

最新讲话的礼仪包括哪些 礼仪讲话心得体会(汇总11篇)

了解岗位职责是选择和适应工作环境的第一步，它能帮助员工更好地定位自己的工作职责和目标。熟悉岗位职责要求，能够帮助员工更好地掌握工作方法和技巧。项目经理的岗位职责范文

讲话的礼仪包括哪些篇一

近日，我有幸参加了一场关于礼仪讲话的培训班，从中获益匪浅。在整个培训过程中，我不仅了解了许多关于礼仪讲话的知识，更体会到了它的重要性和实际应用。以下是我对这次培训的心得体会。

首先，礼仪讲话的目的是为了传递信息，而一场成功的讲话往往需要正确认识受众的需求。仔细观察受众的背景、关注点和期望，有助于我们在讲话中运用适当的语言和方式，以确保信息被正确理解和接受。同时，我们还应该注重与受众的互动，通过问答、引用例子或分享个人经验等方式，增加听众的参与感和兴趣。只有深入了解受众的需求，我们才能更好地传达信息，实现目标。

其次，礼仪讲话需要注重语言和行为的规范。在讲话过程中，我们应该遵循一定的礼貌用语和表达方式，礼让他人并尊重他人的权益。提前做好充分的准备，包括了解对方的身份、背景和需求，有助于我们在互动交流中避免冒犯和差错。此外，我们还要关注自己的语言和行为，尽量避免使用粗俗、不雅或歧视性的词语。礼仪讲话的本质是尊重和社交，只有用正确的方式与他人交流，我们才能获得良好的沟通效果。

第三，礼仪讲话也需要注意声音和语调的运用。清晰、洪亮的声音有助于吸引听众的关注和集中注意力。同时，我们还

要注意语调的变化和抑扬顿挫的运用，以增强讲话的感染力和吸引力。抑扬顿挫的使用可以让听众更好地理解我们的表达，同时也能加强我们的表达效果。然而，对声音和语调的运用要适度，过度的装饰和夸张可能会产生反效果，令人疲惫或不愿意接受。

第四，礼仪讲话需要注重身体语言的运用。在与他人交流时，我们的身体语言往往比我们的言辞更直接地传达信息。通过良好的姿势、眼神接触和手势运用，我们可以表达自己的自信和专业感。避免过度移动、翘脚或其他不规范的动作，以免分散听众的注意力。此外，与下一点相结合，我们还可以通过合理的表情和微笑来表达与他人的共情和友好。这些都是有效地传达信息和与他人建立良好关系的方式。

最后，礼仪讲话需要注重时间管理。在讲话过程中，我们应该合理安排时间，确保重点内容得到充分传达，同时避免过度冗长和拖延。尽量简明扼要地表达，以保持听众的兴趣和集中程度。另外，我们也要尊重观众的时间，控制好讲话的长度并适时给予休息，以避免造成不必要的的不满和疲劳。

通过这次礼仪讲话的培训，我意识到了礼仪讲话的重要性和实际应用价值。只有运用正确的语言和行为，注重非语言沟通，合理安排时间并尊重他人需求，我们才能实现有效的信息传达和与他人的良好关系建立。我相信，通过不断的练习和努力，我能够成为一名更加出色的礼仪讲话者。

讲话的礼仪包括哪些篇二

礼仪讲话是我们在日常生活中必不可少的一项技能，它不仅能展现我们的修养和素质，还可以帮助我们与他人更好地交流和沟通。最近，在一次讲话礼仪训练中，我深感到了讲话礼仪的重要性，并汲取了一些宝贵的经验和体会。接下来，我将分享我在讲话礼仪方面所学到的一些心得体会。

第二段：尊重听众，积极表达

在讲话礼仪中，尊重听众是非常重要的，我意识到与听众建立良好关系是成功的关键之一。因此，我会在讲话前花一点时间了解听众的背景和需求，这样可以调整他们的兴趣点和所需信息。此外，在讲话时也要注重表达方式，尽量用简洁明了的语言，避免使用复杂的词汇和长句子，让听众更容易理解和接受。

第三段：注重肢体语言，提高言语表达能力

除了言语表达外，肢体语言在讲话礼仪中也起着重要作用。在训练中，我学到了如何运用肢体语言来增强讲话的效果。例如，在讲话过程中，适当运用手势和眼神交流，可以吸引听众的注意力，并加强表达的效果。此外，保持良好的姿势和微笑也能给人留下深刻的印象。通过训练，我的形象意识得到了提高，我相信这些技巧可以让我的讲话更加生动有趣。

