

根据教育部最新修订的《中小学生守则》
及《中学生日常行为规范》编绘

未成年人思想道德建设系列用书

中学生 ZHONGXUESHENG
RICHANGXINGWEIGUIFANTUJIE

日常行为规范图解

中世 组 编
顾 问：金学方
编委主任：兰宏生



民族出版社

责任编辑：毕玲
封面设计：马金中

民族出版社中世编辑室组编小学生读物系列

- **中学生日常行为规范图解 (32开) 5.80元**
小学生日常行为规范图解 (32开) 4.80元
中小学生守则宣传挂图 (对开1幅) 5.00元
中学生日常行为规范挂图 (对开2幅) 10.00元
小学生日常行为规范挂图 (对开2幅) 10.00元
中学生自我保护教育 (32开) 4.80元
小学高年级自我保护教育 (32开) 3.80元
小学低年级自我保护教育 (32开) 3.50元
中学生诚信教育 (32开) 4.80元
小学高年级诚信教育 (32开) 3.80元
小学低年级诚信教育 (32开) 3.50元
世纪伟人邓小平—中学生读本 (32开) 4.80元
世纪伟人邓小平—小学高年级读本 (32开) 3.80元
世纪伟人邓小平—小学低年级读本 (32开) 3.50元
弘扬和培育民族精神中学生读本 (32开) 4.80元
弘扬和培育民族精神小学高年级读本 (32开) 3.80元
弘扬和培育民族精神小学低年级读本 (32开) 3.50元
一年高考时事政治 (32开) 5.00元
高考新动向E+E—语文 (异16开) 22.00元
高考新动向E+E—文科数学 (异16开) 24.00元
高考新动向E+E—理科数学 (异16开) 24.00元
高考新动向E+E—英语 (异16开, 含光盘) 29.80元
高考新动向E+E—文科综合 (异16开) 25.80元
高考新动向E+E—理科综合 (异16开) 25.80元
网上查询: WWW.CWSO.COM.CN

ISBN 7-105-06129-4



9 787105 061297 >

ISBN 7-105-06129-4/G·1144
(汉564) 定价: 5.80元

未成年人思想道德建设系列用书

中世组编

中学生日常行为规范图解

(根据教育部最新修订的《中小学生守则》及《中学生日常行为规范》编绘)

顾问：金学方

编委会主任：兰宏生(中国教育学会中学德育
专业委员会理事长)

编委：岩 峰 王冰烽
伍 志 赵 可



民族出版社

图书在版编目(CIP)数据

中学生日常行为规范图解 / 中世编辑部组编. —北京:
民族出版社, 2004.4

ISBN 7-105-06129-4

I. 中... II. 中... III. 中学生—道德规范—图解
IV. G635.5-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 026203 号

民族出版社出版发行

(北京市和平里北街 14 号 邮编 100013)

民族出版社微机照排 三河市东方印刷厂印刷

各地新华书店经销

2004 年 4 月第 1 版 2004 年 4 月北京第 1 次印刷

开本: 787 × 1092 毫米 1/32 印张: 3.125

字数: 50 千字 定价: 5.80 元

该书如有印装质量问题, 请与本社发行部联系退换

(总编室电话: 64212794; 发行部电话: 64211734)

前言

随着时代的发展、新事物的产生，传统道德要求也有了新的表述形式。增添了新的具体内容。为此教育部对《中学生日常行为规范》的内容进行了必要的调整和补充，形成了新的《中学生日常行为规范》。该规范体现了时代特征，如“遵守网络道德和安全规定”、“拒绝毒品”等，就是适应了这种要求。

