



卓越成长书系

少年儿童 不可不知的 80种文明礼仪

没有良好的文明礼仪，怎么能健康快乐成长？
80个文明礼仪细节，为你卓越的明天打下基础！

**小故事大道理，
轻松养成良好的文明礼仪！**

苏嘉怡 编著



机械工业出版社
CHINA MACHINE PRESS



卓越成长书系

少年儿童 不可不知的 80种文明礼仪

苏嘉怡 编著



机械工业出版社
CHINA MACHINE PRESS

本书从家庭、学校、公共场合、人际交往四个方面介绍少年儿童成长中应该注意和学习的各种文明礼仪和行为规范。全书设置80个小节，每节都配有生动有趣的小故事、小案例，贴近实际生活，融入了时代特色和生活气息。每个小节又设置了实践小课堂，教你具体的注意事项，解决你“怎么做”的问题，方便你在学习过程中对这些知识进行具体的实际操作。

图书在版编目（CIP）数据

少年儿童不可不知的 80 种文明礼仪 / 苏嘉怡编

著. — 北京：机械工业出版社，2013.1

（卓越成长书系）

ISBN 978-7-111-39988-9

I. ①少… II. ①苏… III. ①礼仪—少儿读物

IV. ①K891.26-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2012）第 238549 号

机械工业出版社（北京市百万庄大街 22 号 邮政编码 100037）

策划编辑：谢欣新

责任编辑：章 钰

版式设计：北京创智教育馆

封面设计：吕凤英

责任印制：乔 宇

三河市国英印务有限公司印刷

2013 年 1 月第 1 版·第 1 次印刷

169mm×239mm · 12 印张 · 140 千字

标准书号：ISBN 978-7-111-39988-9

定价：29.80 元

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社发行部调换

电话服务

网络服务

社服务中心：（010）88361066

教材网：<http://www.cmpedu.com>

销 售 一 部：（010）68326294

机工官网：<http://www.cmpbook.com>

销 售 二 部：（010）88379649

机工官博：<http://weibo.com/cmp1952>

读者购书热线：（010）88379203

封面无防伪标均为盗版

前言
PREFACE

阅读是少年儿童健康成长的最佳途径之一。读什么书，读多少书，将直接影响少年儿童的成长，更直接地为少年儿童提供各种帮助和启迪。通过阅读陶冶情操，形成高尚的、正确的道德观，对个人、对家庭、对国家、对社会都意义重大。

本系列图书结合少年儿童的身心特点，从礼仪、安全、习惯、口才技巧四个方面对少年儿童的身心健康成长进行全面指导。本系列图书共有四本，分别是《少年儿童不可不知的80种文明礼仪》、《少年儿童安全成长不可不知的80个常识》、《少年儿童要养成的80个好习惯》、《少年儿童成就金口才的80个秘诀》。

本系列图书配合少年儿童的学习和生活需要，精心挑选了与其关系密切的故事，从行为习惯到安全常识，从文明礼仪到口才技巧，对少年儿童的成长提供了有利的帮助，力求做到既好读，又实用。

本书分四个部分——家庭、学校、公共场合和人际交往来介绍少年儿童在生活中要注意的各方面文明礼仪和行为规范。书中的知识有些可能是你已经了解的，有些却是你从来没注意过的，都通过故事的形式表现出来，并且详细地告诉你应该怎样去做。故事短小但却贴近实际，幽默有趣，少了教条式的宣讲，多了一点属于你的世界的味道。



少年儿童不可不知的80种文明礼仪

文明礼仪没有那么简单，不是一个培训班就可以让人在短短时间内脱胎换骨，变身为名门淑女、优雅绅士；文明礼仪却也没那么难，它只是需要我们坚持不懈的学习和努力，细致到生活中的每个细节。经过长久的积淀，不需要期待奇迹，在你自然而然的举手投足间都会体现出优雅的风度与涵养。

开卷有益，益己、益人、益民族、益国家、益未来！希望本系列图书能让父母、老师、同学共享读书的美好时光，分享读书的无限乐趣。



目录

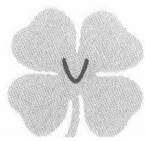
CONTENTS

前言

>>> 第一章 家庭生活有规矩

家庭是社会最基本的组成单位，家庭成员有祖辈、父母、兄弟姐妹等。不论是三口之家的小家庭还是四世同堂的大家庭，都需要一个和谐轻松的家庭氛围，所以，在家庭生活中应知礼守礼，营造和谐融洽的氛围，让生活充满欢乐。

