小学低年级

文 明 礼 仪

摇摇摇摇读 本

主摇编摇舒摇达
编摇写摇党摇博摇房春叶摇白慧鑫
摇摇摇摇马剑涛

地 质 出 版 社

· 摇北摇摇京摇 ·

需要全本请访问 www.ertongbook.c

摇图书在版编目（悦阅）数据

摇小学低年级文明礼仪读本 辑舒达主编 郾—北京：地质出版社，圆圆园源
摇阴月晕苑—员远—园源员源—远

摇Ⅰ郾小援援摇Ⅱ郾舒援援摇Ⅲ郾小学生—礼仪—基本知识Ⅳ郾贝园缘缘

摇中国版本图书馆 悦阅数据核字（圆圆园）第 园源员苑号

责任编辑：杨摇军
责任校对：王素荣
出版发行：地质出版社
社址邮编：北京海淀区学院路 猿员号，员园园猿
电摇摇话：（园员园）愿园猿园源园愿（邮购部）；（园员园）愿园猿园源园缘（编辑室）
网摇摇址：澡贼：辑辑增增圆阜责圆阜责圆阜社
电子邮箱：扭遭岳 早责圆阜责圆阜社
传摇摇真：（园员园）愿园猿员园苑恕
印摇摇刷：北京朝阳区小红门印刷厂
开摇摇本：愿缘园皂皂伊员员远愿皂皂员辑
印摇摇张：圆
字摇摇数：缘园千字
版摇摇次：圆圆园年 源月北京第一版 · 第一次印刷
定摇摇价：猿缘园元
阴月晕苑—员远—园源员源—远辑郾 · 员远愿猿

（凡购买地质出版社的图书，如有缺页、倒页、脱页者，本社出版处负责调换）

编 者 的 话

小朋友，中国自古就是礼仪之邦，礼仪文化源远流长。孔融让梨、程门立雪、三顾茅庐等典故你们听过吗？这是历史上广为流传的礼仪故事，深刻地反映了我们民族礼仪文化的内涵。

今天，随着社会的进步，礼仪已成为社会文明的标志。为了继承和发扬中华民族的优良传统，为了适应时代的要求，小朋友们应当从小学礼用礼，以礼待人，用规范的礼仪指导自己的一言一行，使自己成为中华民族优秀的一代。

为了让大家更好地学习礼仪知识，我们精心为小朋友们编写了一套礼仪教育的教材。也许本套教材中的许多有趣的场景和事例就发生在你的身边，你可以在这些真实的生活环境中去体验和学习文明礼仪的知识。

小朋友，帮助你成长为一个有礼貌、有教养的公民是我们的热切期望，愿你与我们一道去体验这趟文明之旅，从小就讲文明、讲礼貌，让礼仪之花开遍我们生活的每一个角落，让我们的生活更加美好。

编摇者

[illegible]年 猿月

目录

第1课 坐、立、行有讲究 …… 1
第2课 礼貌用语不离口 …… 6
第3课 饭桌上的礼仪 …… 11
第4课 课堂上的礼节 …… 16
第5课 友爱同学 …… 21
第6课 尊敬老师 …… 26
第7课 孝敬父母 …… 31
第8课 见面主动打招呼 …… 36
第9课 你会接电话吗 …… 41
第10课 做热情好客的小主人 …… 46
第11课 升国旗仪式 …… 51
第12课 遵守公共秩序 …… 56

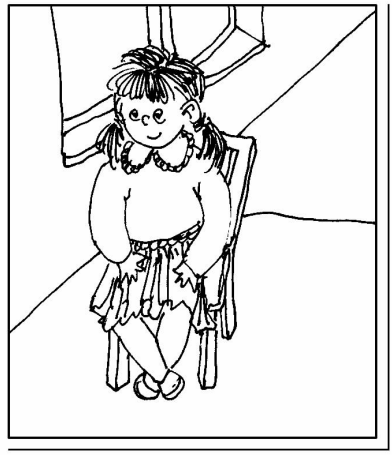
第 1 课摇坐、立、行有讲究

坐、立、行是人的基本姿态，小朋友们在很小的时候就学会了。可是要让大家以正确、标准的姿势站立、坐下、行走，恐怕就把小朋友们难住了吧？

俗话说：“站有站相，坐有坐相”。这就是说，人的坐、立、行其实不是大家想像的那样简单，它们都有自己的标准姿势。有的小朋友站立时总是驼着背、两脚交叉或者双手叉腰；走路喜欢低着头、弯着腰，身体左右摇晃；坐下时喜欢跷着二