第四段：合理安排时间，准备充分

在讲话礼仪中，合理安排时间和充分准备是非常重要的。我发现，提前规划讲话时间有助于让我的讲话更加紧凑和有逻辑性。我会列一个讲话提纲，明确每个部分所需要的时间，并且根据时间分配衡量自己的进度，以确保不会超过时间限制。此外，在准备方面，我会提前进行资料搜集和整理，确保所提出的内容准确、有价值，同时也让我更自信。

第五段：总结感悟，提升能力

通过参与讲话礼仪训练，我深感到讲话礼仪的重要性，并取得了一些实质性的进步。我意识到一个人的言行举止对于与他人的交往至关重要。一个能够流利、礼貌、精彩地讲话的人往往可以赢得他人的尊重和喜爱。而讲话礼仪则是达到这一目标的关键技能之一。通过训练，我不仅提高了自己的讲

话技巧，也学会了如何更好地与他人沟通和交流，这对我个人和职业的发展都有着积极的影响。

总结：

讲话礼仪是我们与他人交流的一种重要方式，通过训练和实践，我体会到了讲话礼仪的重要性，并以此为指导，不断提高自己的讲话技巧。尊重听众、合理安排时间、注重肢体语言和充分准备已经成为我讲话的基本要素。我相信，只要不断努力并持续学习，我会在讲话礼仪方面取得更大的进步，并成为出色的沟通者和演讲者。

讲话的礼仪包括哪些篇三

礼仪讲话是一种重要的沟通方式，它不仅能够树立良好的形象，还能够有效地传递信息，并构建良好的人际关系。在现代社会，礼仪讲话已经成为人们日常生活的一部分。在各种场合，如商务会议、座谈会、演讲比赛等，人们通过礼仪讲话表达自己的观点、传递信息、表达敬意。礼仪讲话的正确与否，不仅仅关乎个人形象，更关系到和他人的关系及团队的和谐。因此，我们有必要深入研究和学习礼仪讲话的技巧和方法。

第二段： 分析礼仪讲话的关键要素

要想做好礼仪讲话，需要注意以下几个关键要素。首先是表达清晰。一个成功的演讲者应该用简洁明了的语言表达思想，避免使用过多的行话或术语。其次是声音的应用。演讲者应该注意他们的音调、音量和节奏，使听众能够清楚地听到并理解他们所说的内容。另外，姿势和肢体语言也是非常重要的要素。保持挺胸抬头、双脚平行的姿势，利用适当的手势和面部表情来强调要点，能够给听众留下深刻的印象。最后，演讲者的态度和礼貌也是影响演讲效果的重要因素。对听众表现出尊重和关心，并展现出谦逊和自信的姿态，将使演讲

更加令人愉快和有效。

第三段：分享学习礼仪讲话的心得体会

在我学习和实践礼仪讲话的过程中，我深深体会到了它的重要性。首先，礼仪讲话是建立良好人际关系的关键因素。当一个人能够用礼貌而流畅的语言与人交流时，他会给人留下积极的印象，从而更容易获得别人的支持和合作。其次，礼仪讲话有助于提高演讲者的自信心。通过学习和实践，我渐渐掌握了演讲的技巧和方法，当我在公众面前演讲时，我感到更加自信和从容。最后，礼仪讲话在职业发展中也起到了重要的作用。在获得更好的工作机会、晋升更高的职位时，具备良好的演讲技巧和礼仪意识将是一个巨大的优势。

第四段：对实践礼仪讲话的建议和总结

要提高自己的礼仪讲话水平，首先需要进行系统的学习。可以通过参加相关的培训课程或学习社交礼仪来提升自己的表达能力和自信心。其次，不断实践是必不可少的。通过参加演讲比赛、模拟演讲等活动，锻炼自己的演讲能力和应变能力。另外，要结合自身情况进行反思和总结，查找自己的不足，并不断改进。总而言之，通过不断地学习和实践，我们可以提高自己的礼仪讲话水平，从而在各方面都取得更好的成绩。

第五段：对未来的展望和意义

礼仪讲话是一项非常重要且实用的技能，在未来的发展中仍然具有巨大的潜力。随着社会的不断进步和发展，人们的交流渠道和方式也在不断变化。然而，无论是面对面的交流还是线上的沟通，良好的礼仪讲话都是非常重要的。随着经济全球化的深入，跨国交流和商务合作也变得日益频繁，这就要求我们具备出色的礼仪讲话能力。同时，对于每个人而言，掌握好礼仪讲话技巧，不仅能够在事业上取得更好的成

绩，还能在人际交往中获得更多的尊重和信任。

总而言之，礼仪讲话是一种重要的沟通方式，它对于个人的形象塑造、人际关系的构建和职业发展都有着重要的影响。通过学习和实践礼仪讲话，我们可以提高自己的表达能力和自信心，从而在各方面都取得更好的成绩。在未来的发展中，礼仪讲话仍然将具有巨大的潜力和重要性。因此，我们应该认真学习和实践，不断提升自己的礼仪讲话水平。

