

根据教育部《中小学文明礼仪教育指导纲要》编写

中小学 Zhongxiaoxue
Wenming Liyi
Jiaoyu Duben

文明礼仪

教育读本

高三年级上册

蔡 玉 黄步高 杨叔子 李力华 主 编



根据教育部《中小学文明礼仪教育指导纲要》编写

中小学

Zhongxiaoxue
Wenming Liyi
Jiaoyu Duben

文明礼仪

教育读本

高三年级上册

蔡 玉 黄步高 杨叔子 李力华 主 编



本作品中文简体版权由湖南教育出版社所有。
未经许可，不得翻印。

图书在版编目（CIP）数据

中小学文明礼仪教育读本. 高三年级. 上册 / 蔡玉等主编. —
长沙：湖南教育出版社，2015.8
ISBN 978-7-5539-2706-0

I. ①中… II. ①蔡… III. ①礼仪—高中—课外读物
IV. ①G635.5

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第196473号

中小学文明礼仪教育读本 高三年级上册

蔡 玉 黄步高 杨叔子 李力华 主编

责任编辑：汪文达

责任校对：刘 源

装帧设计：李 平

出版发行：湖南教育出版社（长沙市韶山北路443号）

网 址：<http://www.hnepb.com>

电子邮箱：hnjycbs@sina.com

微信服务号：多点学习

客 服：电话0731-85486979

经 销：湖南省新华书店

印 刷：

开 本：787×1092 16开

印 张：5.5

字 数：100000

版 次：2015年8月第1版第1次印刷

书 号：ISBN 978-7-5539-2706-0

定 价：13.75元

本书若有印刷、装订错误，可向承印厂调换

前言



不学礼，无以立

人无礼则不立，事无礼则不成，国无礼则不宁。

两千多年前，先贤孔子就提出以礼治国、以礼服人，打造谦恭礼让之国的的美好愿望，创造了许多优良的礼仪规范，成为中华民族宝贵的精神财富。

孔融四岁让梨，谦让兄弟传为美谈；晋人王祥卧冰求鲤，冬天为继母捕鱼，被后世立为奉行孝道的典范；岳飞施礼问路，才得以校场比武，驰骋天下；刘备三顾茅庐，尊重他人，也赢得他人的尊重和信赖，获得事业成功；宋代著名理学家杨时程门立雪求学，更是被奉为尊敬师长的典范。这些典故淋漓尽致地体现了中国人的礼仪道德所在，让中华民族长期享有“礼仪之邦”的美誉。

礼仪既是一个国家文化修养和道德修养的外在表现形式，也是做人的基本要求，更是一个人立足社会，成就事业，获得美好人生的基础。青少年作为中华民族的传承人，有责任继承和发扬中华民族五千年文化精髓，让中国“礼仪之邦”的美称继续著称于世。

然而，令人遗憾的是，当今青少年多为独生子女，从小娇生惯养，家长们又望子成龙、望女成凤心切，过分看重分数，对养成教育淡化，导致一些青少年认识上的模糊，对文明礼仪知识无知、少知、偏知和淡知。不少学生自私霸道，不懂得孝敬长辈，尊重他人；满口粗言烂语，不懂得如何称呼他人，不会礼让，不讲礼貌；甚至随心所欲，随地吐痰，乱扔垃圾。这些现象，不得不引起我们的深思。

现在，不少国家都办有专门的礼仪学校，有的甚至将礼仪纳入基础教育，让孩子从小就学习礼仪，培养良好的礼仪修为，掌握立人立业的根本。礼仪教育已经引起了全世界的重视。

正如美国著名语言学教授斯特娜夫人所说：孩子的心灵是一块奇异的土地，播上思想的种子，就会获得行为的收获；播上行为的种子，就会获得习惯的收获；播上习惯的种子，就会获得品德的收获；播上品德的种子，就会获得命运的收获。为此，我们精心编著了这套“中小学生文明礼仪读本”丛书，旨在全面提高青少年学生的思想道德素质和文明礼仪素养，为文明生活、幸福成长奠定基础，让中华“礼仪之邦”的良好形象代代相传。

