

最新文明礼仪心得体会 尊师重教文明礼仪活动心得体会(实用5篇)

我们在一些事情上受到启发后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样我们可以养成良好的总结方法。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

文明礼仪心得体会篇一

今天，我认真阅读了李书记和廉县长在庆祝教师节上的重要讲话。我感受最深的一点是随着社会的迅速发展，我们必须不断提高自身的素质，才能适应社会的发展，时代要求。

李书记提出要我们教师要“炼十心立师德”。一是忠心。忠诚于党和人民的教育事业，爱岗敬业；二是爱心。爱生如子、爱校如家；三是匠心。对每名学生都精雕细琢，呕心沥血育桃李，使每名学生都能得到充分发展；四是痴心。作为教师，对待教育这个神圣高尚的事业，要有几十年如一日的心态，矢志不渝、痴心不改；五是童心。

做学生的知心朋友，当学生喜欢的教师；六是虚心。勤学不辍，不断充实自我，不断超越自我，完善知识结构，提升教育教学能力；七是清心。耐得寂寞，潜心教学，捧着一颗心来，不带半根草去；八是耐心。循循善诱，坚持用发展、变化、关爱的眼光看待学生，教而不厌，诲人不倦；九是良心，教师职业是一种自我监督的良心职业，经常扪心自问、躬身自省，以实际行动捍卫良知，尽心尽力，教人求真，维护人民教师的光荣称号；十是雄心。要志存高远，在业务钻研上有孜孜以求之志，在教育教学上有与时俱进之志，争做“良师”。在课题研究上有勇攀高峰之志，在人才培养上有培英育杰之志，争做“好老师”。在教育理论上有集之大成之志，在学术领域有创一家之言之志，争做“大师”。还我们的教

师必须具备“十种能力”。

1、学习力。教师是面向未来的职业。教师要有“吾生也有涯，而知也无涯”的清醒认识，牢固树立终身学习的理念，不断自我学习、自我变革、自我超越、自我发展，真正成为知识的化身，担当起培育英才的重任。

2、研究力。教而不研则浅，研而不教则空，研究力是教师专业化成长之本。在当前课程改革的背景下，教师应该研究新课程、研究新课堂、研究新教法、研究考情、研究学情、研究学生，做科研型、专家型教师。

3、创新力。教育是艺术，艺术的生命在于创新。教师必须有强烈的创新欲，不断优化课堂结构、创新教学思想，培育和构建自己独特的教学风格。

4、表达力。全国特级教师于漪教师说：语言不是蜜，但是可以粘住学生。语言是教学的重要工具，教师要着力提升表达力，达到以声传情、以音动心、以情动人、以美育人的教育功效。

5、感召力。桃李不言，下自成蹊。教师要注重用自己的人格魅力去影响学生。

6、观察力。观察力是因材施教的依据，是增强思想政治教育敏感性的前提，是发现人才的关键。教师要善于用眼去观察，用心去倾听学生、发展学生。

7、驾驭力。熟练驾驭教材、驾驭学生、驾驭课堂。

8、亲和力。以平等、宽容、赏识的心态对待每一名学生，构建民主、平等、合作、和谐的师生关系。

9、执行力。接受教育教学任务不讲条件、执行教学任务不找

借口，切实把学校的办学理念、办学目标、教学目标落实到每一个环节。

10、沟通力。在教育教学中，沟通无处不在。教师要放下师道尊严的架子，加强与学生、学科教师、家长的沟通交流，形成教育合力，促进学生的健康发展。廉县长也希望我们做到以下几点：一要立德。二要好学。三要博爱。四要有责。

李书记和廉县长的讲话都要求我们从师德和业务两方面加强学习，努力塑造教师形象，提高教学质量。在今后的教学中，我一定以他们的讲话精神为方向，加强学习，提高自身素质。努力做到学校放心，家长满意，学生开心。

文明礼仪心得体会篇二

为了进一步提高学生的文明素养，培养学生良好的行为习惯，净化学生的心灵，增强学生的文明礼仪修养，提高学生的思想道德素质，让学生学会做人，学会做事，学会相处，学会求知。学校把文明礼仪教育纳入了德育工作重要议事日程，从去年开始，我校积极响应上级有关精神，开展了“师生文明礼仪”系列教育活动，取得了很多的教育成果。现将我校开展工作情况总结如下：

一、领导重视，精心组织

学校召开动员会之后，全校师生高度重视，统一思想，迅速行动起来，把开展文明礼仪教育活动作为进一步加强师生思想道德建设、创建文明和谐校园的一个重要内容列入学校的工作日程，做到了领导重视、人员到位、工作到位、措施到位，确保活动顺利、持续、深入开展。

二、广泛宣传、营造氛围

为使文明礼仪教育实践活动扎实开展，在学校内加大了宣传力度，通过召开师生大会，利用班会、晨会、校园广播文明礼仪歌谣和国旗下讲话、黑板报、出专栏等形式营造了浓厚的文明礼仪活动氛围，使师生充分了解文明礼仪活动的做法和要求，充分认识讲文明、懂礼仪是中华民族优良传统，是社会文明进步对师生日常行为的基本要求。经过广泛的宣传发动，使广大师生进一步认识开展文明礼仪实践教育活动的重要性和必要性。文明礼仪意识深入人心，成为全体师生的自觉行动，形成了人人讲文明、个个讲礼貌的良好氛围。

三、内容与目标

重点目标：把学校规范特别是学生文明礼貌作为重点。要求学生做到“课间有纪律、课堂有秩序、语言有礼貌、心中有他人、学习有进步”和“用水用电无浪费，公共设施无损坏，谈吐文明无脏话，卫生清洁无脏物，穿着大方无怪装”。

教育内容与目标：我们将小学生的行为习惯划分为六大类别：即卫生行为习惯、劳动行为习惯、日常生活习惯、学习习惯、家庭行为习惯和道德自律习惯。将小学生日常礼仪划分为六大类别：即仪表礼仪、交谈礼仪、校园礼仪、劳动礼仪、家庭礼仪和公共场所礼仪。根据学生年龄特点，分散落实到各年级，进行重点教育；当一名小学生受完小学教育后，基本养成比较全面而良好的礼仪习惯和行为习惯。

四、教育形式多样

1、各班组织学生认真学习《小学生日常行为规范》、《中小学生守则》、文明礼仪歌谣，利用班会课开展文明礼仪大讨论，对照自身和身边的人和事，查找不文明行为，从我做起，以文明礼仪为光荣，粗俗低下为可耻，在全校形成崇尚文明、讲究礼仪的良好风气。