《中学生日常行为规范》的制定，既注意到了国家对青少年的一贯要求，坚持继承和发扬中华民族的优良道德传统，同时，又适应改革开放新形势的需要，培养新时期要求的素质。

“行为规范”不是停留在纸面上的条条框框，而是同学们应该贯彻到生

活中的具体要求。可能有的同学会认为学生只要学好文化知识就行了，日常行为只要不违法，随便怎么来都可以。这种观点是不正确而且极为有害的。文化知识固然重要，一个人的行为举止及从中显露出的道德水平也丝毫不能忽视。一个涂脂抹粉、穿金戴银的中学生，人们不会说她漂亮；一个成绩很好，但自私小气的高分生，同学们不会喜欢他；一个品质败坏的计算机高手可能沦为窃人钱财的罪犯。相反，一个衣着朴素、不施脂粉的中学生，人们会说她清纯；一个成绩也许并不太好、但待人真诚宽容、关心班集体的同学会赢得大家的拥护；一个品质高尚的平凡人无论走到哪里，都会得到人们的赞许……

《中学生日常行为规范》中的条文都是一个生活中的点点滴滴要求，是对一个社会人的基本要求，而且并不难做到。一旦同学们能完全遵循，这些点点滴滴汇集起来就能极大地抬升个人的道德素质水平。

，最后要强调的是：我们学习《中学生日常行为规范》并不是要死记条文，而是要用来规范自己的言行。现在就开始，严格要求自己，做一名合格的中学生，做一个社会主义时代的文明人。

目 录

- 一 自尊自爱,注重仪表 /1
- 二 诚实守信,礼貌待人 /20
- 三 遵规守纪,勤奋学习 /38
- 四 勤劳俭朴,孝敬父母 /52
- 五 严于律己,遵分公德 /72

附一 中小学生守则 /89

附二 中学生日常行为规范 /90

自尊自愛，注重儀表



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。

维护国家荣誉对于中学生来说, 首先就要维护国旗、国徽、国歌的尊严。

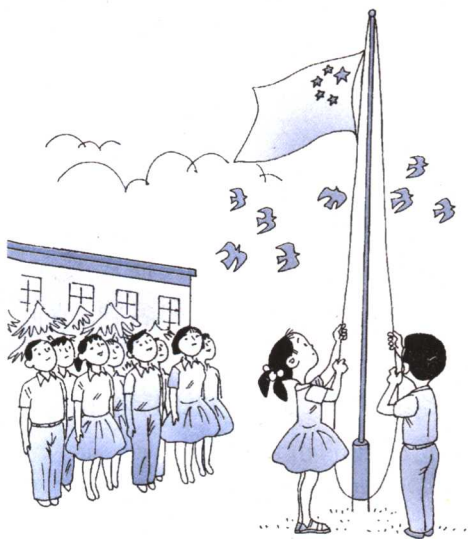
升国旗、奏国歌时, 要保持站立姿态, 向国旗致敬, 行注目礼, 少先队员行队礼。

尊敬国旗、国徽、国歌, 平时参加庆祝活动分发或购买的小国旗不要在活动结束后任意撕毁或丢弃, 更不要在上面践踏, 可以带回家去插在书桌上、窗户边。

我们使用的人民币纸币和硬币上都有国徽图案, 因此, 要尊重每一张人民币、每一个硬币, 哪怕

它只是一分钱。不要毁损人民币，如用纸币叠纸船，在硬币上打孔，用纸币充作留言条，把硬币当作赌博工具都是不允许的，这样做是对人民币的不尊重，同时也是对国徽的不尊重。

唱国歌时要严肃认真，脱帽立正，声音洪亮，不要东张西望，怪腔怪调，不要乱改歌词，不要在不严肃的场合唱国歌。



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。

穿戴的基本要求是整洁、合体、适时、符合学生身份、朴素大方。

过分追求高档和名牌，或同学之间庸俗地攀比，一方面会增加家长的经济负担，另一方面也会影响个人形成正确的价值观。

要讲究卫生，衣服脏了及时更换。外套要扣上扣子或拉上拉链，如果天气热也可以解开，但不要敞得太开或露出肩膀。

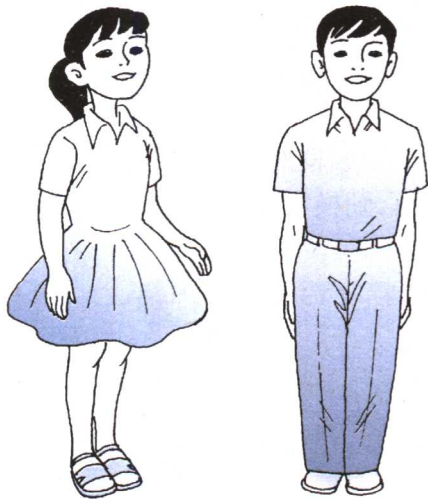
不烫发、不染发、不化妆，因为烫发、染发会损伤头发，化妆品对青少年油脂分泌旺盛的皮肤也是有害无