本套丛书以贯彻落实教育部《中小学文明礼仪教育指导纲要》为核心，以提高中小学生文明素质、思想道德修养为目的，以《中小学生守则》《中小学生日常行为规范（修订）》的相关内容为依据，与中小学德育教育、中华优秀传统文化教育紧密结合，根据学生年龄特点和认知水平确定文明礼仪教育的内容体系，在教育学生学习文明礼仪知识的同时，引导学生在生活中不断体验和感悟，主动践行，把对文明礼仪和传统文化的要求内化为个人修养和行为习惯，以期实现教育的最佳效果。

不学礼，无以立。希望这套丛书能帮助青少年加强文明礼仪教育与养成教育，成为优秀的人、有用的人、品行兼优的人！

杨叔子

——中国科学院院士，教育家。原华中理工大学（现华中科技大学）校长，现任中国科学院技术科学部副主任，华中科技大学学术委员会主任，教育部高等学校文化素质教育指导委员会主任。

2015年8月



“中小学文明礼仪教育读本”编委会

主 编：蔡 玉 黄步高

杨叔子 李力华

策 划：刘新民 黄永华

执行主编：李力华 刘新民

编委会成员：

（小学组编写人员）蔡梅洲 汪爱新 蔡元胜 邹 婷
李 琪

（初中组编写人员）蔡梅洲 汪爱新 蔡元胜 邹 婷
李小菁 李 琪

（高中组编写人员）蔡梅洲 汪爱新 蔡元胜 邹 婷
徐方圆 李 琪

（编辑审核委员会）黄永华 罗佳鑫 胡茂永 胡 旺
汪文达 邹楚林 武巧燕 文湘噉
张艺琼 廖 熙 何 莉 彭 霞
邹伟华 甘 哲 夏克军 黄善灵



第一单元 修养礼仪 / 1

第1课 择善人而交 / 2

第2课 择善书而读 / 12

第二单元 公共礼仪 / 21

第3课 舞会礼仪 / 22

第4课 交往空间礼仪 / 32

第三单元 涉外礼仪 / 42

第5课 各国礼仪禁忌 / 43

第6课 接待外宾礼仪 / 54

第四单元 校园礼仪 / 62

第7课 主动维护学校形象 / 63

第8课 一日为师终身为父 / 73

第一单元 修养礼仪

“修养”一词首见于吕岩《忆江南》：“学道客，修养莫迟迟，光景斯须如梦里。”修养是内心思想和自身行为改造提升后的外在意象，是指高尚的人格和美好的品质。提高个人修养，规范言行举止，是建设和谐社会的条件，也是青少年提升自我的需要。





第 1 课

择善人而交



礼仪风景线

春秋时，西羌贤士左伯桃远赴楚地求取功名。途经雍州时已是隆冬，四处荒无人烟，寻了很久才找到一间茅屋，便前往叩门求宿。屋主羊角哀上下打量左伯桃一番后，欣然答应了。

屋内，除了一张床，便只剩下堆积成山的书籍。原来羊角哀也是读书人，两人很快就聊了起来，结果越谈越投机，大有相见恨晚之感，双方一商议，决定结拜为兄弟。

左伯桃不忍心羊角哀的学识埋没于山林清泉之中，想方设法说服他和自己一同前往楚地求取功名。

天亮后，两人就出发了。尽管两人日夜兼程，但由于天气愈发恶劣，寒风凛冽，大雪弥漫，走了半个月也没走出雍州。

眼看带的干粮所剩无几了，左伯桃暗自思忖：“此处虽与楚国相去不远

了，但地处蛮荒，找不到可以求宿的地方，过不了几天，等干粮吃完了，恐怕两人都会饿死在这里。”

这该怎么办呢？

很快，一个主意袭上左伯桃的心头。他转身对羊角哀说：“愚兄赶路有些倦了，想休息下，可附近没有坐的地方，你能帮我去搬条石凳来吗？”

羊角哀不知是计，便走开去寻找平坦的石头。很快，他就搬着石凳跑回来，正准备喊左伯桃坐时，眼前的一幕让他惊呆了，只见左伯桃赤身卧在雪地里，气息奄奄！见羊角哀回来了，左伯桃拼尽最后的力气说：“你穿上我的衣物，带着剩余干粮前往楚国，你才能卓绝，定能成就伟业。”说完，左伯桃就咽气了。好友竟不惜牺牲生命来保护自己，羊角哀抱着左伯桃的尸体号啕大哭。后人感其情谊深厚，遂称羊左之交为“舍命之交”。