2、将主题教育实践活动与民族精神教育、传统美德教育、革

命传统教育、行为规范教育以及学校的其它教育教学活动紧密结合。我们重点开展了以下“文明礼仪伴我行”为主题的系列活动。

(1) 全校开展背诵“文明礼仪歌谣”活动；

(2) 各班组织了一次以“文明礼仪伴我行”为主题的班队会。

(3) 进行了以“美化我们的教室”为主题的校园文化、班级文化的更新活动。

(4) 出了一期以“文明礼仪伴我行”为主题的中队黑板报、手抄报活动。

(5) 倡导进行了一次以“文明礼仪进校园”为主题的教室布置活动。

在校园里，每天都能感受到学生向老师、长辈主动问好；课间追逐打闹现象逐渐减少；不乱扔、乱倒、乱吐、乱画，养成把纸屑、果皮、包装袋放到垃圾桶和随手拾废物的好习惯；大部分学生做到衣着整洁、大方、得体、美观。广大学生能自觉爱护校园环境，许多同学自觉地做好卫生保洁工作，基本消灭了脏、乱、差现象。能把遵守学校规章制度、遵守课堂纪律、卫生公约作为基本要求；把专心听讲、服从教师管理作为尊重老师劳动的具体表现。校园育人环境得到优化，提升了学生文明素养。

从文明礼仪习惯到卫生习惯，从学习习惯到体育锻炼习惯，从严于律己到爱班爱校，循序渐进，由点及面地开展行为养成教育。通过这些形式多样、内容充实、富有针对性的学习实践活动，充分培养了同学们的自主性、自觉性，进一步规范了同学们的文明言行。

文明礼仪心得体会篇三

从上学年开始，我校根据学校实际认真开展“文明礼仪进校园”活动，为创建文明和谐校园创造了良好的氛围。围绕文明礼仪教育主题，通过开展文明礼仪活动，使得学生的行为习惯得到了一定程度的好转和规范，班容班貌有了较大程度的改观。

一、领导重视，精心组织

学校召开动员会之后，全校师生高度重视，统一思想，迅速行动起来，把开展文明礼仪教育活动作为进一步加强师生思想道德建设、创建文明和谐校园的一个重要内容列入学校的工作日程，做到了领导重视、人员到位、工作到位、措施到位，确保活动顺利、持续、深入开展。

二、广泛宣传、营造氛围

为使文明礼仪教育实践活动扎实开展，在学校内加大了宣传力度，通过召开师生大会，利用班会、校园广播和国旗下讲话、黑板报、手抄报等形式营造了浓厚的文明礼仪活动氛围，使师生充分了解文明礼仪活动的做法和要求，充分认识讲文明、懂礼仪是中华民族优良传统，是社会文明进步对师生日常行为的基本要求，是进一步培养具有优良日常行为习惯的要求，是打造文明和谐校园的基本体现。经过广泛的宣传发动，使广大师生进一步认识开展文明礼仪实践教育活动的重要性和必要性。文明礼仪意识深入人心，成为全体师生的自觉行动，形成了人人讲文明、个个讲礼貌的良好氛围。

三、形式多样、内容丰富

1、各班组织学生认真学习《中学生日常行为规范》、《中学生守则》，利用班会课开展文明礼仪大讨论，各班拟定本班的文明礼仪倡议书，对照自身和身边的人和事，查找不文明行为，

从我做起，以文明礼仪为光荣，粗俗低下为可耻，在全校形成崇尚文明、讲究礼仪的良好风气。

2、将主题教育实践活动与民族精神教育、传统美德教育、革命传统教育、行为规范教育以及学校的其它教育教学活动紧密结合。我们重点开展了以“文明礼仪伴我行”为主题的系列活动。

(1) 各班组织一次以“文明礼仪伴我行”为主题的班队会。

(2) 各班拟定本班的文明礼仪倡议书。

(3) 出了一期以“文明礼仪伴我行”为主题的中队黑板报。手抄报、心得体会、练字征集活动。

(4) 倡导进行了一次以“美化我们的教室”为主题的教室布置活动。

3、组织以“感恩父母”为主题的家长座谈会。德育处精心筹划家长座谈会的环节，班主任认真准备，全校三个年级的座谈会均圆满的举行。

(1) 班主任向家长发出邀请函；

(2) 在学校会议室举行；

(3) 校领导致欢迎词讲解学校取得的成绩；

(4) 播放学生录制的“给父母的真心话”；

(5) 每个学生宣读向家长和老师的保证书；

(6) 家长代表发言；

(7) 班主任总结。

4、通过“学校艺术节”、“春季运动会”使文明礼仪教育深入人心。

利用“红歌合唱比赛”、演讲、颂读、书画展等形式，将学生对文明礼仪的认知成果进行展示，激励学生在学习和生活中努力践行文明礼仪。

5、学校大力创设文明礼仪的大氛围。

学校积极营造学习文明礼仪的人文环境。张贴更换文明礼仪警示语、展示牌130余块。

为学生统一订制校服，达到了服装统一、整洁，使学校风貌焕然一新。

开展文明礼仪教育实践活动的心得体会范文5

我校以遵守校编德育教材《小学生礼仪》和《中小学生守则》《小学生日常行为规范》和文明礼仪养成教育为突破口，着眼于全面提高学生的思想道德素质和文明礼仪素养，并结合学生的年龄特点和身心发展规律，把培养“文明行为习惯”作为学生德育工作的重要内容，通过学生“在校学习礼仪、走向社会实践礼仪、带动百万家庭传播礼仪”，形成人人讲文明、重礼仪的良好氛围，从而全面提高我校德育教育工作水平。

通过开展内容丰富、形式多样的文明礼仪教育活动，教会学生“做人”，培养学生良好的道德品质和文明行为习惯，使学生具备合格的基本素养，要将文明礼仪养成教育与学校现已开展的各项德育工作进行有机融合，一要大力营造氛围，学校利用电子大屏幕字幕进行宣传，并将中小学礼仪规范要点编印成小册子发到每一个学生手中，供学生记忆、诵读，此外利用校报、宣传橱窗、班级黑板报等对“八礼四仪”内容进行广泛宣传。各班级在具体落实礼仪教育活动中，能充分

利用校编德育校本教材《小学生礼仪》，全面融入课堂教学和社会实践之中，举一反三，旁征博引，用大量鲜活的事例教育引导学生。将学雷锋、树新风、讲文明、守纪律融合到礼仪教育中去。使学生基本知道仪表之礼、餐饮之礼、言谈之礼、待人之礼、行走之礼、观赏之礼、游览之礼，并能注意自己在实践中注意“礼”，学礼用礼。开展礼仪教育，普及礼仪知识。设想通过强化训练与检查反馈相结合的方法，努力消除现行德育与学生实际存在的问题，促进全体师生掌握各种礼仪知识与技能，不断增强礼仪意识，培养优秀的礼仪品质，促使全体师生综合素质的提高，进而形成学校德育工作新的途径，构建和谐的学习生活乐园。

