# 生活礼仪常识100条(十一篇)

来源：网络 作者：玄霄绝艳 更新时间：2024-10-13

*无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。生活礼仪常识100条篇一快快乐乐到学校，看见老师...*

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

**生活礼仪常识100条篇一**

快快乐乐到学校，看见老师说声早。看见小朋友说声好，比一比，看谁先说早与好。

走路轻，说话轻，放下东西也要轻。不要老师告诉我，自己要留心。

每样玩具都有家，整理玩具有方法，分类收好放整齐，玩具要爱惜。

上厕所，裤子脱好，对对准，大小便后记得冲，卫生纸，不浪费，不乱丢，洗双手后要关水。

我们一起玩游戏，轮流等待不着急，游戏规则别忘记，大家玩得笑嘻嘻。

轻轻旋转小门把，把门推开或拉开，看看没有小手在，再将门儿轻轻关，才是乖巧好宝宝。

“请”、“对不起”是很有用的话，“请问”、“请你”、“对不起”;

想当一个有礼貌的孩子不能忘记“请”、“对不起”，这样会使我们更可爱。

夏日太阳正当头，让我汗水一直流，衣服湿了好难受，带条手帕在身边。

巷子口马路边，车子来去好危险，不游戏、不乱跑，过马路请找大人才安全。

常用肥皂来洗手，肮脏病菌无处躲，指甲记得要常剪，清洁卫生好处多。

出门不要急，对着镜子照一照，衣服穿整齐、头发要整理，照照镜子别忘记。

有客人，来我家，请他坐，请他喝杯茶，做个有礼貌的小主人。

狼吞虎咽真可怕，喝汤吱吱像蛤蟆，餐厅里不是我最大，尊重别人有礼貌。

上午冷爷爷来报到，催着我要加衣帽，中午太阳公公凑热闹，热得叫我脱外套，穿脱衣服不乱丢，挂好才是好宝宝。

小棉被像妈妈，软软被里真温暖，每天起床摺好它，整整齐齐真正棒。

剪刀铅笔给人家，握紧尖嘴巴，拿来拿去不害怕，一定很安全。

有人荡秋千，靠太近会危险，站在等待区，数到 20 换人荡秋千。

咳嗽、哈欠、打喷嚏，小脸转向旁边去，拿出手帕捂嘴巴，不要影响到人家。

“小朋友，请吃糖”，“小朋友，送你玩具枪”，“顺便请你帮个忙”小朋友回答道：“对不起，我不会，有事请找大人讲”。

**生活礼仪常识100条篇二**

学习、践行社会生活礼仪基本要求

(1)相互尊重、真诚相待。既要通过良好的礼仪修养，展现自尊自信;也要常怀敬人之心，给他人充分礼遇，不伤他人尊严，不侮辱他人人格。要诚实守信，表里如一，以真诚为纽带，促进人与人之间信息传递、情感交流、思想沟通。

(2)宽容大度、严于律己。要心胸豁达，宽以待人，多为他人着想，多做助人之事，容人之短，谅人之过。要按照礼仪规范待人处世，注意自己该做什么，不该做什么，己所不欲，勿施于人。

(3)把握分寸、尊重差异。要以平等态度对待交往对象，一视同仁，大方得体，把握好度。要了解不同的国情、民族、文化背景，尊重对方的风俗、习惯、禁忌。

(4)身体力行、注重养成。行是知之始，知是行之成。要在实践中体验和养成礼仪规范，从日常做起，从点滴做起，日积月累，形成习惯。

帮助他人要注意什么?

向遇到困难的人提供帮助，如搀扶、拎提物品、抱小孩等，应在征得对方同意后才能施以援手。

帮助残疾人应充分尊重其个人意愿，注意其情绪反映，以免伤其自尊。

网络交流要注意什么?