1. 让爱住我家
——家庭成员互相关爱…………… 2
2. 远亲不如近邻
——邻里之间和睦相处…………… 5
3. 独立生活第一步
——自己的事情自己做…………… 7
4. 一粥一饭 当思来之不易
——生活勤俭节约…………… 9
5. 让节日留住最美的记忆
——了解传统节日文化…………… 11
6. 爱父母 请记住他们的生日
——关怀父母从小做起…………… 15





少年儿童不可不知的80种文明礼仪

7. 零用钱别乱花
——合理利用零花钱..... 17
8. 放回原地 再找容易
——物归原处..... 19
9. 家庭就餐不可小觑
——在家就餐时的礼仪..... 21
10. 在家也要穿整齐
——在家着装的礼仪..... 23
11. 养的宠物不要妨碍他人
——饲养宠物要注意..... 25
12. 不要乱丢垃圾
——垃圾处理也文明..... 27
13. 天使爱美丽
——女孩子的着装礼仪..... 29
14. 做风度翩翩的男孩
——男孩子的风度养成..... 31
15. 站如松 坐如钟
——关于坐姿..... 34
16. 常睡懒觉致体虚
——按时起床不赖床..... 36
17. 提高睡眠质量
——睡觉时应注意睡姿..... 39
18. 打造个人形象从卫生开始
——讲究个人卫生..... 41
19. 处理好琐事也是一种能力
——认真对待琐事..... 43



20. 有朋自远方来 不亦乐乎
——招待客人有礼貌····· 45

>>> 第二章 学校生活有纪律

学校生活丰富多彩，班会、课间活动、广播体操、升旗、比赛等活动不少。学校好比一个小社会，而你就是这个“社会”中的成员之一，因此必须遵守一定的礼仪规则，才能在这里快乐成长。

21. 为五星红旗飘扬动情
——认真对待升旗仪式····· 48
22. 一切为了集体
——身为集体成员的规则····· 50
23. 校服，统一的美
——在校着装的规范····· 52
24. 为学莫重于尊师
——尊敬老师理所应当····· 54
25. 我们都是大家庭成员之一
——宿舍成员和平相处····· 56
26. 友谊第一 比赛第二
——赛场讲风貌····· 58
27. 毕业了也别忘了她
——常去看望以前的老师····· 60





少年儿童不可不知的80种文明礼仪

- 28. 在课堂上聆听花开的声音
——遵守课堂规范..... 62
- 29. 摆脱“领奖恐惧症”
——上台领奖时的礼仪..... 64
- 30. 狭路相逢勇者胜?
——迎面相遇怎么办..... 66
- 31. 熊出没 请注意
——上下楼梯有秩序..... 68
- 32. 用行为创建星级卫生间
——在公共卫生间的文明礼仪..... 70
- 33. 耐人寻味的课桌文化
——爱护公物不乱涂乱画..... 72
- 34. 未经允许 非礼勿动
——不乱动他人的东西..... 74
- 35. 最近倒霉 诸事不顺?
——崇尚科学不迷信..... 76
- 36. 学校餐厅那些事儿
——公共餐厅文明就餐..... 78
- 37. 桌上的“三八线”
——男女同学友爱相处..... 80
- 38. 让友谊之树常青
——同学交往的礼仪..... 82
- 39. 做文明有礼的集会人
——集会时遵守纪律..... 85
- 40. 做文明看书人
——遵守图书馆纪律..... 88



>>> 第三章 公共场所讲文明

公共场所，如商场、图书馆、电影院、音乐厅、公园、游乐园、医院等，是为社会公众提供服务供大家活动的地方，它在你的生活中占据着十分重要的位置。因此，了解公共场所的文明规范也是必不可少的功课。

- 41. 不愿看的红黄绿
 - 交通规则要遵守…………… 92
- 42. 保护环境靠大家
 - 爱护环境从我做起…………… 94
- 43. “享用不尽”的自助餐
 - 吃自助餐的文明礼仪…………… 96
- 44. 文明游客须知
 - 游览时的禁忌…………… 98
- 45. 上帝也要排队
 - 购物时的文明礼貌…………… 100
- 46. 做个有素质的观众
 - 看演出时的礼仪…………… 102
- 47. 争做文明上网的好公民
 - 使用网络的原则…………… 104
- 48. 追星别“疯狂”
 - 做文明有礼的追星族…………… 106