一、加强领导，确保活动的落实

1. 高度重视，加强领导。为了切实加强学校文明礼仪教育工作的领导，学校成立活动领导小组。
2. 广泛宣传，营造氛围。学校召开文明礼仪教育活动，组织广大师生认真学习《中小学生守则》、《小学生日常行为规范》和《小学生礼仪》和有关文明礼仪知识，深刻认识文明礼仪教育的意义和作用。并充分利用板报、专栏、橱窗、校园广播、班队会等宣传阵地，广泛宣传文明礼仪教育方面的知识和典型事迹，营造浓厚的教育氛围。
3. 制定方案，开展活动。结合学校实际，制定切实可行的实施方案，广泛开展丰富多彩的教育活动，动员全校师生积极参与，结合社会主义荣辱观教育，广泛开展文明礼仪教育活动，如：主题班会、知识竞赛、征文、故事会、手抄报、观看礼仪影片、国旗下的讲话等。认真组织开展“五个一”活动，即阅读一本有关文明礼仪的书，写一篇文明礼仪教育体会的文章，出一期专题专栏，讲一个感人的文明礼仪故事，做一件讲文明礼貌的事。
4. 开设课时，确保落实。文明礼仪教育课时开设在班会时间，

教师主要由班主任兼任。文明礼仪教育课时纳入教师工作量和考核范围。

5. 言传身教，引导示范。在实施文明礼仪教育工作中，必须抓好教师的以身作则，言传身教，教师一定要做到“要求学生做的，自己先做好”，从教师做起，以教师的榜样引领学生。教师做到“五不进课堂”：衣着不整不进课堂；吸烟不进课堂；酒后不进课堂；非礼语言不进课堂；接打手机不进课堂。

6. 重在实践，纠建并举。开展文明礼仪教育活动，重在具体教育措施，更重在学生的实践体验，从日常工作生活中实践文明礼仪行为，对不文明行为习惯，及时制止和纠正，做到既抓教育实践，又抓问题的解决。

7. 建立机制，激励先进。学校把文明礼仪教育列入教师考核内容，作为评优、评先、年度考核、职称晋升等重要依据。教师的考核情况存入教师业务档案。学校开展“文明礼仪之星”、“文明礼仪先进班”评选工作。

8. 文明风采，展示激励。学校对开展实践活动的成果，教师、学生身边的文明礼仪好人好事，及时进行总结，开展“文明礼仪风采展示”活动，激励师生不断提高文明礼仪素养。

9. 加强检查，强化评估。学校将适时派出检查组到学校内或周边的卫生地段进行现场检查，并予以通报。学校将把此项工作列入班级考核评估内容。

二、开展形式多样的活动，增强实效性

以教育引导学生践行社会公德、树立文明形象为重点，开展以下专题教育活动：

家庭礼仪和社交礼仪等知识，引导学生懂礼、行礼，在校做文明学生，在家做文明孩子，在社会做文明公民。

2. 在师生中广泛开展文明礼仪教育征文比赛。通过比赛，提高了全体师生的礼仪素养。
3. 开展“规范文明言行从我做起”专题教育活动。推广普通话，从细节做起，从我做起，“管住自己的嘴，不乱说乱吐；管住自己的手，不乱涂乱扔；管住自己的脚，不乱踏乱行”，养成科学健康的生活方式，争做文明小学生。
4. 开展“友爱和睦我先行”专题教育活动，弘扬中华民族的创痛美德，孝敬父母，尊敬师长，关爱伙伴，积极构建文明和谐的人际关系，严以律己，宽以待人，互谅互帮；广泛开展关心困难群体，老弱病残，热心社会公益活动，积极倡导关爱他人、奉献社会的道德风尚，增强学生的社会责任感。
5. 开展“诚实守信我先行”专题教育活动，坚持以守信为荣，见利忘义为耻，诚恳待人，诚实做事，信守诺言。
6. 开展“遵守交通规则，文明礼让出行”专题教育活动。加强交通法规的宣传教育，引导学生自觉遵守交通规则，做到人车互不抢道，不违规穿越马路，不跨越交通护栏，不踩路边绿化带。

开展文明礼仪教育实践活动的心得体会

文明礼仪心得体会篇四

下面是小编为大家整理的,供大家参考。

当在某些事情上我们有很深的体会时，就很有必要写一篇心得体会，通过写心得体会，可以帮助我们总结积累经验。优质的心得体会该怎么样去写呢？下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

中国是一个有着五千年历史的文明古国，中华民族素来是一

个温文尔雅，落落大方，见义勇为，谦恭礼让的文明礼仪之邦。华夏儿女的举手投足、音容笑貌，无不体现一个人的气质与素养。荀子云：“不学礼无以立，人无礼则不生，事无礼则不成，国无礼则不宁。”文明礼仪是我们学习、生活的根基，是我们健康成长的臂膀。

我国教育家陶行知先生有一句名言：“千教万教教人求真，千学万学学做真人。”说的就是教师首先要教育学生要做一个真诚的人，而学生的学习也应该首先学做人，学做文明之人，学做社会中人，只有这样，我们才能真正做到“爱国守法，明礼诚信，团结友善，勤俭自强，敬业奉献”。

然而在现实生活中，我们也无不遗憾的发现，在物质文明高度发展的今天，我国公民的文明素质却出现了一些问题。来看看我们的孩子们吧。在优越的物质生活条件下生长起来的独生子女，在文明礼仪方面也存在着诸多的不文明的言行：在家庭中，长辈们重智力学习轻德育教育，认为孩子只要学习好就行了，忽略了对孩子文明礼仪的教育，导致了他们对家人冷漠自私，一切以自我为中心，不与父母沟通，不理解家长的辛苦，不珍惜家长的钱财，不分担家庭的劳动，一味索取不知奉献；

在学校里，不听从老师的教诲，说一些时髦的脏话，穿一些奇特的衣服，留着时尚的发型；

不知道认真学习，在校园内大声喧哗，乱扔垃圾。这些行为直接影响同学们的健康成长，也影响了学校的形象。孔子云“己所不欲，勿施于人”。文明礼仪时刻提醒我们周围还有别人的存在，我们的行为会相互影响，人与人之间应该建立一种现代化的文明和谐的人际关系！

其实，要想成为一名“讲文明，树新风”的时代青年并不是一件很困难的事情。只要我们从身边做起，从小事做起，就能养成良好的行为习惯。

所以，同学们清除陋习需要我们要从小事做起，从身边做起。

讲文明语言，做文明学生，平时不讲粗话、脏话；
遵守校规校纪，不旷课、不迟到早退、不打架斗殴、不随地吐痰、不随地吐口香糖、不乱扔垃圾；
仪表整洁大方，在校期间不化浓妆、不配戴首饰、不穿奇装异服；
尊敬师长，见了老师主动问好；
团结同学，互帮互助；
爱护花草树木、公共设施，不在桌椅上乱涂乱画；
不进网吧，提倡文明上网，科学上网；
不看不健康的书籍和录像；
生活俭朴，不比吃穿，不浪费粮食。在家尊敬长辈，孝敬父母，体谅父母工作辛苦，生活节俭。