(1)诚实友好交流，不侮辱欺诈他人。

(2)不浏览淫秽、暴力、迷信以及其他违法违规信息。

(3)不在网站上发布、转载违法、庸俗、格调低下的言论、图片、信息等。

(4)抵制黄色、低俗、诽谤、恶意攻击等不健康的网上聊天、交友、游戏等活动。增强自我保护意识，不随意约会网友。

(5)不利用网络知识进行攻击网站网页、盗取钱财和信息等活动，维护网络安全和网络秩序。

小问答

1.以下关于西装的说法中，哪种是错误的?(b)

a.西装袖口上的商标应在拆除后才可以穿着。

b.西服上衣的袖子要比里面的衬衫袖子长一些。

c.西装的外袋不宜存放物品。

2.以下关于正式场合女士着上衣的说法，哪种是错误的?(c)

a、上衣讲究平整挺括

b、纽扣应全部系上

c、多使用饰物和花边进行点缀

3.参加自助餐宴请，再次取菜时应做到(c)

a.为减少服务员麻烦，应继续使用刚刚用过的餐盘

b.换个座位，更换全套餐具

c.不使用已经用过的餐盘，使用新的餐盘

4.参加宴请时，如不慎将酒水或汤汁溅到异性身上，以下哪种做法不符合礼仪?( b)

a.立刻表示歉意

b.亲自为其擦拭

c.请服务员帮助

5.宴请敬酒时，以下那种做法不符合礼仪(c)

a、主人先为主宾斟酒，若有长辈或者贵客在座，主人也应先为他们斟酒

b、主人为客人倒酒时，客人以手扶杯表示恭敬和致谢

c、首次敬酒不应由主人提议，先听客人的意见

d、敬酒以礼到为止，各自随意，不应劝酒

6.拨打电话时，应该做到(d)

a、开始通话，先主动自我介绍

b、电话突然中断，等待被叫方进行重拨

c、通话时集中沟通多个议题

d、结束通话时，以主叫方或尊者先挂断为宜。

7.以下哪种使用手机短信的做法是不礼貌的?(a )

a.在与人谈话时不停地查看或编发短信

b.在内容后面署名

c.尽量使用清楚明白的语言，不随意简化省略

8.商场购物时，那种做法不符合礼仪要求?( c)

a、浏览商品时，保持安静，不大声说笑。

b、挑选物品时，轻拿轻放，看后放回原处;如果手有污渍，应避免触摸商品，尤其不可触摸食品。

c、使用完商场手推车后，停放到任何位置。

9.在没有标出“一米线”的地方排队，以下哪种做法是正确的?(c )

a.排在最前排的几个人可以并列集中在柜台处

b.排队的人与人前后距离也应该保持在一米之外

c.给最前排的人留出足够的操作空间

10.排队过程中有事暂时离开，再次返回后，以下哪种做法是错误的?(a )

a.不必向原位身后的人说明直接回到原来的位置上

b.从队伍末端重新排起

c.向原位身后的人说明情况并获得同意回到原处继续排队

11.参观旅游时，下列哪种行为是符合礼仪要求的?( c)

a. 公共场所高声交谈

b.强拉外宾合影

c.不攀爬触摸文物

12.使用公共卫生间，那种行为不符合礼仪要求(c )

a.进入公共卫生间时，如遇人多，在卫生间门外排队等候

b.一般情况下，母亲可以带男幼童一起上女厕

c.一般情况下，父亲可以带女幼童上男厕。

**生活礼仪常识100条篇三**

通过种种考试、面试、能够被录取并开始上岗，应该说已经是一个幸运者、胜利者了，而第一次上岗对于每个人来说都是非常重要的，因为如果说应聘时是推销自我的话，上岗就是展示自我能力的开始，尤其“首次效应”十分重要。为了树立良好的第一印象，在走上新的工作岗位时，应注意:

1.全面了解公司的各项规章制度

2.了解管理各项业务工作的负责人姓名及其职责

3.当你有困难时不要不好意思求助人们，人们愿意原谅无知，而不肯原谅错误。

4.被介绍时一定要仔细听清并记住同事们的姓氏，尽早区分认识。介绍时应起身握手，注意礼貌礼节。

早上一到公司要精神抖擞地向他人礼貌地道早安。

如果细心地观察周围每一个人道早安的方式，有些人声音小的连旁边的人都听不到，或是像有满肚子闷气似的大声吆喝，甚至闷着头一声不响的自己坐下等等。

并不是每个人早上进入办公室，都会快乐地向人道早安。

“道早安”是社会行动的第一步，是确定自己存在的积极行动。如果自己所发出的声音能够引起对方的反应，这不仅达到了“自我确认”的目的，也是人与人接触的基本礼貌，社会关系也因此而产生。

