，乃至一气读完，深感此“读本”非彼“读本”，是一本真正能指导儿童不仅知礼仪、而且更能行礼仪的好书，那么，这个读本到底好在哪里呢？

首先，其着眼点主要是放在指导学生的礼仪行为上，其中的大部分内容，并没有去谈礼仪的重要性，也没有过多地去谈一些烦琐的礼仪细节，而是紧紧地扣住学生礼仪行为养成这一中心，指导学生在人际交往中应该注意的主要行为规范，告诉学生应该怎样去做，同时规定了在不同情景中学生所应该做的、体现礼仪的具体事情和行为。也就是说，这本书的重点没有放在“知”上，而是放在“行”上，这是与大多数同类读本迥然有别的。

其次，这个读本对于小学生应该具有的礼仪行为的分类简明实用，简简单单的分为“学校礼仪”、“家庭礼仪”和“社会礼仪”三个部分，每个部分又包含若干具体情景中的特定礼仪，如在“家庭礼仪”部分中就包括了“客人到家里来作客”和“自己到别人家里作客”这样具体的情景中小学生应该有的礼仪行为，简明，具体，易行，可操作性强。

再次，在每个具体情景中的礼仪，读本提供了非常丰富的内容，有对相应学生礼仪行为通俗易懂的规定和要求，有要求学生背诵的礼仪三字口诀，有适宜小学生的礼仪故事，

有有关的名人名言，有相关情景中学生要完成的礼仪作业，当然，这些作业都是具体体现某一方面礼仪的事情和行为，和文字没有多大关系……。

最后，这个读本中有关学生评价的部分特别有意思。现在学校的各种课程和活动，当然少不了对学生的考试、考核和评价，而这些评价大都是由老师一手操办、通过文字考试来进行的（比如几十年来的德育考试），这使得很多应该针对行为习惯养成进行的评价都变成了对知识掌握程度的评价，养成了学生说一套、做一套的坏品行。张校长所编的这个读本既然是有关学生礼仪行为培养的，当然也会对学生进行评价，只是评价不再由老师来主导，也不再是通过做试题来进行，而是把评价的主体变成了学生自己、同学和家长，学生根据自己和同学达成具体礼仪行为的程度，给自己同时也互相评等级，有些部分，还要请家长也参与到对自己孩子礼仪行为的评价中来。这样做，我以为是极富教育性的，孩子们可以在这一过程中学会自我反思、自我管理和自我评价，也可以学会怎么样去正确评价同学的行为，而这正是孩子们在成长过程中最有价值和最需要、而现在的学校教育很少给予他们的东西。

说得太多，就此打住。

张俊洪

二〇〇六年十二月八日

目 录

序

张俊洪

第一章 校园礼仪

- 第一节 仪表礼仪 /03
- 第二节 上课礼仪 /06
- 第三节 与老师交往礼仪 /10
- 第四节 同学交往礼仪 /14
- 第五节 餐厅进餐礼仪 /17
- 第六节 谈吐礼仪 /21