讲话的礼仪包括哪些篇四

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

大家早上好，我是来自419班的蔡沛，我今天国旗下讲话的题目是：《养成文明习惯，争做文明礼仪一中人》。

人无礼则不立。在我看来，文明礼仪即是学会做人。我们在一中学习的最终目的也是要学会做一个高素质的人，而讲文明懂礼仪，则是我们一中人所必备的品质。

人情需要温情，我们强调微笑待人；人性难免自私，我们强调互利共赢；人人都爱出风头，我们用谦虚、谨慎来避免争执毁伤。我们的班主任刘学瑶老师，在平常与我们的相处中，也在潜移默化的影响着我们，制定了详细的班规，目的就是让我们学会约束自己，养成尊重他人的习惯。在课堂教学中，也会偶尔谈及为人修身并与我们讨论，以此教育我们一中出来的学生该成为一个怎样的人。记得一次晚自习前，我在上楼时遇到了刘老师，在我们边走边交流时她随手捡起了楼梯上的垃圾，然后丢进垃圾桶。这是很小的一件事，但是令我记忆颇深。我想我们一中所闻名的素质教育，就是这些尊敬的老师们在点点滴滴中影响学生而发扬光大的吧。在班级，讲文明懂礼貌的事则更多了。就如前几日，中午放学时天上下着雨，和我同行的姚湘林同学看见走在身后的一位老师没带伞，便很自然的走在老师边上为其撑伞，老师也报以笑容，

这种不经意的小事，却是个人礼仪修养最大的体现。

不仅在校内要讲文明礼仪，在校外更要如此，无论穿着校服抑或是未着校服，我们都代表着一中的形象，在外面的一言一行都要举止得体、张弛有度。勿以善小而不为，勿以恶小而为之，有一次，我和一位其他学校的一位同学晚上一起回家，过马路时我见并无车辆，便索性无视红灯过之，而那个朋友等到绿灯过来之后，对我开玩笑说了一句：“我没闯红灯，你个一中的还闯红灯。”听完之后我尴尬一笑，内心非常惭愧，再也没做过诸如此类之事。

其实，我们很多同学把文化知识的学习放在首位而常常忽略了文明习惯的养成，实际上，良好的文明习惯是保证我们良好学习的前提，也是树立健康人格的基础。上课认真听讲，紧跟老师思路，每个人都自觉维持好教室纪律，课后独立完成作业，按时跑操，规范自己仪容仪表，爱护校园内花草树木等等，都是每个人应该做到的。

同学们，我们不要把文明行为习惯看得很复杂，每个人的举手投足之间都传递着丰富的文明信息，让我们从现在做起，从自己做起，从点点滴滴的小事做起，养成良好的文明习惯，做文明礼仪一中人！

我的发言完毕，谢谢大家！

讲话的礼仪包括哪些篇五

各位老师、同学们：

大家下午好！

中华民族素有“礼仪之邦”的美誉，悠悠华夏五千年，不仅创造了灿烂辉煌的东方文化，而且也形成了古老厚重的传统美德，迄今仍有许多备受推崇。我们教育者要将优秀的民族

美德发扬光大：加强文明礼仪养成教育，教学生掌握基本的礼貌礼节知识，养成礼貌待人的习惯，学会与人交往、沟通、理解、合作，是十分必要的，对中学生形成健全的人格起着重要的作用，它不仅是道德品质和个性形成的基础教育，也是提高全民族道德素质、振兴民族精神及建设社会主义高度精神文明的基础教育。

礼仪是中华民族的传统美德，从古至今，源远流长。学校是人成长的摇篮，上善若水，厚德载物。长期以来被人们视为衡量每个人为人处世的道德标准之一，也是学生道德素养的重要体现。礼仪教育作为德育的重要部分，青少年教育要认真探索和研究。青少年是祖国的未来，是21世纪国家建设的主力军，培养他们理解、宽容、谦让、诚实的待人态度和庄重大方、热情友好、礼貌待人的文明行为举止，是当前基础教育的工作重点之一。根据中学生年龄特点和身心发展规律，把“文明行为习惯”作为学校德育工作的重要内容，从开展文明礼仪教育，孝敬父母、关爱他人入手，是全面提高青少年德育教育工作的重要举措。

以“讲文明懂礼仪树新风尊师重教”为主题；以礼仪、礼貌、礼节教育，培养学生良好的文明礼仪习惯为重点内容；以唱响国歌、遵守规则、实践体验等活动为突破口；着眼于全面提高学生的思想道德素质和文明礼仪素养，把“讲文明懂礼仪树新风”主题教育活动作为加强与改进学校德育工作，提高德育实效的重要内容来抓。