你与周围人互道早安，就等于是工作场所中的上班铃声一般。从这一句早安开始，表示今天又是新的一天。

你如果希望在这新的一天中，自己的人际关系更加圆满，无论如何都要清新、明朗的和他人道早安。

你必须要明了自己道早安的价值观。道早安，不只是告诉大家一些礼仪及有关的经验教训或利弊得失，还要大家知道这些日常生活中不可或缺的礼仪，其实对于我们自我存在的确认及人际关系，有着及重要的影响。

从实际生活来看，早上打招呼的对象，应包含与自己交情一向不睦的人，以及昨天曾经为了工作而起冲突的人。

这一句轻松愉快的早安等于是向对方宣布，昨天是昨天，今天是今天。昨天的不愉快已经过去了，今天又是愉快的一天。

早上的印象是全体的印象，这可马虎不得。

有时你愉快地向对方道早安，对方因为昨天的不愉快而耿耿于怀，不给自己好脸色。如果你碰到这样的情况也不必在意。不愉快或芥蒂就让对方承担好了，自己要保持清爽愉快的心情。

结束了一天的工作之后就到了下班的时间，这是上一班解除拘束回到自己的时刻……

公司有一些人在下班之前二三十分钟便开始准备要回家了。尤其是女性，特别喜欢花上一段时间来化个妆，凡是你有没有想到，公司所付给你的薪水是到下班时间为止，即使下班前一分钟也不容许你做自己的事。所以员工不能下班就离开办公室，尤其是手边的工作还没有告一段落。

如果你自己的工作已经结束，而上司还留在办公室该怎么办?在过去，上司没有走，属下一般不可先行离去，现在已经没有这样的规矩了。

在先行离去时，除了说对不起之外，现在也很实行说:你辛苦了!这句话不只是可以用在对上司，即使是对同事或部署也一样可以用。

**生活礼仪常识100条篇四**

1.别人给倒水时，不要干看着，要用手扶扶，以示礼貌。

2.别人对你说话，你起码要能接话，不能人家说了上句，你没了下句，或者一味的说着啊啊啊，是是是。

3.有人盯着你看的时候不要直视对方，假装没注意到。

4.心情不好，再好的护肤品和化妆品也补救不了皮肤。

5.睡眠不好，会使人说话语无伦次，反应迟钝，黑眼圈突出。

6.别人释放“有毒气体”的时候不能嫌恶地躲开或者拿手扇，装作若无其事。

7.被领导训斥的时候，不要低头，要直视领导，面带微笑，表示接受批评，领导的火就会慢慢消退，否则，领导会火上加油。

8.女人一辈子不能手心朝上向男人要钱花。

9.吃完饭退席时说：“我吃完了，你们慢吃。”

10.给人递水递饭一定是双手。

11.坐椅子不要翘起来。

12.吃饭要端碗，不要在盘子里挑拣。

13.最后一个进门要记得随手关门。

14.送人走要说：“慢走。”