第二章 家庭礼仪

- 第一节 亲情礼仪 /25
- 第二节 家庭餐饮礼仪 /34
- 第三节 家庭待客礼仪 /37
- 第四节 做客礼仪 /40
- 第五节 邻里相处礼仪 /43

第三章 社会礼仪

- 第一节 交往礼仪 /46
- 第二节 赴宴就餐礼仪 /49
- 第三节 交通礼仪 /53
- 第四节 公共活动礼仪 /57

编后语

张少娥

人无礼则不生，
事无礼则不成，
国无礼则不宁。

——荀子

凡建功立业，以
立品为基，从来有学
问而能承担事业者，
无不先从品行上立定
了脚跟。

——洛克

第一章 校园礼仪

第一节 仪表礼仪

● 礼仪要求

★衣着朴素整洁,打扮要大方、得体,按学校要求穿好校服。服装的式样要与学生身份相符,不使用化妆品,绝对禁止戴金银首饰。

★仪容要整洁、活泼,适宜理短发,留学生头,头发起码每周洗一次,不能有异味。

★每天洗澡,早晚刷牙,口腔清新。勤剪指甲,保持手的清洁。

★必须佩戴好红领巾、校卡,注意爱护红领巾和臂章,保持整洁,在校园内不随便取下红领巾。

★养成每天早上照镜子整理仪表的习惯,仪表端庄才能令人敬重。

● 能背会做

穿衣服 朴素美 首饰品 绝不戴
仪容整 爱清洁 标志物 佩戴齐
整行装 上学去 重仪表 人敬之





故事启迪

周恩来总理在南开中学读书的时候，学校有一块仪容镜，在大镜的旁边贴了一副对联，上面写着：“面必洗、发必理、衣必整、钮必结”、“头要正、肩要平、胸要宽、背要直”。“气象勿傲勿怠，颜色宜和宜庄。”周总理一生待人接物都以此作为准则，赢得了众人的敬重。他的大胡子是很有名的，又多又硬，而且长得挺快，西安事变时，他的工作很忙，连吃饭也顾不上，但他在接见前，却想到自己的胡子太长，这样的仪容去谈判不够尊重别人，便马上找朋友借剪刀，仔细地将胡子剪干净。他晚年病得很重，脚明显浮肿，原先的皮鞋、布鞋都不能穿，只能穿拖鞋走路，但他还要接见外宾。为了不失中国人的礼节，他请工作人员为他特制了一双鞋，专门在接见时穿。注重仪表，尊重自己也尊重别人，使周总理在外交方面享有很高的国际地位。

思考：周总理为什么忙得吃饭也顾不上，病得鞋也穿不进，还要注重仪表？



名言熏陶

外表在一个人的生活中有很大的意义，很难想象一个肮脏的、马马虎虎的人，他竟能注意自己的行为。

——马卡连柯

妇人之衣，不贵精而贵洁，不贵丽而贵雅；不贵与家相称，而贵与貌相称。

——李鱼

真正美丽的人是不多施脂粉，不乱穿衣服的。——老舍

人的外表的优美和纯洁，应该是他的内心优美和纯洁的表现。

——别林斯基

一切好的和使人感到舒适的事物，都是简单而自然的。

——罗曼·罗兰



身边榜样

仪表礼仪方面，班上做得最好的是_____同学，让他说说心得体会。

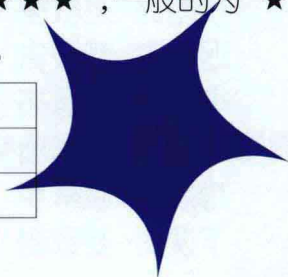
实践评估

对照本礼仪各个要求，在能做到的要求前送自己一个★，还有哪些没有做到的，请写下来，什么时候做到了，就送自己一个★，并在背后注明做到的时间。

礼仪作业

请父母提示，形成每天定时梳洗，每天上学前要照镜子整理仪表的好习惯。做得好的评“★★★★★”，一般的为“★★★”，没有做的不能评，等做到了再评。

	★★★★★	★★★
自己评价		
父母评价		



第二节 上课礼仪

礼仪要求

★预备铃响后进入教室,准备好上课的学习用品,精神饱满迎接老师到来。坐要正,站要直,读书要挺胸,写字姿势要正确:手指离笔尖一寸、身体离桌子一拳、眼睛离书本一尺,两脚要自然平放。

★上课不无故迟到,如果迟到,必须喊“报告”;得到老师允许后,快速轻步走进座位,不要影响别人。

★回答问题时先举手,态度大方,声音响亮让全班听到;别人回答问题时,不随便插话,也不嘲笑别人的错误。对待同学回答中的错误,应先举手后指出。学会倾听同伴的发言,这是对同学的尊重。

★尊重老师的讲课,要边听、边想、边记。对老师讲课时出现的错误,要选择适当的时间、地点和场合,以商议的口气、谦和的态度向老师指出来。有急事要离开课室时,应先举手,征得老师同意后,才离开。

★遵守课堂纪律,留心听课,不随便讲话,不做与课堂无关的事,下课和放学要跟老师致谢,这是对老师的尊重。

能背会做

预备铃 进教室 做准备 迎老师
迟入室 喊报告 快入座 勿扰人
举手答 声音亮 他人错 勿嘲笑
老师错 应指出 请注意 找时机
有急事 应举手 经同意 方可走
下课时 要致谢 放学时 要道别