社会的全面进步不仅体现在物质的充足、技术的先进上，更需要陶冶完美的精神、高尚的人格。促进全社会成员健康人格的构建，需要重建礼仪，让人们心灵相通，友好相处，在和谐的社会生活中获得精神上的愉悦、心灵上的满足。这就需要我们在弘扬中华民族优秀的传统礼仪基础上，重建新的、体现时代要求的文明礼仪，让中国在成为经济强国的同时，也成为新世纪的“礼仪之邦”！

同学们，让我们全校上下，携起手来，让文明礼仪之花开满校园的每个角落，为把我校建设成为一流的现代化名校而不懈努力吧！

电话铃响后，应迅速拿起听筒，而不要故意延误。一般情况下，拿起电话应先说“您好，我是×××”或者“您好！请问您找谁？”或者说“请稍等”。这些礼貌用语是接电话时不可缺少的，它能给人以亲切、友好、文明的感觉。如果拿起话筒，还照常和周围人闲谈，置对方于不顾，就是不礼貌的。

在电话中和对方谈论问题要简明扼要，不要不着边际，东拉西扯，不要反复啰里啰唆，要态度温和，口齿清晰，耐心解

释。不要随意打断对方的讲话，要准备好纸、笔，作好必要的记录。听完电话要轻轻放下，不要重重扣下，更不能在双方谈不拢时摔下电话筒。

如果接听后，对方要找的不是自己，应说：“请稍候，我帮您去找。”但不能尚未放下听筒就大叫：“××，你的电话！”这样会显得你缺乏教养。如果要找的人不在，应告诉对方并表示歉意，询问是否有事要转告，如有，应详细作好记录，并复述一遍，以免有误。若是对方不愿告诉，切不可贸然打听。

如果电话来的不是时候，自己正有事忙着，而对方谈兴正浓，一时不想挂断电话，这时不妨委婉地告诉对方：“真想和你多谈谈，但现在我正有件急事需要处理，明天我打电话给你好吗？”电话通讯，一般由发话人先结束谈话。如果对方没有结束谈话，自己先挂断电话，就会显得很没礼貌。接到打错的电话时，绝不能冲着电话筒大叫：“你打错了”，然后把电话听筒一摔。而应客气地告知：“您打错了，我这里是×××”，或者说“对不起，您要找的人我们这里没有”，也可以说：“您打错了，请查清号码后再打”。

对于电话中提出的问题，事后应及时处理，该传达的传达，该汇报的汇报，必要时还应主动答复，切不可言而无信。接到不指名找人的电话时，一定要耐心倾听。在正确听取事情的内容后，必须马上判断能否处理，能处理的则果断处理，尽量使对方满意，不能处理的应婉转回答对方。人们对一个社会的了解常常是通过电话接触开始的，电话处理得好，打电话的人就会对该组织产生良好的印象。因此，注意打电话时的礼仪，和蔼、高效、得体地处理电话，对任何社会组织来说都是极其重要的。

团员青年们：

文明礼仪是我们中华民族的传统美德，我国素有“文明古国，

礼仪之邦”的美誉。古人云：“不学礼无以立，人无礼则不生，事无礼则不成，国无礼则不宁。”文明礼仪是一种律己、敬人的行为规范，崇尚礼仪、践行文明是人类共同的责任。

为构建和谐、文明的校园环境，促进校园文明建设，营造向上向善的良好的校园文化氛围，培育和践行社会主义核心价值观，坚持传承和弘扬“严和朴实”的校训精神，用我们的智慧和力量谱写校园文明建设新篇章，共青团南京体育学院委员会特向全体团员青年发出如下倡议：

一、精神文明

(1) 胸怀祖国，服务人民，树立远大理想，知行统一、博厚悠远；

(3) 从自身做起，反对邪教、远离邪教、不信邪教、拒绝邪教；

(4) 在家孝敬父母，在校尊敬师长，在社会奉献他人。

二、举止文明

(1) 着装整齐，举止文明，礼貌用语；

(2) 团结同学，互帮互学，共同提高；

(3) 在公共场所保持安静、维护公共秩序；

(4) 在校内不吸烟、不赌博、不吵闹、不随地吐痰，不乱扔废弃物、不折花草树木，不践踏草地。

三、课堂、训练文明

(1) 上课、训练不迟到、不旷课(训)、不早退；

(4) 自觉保持教室、训练场馆整洁，营造良好教学、训练环境；

四、宿舍文明

(4) 注意安全，防患未然。不使用明火，不私拉电线，及时栓门锁门。不得随意乱窜其它寝室，不在寝室留宿他人。

五、用餐文明

(1) 自觉排队就餐、不拥挤、不吵闹；

(2) 节约粮食，不剩饭剩菜；

(3) 注意就餐时的礼貌和卫生，不大声喧哗；

(4) 饭后及时清洗餐具并放于指定位置。

六、网络文明

(1) 将学校电话告知家人，谨防电信诈骗，不参与网络贷款；

(3) 科学使用网络，自觉抵制网络低俗不正之风，不沉溺网络游戏；

(4) 自觉参与净化网络行动，不信谣，不传谣；不在网络发表、转载违法、违规、格调低下的言论、图片、音频等信息。

“国尚礼则国昌，家尚礼则家大，身有礼则身修，心有礼则心泰。”亲爱的团员青年们，创建文明校园，我们既是参与者又是受益者。让我们行动起来，争做南体校园文明建设的先行者和传播者，从自身做起，从现在做起，从小事做起，团结一心，共同努力，用实际行动营造文明、和谐的校园环境，为学校建设“优势突出、特色鲜明、国内一流、国际知