15.洗了手不要随意甩手，水会甩到人家身上很不礼貌。

16.递刀具给别人要记得递刀柄那一端。

17.不揭别人的短处。

18.听别人说话的时候，眼神不要游移。这样显得很没礼貌。

19.帮别人倒茶倒水之后，壶嘴不要对着别人。

20.站有站相，坐有坐相。

21.遇到那种往里往外都能开的门，拉而不是推。

22.说道就一定要做到，做不到的就不要承诺。

23.不要贪小便宜不要贪财，钱再多也有花完的时候。

24.屋里有人的时候，出门要轻手关门。

25.这个世界不相信眼泪。

26.与其花空心思留住男人，不如让男人花空心思留住自己。

27.人穷志不短。

28.盛饭或端茶给别人时，如果中间隔了人，不要从别人面前经过递，而要从别人后面绕过递。

29.自己有本事才是真的本事。

30.学会温柔学会聆听。

31.去别人家里，不要坐在人家的床上。

32.在酒桌上与别人碰杯，自己的杯子一定要低于对方的，特别是对方是长辈或领导。

33.晴带雨伞，饱带干粮---未雨绸缪总是好的。

34.如果问别人话，别人不回答你，不要死着脸皮不停的问。

35.吃饭的时候尽量不要发出声音。

36.捡东西或者穿鞋时候要蹲下去，不要弯腰撅屁股。

37.别人批评你的时候，即使他是错的，也不要先辨驳，等大家都平静下来再解释。

38.做事情要适可而止，无论是狂吃喜欢的食物还是闹脾气。

39.到朋友家吃完饭，要主动帮忙洗碗清理桌子-----主人做饭已经很辛苦了，不能事后还让主人清理。

40.生活中会遇见各式各样的人，你不可能与每个人都合拍，但是有一点是四海皆准的:你如何对待别人，别人也会如何对待你。

41.待客不得不大，持家不得不小。

42.把拳头收回来是为了更有力的还击。

43.人活在这个世上，首先要学会一个“忍”字。

44.任何时候对任何人不要轻易告诉对方你的秘密。

45.钱不是靠攒的，会花才会赚。

46.学无止境，不仅仅是学书本知识，更要学会怎么待人处事，社会远比你想象的要复杂。

47.不要跟同事议论上司或其他同事的是非，你的无心之言很可能成为别人打击你的证据。

48.做事情，做好了是你的本分，做的不好就是你失职。

49.只有错买，没有错卖。不要只顾着贪小便宜。

50.有时候孤单是正常的，不要害怕，要自己调剂。

51.有真正的朋友，但不知你有没有福气遇到。不管有没有遇到，都不要否认它。不要算计别人，尤其不要算计自己喜欢的人。对自己喜欢的人，不要使用手段去得到。

52.最勇敢的事情是认清了生活的真相之后依旧热爱生活。不要害怕欺骗，但要知道世界上存在欺骗。

53.借钱的时候，心里要有个底，就是要想着这个钱是回不来的。所以借出去的钱永远要在自己能承受的损失范围之内。可以承受的数字以内，即使回不来，也是心里早准备好的。自己不能承受损失的数目，就不能借。

54.最好的朋友之间，除非他穷的吃不了饭了，否则最好不要有经济往来。许多可贵的友谊都败坏在钱上。

55.君子可寓意于物，但不可留意于物。

56.出门在外能忍则忍，退一步海阔天空。

57.擦桌子的时候要往自己的方向抹。

58.打电话接电话第一句话一定要是“喂，您好”；挂电话的时候等别人先挂。

59.一次不忠百次不容。

60.不随地吐痰扔东西，如果没有垃圾箱，就拎回家扔垃圾筒里。

61.多看书对心灵有益，你会看到一个更广阔的世界。

62.是你去适应社会，不是社会来适应你。

63.不要让别人知道自己的真实想法，要笑在人前笑，要哭一个人躲起来哭。

64.走路手不要插在口袋里。

65.简单的事情复杂做，复杂的事情简单做。

66.机会只留给有准备的人，天上不会掉馅饼。

67.不管什么条件下，仔细刷牙，特别是晚上。

68.早上一定要吃早餐，没有早餐喝杯水也一定要。

69.少说别人是非，把自己管牢。

70.你是无价之宝。

71.女生，和男孩子出去要自己买单。

72.要对自己的行为负责，不要怨天由人，在做之前要想想应不应该，出了事要学会自己解决。

73.要想人前显贵，必先人后受罪。

**生活礼仪常识100条篇五**

幼儿个人礼仪一般来说包括仪表仪容、形体姿态等内容，仪表仪容主要是梳洗打扮(包括洗脸、刷牙、漱口、咳嗽、打喷嚏、抠鼻孔)、穿衣着装(包括穿衣、带帽、穿裤子、穿鞋子的技能及装饰美化)等方面，形体姿态主要是坐、立、走、躺、吃、喝、拉、撒、睡等方面的细节规范。

幼儿亲子礼仪主要是幼儿在家庭生活中与家庭成员(包括爷爷奶奶、外公外婆、爸爸妈妈与兄弟姐妹)相处时应该注意的礼仪规范，包括请求、应答、敲门、就餐、干力所能及的家务、感恩长辈、体贴关爱、招呼告别等内容。