为进一步贯彻和落实《关于加强和改进未成年思想道德建设的实施意见》、《中小学生守则》、《中小学生日常行为规范》，着眼于全面提高学生的思想道德素质和文明礼仪素养，重点培养学生养成良好的文明礼仪习惯，以此加强与推进学校德育工作，使全校学生勤奋学习、快乐生活、健康成长。从而开展今天的签字活动。

讲话的礼仪包括哪些篇六

老师们、同学们：

早上好

我是一年7班的xx老师。

孔子曾说过“不学礼，无以立。”我国是一个有着悠久历史的文明古国，具有“礼仪之邦”的美称。文明礼貌并非是一个人生活的小节小事，而是一个国家社会风尚的真实反映，是一个民族道德素质水平和精神文明程度的标志之一。今天，我和我的学生一起与大家说说谈话的礼仪。

我们都知道：语言，是心灵的窗户；语言，是思想的外化；语言，是人际交往不可或缺的工具；语言，是人们思想情感表达、传递的一种直截了当的方式。

那么，我们应如何运用好自己的语言呢？下面，听听她们是怎么说的：

我有一个小嘴巴，

讲起话来呱呱呱。

粗言秽语莫出口，

只说文明礼貌话。

请请请请对不起，

谢谢谢谢没关系。

您好再见不能忘，

人人听了心欢喜。

同学们，喜欢听吗？

大家之所以喜欢听，是因为这首礼仪歌谣中，把“请”、“谢谢”、“您好”、“再见”、“对不起”、“没关系”等常用的礼仪语言都唱出来了。听了这样的文明语言，大家自然会心平气和、心情愉快，怨气没了，怒气消了，沙漠变绿洲，干戈化玉帛，一丝丝微笑马上会浮现在我们的脸上。

你说，为什么语言能有此等神奇？告诉你们吧，这就是我们民族语言丰富的表现力和强烈的感染力的体现。

你们知道吗，除了这些标准的礼貌语言以外，民间还有不少长期使用、流传至今的礼貌语言，如初次见面说“久仰”，向人祝贺说“恭喜”，求人答复说“请问”，征求意见说“请教”，询问姓氏说“贵姓”，请人指点说“赐教”，求人帮忙说“劳驾”，表示谢意说“费心”，请求方便说“借光”，托人办事说“拜托”，表示等待说“恭候”，借物归还说“奉还”，中途离开说“失陪”，劝阻送行说“留步”，送客出门说“慢走”，麻烦人家说“打扰”，分别重逢说“久违”，欢迎前来说“光临”，请人原谅说“包涵”。

当然除了使用这些礼貌语言之外，我们与人谈话时还应注意这样几点：1、无论什么场合，谈话的声音不宜太大。尤其是在教室、办公室里，音量应该控制在你周围的人能听到就行，不要妨碍周边的人。

2、当两人同时讲话时，应该请对方先讲，并应全神贯注地倾听别人的讲话，这是对人的尊重。

3、老师或同学在与别人说话时，不要打断他们的讲话，或是

眼睛向外看，向上翻等心不在焉的样子，这样很不礼貌。

4、自己讲话时，只要把问题讲述清楚就行了，不要滔滔不绝，不管他人的反应。讲话时应该同时注意对方的表情，如果对方表现出反感的神态，则应早收话题，或转向其他话题。

5、与人交谈不要指手画脚，经常出现大幅度的手势。说话要平缓，表情要安详。

6、与人交谈时还应注意举止，所谓：坐有坐像，站有站像，谈话时叉腰劈腿地站着，或是东倒西歪地坐着，翘腿抖脚都是不礼貌的。

俗话说“礼多人不怪。”

