



《手捧智库》丛书·成长顾问系列

SHOUPENG ZHIKU CONGSHU CHENGZHANG GUWEN XILIE

第三辑

5
本

共5本

文明礼仪
小绅士小淑女
是这样练成的

中小学生课堂内外智慧成长读本(3-7年级)



中国青年出版社



《手捧智库》丛书·文明礼仪

小绅士、小淑女 是这样练成的

总策划：一 功

主 编：一 功

编 委

一 功 闫倩倩 姬忠勋

李振蕊 邱 珊

中国青年出版社

(京)新登字 083 号

图书在版编目 (CIP) 数据

文明礼仪·小绅士、小淑女是这样练成的 / 一功主编. — 北京: 中国青年出版社, 2017.4

(手捧智库丛书)

ISBN 978-7-5153-4713-4

I. ①文… II. ①一… III. ①礼仪—少儿读物 IV.
①K891.26-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 081227 号

责任编辑: 李 茹 lirnice@163.com

美术编辑: 邱 珊 谢炎红 宗小芳

书 名: 文明礼仪·小绅士、小淑女是这样练成的

出版发行: 中国青年出版社

网 址: www.cyp.com.cn

社 址: 北京东四十二条 21 号

邮政编码: 100708

营 销: 北京勤+诚文化传媒有限公司

电 话: (010) 64823391

印 刷: 北京汇林印务有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 787 mm × 1092 mm 1/32

字 数: 120 千字

印 张: 8

版 次: 2017 年 6 月北京第 1 版

印 次: 2017 年 6 月北京第 1 次印刷

定 价: 25.00 元



手捧智库丛书·成长顾问书系

买书必读

关于《手捧智库》丛书

◎ 关于编书缘起与过程

读书为乐，读书为学，读书为与知识结缘，无乐、无学、无缘不读书。为读者编一套读之有乐、读之益学、读后能与知识结缘的书，是我编该书的起因。

我自幼至今读书大几十年，编书小几十年，在这大几十年与小几十年与书打交道的过程中获取了一点灵感心得。“什么时候能为自己，为读者编一套好(hǎo)读，好(hào)读，读之有用的书”，用时尚的语言表述，为“有趣又能提升正能量的书”这一夙愿，在我心里存了很多年。在这期间创办了《实用文摘》期刊，用此理念做编刊目的，期刊从创办至今已有八年时间，在这若短若长的八年里，期刊的年发行总量已飙升至近千万册，收到读者来信数万封。

在期刊深受读者热捧的激励下，我用了长达三年多的时间，采访中小学师生、采录文稿资料、策划创意、编辑加工了这套《手捧智库》丛书。

以上是编辑该丛书的缘起与过程。当你手捧此书时，我们已相互与知识结缘，我们还有可能成为忘年交式的好朋友！望你不弃！

◎ 关于本书的长相、内容与阅读功效

人长相好，受人待见；书长相好，招人爱看。本书长相好不好，你说了算，我不敢妄言自夸。

关于本书的内容与功效，我给你叨叨几句。本丛书共分六大专题、六十五个小专题，每个专题紧扣新课标阅读要求，更是直奔你课内有用阅读、课外有趣阅读的目的而编。

你看了此书后有什么作用，我不敢瞎猜，我说点我审阅书稿后的收益。我读完这六个专题后，了解了古今上千位名人能成为名人的玄机与方法；知道用什么方法爱国、爱党、爱亲人、爱朋友了；知道了什么是智慧、哲理、幽默；知道了N多个有趣好玩又很实用的百科知识；知道了张果老为什么倒着骑毛驴，古希腊是一个拥有什么文明的国度……总之，我读了这六个专题的书稿后，会讲故事

了，会写《关于〈手捧智库〉》了，周围的人还送了个雅谑号叫“问不倒”。同时，我审阅完书稿后决定，用编该书所赚的工钱买三套书：一套留给自己，无事时复读；一套卖给儿子，诱他去补课；一套当礼物，赠给未来的孙子做家庭教材（因为此书内容再过三百年还有用），这就是我在该书付梓前，在校样上签完字的感想。

你阅读后有什么心得体会，希望来信交流，这也是我的殷切期盼！

◎ 关于读好书的讨论

遇好书不读，如遇圣贤不拜；遇好书不读，如遇良友不交。什么是好书，我认为一本好书如同圣贤，如同良友，书里应有“好看的鲜花与好吃的苹果”。

目前书市上的书多，且杂而乱，要想找几本适合自己读的书很难。

什么样的书是适合自己读而又好读有用的好书呢？以我读书、编书几十年的经验来看，好书应具备如下几个主要条件：一是长相好看，拿着舒服，书里书外都透着文化气儿；二是文从字顺，表意准确；三是文载思想高尚，或文载知识准确、新颖；四是书中知识