名”的高水平体育大学做出应有的贡献。

共青团南京体育学院委员会

二〇一九年五月

1、对父母、长辈不能直呼姓名，要用标准称呼。

2、对兄、弟、姐、妹不要连姓带名称呼。

向父母、长辈问候致意，要按不同时间和场合使用不同的问候语。

1、早起后，问爸爸（妈妈）早上好。

2、睡觉前，祝爸爸（妈妈）晚安。

3、过生日：祝长辈生日快乐，身体健康

4、过节时：祝爸爸（妈妈）节日快乐。

5、外出时：祝爸爸（妈妈）一路平安。

6、归来时：爸爸（妈妈）回来啦。

1、吃饭前，要帮父母、长辈做放置碗筷，搬放凳子等一些力所能及的事情。

2、吃饭时，让长辈先入座。要等父母长辈先开始吃，才拿起碗筷吃饭。

3、吃饭时，不狼吞虎咽，不无故讲话，不随意走动，菜渣残骨不要乱扔。不要对着餐桌咳嗽打喷嚏。

4、若长辈给自己添饭夹菜，要说谢谢。若比父母、长辈先吃

完饭，要请父母、长辈“慢吃”。

5、吃饭后，要帮助父母收洗碗筷、抹餐桌凳等。

1、仪表整洁大方，着装朴素得体，不穿奇装异服。

2、女同学提倡理短发，不烫发；
男同学理发学生头，不留长发，不理分头。

3、不化妆，不佩戴饰物，不穿中高跟皮鞋，不穿背心和拖鞋进学校。

4、按学校规定穿校服。

1、见到师长，早上问早，中午问好，放学回家说再见。

2、进出校门、上下楼梯时遇见老师，应让老师先行。

3、进办公室要喊报告，听到“请进”后方可进入，离开时应向老师说“再见”。

4、发现老师的错处要有礼貌地指出。

5、课堂上发言要先举手，回答问题要起立。

1、同学交往要学会使用“请、你好、谢谢、对不起、没关系、别客气、再见”等礼貌用语。

2、同学间相见要互相问候、招呼或点头。

3、与同学说话语调要平和，听同学说话要专心，不轻易打断别人的话。

4、向同学请教问题，问前要用谦语，问后要道谢。

5、不给同学取绰号，要主动帮助有困难的和身有残疾的同学。

1、升旗时，要身穿校服，仪态庄重，脱帽肃立，行队礼。

2、唱国歌时要严肃、准确，声音要洪亮。

3、认真听国旗下的讲话。

1、参加集体活动要准时，遵守秩序，不随意走动，不随便说话。

2、在大会上发言时，要先向师长、同学或听众致礼，发言结束的时候要道谢。

3、观看演出要提前入场，观看时聚精会神，要适时、适度鼓掌，不起哄，不喝倒彩。主持人宣布演出或比赛结束后，有秩序地退场。

4、活动中不吃零食，不在场内留下杂物。野外活动要集体收拾处理垃圾，保护好环境卫生。

1、有亲戚、朋友、老师、同学来访，要热情接待，主动招呼，接提亲人或朋友手中物品等。

2、对来客要主动让座、端茶送水，接递物品要用双手。

3、客人走时要起身道别，要送到门口。

1、迎宾的礼仪

在迎接宾客的时候，通常应该说“您好，欢迎您，里边请”等话语。在引导宾客的时候有一系列细微的肢体语言礼仪。礼貌的服务和明确的引导手势，会让宾客感觉到更贴心。迎宾与引导有标准的礼仪手势，手不是完全张开的，虎口微微并拢，平时手放在腰间。

在引导过程中，女性的标准礼仪是手臂内收，然后指尖倾斜上推“请往里面走”，显得很优美；男性要体现出绅士风度，手势要夸张一点，手向外推。同时，站姿要标准，身体不能倾斜。

引导宾客上楼，手要向上比，眼神也要看到手指向的方向。然后再拉回来跟宾客说明，要去的地点所在楼层，要走的方向，或者搭乘的电梯。引导的礼仪动作要配套、完整，仪态优美，声音悦耳，使人感受到引导人员内在的精神和热忱。这样会令宾客感觉良好。

2、招待会议室入座的礼仪

引导入座要注重手势和眼神的配合，同时还要观察宾客的反应。比如说指示给宾客某个固定的座位，说明之后，要用手势引导，在固定的位置处加以停顿，同时观察宾客有没有理解。这个过程就体现出肢体语言的美。同时要说“请这边坐”等敬语。

3、奉茶时的引导礼仪

奉茶也是有技巧的，需要恰当的引导服务或肢体语言。在很多场合都可能用到，比如宾客坐下来洽谈时候顺便请他喝茶。奉茶给宾客的时候，一种情形是放在桌上，另一种情形是顾客会顺手接过茶杯，这些过程都需要注意礼仪。

奉茶有个“左下右上”的口诀，即：右手在上扶住茶杯，左手在下托着杯底。这样，客户在接茶杯的时候也是左下右上，从而避免了两个人之间肌肤接触。这是个细微的礼节，但是重视细节可以避免引起不必要的尴尬。

4、送别时的礼仪

送客的礼仪同样也很重要。送客的时候有规范的要求，要使

用发自内心的敬语，诸如“谢谢您的光临，请走好”。还要用肢体语言表示感谢，鞠躬的角度达到30度以表示衷心感激，然后迅速直起身体来，目送宾客离开。

从前，我觉得“人人讲文明”、“处处讲文明”、“事事讲文明”都是嘴巴上喊的口号。文明，在我眼里就是别人的事，像乘车让座，说是这么说，可很少人让过座；再比如捡纸，谁会在马路上弯下腰捡废纸啊，大家都觉得很丢脸……但在前不久发生的一件事彻底改变了我的想法。这件事让我深深体会到文明就藏在生活中一些不经意的举动里。

那是一个傍晚，夕阳已经挂在天边。我也熬到了放学，见妈妈没来接我，便在校门口焦急地等待着。这时，一位校服外面还披着一件羽绒服、眼睛扑闪扑闪的小女孩和同学们说说笑笑地走出校园。刚出校门，就开心地朝一位爷爷奔过去。

我正要向同学借电话打给妈妈时，一个画面使我感动了。那位小女孩的爷爷正关切地问：“书包重吧？要不要我来帮你拎？”“不用了，爷爷，我的书包轻得很！”小女孩大概二年级，一派天真可爱的样子。我听了轻轻地笑了起来，一下子想起自己二年级的模样。当他们经过我身边时，爷爷又说：“还是我来拎吧！”没等小女孩回答，便自顾自地把书包从孙女的肩上取了下来，“哎哟，书包可真沉呀！你还说很轻！”爷爷眼睛一亮，神秘地问：“你，是不是不想让我受累呀？”小女孩脸红了：“我……我，才不是呢！对了，我有一个东西忘在书包里了，我拿一下。”我见小女孩要拿东西，感到很疑惑，谁知，只见她一接过书包，以迅雷不及掩耳之势把书包背在自己身上，抖了拌身子，“唰”一声就跑远了，一边跑一边说：“爷爷上当了，爷爷上当了！”爷爷一愣，随即醒悟过来，哭笑不得地摇摇头，去追孙女了。

见到这一幕，看着他们远去的身影，我愣住了，忽然觉得脸热辣辣地烧起来。多懂事的小女孩啊，她宁愿自己受累，也不想让爷爷吃苦，那个善意的谎言里，藏着多少对爷爷的爱，

对爷爷的孝顺啊！文明礼仪中的孝顺长辈她做到了，可我却没做到。每次我都一看见妈妈，就一边忙不迭地把书包卸下来，冲妈妈一甩，一边抱怨她：“这么晚才来，我都饿死了！”我光顾着抱怨，却从不曾看见妈妈疲惫的脸色。想起来，我真是羞愧地无地自容啊！

是的，文明礼仪伴我行不应该只是嘴上说说，文明礼仪应该从点滴做起，从生活小事养成。只有人人都养成了文明做事的好习惯，大家才能拥有一个幸福的家庭，我们才能拥有一个文明的城市。为了使文明礼仪伴我们一生，让我们从孝顺长辈做起吧！