君子之交淡如水，小人之交甘若醴。广结天下，不如知己一二，有时选择比发现更重要。结交品行高尚的人，学习他的风度气概，能使你越来越优秀。与之成为朋友，将是你人生道路上的宝贵财富。



图 1-1 风雪中的左伯桃与羊角哀



礼仪知识吧

随着年龄的增长，青少年会接触到形形色色的人，但朋友分很多种：有狐朋狗友狼狈为奸，有酒肉朋友树倒猢狲散，也有高山流水知音知己，还有患难之交荣辱与共。所以，青少年如何选择朋友尤为重要。

一、择善人而从

与善人居，如入芝兰之室，久而不闻其香，即与之化矣；与不善人居，如入鲍鱼之肆，久而不闻其臭，亦与之化矣。和品相端正的人学习交流，你会变得大方庄重；和才华横溢的人争唐论宋，必定能收获不少知识；和优雅成熟的人谈天说地，能发现另一片广阔穹空；和蛮横霸道的人一起厮混，便会沾染粗鄙野蛮习气。

晋代祖逖，年少时便胸怀鸿鹄之志。他与刘琨交情深厚，常常同榻而眠。一日半夜，他听到外面雄鸡鸣叫，便对刘琨说：“外面有鸡鸣声。”刘琨半梦半



图 1-2 闻鸡起舞

醒地说：“半夜鸡鸣，肯定不是什么好事情。”祖逖思考了一会，开导说：“半夜鸡鸣，鸡都如此发奋，我们也应该更加勤奋地练剑，才能有所作为。”刘琨听了很受鼓舞，约定两人半夜鸡鸣时分就起来练剑。刘琨与祖逖相互帮助，共同进步，两人都成为历史上有名的良臣。

二、不轻信他人

与邪佞人交，如雪入墨池，虽融为水，其色愈污。每个人都免不了遇上和自己价值观背道而驰的人，若与之深交，耳濡目染，久而久之便会被污染了。由于青少年缺乏防范意识，很容易被诱惑，从而导致悲剧发生。

据媒体报道，小歆（化名）从小家境优越，一直被父母视为掌上明珠。最近，父母因为感情不和，经常发生争吵，小歆异常伤心，便将心里的苦恼一股脑儿地倾诉给千里之外的男网友。

网友信誓旦旦说要来看小歆，让她开心，但苦于没有路费。小歆听后，马上转了2 000元钱到他的账户上。

三天后，男网友如期而至，小歆竟瞒着父母，偷偷逃学和对方出去游玩。由于找不到女儿的消息，父母着急不已，整天以泪洗面，人也苍老了很多。

直到半个月后，才有亲友在桂林看到浑身是伤的小歆。原来，男网友花光小歆身上的钱后，整天逼着小歆外出赚钱，稍有不从，就拳打脚踢。

父母闻讯赶来，抱着浑身是伤的小歆痛哭不已。

一段时间后，小歆身上的伤口愈合了，可是留给这个花季少女心灵上的创伤呢？也许终生都无法愈合。轻信他人，交友不慎，小歆给自己的人生留下了终生无法忘记的伤害。



图 1-3 小歆向网友倾诉心中的苦恼

三、高朋满座不如知己一二

人的一生中会与各种各样的人相遇，但相遇不一定相识，相识不一定相知。如果能够拥有几个坦诚相见的好朋友，是一件非常难得而又幸福的事情。与谁相遇也许是缘分，但与谁相知，却是你自己的选择。能够称得上知己的人，首先是你心生敬慕的人，你们能够互相欣赏，互相指正，互相尊重，互相理解。

一个偶然的的机会，苏轼在宴席上看到了黄庭坚的书法，赞赏不已。当时，苏轼已经是扬名天下的大书法家，黄庭坚不过是一个无名小辈，可苏轼从来没有轻视他。后来，黄庭坚又写了两首诗寄给苏轼，苏轼收到后大喜过望，当即回信，对诗作大加赞赏。由于两人互相欣赏，遂成神交好友。十年后，两人初次见面，竟一见如故。