益的。

佩戴首饰一来显得珠光宝气,不符合中学生身份;二来如果首饰比较贵重,容易引发安全问题。

其实,年轻人不需要太多的修饰,朴实就是最动人的青春美,用不着拿一堆首饰把自己弄得老气横秋。

另外,男生不要留太长的头发,女生最好不要穿3厘米以上的高跟鞋。



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。

养成良好的卫生习惯，首先要讲究个人卫生，勤洗澡，勤换衣服，保持身体清洁。

不良习惯要改掉：

- (1) 不刷牙或不注意刷牙的方式方法。
- (2) 常挖鼻孔、掏耳朵。
- (3) 上床前不洗脚，起床后不洗脸。
- (4) 留长指甲。
- (5) 不勤洗澡，不勤换衣服。

应爱护公共卫生，不要随地吐痰。随地吐痰不仅

不雅观、不文明,影响他人的视觉和心理感受,还可能传播疾病,危害公众健康。



做好垃圾分类:

废弃物一定要扔进垃圾箱。有许多大中型城市,已经开始实行垃圾分类回收,因此同学们在扔垃圾时也应做好垃圾分类。废电池单独扔放,废塑料、废纸、废玻璃等可回收垃圾与其他不能回收的区分开来。垃圾分类将可再生利用的资源分拣出来,可以最大程度地减少垃圾清运、处理量,可以最大限度地减少有毒害垃圾的危害性。

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。

打架是一种极为粗暴野蛮的行为。

打架者有的可能是“崇武尚力”，坚守“以力服人”的观点，动辄大打出手；有的可能是为逞一时之勇；有的可能是忍无可忍，要出一口恶气。不管怎样，武力都不能解决任何问题，反而会引发双方更大的冲突，招来更多的麻烦。严重的还可能伤害身体，甚至留下终身的遗憾。

中学生已经学习了许多文化知识，应该要求自己做一个文明人，理智地克制自己的情绪，“以理

服人”，而不是用原始粗暴的方式去解决问题。

骂人、说脏话都是对他人极不尊重的一种表现，同时也会降低自己的人格。有的中学生出口成“脏”，把脏字粗话当成日常用语，在与朋友、同学对话时，甚至把说脏话当成亲热的表现。在他们自己看来，说脏话可能没什么不妥，但在旁人听来，却是十分刺耳，会奇怪为什么这些学生修养如此低。另外，这些有说话带脏字习惯的中学生在和不很熟悉的人交谈时，往往会引起对方极大的反感乃至愤怒。



作为一个中学生,应做到:

- (1) 不骂人,不说脏话。
- (2) 不把骂人和说脏话当作发泄怒气和打击别人的方式。
- (3) 不要把脏话当作朋友间的“亲密”语言。
- (4) 要学会用健康、优美、规范、文明的语言表达情感,进行人际交往。

赌博是一种违法行为,它的危害在于败坏社会风气,扰乱社会治安,影响家庭和睦。特别是对于可塑性很强的中学生来说,它还会滋长不劳而获、投机取巧的思想,甚至会把人引上犯罪的道路。坚决不参与赌博,见到赌博活动,要敢于制止,积极举报。

现代社会的成人世界里,人们的工作压力越来越大,节奏越来越快,相应的,人们在工作之余,对生活的要求也越来越高,于是,社会上出现了很多休闲娱乐场所,这其中有一些是未成年人不应涉足的,如以营利为目的的营业性舞厅、酒吧、夜总会等。

因为中学生经济还未独立,而这些场所的消费又都是比较高的。更重要的是,这些场所有些人的生活