幼儿师幼礼仪主要是幼儿在幼儿园生活中与幼儿教师交往时应该注意的礼仪规范，包括入园问好、认真听讲、举手发言、听从教导、请求帮助、感恩老师、离园告别等内容。

幼儿同伴礼仪主要是幼儿在与小伙伴交往时应该注意的礼仪规范，包括团结友爱、互相帮助、遵守秩序、宽容待人、感谢帮助、真诚道歉、和睦相处等方面的内容。

幼儿社交礼仪主要是幼儿在与他人(含亲朋好友与陌生人)交往时应该注意的礼仪规范，包括在家待客、出门做客、探望病人、接收礼物、接听电话、谈话聊天、感谢道别等方面的内容。

幼儿公共礼仪主要是幼儿在公共场所应该注意的礼仪规范，包括奏国歌升降旗行注目礼、乘坐公共汽车(买票、前门上车、后门下车、让座、讲卫生、安全)、过马路时的交通安全、商场购物注意事项、图书馆阅读纪律、公园游玩注意事项、动物园安全注意事项、电影院卫生安静安全注意事项、小区卫生安静安全注意事项、过往地下通道卫生安静安全注意事项等内容。

**生活礼仪常识100条篇六**

姿态，指的是外表。漂亮的女人，不需要说一句话，只要一个回眸，一个微笑，甚至一个背影，就足以吸引人。要做到漂亮，其实是最简单的一件事。一件得体的衣服，一个精致的妆容，一双质感的鞋，一条璀璨的项链，一个鲜艳的包包……都能立刻让你从丑小鸭变成白天鹅。

法国女人的浪漫优雅是出名的，韩国女人的精致甜美也是出名的，难道她们真就个个天生丽质?靠的是在别人都还在睡懒觉的时候，自己早就起床在描摹妆容;靠的是在别人都还拼命吃夜宵的时候，自己却在贴面膜，做按摩;靠的是别人都还在吃不健康的零食时，自己却在亲手为自己炖制一碗耗时两三个小时的补血养颜汤;靠的是别人不卸妆就倒床呼呼大睡，自己却在仔细卸妆，舒心泡澡，做补水抗皱的护肤。靠的是别人周末在家睡懒觉，一屁股坐在椅子上，盯着电脑就起不来时，自己却早已出门跑步、瑜伽，或者游山玩水，怡情悦性……如果你还是丑女人，只能说你很懒!从现在开始，不要自己一出现，就让人给你贴上“懒惰”的标签，就让人戴着有色眼镜来看你。

仪态端庄、优雅的女人，举手投足间都显露出个人的涵养。看着她们，就像欣赏一幅画一样，她们早已化身美的艺术品。

经典电影《罗马假日》里饰演安妮公主的奥黛丽赫本，是那样纯真浪漫，优雅迷人，至今仍活在很多人心目中，她是最美人间天使。她有最真挚的笑容，最性感的小蛮腰，最漂亮的发型，最优雅的谈吐，最温柔的爱心，仪态万千，俘获人心，女人一定要注重自己的仪态。不要让自己的身材无休止的扩张;不要让自己的谈吐落入八卦或低俗;不要让自己的行为虚伪造作;不要让自己的心蒙上自私自利的灰尘。要做到这些，靠的是自己的约束。当然，还要让自己的言行举止变得自然、美观和文明。

语态，是指说话。有些女人，你千万别开口说话，不然，乍一看还算个美女，一开口就让人想逃多远就多远。这样的女人，就是不会说话，或者说话低俗。

不要说黄色笑话只是男人的专利，不少女人说起来眉飞色舞，该有的矜持是丝毫没有;或者一开口就是明星那点八卦事，永远说不完;或者不会察言观色，肆意发表言论;或者说话嗓门大，像吵架;或者说话有气无力，蚊子叫;或者，满口怨言和忧愁烦恼。这些都太恐怖了，会吓跑优秀的人。

因此，女人应该要在平时加强锻炼说话的能力。平缓的语速，温柔的声音，合适的语气，有价值的内容，最好再来点幽默。这样，才会让人产生主动和你交流的欲望，有交流才能更好进步。

情态，指性情，情感。女人可以女强人，但不要丢失女人该有的温柔。做个温柔的女强人，对自己是保障，对他人也是一种欣赏。女人可以蛮不讲理，但不要丢失该有的撒娇。撒娇时的不讲理、固执和偏见，都是被理解和接纳的;而完全胡闹不讲理，则真正成了令人厌烦的泼妇。女人可以哭，但不要哭得莫名其妙。有时候，哭泣是一种强有力的保卫武器，有时候，哭泣会令人徒增心烦。所以，你真的会哭吗?真的会闹吗?真的会强势吗?真的会利用女人的优势吗?