有一次，苏轼戏谑黄庭坚书法是“树梢挂蛇，笔式太弱”，黄庭坚则反驳苏

轼的作品是“石压蛤蟆，笔锋太肥”。由于两人非常了解对方，深谙其中褒贬，丝毫不在意彼此的嘲弄。

与苏轼的结交，也使黄庭坚一生坎坷，身世沉浮。苏轼过世后，黄庭坚写过不少缅怀追思的诗句，两人之间的相知也成为文坛的一段佳话。



图 1-4 苏轼与黄庭坚相互调侃



礼仪加油站

困难时的扶持，远比得意时的庆贺更值得珍惜。当你遭遇挫折时，有人不求回报地帮助，也有人落井下石。寻找人生真正的朋友，请记住下面这几类人不可深交。

一、不孝顺父母的人

养育之恩大过天。一个人若没有孝顺之心，没有感恩之情，必定心境冷漠，即使你与之深交，他也未必当你是好友。你的满腔热情对他而言不过尔尔，又何谈惺惺相惜呢？

二、自私自利的人

凡事只考虑自己，不顾及他人，此类人可能为了一点点蝇头小利就出卖



朋友。

三、心胸狭隘的人

与心境开阔的人交朋友，即使你无意中得罪了对方，他也不会记挂在心上。然而，气量狭小的人，可能会一直惦记着你的无心之过，耿耿于怀。



图 1-5 心胸狭隘的人不可深交

四、没有责任感的人

没有责任感的人对一个团队而言是致命的。这种人，犯错时不敢承担，取得一点小成就便居功自傲，对朋友也缺乏起码的尊重，在你遇到麻烦和困难时，必定对你避之唯恐不及。

五、毁约失信的人

诚信在中华传统道德上占的比重相当大，古时候有许多关于诚信的故事，例如韩信报恩、尾生抱柱等。《庄子·盗跖》记载：“尾生与女子期于梁下，女子不来，水至不去，抱梁柱而死。”可见，诚信是一个人高尚情操的具体表现。若与不守诺言的人立下约定，恐其实现之日也遥遥无期。



图 1-6 尾生抱柱

六、搬弄是非、口无遮拦的人

爱与你说他人是非者，背后必定也在他人面前说你的的是非。搬弄是非之人，必是是非人，若你有什么隐私被他得知，他必定恨不得张榜昭告天下。

七、口蜜腹剑的人

口是心非、两面三刀的人，令人捉摸不透，常常会背地里落井下石，叫你苦不堪言。直言不讳，虽然令人难以接受，但耿直刚正却是一种高尚的思想品质。时时有明镜照出美中不足的缺陷，才会助人日益完美。

知识链接

1. 与善人居，如入芝兰之室，久而不闻其香，即与之化矣；与不善人居，如入鲍鱼之肆，久而不闻其臭，亦与之化矣。丹之所藏者赤，漆之所藏者黑，是以君子必慎其所处者焉。

——孔子

2. 友谊的基础在于两个人的心肠和灵魂有着最大的相似。

——贝多芬

3. 万两黄金容易得，知心一个也难求。

——曹雪芹



4. 世间最美好的东西，莫过于有几个头脑和心地都很正直严正的朋友。
——爱因斯坦
5. 君子之交淡若水，小人之交甘若醴。君子淡以亲，小人甘以绝。
——庄子
6. 钟子期死，伯牙终身不复鼓琴。
——《汉书》
7. 以财交者，财尽则交绝；以色交者，华落而爱渝。
——《战国策》
8. 择友宜慎，弃之更宜慎。
——富兰格林



图 1-7 “择友宜慎”书法作品



礼仪伴我行

阅读以下案例，开展讨论交流会。

据《早安山东》报道，滨州阳信的李女士经常微信聊天。一天，她捞起一个漂流瓶，就和对方聊上了。两人一拍即合，越聊越投机，很快就成了无话不谈的好友。不久，对方就开始找种种借口问她借钱，并用激将法质问她：“你是不是不相信我？”“这点忙你也不帮？”李女士不想失去这个谈心的好朋友，赶紧转了 2 000 元到他的账户上。

后来，对方找不同的借口，从李女士处一共借走 4 万多元钱。当李女士想再