学生应在课前两分钟进入教室，准备好课业用品，静候老师到来。

学生因特殊情况，上课迟到了，就要注意举止的文明和礼仪的周到。

1、在教室门口先喊“报告”。如教室门关着，那就应是轻轻叩门；

在得到老师允许后，才能进入教室。

2、要向老师说明迟到的原因，说话态度要诚实，得到老师谅解和允许后，方可入座。

3、走向座位时，速度要快，脚步要轻，动作幅度要小，尽量不要发出太大的响声，更不要有任何滑稽可笑的举止。坐下后，应立即集中注意力听讲。

正确回答老师的提问，也是遵守纪律的表现。

1、学生如要回答问题，应先举手，并要在老师点到自己的名字时，方可站起来答题。

3、对提的问题答不出，也应先站起来，再用抱歉的语调实事求是地向老师说清楚，不要不站起来。

4、在别人回答时，不应随便插嘴，别人答错了，也不应讥讽嘲笑，自己能答，可举手。

5、作为教师，应对学生的正确回答，给予肯定，对学生回答不出，切忌用讽刺挖苦的语言去伤害学生的自尊心。

在海南省建设战略上升为建设国际旅游岛的时刻，我校被光荣的评为文明礼仪师范学校，值此光荣之际，我校全体师生及教职工在校领导的强烈号召之下，开展了文明礼仪的认真学习。通过这段时间的学习，感触颇多。

在地球仪上，我们可以清楚地看到，夏威夷与我们的海南岛处于同一纬度上，日照、湿度等等自然地理条件基本相仿，因而两片土地上所拥有的物质资源几乎完全相同。但是，不同的是，一个是世界知名的国际旅游岛，而另外一个，却仅仅是一个只有国人知道的旅游岛，在近期才被提上了国际旅游岛的发展战略上。

二者的差距有很多，除了发展的差距，硬件的差距，更重要的一点就是我们所说的人文差距。

在硬件上的不足或者说是建设上的缺陷，我们有着国家强大的经济力量做后盾，可以逐渐弥补。但是，人文素质的提高却需要生活在这片岛屿上的每一位居民都为之做出贡献，否则，即使这块岛屿上的每一个建筑，每一个景点建设的多么的豪华，多么的漂亮，都不能很好的吸引更多的观光游客，就不能更好的发挥旅游岛的功能。

人文素质的提高包括很多方面，而礼仪就是其中的一项。

在学校组织了学习礼仪的课程观看以及各种演讲比赛之后，

我更加觉得，礼仪对于我们而言，是一种生活的必需品。

待人接物，与人交往，工作的进展等等各个方面都要与人打交道，这个过程就要展现我们应有的礼仪有哪些，看我们是否能够完善的将自己的素质，或者说代表我们国际旅游岛的素质能够很好的表现出来。

另外，我们作为人类灵魂的工程师，这个行业，是国民素质提升的重要行业，而“身教大于言传”，我们在这个过程中，是否能够真正的以教育为导向，认真的将自己的行为规范到最好，就是对于教育事业的不小贡献。

不需要多想，不需要考虑别人做什么，我们只要反思，自己在以往的工作学习过程中，我们是否有按照礼仪的完全要求去做呢？是否能够很理直气壮的说一句“我做到了”？没有几个人敢于这样说，虽然如此，我们不需要感到尴尬或者羞愧，从现在开始，我们就从现在开始，从身边点点滴滴的小事，从身边每一次与他人的邂逅做起，贯彻礼仪的全部，遵守文明的章程，文明礼仪，从我做起！那么，我们就为海南旅游岛的建设做出了很大的贡献，也为国家下一代人才的培养做出了很好的榜样！

让我们迈开自己的步伐，检查自己的踪迹，在教学育人的岗位上，在这平凡的岗位上做出平凡的事情，做出应做的事情，等待着收到我们期许的效果！

一、尊老爱幼，文明诚信，热心社区公益。

二、爱惜学习用品，培养勤俭节约优良品德。

三、种植花草，空气清新，绿化美化家庭环境。

四、为了自己 and 孩子的健康，家长不吸烟、酗酒。

- 五、节约用水、用电，合理使用能源。
- 六、锻炼身体，热爱劳动，家里定期大扫除。
- 七、静心学习尽情玩，倾听诉说善沟通。
- 八、家长不打麻将，不迷信，不迷恋网络。
- 九、不穿名牌不进行攀比。
- 十、言行举止懂得感恩，时时奉献自己爱心。
- 十一、讲究食物搭配，营养科学合理。
- 十二、有奇思妙想要赞赏，不怕失败迎挑战。
- 十三、说话办事守信用，没有打骂只有爱。
- 十四、安全防护记心上，珍爱生命不言弃。
- 十五、谦虚谨慎，不急不躁。
- 十六、邻里互帮互助，团结友爱。

礼仪是人类为维系社会正常生活而要求人们共同遵守的最起码的道德规范，它是人们在长期共同生活和相互交往中逐渐形成，并且以风俗、习惯和传统等方式固定下来。对一个人来说，礼仪是一个人的思想道德水平、文化修养、交际能力的外在表现，对一个社会来说，礼仪是一个国家社会文明程度、道德风尚和生活习惯的反映。重视、开展礼仪教育已成为道德实践的一个重要内容。

礼仪教育的内容涵盖着社会生活的各个方面。从内容上看有仪容、举止、表情、服饰、谈吐、待人接物等；从对象上看有个人礼仪、公共场所礼仪、待客与作客礼仪、

餐桌礼仪、馈赠礼仪、文明交往等。在人际交往过程中的行为规范称为礼节，礼仪在言语动作上的表现称为礼貌。加强道德实践应注意礼仪，使人们在“敬人、自律、适度、真诚”的原则上进行人际交往，告别不文明的言行。

礼仪、礼节、礼貌内容丰富多样，但它有自身的规律性，其基本的礼仪原则：一是敬人的原则；二是自律的原则，就是在交往过程中要克己、慎重、积极主动、自觉自愿、礼貌待人、表里如一，自我对照，自我反省，自我要求，自我检点，自我约束，不能妄自尊大，口是心非；三是适度的原则，适度得体，掌握分寸；四是真诚的原则，诚心诚意，以诚待人，不逢场作戏，言行不一。

（一）仪表：仪表是指人的容貌，是一个人精神面貌的外观体现。一个人的卫生习惯、服饰与形成和保持端庄、大方的仪表有着密切的关系。

1、卫生：清洁卫生是仪容美的关键，是礼仪的基本要求。不管长相多好，服饰多华贵，若满脸污垢，浑身异味，那必然破坏一个人的美感。因此，每个人都应该养成良好的卫生习惯，做到入睡起床洗脸、脚，早晚、饭后勤刷牙，经常洗头又洗澡，讲究梳理勤更衣。不要在人前“打扫个人卫生”。比如剔牙齿、掏鼻孔、挖耳屎、修指甲、搓泥垢等，这些行为都应该避开他人进行，否则，不仅不雅观，也不尊重他人。与人谈话时应保持一定距离，声音不要太大，不要对人口沫四溅。

2、服饰：服饰反映了一个人文化素质之高低，审美情趣之雅俗。具体说来，它既要自然得体，协调大方，又要遵守某种约定俗成的规范或原则。服装不但要与自己的具体条件相适应，还必须时刻注意客观环境、场合对人的着装要求，即着装打扮要优先考虑时间、地点和目的三大要素，并努力在穿着打扮的各方面与时间、地点、目的保持协调一致。