做个内心丰富、情感细腻的女人;做个善解人意、温柔善良的女人;做个纯真可爱、阳光性感的女人;做个优雅浪漫、精致大方的女人。不论做哪样的女人，都要真性情，自然不虚伪，敢爱敢恨，敢作敢当。

心态的重要性毋庸赘述。女人更应该拥有良好心态，尤其特殊期更要懂得保护自己的身体，不要烦恼抑郁、脾气暴躁，不然长期积累给身体造成的后遗症是很严重的。

培养良好的心态，有很多方法。

第一;阅读，从阅读中理解人生哲理，让书帮你答疑解惑困扰你的人生难题，让你豁然开朗;

第二;朋友，经常和朋友交流，在交流中帮助自己排除烦恼和忧郁;

第三;兴趣，培养广泛的兴趣爱好，譬如：音乐，舞蹈，瑜伽，绘画，书法，摄影，美食，旅行等，都能陶冶情趣，安抚寂寞，让自己阳光快乐起来。

但是，最重要的还是要自己在生活中慢慢感悟，很多时候，只有经历了才能懂得，一点一滴的感悟，生活才是最好的老师。

有的女人看起来，永远精神抖擞，精力充沛，总有使不完的力量，而有的女人看起来，总是萎靡不振，慵懒消极，提不起精神。有的女人一出现，就像阳光一样温暖柔和，而有的女人一出现，就伴随着乌云阴霾，冰冷黑暗。有的女人和风细雨般能滋润人，而有的女人则如狂风暴雨般摧毁一切。

一个女人的神态是其内心的一面镜子，直接照出心灵的美与丑。神态是一个女人综合气质的表现。美丽的外貌，健康的身体，良好的心态，内在的涵养，共同打造一个女人的美好神态。

气态，指的是气度，风度，宽容。几乎所有女人都不喜欢小气的男人，但在女人要求男人大度的时候，自己是不是也很大气呢?男人最不喜欢的就是俗女人，整天为鸡毛蒜皮小事吵翻天，唠叨个没完没了，耳朵里总是萦绕着这些琐碎的噪音，试问，哪个男人受得了，头发不白也要落不少。

当然，女人的气态不是做给男人看，而是自己的一种修为。我们常说要学会宽容，其实宽容需要有一定的气度和风度。心胸狭窄的`人，势必争强好胜，斤斤计较，睚眦必报，小肚鸡肠，妒贤嫉能。因此没有一颗豁达的心，宽容是很难做到的。俗话说，“宰相肚里能撑船”，这样的大气，需要时间的积淀和长期的修为。