难度与自己的阅读能力匹配，或稍高点。

我认为具备以上四个条件的书，对读者应是好书。你是怎么认为的呢？请大家共同来探讨。

在此讨论什么是好书的目的是，请你给该书打打分，看看书里是否有“好看的鲜花与好吃的苹果”。

◎ 关于本书的你、他（她）、我

愿你读了本书之后，成为一个令他（她）尊敬的人；愿他（她）读了本书之后，成为与你相互交流读书心得的好朋友；愿我能成为一个为你、他（她）编了一套读之有趣、读之有用的好书编辑；更愿你、他（她）、我咱们与知识结缘，成为爱读书的好朋友。

— 功

书于北京《实用文摘》编辑部

丁酉年·初夏

目录 CONTENTS

文明礼仪



一、礼仪修养日日行，举止得体成风景

——个人礼仪修养

学做小绅士 / 002

礼貌用语挂嘴边 / 005

从小开始练习正确的坐姿 / 008

坐有坐相，站有站相 / 010

走路也会成为别人的风景 / 013

下蹲，女孩子的“特殊”动作 / 016

校园着装礼仪 / 019

外表礼仪我知道 / 022

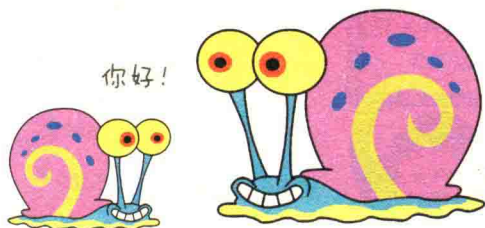
二、交往请字挂嘴边，打扰别人道麻烦

——与人交往礼仪

你知道怎样进行自我介绍吗 / 026

小学生要知道初次见面时的礼节 / 028

与人交谈的礼仪 / 030
进别人房间前要先敲门 / 034
记住别人的称呼方式 / 036
手势的礼仪 / 038
遵守约定的礼节 / 042
静悄悄，别打搅 / 045
感冒了，不冲别人打喷嚏 / 048
借用别人东西的礼仪 / 050
不偷看别人的信件和日记 / 053
不要取笑残疾人 / 056
别忽视了少数民族的特殊习俗 / 058
做客，让朋友欢迎你 / 061
向人问路的礼仪 / 064
礼尚往来 / 067
传递物品的礼节 / 070



三、尊敬师生看言行，课堂内外讲文明

——校园礼仪

课堂礼仪 / 074

课堂回答老师提问的礼仪 / 077

宁静课堂杜绝手机干扰 / 080

你知道阅览室里的相关礼仪吗 / 083

做一名校园比赛中的文明小观众 / 086

参加集会讲文明 / 088

会议的礼节 / 091

学校升国旗时应该怎么做 / 094

进入老师办公室不要太随便 / 098

指出老师的错误时要有礼貌 / 102

与老师交谈要注意礼节 / 104

拜访老师勿莽撞 / 108

怎样给老师过个教师节 / 110

与异性同学相处不能不拘小节 / 113

四、敬父敬母敬邻居，和睦相处懂规矩

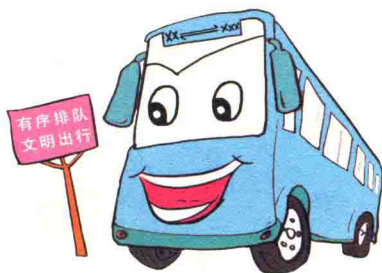
——家庭、邻里礼仪

对待父母的礼仪 / 120

对待家人要客气 / 122

与其他家庭成员和睦相处 / 124





- 处好邻里关系 / 128
- 热情接待客人 / 131
- 饮茶敬茶有规矩 / 134
- 做客时不能太随便 / 138
- 上下楼梯时的礼仪 / 142
- 扔垃圾也要讲文明 / 145

五、公共场所你我他，谦让守规人人夸

——公共场所礼仪

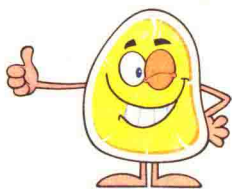
- 超市购物讲文明 / 150
- 音乐会、剧场的礼节 / 153
- 在博物馆的礼节 / 156
- 在赛场的礼节 / 159
- 探病的礼节 / 162
- 天天都是“排队日” / 165
- 搭乘公交车的礼仪 / 168
- 走路别挡道——大街上文明行走 / 172