（二）言谈：言谈作为一门艺术，也是个人礼仪的一个重要组成部分。

1、礼貌：态度要诚恳、亲切；
声音大小要适宜，语调要平和沉稳；
尊重他人。

2、用语：敬语，表示尊敬和礼貌的词语。如日常使用的“请”、“谢谢”、“对不起”，第二人称中的“您”字等。初次见面为“久仰”；
很久不见为“久违”；
请人批评为“指教”；
麻烦别人称“打扰”；
求给方便为“借光”；
托人办事为“拜托”等等。要努力养成使用敬语的习惯。现在，我国提倡的礼貌用语是十个字：“您好”、“请”、“谢谢”、“对不起”、“再见”。这十个字体现了说话文明的基本的语言形式。

（三）仪态举止

1、谈话姿势：谈话的姿势往往反映出一个人的性格、修养和文明素质。所以，交谈时，首先双方要互相正视、互相倾听，不能东张西望、看书看报、面带倦容、哈欠连天。否则，会给人心不在焉、傲慢无理等不礼貌的印象。

2、站姿：站立是人最基本的姿势，是一种静态的美。站立时，身体应与地面垂直，重心放在两个前脚掌上，挺胸、收腹、收颌、抬头、双肩放松。双臂自然下垂或在体前交叉，眼睛平视，面带笑容。站立时不要歪脖、斜腰、曲腿等，在一些正式场合不宜将手插在裤袋里或交叉在胸前，更不要下意识地做些小动作，那样不但显得拘谨，给人缺乏自信之感，而且也有失仪态的庄重。

3、坐姿：坐，也是一种静态造型。端庄优美的坐，会给人以文雅、稳重、自然大方的美感。正确的坐姿应该：腰背挺直，肩放松。女性应两膝并拢；

男性膝部可分开一些，但不要过大，一般不超过肩宽。双手自然放在膝盖上或椅子扶手上。在正式场合，入座时要轻柔和缓，起座要端庄稳重，不可猛起猛坐，弄得桌椅乱响，造成尴尬气氛。不论何种坐姿，上身都要保持端正，如古人所言的“坐如钟”。若坚持这一点，那么不管怎样变换身体的姿态，都会优美、自然。

4、走姿：行走是人生活中的主要动作，走姿是一种动态的美。“行如风”就是用风行水上来形容轻快自然的步态。正确的走姿是：轻而稳，胸要挺，头要抬，肩放松，两眼平视，面带微笑，自然摆臂。

二、见面礼仪

1、握手礼：握手是一种沟通思想、交流感情、增进友谊的重要方式。与他人握手时，目光注视对方，微笑致意，不可心不在焉、左顾右盼，不可戴帽子和手套与人握手。在正常情况下，握手的时间不宜超过3秒，必须站立握手，以示对他人的尊重、礼貌。

握手也讲究一定的顺序：一般讲究“尊者决定”，即待女士、长辈、已婚者、职位高者伸出手来之后，男士、晚辈、未婚者、职位低者方可伸出手去呼应。若一个人要与许多人握手，那么有礼貌的顺序是：先长辈后晚辈，先主人后客人，先上级后下级，先女士后男士。

2、鞠躬礼：鞠躬，意即弯身行礼，是对他人敬佩的一种礼节方式。鞠躬前

双眼礼貌地注视对方，以表尊重的诚意。鞠躬时必须立正、脱帽，郑重地，嘴里不能吃任何东西，或是边鞠躬边说与行

礼无关的话。

3、致意：致意是一种不出声的问候礼节，常用于相识的人在社交场合打招呼。在社交场合里，人们往往采用招手致意、欠身致意、脱帽致意等形式来表达友善之意。

（一）特定公共场所礼仪

1、影剧院：观众应尽早入座。如果自己的座位在中间，应当有礼貌地向已就座者示意，请其让自己通过。通过让座者时要与之正面相对，切勿让自己的臀部正对着人家的脸，这是很失礼的。应注意衣着整洁，即使天气炎热，袒胸露腹也是不雅观的。在影剧院万不可大呼小叫，笑语喧哗，也不可把影院当成小吃店大吃大喝。演出结束后观众应有秩序地离开，不要推搡。

2、图书馆、阅览室：图书馆、阅览室是公共的学习场所。

（1）要注意整洁，遵守规则。不能穿汗衫和拖鞋入内。就座时，不要为别人预占位置。查阅目录卡片时，不可把卡片翻乱或撕坏，或用笔在卡片上涂抹划线。

（2）要保持安静和卫生。走动时脚步要轻，不要高声谈话，不要吃有声或带有果壳的食物。

（3）图书馆、阅览室的图书桌椅板凳等都属于公共财产，应该注意爱护，不要随意刻画，破坏。

（二）乘车礼仪

2、乘火车、轮船：在候车室、候船室里，要保持安静，不要大声喊叫。上车、登船时要依次排队，不要乱挤乱撞。在车厢、轮船里，不要随地吐痰，不要乱丢纸屑果皮，也不要让小孩随地大小便。

3、乘公共汽车：车到站时应依次排队，对妇女、儿童、老年人及病残者要照顾谦让。上车后不要抢占座位，更不要把物品放到座位上替别人占座。遇到老弱病残孕及怀抱婴儿的乘客应主动让座。

（三）旅游观光礼仪

1、游览观光：凡旅游观光者应爱护旅游观光地区的公共财物。对公共建筑、设施和文物古迹，甚至花草树木，都不能随意破坏；

不能在柱、墙、碑等建筑物上乱写、乱画、乱刻；

不要随地吐痰、随地大小便、污染环境；

不要乱扔果皮纸屑、杂物。

2、宾馆住宿：旅客在任何宾馆居住都不要房间里大声喧哗，以免影响其他客人。对服务员要以礼相待，对他们所提供的服务表示感谢。

3、饭店进餐：尊重服务员的劳动，对服务员应谦和有礼，当服务员忙不过来时，应耐心等待，不可敲击桌碗或喊叫。对于服务员工作上的失误，要善意提出，不可冷言冷语，加以讽刺。

学校，作为教书育人的专门场所，礼仪教育是德育、美育的重要内容。

（一）学生礼仪：学生是学校工作的主体，因此，学生应具有的礼仪常识是学校礼仪教育重要的一部分。学生在课堂上，在活动中，在与教师和同学相处过程中都要遵守一定的礼仪。

1、课堂礼仪：遵守课堂纪律是学生最基本的礼貌。

（1）上课：上课的铃声一响，学生应端坐在教室里，恭候老师上课，当教师宣布上课时，全班应迅速肃立，向老师问好，

待老师答礼后，方可坐下。学生应当准时到校上课，若因特殊情况，不得已已在教师上课后进入教室，应先得到教师允许后，方可进入教室。

(2) 听讲：在课堂上，要认真听老师讲解，注意力集中，独立思考，重要的内容应做好笔记。当老师提问时，应该先举手，待老师点到你的名字时才可站起来回答，发言时，身体要立正，态度要落落大方，声音要清晰响亮，并且应当使用普通话。