故事启迪

周秉钧的身体长得特别快，不知什么时候他总爱弯着腰，驼着背走路。暑假里被周伯伯(周恩来)发现了：“秉钧，你怎么小小年纪就驼背了，你不赶快纠正，就习惯成自然了”秉钧听了以后下意识地挺了挺腰。几天后周伯伯又碰上秉钧，看见他依然驼着背，周伯伯果断地说：“秉钧，我看这样吧，你每天吃饭前就来我这，靠着墙，挺着胸，站立二十分钟，坚持一个假期。”就这样，秉钧吃饭前就来站立二十分钟，一天三次，一个假期下来，无论站还是坐，腰背都是直直的。后来周秉钧在回忆纠正驼背时说：“有时候真是很难受，眼巴巴地看着别人吃饭自己却没得吃，但为了纠正不良的习惯，无论怎样辛苦还是坚持下来了。”

思考：从秉钧纠正驼背的过程中你得到什么启发？

学习也一样，要有好的习惯，要遵守一定的规矩。俗语说：“无规矩不成方圆”，要想把学习搞好，要想通过学校教育成材，就必须有一根时刻鞭挞自己的棍棒，好比一只远翔的风筝，需要有一根结实的细线牵着一样，这根棍棒是成长指挥棒。这根“棍棒”是学校的纪律，必须所有人都遵守，才能保证我们的学习。学习上课礼仪是对学生的最基本的要求。

身边榜样

请班上站姿、坐姿、行姿最好的同学做示范，其他同学跟着做模仿练习，让老师逐一纠正。

实践评估

对照本礼仪各个要求,在能做到的要求前送自己一个★,哪些还没有做到的,请写下来,什么时候做到了,就送自己一个★,并在背后注明做到的时间。

名言熏陶

站如松,坐如钟,行如风。

——这是我国古代对人的仪态要求,“站如松”就是要求站的时候要头正、颈直、挺胸、收腹、立腰,如松树一样挺拔向上。“坐如钟”要求坐的时候端正稳重,如钟一样平稳。“行如风”要求走路动作轻快敏捷,如风一般轻盈快捷,富有朝气、充满活力。

美德大多存在于良好的习惯中。

——佩利

美是一种心灵的体操——它使我们的精神正直、心灵纯洁、情感和信念端正。

——苏霍姆林斯基

成功的人很少讥笑失败的人,因为在成功之前他也失败过。无所事事的人才喜欢嘲笑那些失败的人,因为他从来不懂得什么叫成功。

——汪国真

礼仪作业

让你后排的同学观察并纠正你上课的坐姿,评分时间为一周,做好一天的一颗★,注意评分周结束后还要时时提醒纠正。

	★★★★★★	★★★★
自己评价		
同学评价		



附：集会礼仪

礼仪要求

★开会要听从班干或老师的指挥集队，提前几分钟到达集会地点。要讲求效率，做到快、静、齐，并按指定地点站立或入座。不抢座位，不拥挤，狭窄的通道、上下楼梯一律靠右行，留出左边的通道。

★在集会时，不随便走动，保持安静，认真听，仔细看，用心想，重要的内容要做好笔记。

★精彩之处，要热情鼓掌，演出结束要鼓掌，这是向报告人或演出者表示敬意。

★自己发言要先向听众鞠躬，发言完毕要致谢。发言者阐述观点要明确，别人否定自己的观点时，要虚心听取，不中断别人说话，更不得攻击别人。如果发言者需要与听众交流，提问者应先举手，征得发言者同意后，大方地说出自己的问题。

★如果有领导嘉宾出席，会后要起立鼓掌欢送，直到领导嘉宾离开后再有秩序地离开，并要保持场地的清洁。

能背会做

集会时 早到达 按位坐 快静齐
少走动 少出声 听报告 准时到
端正坐 静心听 精彩处 多鼓掌
己发言 先鞠躬 述观点 当准确
有疑问 要举手 经允许 大方言
他人言 虚心听 嘉宾走 掌声送