骑车的礼仪 / 175

快乐飞上天 / 178

出游礼仪 / 181

“随手拍”不文明 / 184



六、通信往来要仔细，点滴之间见礼仪

——通信礼仪

写信要注意什么礼节 / 188

接打电话的礼仪 / 191

贺卡礼仪 / 194

赠言礼仪 / 196

电子邮件也要精心构思，认真撰写 / 198

上网时也要做一个文明小公民 / 202

七、我是优雅小食客，请让敬陪全懂得

——用餐礼仪

长辈优先，客人优先 / 206

你会用筷子吗 / 209

做一个优雅的食客 / 212

文雅吃饭不作声 / 215

优雅自助餐 / 218

西餐食物的吃法有讲究 / 221

你知道西餐的基本礼仪吗 / 224

小学生要学会西餐餐具的使用方法 / 226

八、热情大方待外宾，不卑不亢小龙人

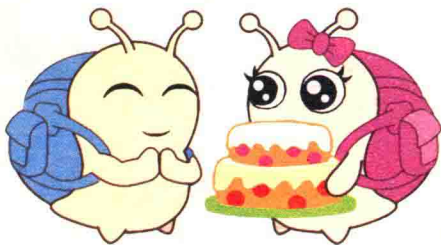
——涉外礼仪

遇到外宾的礼仪 / 230

接待外宾的礼仪 / 232

与外国朋友交往的礼仪 / 234

赠送礼品时也要知道相关的礼仪 / 236



礼仪修养日日行，
举止得体成风景

—— 个人礼仪修养

坐有坐相，
站有站相。

我要做个小绅士。





学做小绅士

故事
吧

一天，仙鹤邀请麻雀去它家吃茶点。

“您真是太好了！”麻雀对仙鹤说，“从来没有人请我吃饭。”

“我是非常高兴请您的。您的茶要放糖吗？”仙鹤递上一罐糖给麻雀。

“好啊！”麻雀边说边把半罐糖倒进了它的杯子，另一半都洒在了地上。

“我几乎没有朋友！”麻雀又说。

“您的茶里要放牛奶吗？”仙鹤又问道。

“要，要！”麻雀说着又倒了一半牛奶在杯子里，其余的全泼在桌子上了，把桌子搞得一塌糊涂。

“我等啊等啊，没有一个人来请我。”麻雀又接着说。

“您要小甜饼吗？”仙鹤又问道。

“小甜饼吗？要的！”麻雀说着拿起小甜饼就往嘴里塞，饼的碎屑洒了一地。

“我希望下次您再请我来。”麻雀一边吃一边说。

“或许我会再请您的，不过这几天我太忙了。”仙鹤说。

麻雀走了以后，仙鹤又是摇头又是叹气，它无可奈何地收拾着一片狼藉的餐桌。

小提示

可想而知，下次仙鹤是不会再请麻雀来吃饭了！一个不讲礼仪、行事粗鄙的人是永远不会受欢迎的。

礼貌是拉近自己和他人的—座桥梁，懂礼貌的人容易被别人接受，成为—个受欢迎的人。—个人不管他多么有能力、口才多么好，—旦他的行为举止表现得粗俗、唐突、野蛮、不合时宜，他自身的形象就会大打折扣，没有人会信服他、尊敬他。

所以，我们要掌握—些基本的文明礼貌知识，做—个人人夸奖的懂礼貌的孩子。

礼仪课堂

第一，打断别人的谈话是不礼貌的。和别人——不论是老师、家长还是同学—起的时候，要多听少说。在

倾听对方说话的时候，要注视对方，保持目光接触，不要东张西望。

第二，说粗话是一种不文明的行为。一个人人夸奖的好孩子一定不会说粗话，因为说粗话是一种很不文明的行为，它直接影响着个人形象。

第三，面带微笑，主动和他人打招呼。走在路上或在公共场所，遇见老师、邻居、同学等相识的人，应该主动打招呼，问候致意。

第四，公共场所礼貌不可不知。在图书馆、阅览室等公共场所学习的时候，要注意整洁，遵守规则。

大家要学习的文明礼貌知识还有很多，这里就不一一讲述了。需要注意的是，我们身边的每一个人都喜欢和彬彬有礼的人相处。因此，如果你希望自己成为一个有礼貌的人，那就要做到：

礼貌待人，做一个人人夸奖的好孩子！