(3) 下课：听到下课铃响时，若老师还未宣布下课，学生应当安心听讲，不要忙着收拾书本，或把桌子弄得乒乓作响，这是对老师的不尊重。下课时，全体同学仍需起立，与老师互道：“再见”。待老师离开教室后，学生方可离开。

2、服饰仪表：穿着的基本要求是：合体；
适时；
整洁；
大方；
讲究场合。

3、尊师礼仪：学生在校园内进出或上下楼梯与老师相遇时，应主动向老师行礼问好。学生进老师的办公室时，应先敲门，经老师允许后方可进入。在老师的工作、生活场所，不能随便翻动老师的物品。学生对老师的相貌和衣着不应指指点点，评头论足，要尊重老师的习惯和人格。

4、同学间礼仪：同学之间的深厚友谊是生活中的一种团结友爱的力量。注意同学之间的礼仪礼貌，是你获得良好同学关系的基本要求。同学间可彼此直呼其名，但不能用“喂”、“哎”等不礼貌用语称呼同学。在有求于同学时，须用“请”、“谢谢”、“麻烦你”等礼貌用语。借用学习和生活用品时，应先征得同意后再拿，用后应及时归还，并要致谢。对于同学遭遇的不幸，偶尔的失败，学习上暂时的

落后等，不应嘲笑、冷笑、歧视，而应该给予热情的帮助。对同学的相貌、体态、衣着不能评头论足，也不能给同学起带侮辱性的绰号，绝对不能嘲笑同学的生理缺陷。在这些事关自尊的问题上一定要细心加尊重，同学忌讳的话题不要去谈，不要随便议论同学的不是。

5、集会礼仪：集会在学校是经常举行的活动。一般在操场或礼堂举行，由于参加者人数众多，又是正规场合，因此要格外注意集会中的礼仪。升国旗仪式：国旗是一个国家的象征，升降国旗是对青少年爱国主义教育的一种方式。无论中小学还是大学，都要定期举行升国旗的仪式。升旗时，全体学生应列队整齐排列，面向国旗，肃立致敬。当升国旗、奏国歌时，要立正，脱帽，行注目礼，直至升旗完毕。升旗是一种严肃、庄重的活动，一定要保持安静，切忌自由活动，嘻嘻哈哈或东张西望。神态要庄严，当五星红旗冉冉升起时，所有在场的人都应抬头注视。

6、校内公共场所礼仪：应该自觉保持校园整洁，不在教室、楼道、操场乱扔纸屑、果皮、不随地吐痰、不乱倒垃圾。不在黑板、墙壁和课桌椅上乱涂、乱画、乱抹、乱刻，爱护学校公共财物、花草树木，节约用水用电。自觉将自行车存放在指定的车棚或地点，不乱停乱放，不在校内堵车。在食堂用餐时要排队礼让，不乱拥挤，要爱惜粮食，不乱倒剩菜剩饭。

（二）教师礼仪：教师是学校工作的主体，不仅是科学文化知识的传播者，而且是学生思想道德的教育者。老师在传播知识的同时，以自己的言行举止、礼仪礼貌对学生进行着潜移默化的影响，从而对学生的言行举止发生作用。因此，老师要十分注意自己给学生留下的印象，要使自己从各方面成为一个优秀的、学生能够仿效的榜样。

1、教师的行为举止：一个人气质、自信、涵养往往从他的姿态中就能表现出来。作为塑造人类灵魂工程师的老师，更要

注意自己在各种场合的行为举止，做到大方、得体、自然、不虚假。

(2) 站姿：老师站着讲课，既是对学生的重视，更有利于用身体语言强化教学效果。站着讲课时，应站稳站直，胸膛自然挺起，不要耸肩，或过于昂着头。需要在讲台上走动时，步幅不宜过大过急。

(3) 手势：老师讲课时，一般都需要配以适度的手势来强化讲课效果。手势要得体、自然、恰如其分，要随着相关内容进行。讲课时忌讳敲击讲台、或做其他过分的动作。

2、教师的言谈：教师承担的主要任务离不开语言表达。因此，作为一名教师，要注意表达语言时应遵守的礼仪礼节。

;

文明礼仪心得体会篇五

参加高中文明礼仪活动，是一种提升社交素养的机会，也是一种与别人良好沟通的方式。在活动中，我有着自己的收获和思考。本文就我自己在活动中得到的体会和感受，做一番总结和探讨。

第二段：关于文明礼仪的思考

在现今社会，随着人们的快速发展，文明礼仪这个概念，已经被越来越多的人所关注和热爱。作为一名高中生，我也深知在校园里遵守文明礼仪的重要性。在课堂上，我们可以通过追求自己的学习目标，并且关注其他同学的感觉，从而建立互相尊重、谦虚友善的关系。在走廊、食堂和操场等地，我们也可以通过保持队形、不随意扔垃圾、有序行走、避让他人等方式，确保整个校园环境和谐、安全。正是这些简单的行为，构成了整个校园安全、和谐的灵魂。

第三段：活动中的收获

在参加高中文明礼仪活动期间，我学会了更多关于礼仪的知识。还了解到礼仪是一种接待和受客人感召的方法，它可以营造良好的氛围，帮助人们感受到亲切、和谐的环境。在礼仪中，眼神、动作、语言等都各有不同的用法，能让我们给别人一种仪表大方、谦虚友善的好印象，更好地传达出我们对他人的尊重和善意。更重要的是，活动中我认识到“礼从心生”，无论做到什么地步，都需要由内向外、由心而发。让微小的行为反映出我们内在美丽的化育力量。

第四段：展现文明礼仪的意义

文明礼仪是一种值得传承的行为方式，它可以替代冲突和暴力，可以传递爱和善良，可以打造和谐、可持续的生活方式。在我们周围都是“讲义气、讲兄弟情”的标语时，也相信所有的人都渴望拥有良好、可信赖的朋友，真正的好朋友。而种种文明礼仪的行为也反应出一个人的素质和品位。此外，文明礼仪的重要性还体现在可以给我们的社交活动提升，不管是在求职面试还是社会交往中，遵守文明礼仪发挥着不可或缺的作用。

第五段：结语

在高中生活过程中，文明礼仪学习往往是被忽视和被低估的。但是，在实践中，我更加感悟到，文明礼仪行为的方方面面，其实已经全面地贯穿进了我们生活的方方面面。在活动中，我不仅加深了对文明礼仪的理解和实践，而且更明白，目前“礼仪之邦”的宜居化发展也应推广文明礼仪，将礼仪落地到个人、家庭和社会的方方面面。在未来的成长过程中，我将更加努力地学习文明礼仪，使自己的举止更加得体优雅，并在生命的征途中感受到礼仪之美，共创美好的明天。