

奥运礼仪行为工程

2008

公民礼仪手册

余晓晖◎编著

北京奥运组委会 总体影响项目顾问

吴季松 审阅



清华大学出版社

奥运礼仪行为工程

2008 公民礼仪手册

余晓晖 编著

北京奥运组委会

总体影响项目顾问

吴季松 审阅

清华大学出版社

北京

内 容 简 介

2008年北京奥运会对于居住、生活在北京的人乃至全国人民是一件大事。2008年奥运会之后,北京和中国的形象,会被这些来自世界各地的人带到各个地方去。因此,我们应该借助奥运这个机会,了解观赛礼仪及各种生活礼仪。本书详细介绍了奥运赛场观众与志愿者的行为准则,奥运期间日常生活必循礼仪及世界主要国家的习俗,是每个北京人甚至全国人民都需要掌握的基本礼仪知识。

版权所有,翻印必究。举报电话:010-62782989 13501256678 13801310933

本书封面贴有清华大学出版社防伪标签,无标签者不得销售。

本书防伪标签采用特殊防伪技术,用户可通过在图案表面涂抹清水,图案消失,水干后图案复现;或将表面膜揭下,放在白纸上用彩笔涂抹,图案在白纸上再现的方法识别真伪。

图书在版编目(CIP)数据

2008 公民礼仪手册/余晓晖编著. 北京:清华大学出版社,2006.4

ISBN 7-302-12686-0

I. 2… II. 余… III. 礼仪—基本知识 IV. K891.26

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 020333 号

出 版 者:清华大学出版社 地 址:北京清华大学学研大厦

<http://www.tup.com.cn> 邮 编:100084

社 总 机:010-62770175 客户服务:010-62776969

责任编辑:徐学军

印 刷 者:北京国马印刷厂

装 订 者:北京市密云县京文制本装订厂

发 行 者:新华书店总店北京发行所

开 本:105×171 印张:9.75 字数:118 千字

版 次:2006 年 4 月第 1 版 2006 年 4 月第 1 次印刷

书 号:ISBN 7-302-12686-0/D·206

印 数:1~5000

定 价:16.00 元



树新风，迎奥运

自 1991 年我作为主管体育的中国常驻联合教科文代表团参赞参与第一次申奥以来，与奥运结下不解之缘已经 14 年了。还有 3 年，举世瞩目的 2008 年奥林匹克运动会就要在北京举行，我作为北京奥申委主席特别助理，参与了申奥的成功这一举国欢腾的大事，感到十分荣幸，但更为重要的是如何办一届举世称赞的奥运。

我们要把绿色的奥运办成生态奥运；要把科技的奥运办成知识的奥运；要把人文的奥运办成可持续发展的奥运；其中，最为重要的是人自身的可持续发展。

《2008 公民礼仪手册》为这一目标做出了实际的贡献，该书从行为准则、生活礼仪和万邦习俗等方面为参与 2008 年北京奥运会的公民准备了知识和精神的食粮，使人们参与奥运会时有则可依、有礼可循，了解外



国来宾的文化传统和生活习惯。从而,与各国来宾互相了解、互相学习、友好相处、增进友谊,把北京奥运会真正办成一届中外文明深层次交流,世界共同可持续发展的奥运会。

吴季松

北京奥组委信息中心、奥运总体影响项目顾问

原北京奥申委主席特别助理

北京循环经济促进会会长

北京航空航天大学经济管理学院院长

2005年9月12日





前 言

世界给我十六天， 我给世界五千年

中国是世界文明的发源地之一，曾创造出光辉灿烂的古代文明，尤其对道德修养提出过很高的要求，也因此形成完善的礼仪制度，这是中华文化的重要特征之一，故中国又被称为礼仪之邦。

“礼”的制定可以上溯到周代。西周时期是我国古代历史上的礼治时代，这一时期的礼仪习俗逐渐演变为法定的制度，成为传统文化的核心。我国的古籍中有许多是论述礼教的，如《周礼》、《仪礼》、《礼记》合称为