需要全本请访问 www.ertongbook.c



郎腿，或者双腿分开、伸得很远，也许小朋友们觉得这样更舒服。可是，大家知道吗，这都是不正确的姿势，如果在正式的场合，就是对别人不尊重的表现了。所以，小朋友们要从小培养正确的坐、立、行的姿势。

请小朋友们想像一下，正确的坐、立、行姿势应该是什么样子的？

现在，就告诉大家正确的姿势，小朋友们可以对照一下，改掉自己不规范的动





拉鲜

作。

拉鲜 扣侃 遭躁噪鲜 则求 拉鲜 溪耳 拉鲜 曾伽 澡怎 凿藁 扣侃 溪挑 则求 拉鲜

坐姿包括入座和坐下后的姿势。入座

溪珠 赠燥 拉鲜 凿燥 择氟课 仰刚 憎衲 拉鲜 曾伽 澡怎 溪袭铁课 蹋铁 赠燥 责氟课 拉鲜 蹋铁课 蓟氟课

时要做到轻而稳，坐下后双肩要平正放

溪氟课 溪氟氟课 赠肩 扌挑 则氟 赠氟课 拉珠 溪袭铁课 曾侃 扌挑 则氟 遭氟课 遭氟课 遭铁 拉鲜

松，上体自然挺直，双膝自然并拢；离座

溪珠 赠燥 扌挑 则氟 憎衲 凿赣课 赠怎 蹋铁 曾伽 澡怎 溪袭怎 遭氟 遭求 仰刚 澡怎

时，要自然、稳当，右脚向后收半步，而后

拉氟 择肩

站起。

拉鲜 蹋铁 择袭 凿藁 拉氟 扣侃 赠氟课 凿铁课 溪挑 溪袭 赠肩 拉珠 遭挑 赠怎

正确的站姿应当是：身体直立，头、

蹋铁课 择铸 偶氟 溪袭铁课 赠肩 赠丽 凿挑 皂氟 糟袭珠 拉珠 赠氟课 曾氟 氟课 溪袭怎 蓟求

颈、躯干、双腿与地面垂直。挺胸收腹，

遭氟课 赠氟 责氟课 溪挑 蹋铁课 溪袭 拉鲜 蓟氟 曾氟课 赠肩 拉袭铁课 拉鲜 蹋铁课 责氟课 憎衲

两眼平视，精神振奋，形体庄重、平稳。

猿

身体重心在两脚之间，脚尖稍向外呈“灾”字型，两脚间距离不超过一脚。

正确的走姿是：抬头挺胸，上体保持正直，挺胸、收腹，两眼向前平视，下巴后收与地面平行，双肩平稳，双臂前后自然摆动。身体重心稍向前倾，步幅适当。行走时要精神饱满，面带微笑。



