

供高年级学生用

小学生礼仪

(社会交往礼仪)

江山 孙凯 牛祺辉 编著



山东文艺出版社

小学生礼仪

——社会交往礼仪

(供高年级学生用)

江山 孙凯 牛祺翔

山东文艺出版社

鲁新登字第3号

小学生礼仪

——社会交往礼仪

(供高年级学生用)

江山 孙凯 牛祺辉 编著

*

山东文艺出版社出版

(济南经九路胜利大街)

山东新华书店发行

济南书刊印刷厂印刷

*

787×1092毫米 32开本 3.75印张 59千字

1995年2月第1版 1995年2月第1次印刷

印数1—50,000

ISBN 7—5329—1230—2

G·32 定价 2.80元

写给同学们的话

上学出门，向妈妈摆摆手，亲切地说一声，“妈妈，再见！”；

踏进学校，见到教师，鞠躬致礼，道一声：“老师早！”；

观看演出，为演员精彩的表演，鼓掌致意；

买完东西，向售货员致谢，说一句：“谢谢，给您添麻烦啦。”；

.....

不要轻视这小小的一言一行，一举一动，因为言谈、举止，以及仪容和服饰，往往能反映出一个人的思想修养和精神面貌；因为礼仪，是一个人美好心灵的展现。

讲礼仪就像播种，只要播下良种，收获的必然也会是硕果。因而，同学们应该从小就重视学礼仪，讲礼仪，用礼仪规则来严格要求自己，为将来走向社会成为一名当代文明人奠定良好的素质基础。为此，我们编写了《小学生礼仪》丛书。这套书为三册，第一册讲学校礼

仪，主要供低年级的同学使用；第二册讲家庭礼仪，主要供中年级的同学使用；第三册讲社会交往礼仪，主要供高年级的同学使用。我们希望能够在这三册礼仪教育图书的指导、帮助下，使同学们掌握在学校、在家庭、在社会交往范围内的基本礼仪，做一个讲文明、有礼貌的好学生、好孩子。

礼仪，是整个人生旅途中的必修课。让我们共同学习，共同去做，使文明之花在我们这个古老的礼仪之邦遍地开放。

编 者

目 录

一	仪容礼仪	(1)
	(一)怎样打扮自己	(1)
	(二)着装的要求	(3)
	(三)不同场合的着装	(5)
	(四)戴帽子	(8)
	(五)使用手帕	(9)
	(六)穿雨衣	(10)
二	仪态礼仪	(11)
	(一)怎样用眼睛“说话”	(12)
	(二)留意自己的面部表情	(14)
	(三)笑的魅力	(16)
	(四)站有站相	(17)
	(五)坐有坐相	(21)
	(六)走有走样	(24)
	(七)卧姿的要求	(27)
三	言谈礼仪	(28)
	(一)有礼貌地与人说话	(28)
	(二)有礼貌地听别人说话	(30)

(三)言谈中的“十不要”	(32)
(四)批评的技巧	(34)
(五)开玩笑的艺术	(36)
(六)你的身体会“说话”	(37)
四 举止礼仪	(39)
(一)注意手势的运用	(39)
(二)正确掌握有特殊礼貌意义的动作	(43)
(三)男同学的举止	(45)
(四)女同学的举止	(47)
(五)避免几种不雅的举止	(48)
五 人际交往	(49)
(一)怎样向他人致谢	(50)
(二)怎样向他人道歉	(52)
(三)怎样谢绝别人的好意	(54)
(四)怎样向别人提出请求	(55)
(五)怎样回答陌生人的询问	(57)
(六)怎样安慰别人	(59)
(七)怎样作自我介绍	(60)
(八)当自己有求于他人时	(61)
(九)当别人有求于自己时	(63)
(十)对待外宾	(64)
(十一)对待非正常人	(67)
六 通讯礼仪	(71)
(一)信瓢的写法	(72)
(二)信封的写法	(77)