“三礼”，它们是我国最早、最重要的礼仪论著。

孔子非常注重“礼”对个人人格以及社会秩序的重要作用，他曾经说过：“质胜文则野，文胜质则史。文质彬彬，然后君子。”这句话的意思是说，如果一个人的品格质朴，但是不注重礼节仪表，就会显得粗野；反过来，如果光注重礼节仪表，却缺乏质朴的品格，就会显得虚浮。只有礼节仪表同质朴的品格结合，才算得上一个有教养的人。注重礼仪能够体现个人修养，增添个人魅力。礼仪可以帮助人们规范言谈举止，学会待人接物；塑造良好形象，赢得社会尊重；架设友谊桥梁，通向成功之路。知礼懂礼，注重礼仪，是每个人立足社会的基本前提之一，是人们成就事业、获得美好人生的重要条件。

此外，礼仪也是人际交往中不可缺少的润滑剂和联系纽带。生活在社会中，每个人都要与周围的人发生联系，沟通思想、交流感情、共同合作，礼仪能够促进人们相互了解，彼此尊重、相互信任。表面上看，礼仪似

乎给人带来了无数的清规戒律,但这些清规戒律的根本目的却在于使世界充满生活乐趣,使人变得平易近人。

然而,在我们身边,失礼现象却是非常普遍的:随地吐痰、上公共汽车不排队、抢座位甚至不给老人孩子让座,随意践踏草坪,破坏公共设施,语言不文明……这些不礼貌、缺乏道德意识的行为成为我们生活中不和谐的音符,破坏了整个城市乃至整个国家的良好形象。随着中国经济的迅速腾飞,人们的生活变得越来越富裕,此时加强精神文明建设教育,提升人们的礼仪、诚信意识就成为当务之急。

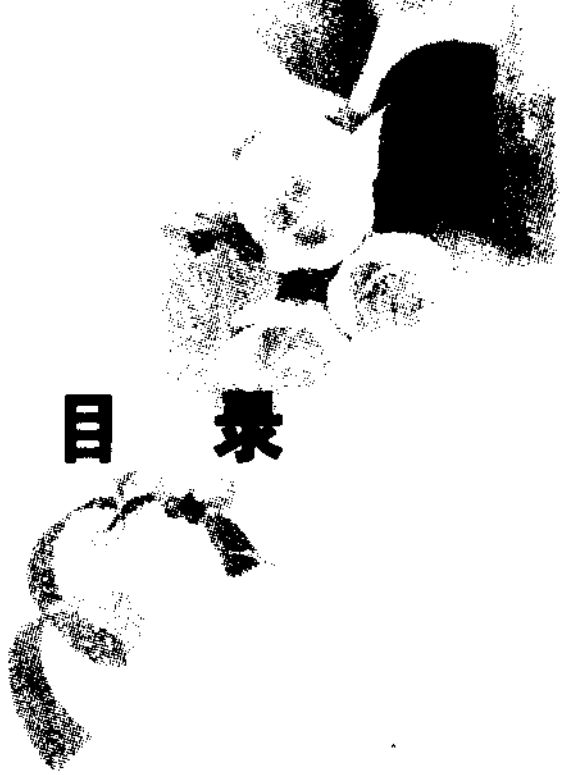
在中国更加向世界开放的今天,礼仪不仅体现出丰厚的历史优秀传统,更富有鲜明的时代内涵。随着人与人、国与国之间交往的日益频繁,讲究礼仪,礼尚往来,对营造和谐的人际关系,显得尤为重要。

北京已经成功地获得了2008年第29届奥运会的举办权。“绿色奥运、人文奥运、科技奥运”成为这次世界盛会的主题。到2008



年,将有大量的外国运动员和游客来到中国,他们将会领略到古老北京的风采,而市民则是展示北京与中国形象的最重要的载体。因此,提升市民文明素质既是奥运成功的保证,又是筹办和举办奥运的目的之一。掌握礼仪知识,做一个奥运会的文明观众,向世界展示中国人的良好形象,是北京市民乃至整个中华民族肩负的重任。为此,我们特意编辑了这本小书,希望能帮助大家掌握基本的礼仪常识,使大家在面对世界各国的来宾、朋友时能够展现出高雅、文明的气质和风采!