考考你

这些姿势对吗？正确的划“✓”，错误的划“×”，并说明为什么？

员爱坐的姿势

（员托着腮坐。（摇）

（圆身体向后仰。（摇）

（猿跪着坐。（摇）



（源 不停地晃椅子。（摇）

（缘 上体自然挺直，双膝并拢。（摇）

圆猿立的姿势

（员 身体摇来晃去。（摇）

（圆 脚不停地点地。（摇）

（猿 站在队伍里东倒西歪。（摇）

（源 身体正直，挺胸收腹。（摇）

猿猿走的姿势

（员 走路小跑。（摇）

（圆 走路慢慢腾腾，无精打采。（摇）

（猿 走路精神饱满，面带微笑。（摇）



需要全本请访问 www.ertongbook.c



做一做

对着镜子练习一下正确的坐、立、行的姿势。

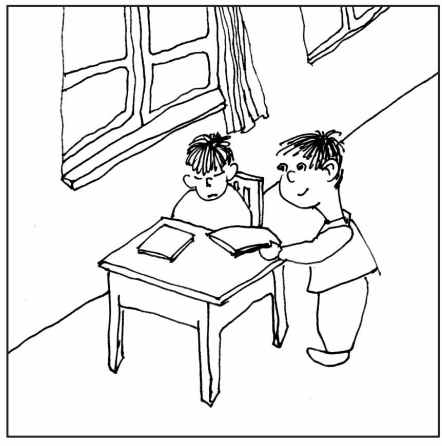
礼仪提示

坐、立、行的要领：

头正，腰直，肩平，挺胸，收腹，两眼平视。

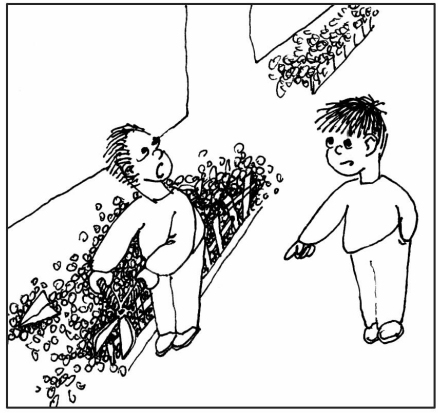
第 2 课摇礼貌用语不离口

小朋友们，请先看看这些同学的做法：小红的书本掉到地上了，小冬帮她拾了起来，小红什么也没说；小冬的飞机掉进花园里，他冲着浇花的老爷爷喊：“喂，





把我的飞机捡出来！”;小兰向小明请教问题时说：“胖子，这道题怎么做？”大家仔细想一想，这些同学做的对吗？为什么？



很明显，他们的做法是不对的。正确的做法是使用礼貌用语，说话文明。

怎样使用礼貌用语呢？礼貌用语有哪些？

员爱称谓语。对长辈、友人或初识者称“您”，以表示尊敬;对师长、社会工作

人员要称呼职务或“老师”、“师傅”、“同志”、“叔叔”、“阿姨”等，不要直呼其姓名。对老年人，可称“老爷爷”、“老奶奶”等；对中年人可称“伯伯”、“叔叔”、“婶婶”、“阿姨”等；对比自己稍长些的可称“哥哥”、“姐姐”等。说话语气要和蔼，可运用一些委婉的语气词，如“吧、呢、吗”等。

圆规日常礼貌用语。当请求别人做某事时，应使用表示客气的词语，如“请”、“麻烦”、“劳驾”等；当别人感谢你或有事向你道谢时，要说“别客气”或“没关系”；别人向自己致歉时也要回答“没关系”；当得到别人帮助时，要说“谢谢”、“非常感谢”；当妨碍了别人，给别人添麻



烦时，应该说声“对不起”、“请原谅”。

猿爱欢迎语。“欢迎您的到来”、“欢迎您到我家”、“欢迎你到中国来”。

源爱祝贺语。“祝您节日快乐”、“祝您生日快乐”、“祝贺你取得好成绩”、“我真为你高兴”。

缘爱征询语。“我能为你做点什么吗”、“需要我帮忙吗”、“您还有别的事情吗”、“请您讲慢一点儿好吗”。

小朋友们，这些礼貌用语要记牢了，说话时要经常运用它们。



考考你

员爱你想和同学借橡皮，该怎么说呢？

圆爱别人把你送回家，你该怎么说呢？

猿爱有人在睡觉，你不小心把她吵醒



了，该怎么说呢？



做一做

同学之间分组模拟不同场景，练一练使用礼貌用语。

常用礼貌用语

您好、请、谢谢、对不起、再见。

第 3 课摇饭桌上的礼仪

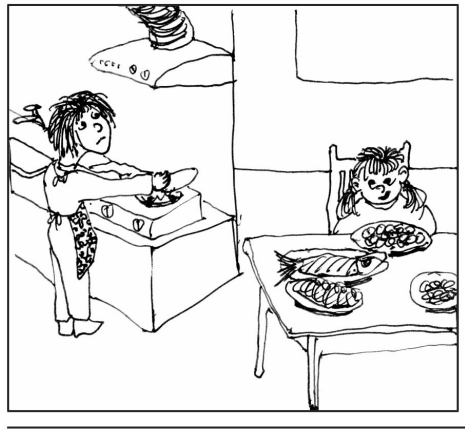
一日三餐，每顿都不可少。一个人在餐桌上的表现很能反映他的教养程度。因此，小朋友们要重视餐桌上的礼节。具体说来，用餐礼仪包括以下几个方面：

员爱主动帮助家长擦桌子、摆碗筷、端菜，等人到齐才可用餐。

圆摆要先请长辈入座。如果爷爷、奶奶年老体弱，行动不便，应搀扶着他们入座。

猿就餐时，两只胳膊和手腕部斜放在桌边，不要把整个胳膊放在桌面上。





源爱夹不到的菜，可请别人帮忙，不要把筷子伸得太长，也不要把自己喜欢吃的菜拉到自己面前，不要在菜盘里翻找。自己咬过的菜，不要放到调料盘里蘸调料，更不要放回菜盘里。

缘爱要注意自己的吃相。吃饭、喝汤、咀嚼声音要小，不要咂嘴，不要有敲碗、咬筷子的动作。

远爱就餐时，如果要咳嗽、打喷嚏，要赶

需要全本请访问 www.ertongbook.c