老师相信，作为万小的学生，你们一定会说出这些温和体贴、通情达理的文明语并因礼貌周全而受人喜爱的。

讲话的礼仪包括哪些篇七

老师、同学们：

早上好！

今天我演讲的题目是——讲文明懂礼仪。

到这里讲话之前，我问了一年级的小朋友：“谁知道什么叫文明？”同学们都很积极地举手回答问题。

有的同学说：文明就是做错了事情要讲“对不起”。

有的同学说：文明就是要认真听老师讲故事。

有的同学说：文明是叫我们小朋友要谦让。

有的同学说：文明就是在学校听老师话，回家听爸爸妈妈话。

有的同学说：文明就是要有礼貌，帮妈妈做家务。

有的同学说：文明就是不能跑出马路上玩。

有的同学说：文明就是在大人讲话时，小孩不能插嘴。

一年级的小朋友讲得都对，其实文明包括很多：尊敬长辈、对人有礼、认真倾听、及时回应别人的问话、请求帮忙要客气、不在地上大小便、公共场所不吵闹、不扔垃圾在地上等等。

我不仅问了一年级小朋友，也问了六年级的同学：“谁知道什么叫礼仪？”六年级的大哥哥大姐姐给了我许多答案：

有的同学说：礼仪就是指仪容仪表、仪态举止、谈吐、着装几个方面。

有的同学说：礼仪可以分为个人礼仪、公共礼仪、体态礼仪、待客与接客礼仪、升国旗唱国歌的礼仪、校内和课堂礼仪。

有一个同学说得更详细，他说：有礼仪就是遇到熟人要打招呼，互致问候，不能视而不见；如见到熟人需要交谈，应靠边儿或到角落谈话，不能站在道路当中或人多拥挤的地方；行人互相礼让，小朋友主动给长者让路，健康人主动给残疾人让路。向别人打听道路，先用礼貌语言打招呼，如“对不起，打扰您一下”、“请问”等，问路应选适当称呼，如“老爷爷”、“阿姨”、“叔叔”等然后再问路；听完回答之后，一定要说：“谢谢您！”到商店购物，不可以“上帝”自居，要用礼貌语言，忌讳用“喂”、“咳”等字眼，购物之后也应说“谢谢”。

这些描述都是正确，都是文明礼仪的组成内容。做好这些行

为是儿童与青年所应该特别小心养成习惯的一种大事，因为这是我们中华民族的传统美德，是国家社会风尚的真实反映，是一个民族道德素质和精神文明的标志。

再给大家讲一则发生在z某外资企业招工的故事：这家外资企业薪酬非常高，有很多高素质人才都来应聘。几个年轻人过五关斩六将，到了最后一关：总经理面试。这些年轻人想，这很简单，只不过是走走过场罢了，十拿九稳了。没想到，这一面试出问题了。一见面，总经理说：“很抱歉，年轻人，我有点急事，要出去10分钟，你们能不能等我？”年轻人说：“没问题，您去吧，我们等您。”老板走了，年轻人一个个踌躇满志，得意非凡，闲不着，围着老板的大写字台看，只见上面文件一摞，信一摞，资料一摞。年轻人你看这一摞，我看这一摞，看完了还交换：哎哟，这个好看。

老师希望同学们都不要出现上述两个例子中的行为，要做一个有修养、懂礼仪的文明好学生，在家做个孝敬长辈的好孩子，在社会做个讲文明守规范的好公民。

我非常尊敬老师和同学们，对打扫卫生的阿姨、保安叔叔也都十分有礼貌。我也看到有许多老师和同学和我一样尊重保洁员阿姨们。记得有一次放学了，我正下楼回家时，走廊上的阿姨正在拖地板，我看到了三年一班的几个同学赶紧靠着墙角走路，生怕踩脏阿姨刚拖完的地板。还有一次，我在前门岗保安室里看到了感人的一幕：一位同学在离开保安室前，深深地向保安叔叔鞠躬敬礼，感谢保安叔叔的陪伴。同学们，大家都想想，你是否得到过保安叔叔的陪伴呢？特别是那些在保安室里等爸爸妈妈来接的同学们。

你向他们说声谢谢了吗？每天上学放学，咱们的保安叔叔们都在两侧站岗，我们有多少同学向他们说声谢谢呢？在学校里，我们的老师做出了良好的榜样。我知道我们四年级的吴老师经常帮助阿姨一起清洗厕所里的洗手池，我们六年级的陈老师会把饼干糖果送给工人叔叔，感谢他们的辛苦付出。

著名文学家歌德有句话说得好：“一个人的礼貌就是一面照出他的肖像的镜子。”的确，礼貌是人类和谐相处的金钥匙，只有拥有它才会有幸福、快乐。

讲话的礼仪包括哪些篇八

敬爱的老师、亲爱的同学们：

大家好！

今天我演讲的题目是《文明礼仪，让我们生活更美好》。

古人云：“礼，体也。言得事之体也。”意思是“礼”是为人处世的标准，也是做人的根本。古人因知“礼”，让中华民族五千年的文明历史源远流长，中国也以“文明古都”著称。可如今，这个光环似乎越来越暗淡了。在校园里，有些同学以斗嘴为乐，满嘴脏话让校园蒙羞；在马路上，有些行人乱闯红灯，让秩序混乱；在公园里有些游人随地吐痰，让环境蒙尘；在公众场合，有些人大声喧哗，扰乱他人而不自知……文明似乎离我们越来越远，心与心之间的沟壑也越来越深，于是社会上不和谐的音符更多了！