**生活礼仪常识100条篇七**

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。

1、升旗时，全体学生应列队整齐排列，面向国旗，肃立致敬。

2、当升国旗、奏国歌时，要立正，脱帽，行注目礼，直至升旗完毕。

3、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。

4、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。

1、集合时，要提前到达，列队快、静、齐准时进人会场，并在指定位置坐好。

2、听报告要聚精会神，保持肃静，不乱议论，不乱走动。

3、不在会场吃零食，不乱扔果皮纸屑。

4、报告或演出结束时，要鼓掌致谢.精彩之处适度鼓掌，不喝倒彩，不吹口哨，不大声喧哗。

5、学生上台发言要向主席台领导和场内同学鞠躬行礼。发言结束后道谢。

6、会议、演出进行中不得搜自离场，确实有特殊情况需要离开会场，先取得老师的同意才能离开。

7、演出结束后，等演员上台谢幕后再有秩序地退场。

1、集会时要按时入场，不迟到。开会应提前五分钟入场，按指定位置入座。

2、服从大会统一指挥，遵守大会统一要求，开会期间不能无故提前离开，不告而退，也不要随便来回走动。

3、聚精会神听报告或看各种演出。不随便议论、讲话、大声喧哗、打闹，保持会场肃静。

4、会议过程中不喝倒彩、鼓倒掌、打口哨、嘻笑、起哄、不在底下睡觉、看书刊杂志等与会无关的事情，做文明观众。

5、保持会场卫生，不吃东西，不乱扔瓜果皮核，不吸烟，不随地吐痰、吐口香糖。

6、会议结束后应以热烈掌声表示感谢和赞美；退场时不乱拥乱挤，应让领导、老师、客人先走，然后男同学让女同学先行，互相谦让。

7、爱护公共设施不用脚蹬座椅，在前后移换座位时要沿中间过道绕行，不能跨越座椅。

8、进入会场要脱帽，坐姿端正，不能跷二郎腿，更不能勾肩搭背。

1、按时到场，安静入座。

2、影片放映过程中，保持安静，不随意走动，不吃带壳食物，不乱扔杂物。

3、不大声喧哗，不吹口哨，不打响指，不高声评论影片内容。

4、退场有序，不拥挤。

1、入场有序，不随意走动。

2、对他人的表演，鼓掌以示谢意，不起哄、喝倒彩，自觉维持赛场秩序。

3、语言文明，不攻击其它比赛选手、班级。

4、服从评委裁决(若对学生评委的能力有异议，可在比赛前提出)。

**生活礼仪常识100条篇八**

1.介 绍

可分为由第三者介绍和自我介绍两种形式，无论自我介绍还是为他人介绍，做法都应自然诚恳。

为他人介绍，一般只介绍姓名和单位，有时还要说明自己和被介绍者的关系，便于新结识的人相互了解与信任。介绍具体人时，要注意秩序，应把年轻的介绍给年长的，职务低的介绍给职务高的，男同志介绍给女同志，自己熟悉和关系密切的介绍给新认识的或关系不密切的。在没有第三者介绍的情况下，也可以通过自我介绍的形式结识新的朋友。在很多场合中可以先送名片，起自我介绍作用。出示名片应严肃认真，不能象发传单一样;接受名片也要毕恭毕敬，既不能当着客人的面乱扔或折叠，尤其不能往裤袋放，应放在盒子里或上衣胸袋，以示尊重。

2.握 手

一般情况下，遇见朋友先打招呼，然后相互握手，寒喧致意。握手时要热情，面露笑容，注视对方眼睛。伸手动作要大方，态度要自然，如左手加握，以表示更加亲切、更加尊重对方。但男同志对女宾一般不用。握手也有次序，一般来说，应由主人、领导者、年长者、身份高者、女同志先伸手，待他们伸手后再握手。

3.致 意

致意是见面时的一种交际礼节，在办公大楼或公共场合遇到相识的朋友或熟人但距离较远时，一般是举起右手打招呼 (不可大声喊)，并点头致意。有时候距离较近或者侧身而过，可以说声\"您好\"，别人向你说\"您好\"时，你也应立即回答 \"您好\"，或者说\"谢谢，您好\"。有时两人相遇，面孔熟但一时叫不上姓名，也应点头致意或说一声 \"您好\"，不可失礼。

4.告 别

熟人间说话结束时，一般说一声“再见”，握手告别。但有时显得太简短，还可以根据谈话的内容和结果，多说几句话。正式会议，则须请示后征得会议主持者同意方可离场。

1.仪 表

讲究仪表美，不仅要“修身”“养性”，也要学会从外观打扮自己。一是要符合自己的职业特点和出现的场合环境。二要注意扬长避短。得体的修饰可以充分展现自己的长处，也能掩饰自己的弱点。以女性为例，\"颈短粗的人不宜穿高领服装;腿短、躯干长的女子不宜穿连衣裙等。三要了解西装着装须知。在社交场合中，所穿西装须同色、同质，再配黑色皮鞋;穿着西装，如果是双排扣上装，要将扣子全部系好或不系最下面一颗;如是单排扣上装，只扣上面一颗扣子或全部不扣;与西装配穿的衬衣应力求素雅，衣领要平整挺括，下摆应系在裤子内;打领带时，要先扣好领扣、袖口。