少年儿童不可不知的80种文明礼仪

- 49. 自行车也要遵守交通规则
 - 骑车讲文明····· 108
- 50. 左行右立
 - 搭乘电梯的礼仪····· 110
- 51. 西餐礼仪知多少
 - 吃西餐时的常识····· 112
- 52. 不消停的年夜饭
 - 吃中餐时的礼仪····· 114
- 53. 第一次参加婚礼
 - 婚礼上的礼仪····· 116
- 54. 由参加葬礼想到的
 - 参加葬礼的礼仪····· 119
- 55. 乘公交车心里要有“他人”
 - 文明乘坐公交车····· 121
- 56. 做有修养的参观者
 - 文明参观博物馆····· 123
- 57. 别让手机成了雷区
 - 文明使用手机····· 125
- 58. 观看比赛不能只顾自己
 - 看比赛时的礼貌····· 127
- 59. 请听从医生安排
 - 看病也要讲文明····· 129
- 60. 走路别挡道
 - 大街上文明行走····· 131

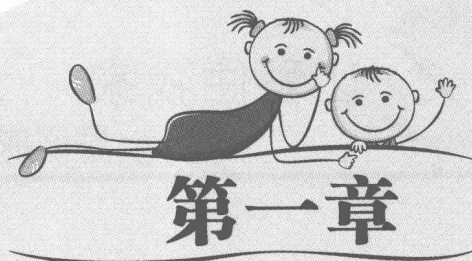
>>> 第四章 人际交往讲礼仪

我们每个人都处于一定的社会关系之中，尽管你的交际圈还不像父母那样复杂和广阔，但是仍然有自己的交际需要。想要处理好自己与周围同学朋友的关系，创建与身边每个人和谐美好的关系，那么掌握一定的社交礼仪是必不可少的。

61. 人因赞美而美丽
——适时赞美他人····· 134
62. 一言九鼎与一诺千金
——作出承诺要遵守····· 137
63. 冲动是魔鬼
——生气时要学会冷静····· 139
64. 要知山下路 需问过来人
——谦虚好学，礼让他人····· 141
65. 倾听的力量
——听他人讲话时的礼仪····· 143
66. 声音的魅力
——说话时的礼仪····· 146
67. 微笑百事达
——微笑的礼仪····· 148
68. 开玩笑要适度
——开玩笑时要注意的礼仪····· 150

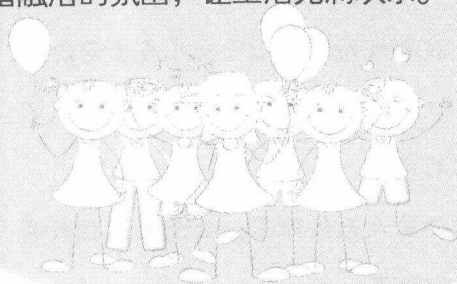


69. “请”问路在何方
——问路时的礼仪····· 153
70. 以礼相待 展示风采
——接待外宾时的礼仪····· 156
71. 自信地自我介绍
——介绍自己时的礼仪····· 158
72. 闲谈莫论人非
——闲聊时别“八卦”····· 160
73. 电话交谈不宜时间过长
——接打电话时的礼仪····· 162
74. 鱼传尺素 鸿雁传书
——写信的礼仪····· 164
75. “好”客知礼仪
——做客的礼仪····· 167
76. 礼轻情意重
——赠送礼物时的礼仪····· 169
77. 我为人人，人人为我
——主动与他人交往····· 173
78. 祝贺词的准确应用
——祝贺他人时的礼仪····· 175
79. 得到帮助后应该道谢
——向陌生人请求帮助时的礼仪····· 177
80. 探望病人有学问
——探病时的礼仪····· 179



家庭生活有规矩

家庭是社会最基本的组成单位，家庭成员有祖辈、父母、兄弟姐妹等。不论是三口之家的小家庭还是四世同堂的大家庭，都需要一个和谐轻松的家庭氛围，所以，在家庭生活中应知礼守礼，营造和谐融洽的氛围，让生活充满欢乐。