孔子曾说过“不学礼，无以立。”意思是人如果不学礼，就无法在社会上立足。他还说：“礼之用，和为贵。”意思是讲了礼仪，生活就会充满和谐。我觉得孔子不愧被称为圣人，他的话真是千真万确。就拿上周六的一件事来说吧，妈妈让我到超市帮她买瓶酱油。因为要急用，我一路狂奔，到超市后，我迅速地奔向调料区，不料却一头撞上了一位阿姨，并且还重重地踩了人家一脚。当时，我惊慌失措，看着那位阿姨痛苦地的表情我羞愧万分，语无伦次地说：“对……对不起！阿姨，……对不起！”我以为那位阿姨会愤怒地痛骂我一顿。哪知那位阿姨听了我的道歉后，怒火似乎被这及时的甘霖给扑灭了，只是嗔怪的说：“孩子，以后做事可要小心点，别总是横冲直撞的。”我急忙向那位阿姨鞠了一躬，再

次说出那神奇的三个字“对不起！”并上前搀扶着阿姨说：“阿姨，你的脚一定被我踩疼了，我扶你走吧。”那位阿姨这时已怒气全消，微笑着柔声对我说：“不要紧啦，去买你的东西吧！”“谢谢阿姨！”我再次向那位阿姨鞠了一躬，才转身离去。你们看“对不起”这三个字，多么神奇。其实神奇的不是这三个字，而是“礼仪”。是“礼仪”熄灭了一场怒火，化解了一场纠纷，让人与人之间更加和谐，让生活更加美好！

同学们，“文明礼仪”不在于你的一时认真，而是要让它时刻显现在我们的生活里。从现在开始，请你在和老师相遇的时候，恭恭敬敬地敬个队礼；请你在吟唱国歌时肃然伫立；请你在过马路时，主动遵守交通规则；请你在游览景区的时候，向工作人员表达出诚挚的敬意……让礼仪与我们的生活相融，让文明之花开遍神州大地！它会让人与人之间更加和谐，它将会使我们的生活更加美好！

我的演讲结束了，谢谢大家！

讲话的礼仪包括哪些篇九

如果你和我一样，是一名被喻之为“蜡烛”的人民教师，你就一定和我一样整年整月穿梭在教室和办公室之间，时时被学生和作业本包围，不到寒暑假，脱不下那双让你精疲力竭的红舞鞋。

繁忙的工作常常让我们没有时间关注自己，包括自己的容颜、自己的健康、自己的家人、自己的学业、自己的修养。

我们每天关注的是孩子们的进步，自己却真的像蜡烛一样，照亮别人的同时变得越来越短了。

我常对身边的教师朋友说：新时代的教师不能再做蜡烛了，要做电灯泡，有强大的发电厂供电，最不济也要做个油灯，

能时时往里边加油，生命的火花才不至于熄灭。

你会对我说：什么呀，从九十年代开始，国家就开始了教师再找范文就来培训的重视，差不多的老师也都知道要进修提高，从专升本到研究生课程班，早就普遍得很了。

可是，我想说的却是另一回事，我想在这里对大家说：学习礼仪规范、提高自己的修养、培养自己良好的气质风度，比学业的进修也许更有意义。

你有没有想过，我们的工作实际上就是一项不断与人交流交往的工作，与学生、与家长、与同事、与校长。如果不通人情事故，不懂文明礼仪，周围的人很难接受你、承认你。

难道你没有注意到吗？一个学生关注他她的老师的气质风度、行为仪表根本胜过关注老师的文凭；一个家长对一个教师的信任或不信任很多时候只来自两次谈话和交往。

当然也不排除这样的人，他对我说：我这个人就是说话粗鲁一点、打扮邋遢一点，虽然不懂人情事故，可是我有满腹才华，真金不怕火炼，最终学生和家还是喜欢我的。可是我问他，你这个“最终”要花多长时间？你在“火炼”时要受多少煎熬？如果你肯花一点时间修饰自己的容颜，花一点心思提升自己的修养，你何需要让“火炼”呢，你应该一出台就获得满堂彩呀。

我很遗憾在四年的师范学习中，没有一位老师教给我做一个教师应该有怎样的仪容仪表，在两年的教育管理专业进修中，没看到一本教科书谈到一个校长或一个教师的修养是怎样能改变一个学校或者一群学生。但是在我十几年的教师生涯和七年的校长经历中，我却深深地感受到，一个教师具有良好的修养和文明的礼仪对他的工作有多么重大的影响。

93年在珠海创建一所新学校，招生的时候，四所学校打起了

擂台，当时只有我所在的学校基建还未曾完工，经费紧张到根本没钱印别人学校那种精美的广告，我用的方法是要求每个老师交一张最漂亮的照片，写下一小段简明的话，办了一个学校教师形象宣传栏，同时派了几个气质风度最好的老师出任招生工作，我自己则不厌其烦地每天与前来考察的家长交谈。结果四个学校中，我们学校招到的学生最多。有些家长与我交谈后就说：凭对你的感觉，我把孩子交给你们学校了。