(三)写信的忌讳	(80)
(四)打电话的基本礼貌要求	82)
(五)你向外打电话	(83)
(六)使用公用电话	(85)
(七)接电话应注意的事项	(86)
七 交通礼仪	(88)
(一)行路	(88)
(二)问路	(91)
(三)骑自行车	(94)
(四)乘坐公共汽车	(95)
(五)乘坐火车	(98)
(六)乘坐电梯	(101)
八 出入公共场所.....	(103)
(一)商场购物	(103)
(二)在餐馆里吃饭	(105)
(三)在图书馆里	(107)
(四)上公共厕所	(108)

一 仪容礼仪

美的仪表不仅是一个人精神的体现,同时也是社会交往的需要。例如,在不同的场合穿上适合的服装,随父母探亲访友,打扮得整整齐齐,干干净净,这既能表现出一个人的审美情趣和气质,也是尊重对方,具有礼仪教养的体现。

仪容是人的仪表的一个主要方面,它一般指外表的服饰(shì)打扮等,同学们在一定的社会交往中,要注意自己的仪容,做到仪容整洁,大方、得体,努力在社会人际交往之中,树立讲文明、懂礼貌、有教养的当代小学生的良好形象。

(一) 怎样打扮自己

作为小学生,当然不能像成年人那样,讲究仪容的修饰和美化。但是不等于说,不要去对自己的仪容进行必要的打扮。一个衣着不整,满脸污垢(gòu)的孩子,无论出现在什么场合,总不那么讨人喜欢吧?因而,小学生也应适当地注意自己仪容的必要修饰和美化。这种修饰和美化的基本要求是:整洁。整洁是美容,也是礼貌。

1. 天天都要干干净净的。干干净净地出入学校或其他场合,不仅是卫生习惯的问题,也是礼仪方面的要求。为此,同学们应做到:每天早上洗手洗脸,每天早晚要刷牙,每次进餐之后要漱(shù)口,上床睡觉之前要洗脚;指甲长了要修剪,头发乱了要梳理;头发长了要理发,经常洗澡和换洗衣服、鞋袜;等等,从小就养成爱清洁、讲礼仪的好习惯。

2. 天天都要整整齐齐的。上学或出门之前,要检查一下自己的仪容,看一看头发是否梳理好,面部有没有灰尘等;看一看着装是否整齐,如帽子戴正了吗?衣服上的所有钮扣或拉链是否都已扣好,拉好?为了检查的方便,不妨养成出门前照照镜子的习惯,不论是女同学或是男同学,在出门前照一照镜



图一、出门前照照镜子

子,检查一下自己的仪容,这是必要的。不然歪戴着帽

子或未扣好钮扣就出入某些场合，既不雅观，也不礼貌。

3. 始终保持自然美。小学生要注意自己仪容的修饰和美化，可以适当地把自己打扮得美一点。如，平时注意一下服装颜色、款式的搭配；女同学在发辫上打一个色彩鲜艳的蝴蝶结；出入喜庆的场合，穿得漂亮一点儿等，这些都是必要的。但是注意仪容的修饰和美化，要适当，绝不是让你去过份地打扮自己，改变了小学生应具有的天真、可爱、纯洁、活泼的形象。尤其是女同学，除了表演节目外，平日不应化妆，不能抹口红，打腮红、描眉毛、涂眼影，画眼线、染指甲，不能戴戒指、耳环、项链和手镯(zhuó)等。应该始终保持小学生所具有那种天真可爱、朴实整洁的自然美，即使是衣服上打了补丁，但补得整齐，洗得干净，也是美的。

(二) 着装的要求

小学生的服装比较简单一些，一般有两种：一种是学校统一制作的校服，一种是家长在日常生活中购买或缝制的便服。无论是穿校服，还是穿便服，都应该注意以下几点：

1. 整洁。服装整洁是着装的头等大事。对于同学们来讲，着装的标准不在于服装的贵贱，衣料的优

差、款式的新旧等,而在于是否保持清洁、整齐,因此,着装要干干净净的,常洗常换。尤其是穿白衬衣,衣领袖口要干净,穿白球鞋,不能黑乎乎的;着装要整整齐齐,衣领要整理好,不要一边在外,一边在里,衣服上的钮扣要扣好,不要扣错位置。尤其是男同学裤子上的前开门和女学裙子上的拉链或钮扣,不要忘记拉好、扣好。穿便服,更要注意着装整齐。穿有内外套衣,不要里大外小,穿长裤,不要随意卷裤腿。衣服、鞋袜破了,要及时缝补。

