

<<中华礼仪校园读本>>

图书基本信息

书名：<<中华礼仪校园读本>>

13位ISBN编号：9787101084856

10位ISBN编号：7101084850

出版时间：2012-9-21

出版时间：中华书局

作者：金文

页数：183

字数：170000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<中华礼仪校园读本>>

### 内容概要

金文编著的《中华礼仪校园读本》是中小学生学习礼仪的基本用书，以弘扬优秀的中华传统礼仪为出发点，向学生系统介绍了基本的礼仪知识和仪表礼仪、学校礼仪、家庭礼仪、公共礼仪、社交礼仪等日常规范。

中小学生学习本书，有助于健全人格，健康身心，为个人学习、成长乃至终身发展打下良好基础。

《中华礼仪校园读本》行文简明扼要，文笔生动活泼，知识性、趣味性、可读性强，是教师教学、家长家教、学生自学的礼仪必备图书。

<<中华礼仪校园读本>>

作者简介

金文，女，四川仁寿人。

四川省作家协会会员、四川省科普作协常务理事。

副编审，四川省少先队工作委员会专家，四川省少先队队刊《少年时代》杂志执行主编。

从事青少年教育和出版工作20余年，发表作品计200多万字。

代表作“校园文化”系列和“双子神探”系列在中小学学生中有一定影响力。

<<中华礼仪校园读本>>

书籍目录

出版说明

第一单元 礼仪介绍

第一课 什么是礼仪

第二课 礼仪基本原则

第三课 礼仪是个人素质的体现

第二单元 仪表礼仪

第四课 个人的形象与气质

第五课 仪容礼仪

第六课 仪态礼仪

第七课 服饰礼仪

第三单元 学校礼仪

第八课 校园礼仪

第九课 师生礼仪

第十课 同学礼仪

第十一课 课堂礼仪

第十二课 起居饮食礼仪

第十三课 集体活动礼仪

第四单元 家庭礼仪

第十四课 亲情礼仪

第十五课 待客礼仪

第十六课 拜访礼仪

第五单元 公共礼仪

第十七课 行路礼仪

第十八课 乘车与乘机的礼仪

第十九课 游览礼仪

第二十课 社会生活礼仪

第六单元 社交礼仪

第二十一课 涉世之处的礼仪

第二十二课 交谈礼仪

第二十三课 通联礼仪

第二十四课 求职礼仪

第二十五课 涉外礼仪

## 章节摘录

版权页：第五课仪容礼仪 仪容指一个人的容貌和形体，是一个人外在形象的重要体现，但他又不简单地表现为容貌和形体，不是纯先天的、不可改观的，一个相貌平平的人完全可以以整洁清新的仪容赢得别人的尊重和喜爱。

作为一名学生，同学们也一定很在意自己的仪容，无论自己是否天生丽质，我们完全可以通过个人努力将自己的外在形象塑造得朝气蓬勃、自然健康、富于生命力。

其实，这本身也是内在美的一种反映。

一、仪容与个人修养 古人曰：“礼缘情而作。

”意思是说，礼是为了表达情感而制定的。

《礼记》说：“临丧则必有哀色，执紼不笑；临乐不叹，介冑则有不可犯之色。

故君子戒慎，不失色于人。

”意思是说，参加丧礼一定要悲哀而不嬉笑，在欢乐的场合不要唉声叹气，身披戎装出征就应该有凛然不可侵犯之神色。

君子要慎重对待自己，不失态于人。

人人都有喜、怒、哀、乐，都有对亲人的挚爱、对敌人的仇恨、对丧亲的哀伤和对成功的喜悦，但是情感的表达一定要把握尺度，要做到恰到好处，大喜大悲、狂躁暴怒不仅有失风范，不利于身心健康，更有损社会和谐。

为了帮助人们正确、理智地把握自己的情感，古人制订了相关礼仪规定。

《礼记》说：“不敢啍噫、嚏咳、欠伸、跛倚、睥视，不敢唾洩。

”大意是说，在正式场合，打饱嗝、打呵欠、打喷嚏、伸懒腰、歪坐、斜视、吐唾沫都是失礼和没有修养的行为，要严厉制止。

又说：“足容重，手容恭，目容端，口容止，声容静，头容直，气容肃，立容德，色容庄。

”也就是说，在正式场合，步履要稳重而缓慢（不慌张疾走），手要显恭敬之态（不懈怠懒散），看人的眼神要端正（不躲闪游移），嘴巴要闭紧（不吃东西），说话的声音要平静（不大声嚷嚷），头部要正直（不左右倾仄）；气息要细而长（不大口喘气），站姿要端正（不倚不靠），神色要庄重（不嬉戏打闹）。

二、学生的仪容要求 在社会历史发展中，不同的阶级有不同的审美标准。

中国封建社会曾经以女人缠小脚、束细腰为美，欣赏“三寸金莲”“蜂腰”。

这些病态的审美观害苦了中国古代妇女。

在社会不断进步的今天，自然、健康的体魄能显示出生命的活力，给人以美感，因此成为仪容美的基础。

仪容反映着一个人的精神面貌。

仪容受两方面因素的影响，一方面是个人的先天条件，自然形成，另一方面是后天的修饰和保养。

正像法国启蒙思想家孟德斯鸠所说：“一个人只有一种方式是美丽的，但他可以通过十万种方式使自己变得可爱。

”容貌虽然是父母给的，是天生的，但通过保养、修饰、装扮可以发生很大的改变，这就需要懂得一些“美容”常识，充分发挥自己的优势，以有效地弥补自身的缺陷和不足。

清新、端正的仪容和恰当自然的修饰是对学生仪容的基本要求。

端正的仪容可以给人以信任感，而恰当自然的修饰又可以给人以愉悦感。

现今的时代是一个张扬个性的时代，同时又是一个讲究团队精神的时代。

化妆应以所在群体为标准，以显示出年轻人朝气蓬勃、积极奋进的精神风貌。

化妆应以自身面部客观条件为基础，适当强化和美化，切不可失真。

<<中华礼仪校园读本>>

编辑推荐

<<中华礼仪校园读本>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>