99年，我们学校新来了一位教师，高级职称，中共党员，没想到开学第一周就被家长投诉，家长要求换回原来的班主任，投诉的理由很不具体，最明确的就是该教师上课不断甩鼻涕，普通话不准，长相也凶巴巴的。

每年新生报到的时候最有意思，很多孩子只因为自己班上的老师比别班漂亮就高高兴兴。而那些仪容仪表不太好的老师班上的家长常常会跑来校长办公室，用怀疑的口气向我打听，我每年要把“人不可貌相”的话反复说好多遍。后来我总结了经验，每年开学第一天，我一定要求老师们穿校服。

我承认，我自己就常常以貌取人，我在招聘老师的时候，除非这位老师的业绩相当突出，否则我是很看重他的形象的，我会认真观察他的言谈举止，看他的打扮穿着，因为初次见面，我只能从这些方面看他的“层次”。

这些年，因为当校长的原因，我常有机会外出参观学校，每到一个学校，除了听课，听校长的介绍，什么会影响我对这个学校的看法呢？很多，可无非下面几个方面：校容校貌，、校长和老师的形象、接待者的态度、学生的文明礼貌，甚至学生的校服，如果面料低劣或者式样土气，立即都会让我扣分，让我低看这个学校。

我曾经假扮学生家长，和一个朋友一起到一所民办学校考察，在学校是否规范这个问题上她得出的结论和我大相径庭。为

什么?因为校园美丽的环境、教师笔挺的工作服和校长热忱的态度给了她深刻的印象，而我却从操场上的体育老师穿着皮鞋这一细节发现了问题。

所以，当我们想让社会、家长和孩子们知道我们的学校是一所好学校，我们的老师是一群好老师的时候，我们应该首先向他们展示我们良好的学校教师形象，我们没有理由要求他们具有孙悟空的火眼金睛一下看到我们的“真金”。

提高自身素质，培养良好修养，具备文明礼仪，是新时代赋予我们的要求。从内心到外表不断完善自我，美化自我，向外界展示自我的风采，将有助于提高我们的生活质量;学习交际艺术，掌握交际技巧，将有助于我们事业的发展。

人们总是把风度翩翩、英俊潇洒、美丽大方、高贵优雅这样漂亮的词用在公关先生和白领丽人身上，而人民教师，却好象总是朴素的、严肃的，苦口婆心和唠唠叨叨的一世劳苦的贫寒相。我为之不平和遗憾。

新的世纪是一个腾飞的时代，我想和所有的人民教师一起来，挺起胸来，用高贵的气质、良好的仪表、优雅的语言、规范的礼仪来面对开放的世界、开放的社会。

教学是一门艺术，交往是一门艺术，一个优秀的教师必然要娴熟地掌握这两门艺术。过去我们研究得较多的是教学的艺术，现在我请老师们和我一起来研究交往的艺术，交往的艺术性集中地体现在礼仪的规范之中，在这本书中，我想和大家一起探讨，作为一个教师应该掌握的礼仪规范。

文档为doc格式

讲话的礼仪包括哪些篇十

老师同学们：

早上好，今天我和大家分享的是《学生食堂就餐礼仪知识》。食堂是我们生活的重要场所，也是学校精神文明建设的重要窗口。作为小学生的我们，在食堂就餐要吃得端庄，在餐桌上要尊重别人。食堂是早、中、晚餐学生聚会的地方，也是最能表现一个人人文素养的场所。想一想，你有没有在别人井然有序排队的时候插过队？这时，你尊重了自己肚子的选择，但却没有尊重别的同学；你有没有因为和同伴边吃边聊，得意忘形，将盘中的饭粒挥洒一桌？“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”，这样的诗句我们从进入一年级的的时候就学过，但又有几个人能做到不浪费呢？吃过饭，你有没有将剩饭剩菜乱倒而偷偷的离开过？这样做的结果就是，你自认为没有被值班老师发现而暗自窃喜时，却给就餐的人和食堂工作人员增添了很多麻烦。或许，这只是日常生活其中的一个小小的插曲，但却折射出了“自尊、自重”在人际关系、社会活动中的重要地位。学会尊重是每个人需要具备的一种最起码的修养。当你懂得尊重他人、也是尊重自己时，你也赢得了他人的尊重。社会是大家的，只是当每个人都付出尊重时，他才能赢得尊重。