2. 合身。同学们的身材有高有矮,体型有胖有瘦,无论是高矮、胖瘦,着装都应合身,并适当宽松一些。有的家长考虑到孩子在长身体的期间,在购买或制作服装时,有意识地选购或制作大一点儿的。这种做法,从经济方面可能会节省一些,但穿在身上不合体,而且学习、活动起来很不方便。有的同学个子长高了,但衣服的袖子、裤腿变短了,在这种情况下,如果还需要继续穿,可以让家长改制一下,放一放衣边或接一接袖口和裤腿,再穿。

3. 得体。同学们的着装应朴素大方,简洁明快,色彩适当鲜艳一些,以体现出少年儿童的特点,合乎小学生的身份。一般地讲,男同学不宜穿西装,女同学不宜穿旗袍。这些衣服都过于成人化,体现不出少年儿童天真、活泼的特点。无论男同学或女学生都不应穿紧身

裤，女同学更不能穿连裤袜、高跟鞋，这些着装，不但不能体现少年儿童的特点，也有害于健康、发育。穿便服，在服装的颜色、款式上要考虑男同学与女同学性别的不同，不应男性着装过于女性化，或女性着装过于男性化。

男同学穿短裤要配有内裤；女同学不要穿领口、胸口开得过大的上衣和超短裙或过长的裙子，裙子的长度至少应齐膝。穿裙子下蹲时，应将裙子向两腿之间遮一遮，防止露出内裤。

4. 协调。穿着要得法，防止不伦不类或不合适宜。例如，着装要同时令季节协调，注意随着季节时令的更替，要换适合的服装；着装要同环境协调，注意在不同的场合穿着不同的服装，像喜庆场合与悲伤的场合，在着装上应有所区别；有条件的家庭，还要注意着装的上下颜色、款(kuǎn)式的协调，像蓝色与绿色或红色与绿色的服装搭配就不协调。而较理想的色彩搭配是：白色——蓝色、绿色——黄色、粉红——浅蓝、黑色——浅绿、淡紫——红褐色等；像穿牛仔服，应配穿旅游鞋，而穿布鞋、皮鞋就不协调。

(三) 不同场合的着装

着装要注意场合，不同场合应有不同的服装要求。

不然,本来很美的服装,也会因与其场合不协调而大为逊色,甚至失礼,让人反感。

1. 一般场合的着装要求。一般场合是指平日上学、平时在家等,在这些场合,对着装没有特别严格的要求,但要整洁。平时上学,着装要朴素大方,整齐干净,不必穿得花花绿绿,一般以穿统一的校服为宜。平时在家里,可以穿得轻便一些,但也要整洁。如果在家里接待客人,就不应穿得太随便,你要是穿着汗背心、内衣接待客人,是很不礼貌的。

2. 喜庆场合的着装要求。喜庆场合一般是指过生日、为亲人祝寿、过年过节、随父母参加亲友的婚礼,假日游园,以及学校搞的庆祝会、联欢会等等。这些场合,场面有大有小、有家庭有学校,有室内有室外,但总的来说,都具有气氛热烈、情绪昂扬的特点。为了和这种气氛相协调,在着装上一般应注意以下几方面:

①着装的色彩丰富一点儿。色彩具有象征意义,不同的色彩能让人产生不同的联想。在喜庆的场合,如给老人祝寿、过年过节,着装的色彩、花型丰富一些,会增添喜庆的气氛。

②着装的样式新颖(yǐng)一点儿。在喜庆的场合宜着装样式新颖一点的服装。如,假日游园,男同学穿运动服,穿旅游鞋,女同学穿连衣裙、背带裙则显得活泼,富有朝气,而穿校服就显得呆板。