1. 让爱住我家

——家庭成员互相关爱

我爱我的家，弟弟爸爸妈妈，爱是不吵架常常陪我玩耍。

我爱我的家，儿子女儿我的他，爱就是忍耐家庭所有繁杂。

我爱我的家，儿子女儿我亲爱的她，爱就是付出让家不缺乏。

让爱天天住你家，让爱天天住我家，不分日夜，秋冬春夏，全心全意爱我们的家。

让爱天天住你家，让爱天天住我家，充满快乐，拥有平安，让爱永远住我们的家。

我爱我的家，弟弟爸爸妈妈，爱是不嫉妒弟弟有啥我有啥。

我爱我的家，儿子女儿我的他，爱就是感谢不记任何代价

我爱我的家，儿子女儿我亲爱的她，爱就是珍惜时光和年华

让爱天天住你家，让爱天天住我家，不分日夜，秋冬春夏，全心全意爱你的家。

让爱天天住你家，让爱天天住我家，充满快乐，拥有平安，让爱永远住我们的家。

上面是一首歌的歌词，这首歌的名字叫做《让爱住我家》，是在某年的春节晚会上由一个普通的四口之家成员合唱的，后来被广为传唱。虽然歌词很简单，但是却让人感到了家人之间的浓浓爱意，大人与孩子之间、夫妻之间、姐弟之间的感情通过歌词表现得真诚朴实，同时也不失为一首家庭成员相处的礼仪歌。

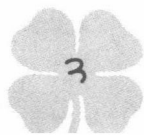
家庭就好比一棵枝繁叶茂的大树，爷爷奶奶是大树的树干，爸爸妈妈和伯伯叔叔们是从树干上斜伸出去的枝干，而你则是从枝干上又冒出来的那些细细的枝丫。作为一颗枝丫繁多的大树，家庭成员之间是一体的、不可分割的，应该相亲相爱、互相扶持，才能共同沐浴阳光雨露，健康茁壮地成长。

>>> 实践小课堂 <<<

◎ 兄弟姐妹之间要互相谦让，哥哥姐姐要爱护弟弟妹妹，不能欺负他们。而如果你是弟弟或妹妹的话，也要听哥哥姐姐的话，别经常给他们惹麻烦，故意气他们，特别注意的是千万不要跑到爸妈那里打小报告诬赖哥哥姐姐欺负你，他们最讨厌的就是你这一招了。

◎ 在外面游玩或者到别人家做客时，兄弟姐妹之间不要闹别扭、使性子，要知道在外人面前和自己家人吵架是一件很失礼的事，会给人留下不好的印象，认为父母教导不得当。

◎ 关心问候长辈。早上要向爸爸妈妈问个好，晚上睡觉前要对爸爸妈妈说晚安。在他们外出时或下班回来后，可以接下他们的包，帮他们倒杯水。在他们感冒生病时，为他们端药送水，守在他们身边陪他们说说话。每逢节日时，要记得向他们送上你的问候（贴心小提示：父亲节为每年6月份的第三个





少年儿童不可不知的80种文明礼仪

星期日，母亲节是每年五月份的第二个星期日）。

◎ 听妈妈的话。“听妈妈的话，别让她受伤，要快快长大才能保护她。”认真耐心地听从爸妈的教诲，别随便顶撞，别嫌他们唠叨，每一句看似唠叨的话里都饱含他们对你浓浓的爱。

◎ 让爸妈知道你长大了。当你在学校里“为赋新词强说愁”，好让自己能有点大人的成熟与沧桑感时，为什么就没想过去做些什么或者对父母说些什么，让他们意识到你真的已经长大了，不需要他们太操心，可以试着去为他们排忧解难了。

◎ 多做些家务活。作为家庭成员之一，应该去承担一部分家务活，起码自己的衣服可以自己洗，别再让老妈为你洗袜子。他们上了一天班已经很累了，就别让他们再“伺候”你了。

◎ 别对他们撒谎。无论做什么，或者在害怕担忧什么，都应该诚实地告诉他们。考试考砸了，做什么错事了，或者其他怕挨批的事，都要实话实说。要相信父母的理智和民主（当然如果你说了实话，而他们却没有做到民主开明的话，也不要后悔，这总比受良心折磨或者面对谎言被拆穿的那一刻强！）。

◎ 尊重爸妈的隐私。进爸妈的房间要敲门，不要随意翻动他们的私人物品。