目 录

第一章 奥运赛场观众与志愿者行为准则

第一节 赛场基本礼仪 2

一、入场前的准备 3

观赛着装

准时入场

排队入场

不要携带“违禁品”

对手机进行设置

二、观赛时的礼仪 10

升旗仪式

别让闪光灯干扰选手比赛

鼓掌喝彩的礼仪

文明观赛

退场礼仪

如何应对突发事件

如何向运动员赠送礼品



第二节 观看各项赛事时的注意事项 23

一、欣赏直接对抗性竞技项目的礼仪 24

足 球

篮 球

排 球

乒乓球

羽毛球

网 球

击 剑

二、欣赏对比性竞赛项目的礼仪 41

跳 水

体 操

花样滑冰

三、欣赏记录性竞赛项目的礼仪 47

田 径

马拉松

游 泳

举 重

射 击

第三节 志愿者礼仪 56

一、志愿者需要遵守的服务通则 58

注意维护良好形象

谨记遵约守时



把握热情尺度

尊重个人隐私

尊重老人、妇女

二、志愿者的个人素养 60

保持良好的仪容

整洁大方的着装

大方稳重的仪态

文明有礼的举止

亲切有效地交谈

第二章 奥运期间日常生活必循礼仪

第一节 交通礼仪 77

一、行人与交通礼仪 78

行人的举止仪态

行人如何过马路

行人的行走路线

爱护交通设施

遇到熟人时的礼仪

同行的礼仪

在路上休息时的礼仪

二、骑自行车时的交通礼仪 84

骑车人的文明举止

有序停放自行车



应该遵循“右行”骑车原则

自行车应该避让行人

骑车上路时要多注意

三、乘坐公共汽车的交通礼仪 88

乘客的着装礼仪

公共汽车上的礼仪

四、乘坐出租车的交通礼仪 94

司机的礼仪

乘客的礼仪

五、私家车驾驶者的礼仪 96

第二节 餐厅礼仪 100

一、用餐前的礼仪 101

餐前准备

餐厅里的坐席安排

二、用餐时的基本礼仪 103

三、点菜时的礼仪 106

中餐点菜礼仪

西餐点菜礼仪

四、餐具的使用 108

中餐餐具的使用

西餐餐具的使用

五、酒的搭配 117

中餐中酒菜的搭配

西餐中酒菜的搭配

六、饮酒的礼仪 119

斟 酒

敬 酒

干 杯

饮酒适度

七、自助餐礼仪 125

第三节 购物礼仪 129

一、商场营业员的礼仪 130

着装与仪表

举止文明

二、顾客购物的礼仪 132

超市购物

书店购物

购物退货

第四节 聚会的礼仪 141

一、聚会的基本礼仪 143

二、私人居所聚会礼仪 144

三、舞会礼仪 149

四、公务集会的礼仪 155

会议主持人礼仪

发言人礼仪

会议参加者的礼仪





五、参加文艺晚会的礼仪 163

第三章 万邦习俗巡礼

第一节 欧洲一些主要国家的礼仪 170

英 国

法 国

德 国

意大利

瑞 典

西班牙

俄罗斯

乌克兰

第二节 非洲一些主要国家的礼仪 194

埃 及

南 非

阿尔及利亚

尼日利亚

肯尼亚

第三节 美洲一些主要国家的礼仪 211

美 国

加拿大

巴 西

哥伦比亚

古巴

墨西哥

阿根廷

第四节 大洋洲一些主要国家的礼仪 229

澳大利亚

斐 济

新西兰

第五节 亚洲一些主要国家的礼仪 239

日 本

韩 国

泰 国

以色列

印 度

土耳其

伊 朗

印度尼西亚

第六节 举办过奥运会的国家及其表现 270

一、欧 洲 270

雅典的两届奥运会

巴黎的两届奥运会

伦敦的两届奥运会





德国的两届奥运会

二、美洲 283

美国的四届奥运会

墨西哥

加拿大

三、大洋洲 289

澳大利亚

四、亚洲 292

日本

韩国