③着装的方式活泼一点儿。在喜庆的场合,除了穿色彩丰富、样式新颖的服装外,还可以将自己打扮得漂亮、活泼一点儿。如,女同学在发辫上打一个蝴蝶结,脖子上系一条纱巾。

3. 庄重场合的着装要求。庄重场合,一般是指学校开学典礼、升国旗、入队等庆典仪式,以及听报告、外出参观等活动。这些场合,一般是比较严格的礼仪要求,在着装方面,自然也不能随便。

①按学校的规定着装。在庄重场合,学校一般都提出着装方面的要求,如,每星期一早晨要参加升国旗仪式,学校要提出穿统一的服装或统一的校服。这就必须遵守学校的规定,不可随意着装。

②着装要规范。在庄重的场合,着装要规范,穿干净的服装,并要佩(pèi)戴红领巾,衣服钮扣要扣好,不能敞(chǎng)着怀,不能卷着衣袖,穿长裤不能卷起裤腿,穿凉鞋应穿上袜子等。一切都要干干净净,整整齐齐,规规矩(jǔ)矩。

③举止要有礼貌。如,参加庆典仪式,手不能随便插在裤袋里。不论天气怎样炎热,都不能解开衣服钮扣敞开怀,或脱下衣服等。

4. 悲伤场合的着装要求。悲伤场合,一般是指遇有家人或亲人去世举行的葬礼或吊唁(yàn)活动等。在这种场合,丧家的情绪都比较哀伤,气氛都比较肃穆

(mù)。为了体现自己对死者的尊重和对丧家的同情，在服装方面应注意以下几点：

①最好穿着黑色或其他深色、素色服装，内着白色或暗色衬衣，切忌大红大绿，色彩鲜艳。

②服装款式要让人有一种庄严感，不宜穿各类宽松服装；不宜穿有花边、刺绣或飘带之类装饰物的服装，以免冲淡现场的气氛。

③穿着要规范，要严格，如果是直系亲人去世，做儿子、女儿或孙子、孙女的，要佩戴黑袖纱或白花。男的戴黑袖纱，女的头戴白花，并注意，死者是男长辈，黑袖纱要戴在左臂上；死者是女长辈，则戴在右臂上。如果死者高寿，还可以在黑纱上饰一朵小红花。外表的肃穆要和内心的沉痛相一致，不要敞衣露怀，漫不经心，不拘小节。

④在举行追悼仪式时，要脱帽致哀。

⑤不能用花手帕，也不戴装饰品。

(四) 戴帽子

帽子在男女生的着装之中，都具有举足轻重的地位。它不仅具有实用功能，可以御寒遮阳，还具有装饰功能，一顶合适的帽子，往往使人能锦上添花。而且，帽子还具有表现人格和表达礼仪的功能。为此，同学们戴

帽子时，应注意以下几点：

1. 帽子的戴法要合乎规范。帽子的戴法很有讲究，戴端正与歪斜可以表现出不同的人格。如，戴得端端正正，就显得很正派；戴得歪歪斜斜，则显得很调皮或粗俗。因而，戴法要规范，该戴正的不要戴歪，该偏后的不要偏前，不要给人留下“衣冠不整”的印象。有的同学故意把帽子戴得七歪八斜，以此来显示自己的个性，其实，这是对个性的一种误解。在有些影片中，电影导演为了揭示人物缺少教养，常常让人物敞衣露怀，歪戴帽子，可见这已经成为一种粗俗的典型表现。

2. 在庄重场合，如奏国歌、升国旗时，除军人行注目礼外，其他人应该脱帽。在悲伤场合，如参加追悼会、葬礼，在场者也应该一律脱帽。

3. 在进入教室时，男女生都应脱帽。在进入其他室内时，如展览厅，男生要脱下帽子；女生则可看情况，如果帽子是服饰整体的一部分，按照约定俗成的礼仪习惯，也可不脱。

4. 在观看电影、戏剧、文艺演出时，为了不遮住后排观众的视线，无论男女生，都应自觉脱帽。

（五）使用手帕

手帕(pà)是为了擦汗、擦手、擦嘴或拭鼻子用的。