食堂是一个小社会，你会发现各种和谐或不和谐的因素交织在其

中。在食堂里，我看到过向里面盛饭的阿姨说声谢谢的；也看到过默默地将吃剩的饭菜倒入桶中，然后又轻轻地将碗筷放入指定地方而悄悄地走开的。同学们，在安静、舒适的氛围中吃饭心情愉快呢？还是在高声喧哗、嘈杂的氛围中吃饭有利于健康？用过的碗筷是自己带走放在指定的地方对呢？还是留在餐桌上让食堂阿姨帮你收拾？碗筷是远远的往筐子里扔呢？还是走近筐子轻轻地放？这是一个问题、这不是什么惊天动地的大问题。但我相信被尊重的人心里一定格外温暖，他们会觉得自己的劳动得到了认可，得到了同学们你们的理解。有时候，一个小小的举动就能赢得别人一天的好心情，何乐而不为呢？同学们，让我们从今天开始做起吧，让我们排着整齐的队伍等候就餐；找位子时文明礼让，避免拥

堵；就餐时，安静文明不大声喧哗，不浪费，不挑食。其实这些一点也不难，只要你愿意，学校的食堂就会是展现我们塘头小学每个学生风采的一大窗口。谁不爱干净、安静的环境，而这些需要我们共同的付出。同学们，让我们一起为营造食堂良好的就餐环境而努力吧！谢谢！。

1、所有在校就餐学生分两批错开就餐，要按规定时间准时进食堂就餐，不得私自到校外就餐，如有特殊情况不去食堂就餐，须向班主任或值班老师说明。

2、各班按要求排成两排，有序进餐厅就餐，途中不得奔跑，不得争先恐后，不得插队。

3、进餐厅后按指定的餐桌就餐，对号入座，不能抢占别人的位置，要互相谦让，关心照顾小同学。

4、同学之间不争抢饭菜，不能私自到别人的碗里夹菜，也不能将自己不喜欢吃的菜随便夹给别人。不将碗端到食堂外面吃。

5、就餐时保持安静，文明就餐，不得大声喧哗、打闹或敲打碗筷，不得随便离开座位，随意奔跑走动，注意安全，防止相互碰撞而烫伤。

6、就餐时既要细嚼慢咽，有助消化，又要专心，不能东张西望拖延时间，也不要含饭说话，以免发生意外。

7、珍惜粮食，不挑食，不厌食，禁止吃干饭。添饭时能吃多少就加多少，不要浪费。

8、保持食堂卫生，不准随地吐痰、乱扔杂物，不准将零食带到餐厅里吃，不准将饭菜掉在桌上或是泼洒到地上，不准随意倒剩饭剩菜。

9、爱护食堂公物，不准在墙上、餐桌上乱刻乱写；不准损坏食堂的餐具和设施；不得随意挪动桌子及其他设施。

10、尊重工作人员的劳动，适时对他们为大家的服务表示感谢，如果对食堂工作人员有意见时，须通过老师向其提出，禁止与食堂工作人员发生争执。

11、就餐完后按秩序走回教室休息或在操场上轻度活动，在半小时内不能跑、跳或进行剧烈运动，以保障身体健康。

为了全面提升我校学生的文明素质，强化学生的文明意识，培养文明就餐习惯，让学生拥有一个安静、舒适的用餐环境，有利于学生的身体健康，特制订学生食堂就餐纪律评比细则如下：

1、学生要按照学校规定的时间到食堂就餐，整队步入食堂，严禁跑步进入食堂，排队要安静整齐，不准插队推搡，违反者每次扣1分。

2、学生要注意保持食堂公共卫生，禁止往地上乱倒菜汤、乱扔饭菜，不随地吐痰，不乱扔杂物，违反者每次扣1分。

3、同一餐桌的学生，把各自使用的餐具和面前的桌面清理干净，并将残渣倒入指定的塑料桶内，碗筷轻轻地放到指定地方，然后有序地离开食堂，饭后不准在食堂逗留，违反者每次扣2分。

4、学生严禁在食堂内追赶、打闹、起哄、大声喧哗、敲打餐具，严禁插队，违反者每次扣1分。

备注：

1、每天早、中、晚餐由6名少先队干部分别对第一、第二食堂的就餐纪律进行检查并打分，具体检查人员由大队辅导

员安排。

2、每周星期五放学由检查人员将各班扣分情况累总后交给值周老师；因表格没有体现一日三餐，检查人员可用“正”字表示扣分次数，再用“正”字笔画数乘以分值，得当日扣分数，学生多次违纪可以重复扣分。学生就餐顺序：

讲话的礼仪包括哪些篇十一

尊敬的各位领导、老师、同学们：

大家好！我叫xxx很高兴今天能参加我们学校组织的这次演讲活动。

如果大家做到了，那就是一个文明的群体；

如果整个国家做到了，那就是一个文明的国家。

让我们携起手来，踏着轻盈的脚步向文明进发！去共同营造一个和谐文明的社会！让我们向全世界展示华夏儿女的风采。我的演讲完了，谢谢大家！