2.待 客

接待来访客人用的物品茶杯、茶盘、烟灰缸等，要擦试干净。如果主动约朋友来更要早点做好准备。客人来了，不论是熟人还是第一次来的生客，不论是上级还是下级，都应该热情相迎。如果是按约定时间到来，应主动出门迎接，并互致问候，进门后应立即请客人落座。端茶时应用双手端，续茶时把茶杯拿离茶桌，以免倒在桌上弄脏客人衣服。客人告辞时，应以礼相送。送客一般送到大门口，对地形不熟悉的客人，应主动介绍附近车辆和交通情况，或者送到车站。

3.访 友

要严格遵守约定的时间，准时前往，不要提前到达，以免因主人未准备好而陷入尴尬境地;不可迟到，避免因对方等待太久而浪费时间;更不可失约，如有特殊原因造成不能按时前往或失约，应及时向对方说明情况并请求原谅。访问亲友或同事，要注意仪容整洁，服装要朴素，以表示对朋友的尊重和礼貌。到别人家中作客，对于主人的兴趣、爱好、生活习惯等，无论自己喜不喜欢，都应尊重。对于不太熟悉的朋友，较少有共同兴趣的话题，拜访时间更应短一些，拜访别人特别是陌生人，第--次见面应简短一些，谈话内容不宜过多，给对方留下一个好印象。

4.赴 宴

入席时，不要“捷足先登”急于就座，要听从主人招呼和安排，入座时，应向其他人让礼，要从椅子左侧入座，入座后可将椅子调整到舒适的位置。就座后，坐姿要端正，不要两腿不断摇摆、伸懒腰，头不要太高。也不要旁若无人儿然独坐，眼睛盯着桌上的菜，显出一副迫不及待的样子或摸弄餐具。用餐要等主人示意后开始。夹菜要得体，应让菜转到面前时，再动筷夹菜，不能站起来夹菜。进食应该从食进嘴，不要以嘴就食，不要发出不必要的声响。席间如主人或主宾讲话和祝酒时，应暂停迸餐和交谈。主人向客人敬酒时，作为客人应起立回敬。在正式宴会中，是不允许边进餐边吸烟的，吸烟是在进餐前或进餐后在休息厅吸。参加任何宴会，一般不可中途退席，如有急事，必须退席，应先向本席的主人和其他客人告辞，表示歉意才可离去。

5.参加舞会

着装应整洁大方，宜穿宽松自然点。男同志的头发应该梳理整齐，不能满脸胡茬上舞场。女同志切忌浓妆艳抹，不宜酒过浓的香水。要保持肌肤、口腔的清洁卫生。邀请舞伴时一般都是男方向女方主动发出邀请。

**生活礼仪常识100条篇九**

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。

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。

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、收颁、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。

1、与客户或者长者乘坐电梯时，要主动按电梯按钮。电梯门打开时，可以先进入电梯，一手按开门键，另一只手按住电梯侧门，礼貌地请客人或者长辈进入电梯内。进入电梯要自觉按亮要去的楼层，如电梯内有其他的人员可主动询问去几楼，并帮忙按下所去楼层。到达楼层时，要一手按住开门键，另一只手做出请的动作，请客户或者长者先出去,自己最后出去。

2、男女同乘电梯时，男士要主动按电梯开启键。然后手挡住电梯侧门，请女士先进入电梯。进入电梯后，男士应站在按键附近，应该询问女士到几楼，并帮忙按下要去的楼层键。

3、乘坐电梯人多时最好保持安静，不要高声谈笑。又不得不说的话，要尽量降低说话的声音。

4、在乘坐扶手电梯时，要让女士或者长者先上。而后自己站在靠右边的扶手位置，空出左边通道，以便别人通行。乘坐电梯时要主动照顾同行的老人和孩子。

5、注意电梯里的位置也有讲究。越靠里面的位置，越重要。最好的位置是电梯操作版后靠右的位置。当你与客户或者领导同乘电梯时，要注意不要占了最好的位置。

**生活礼仪常识100条篇十**

1、去别人家里，不要坐在人家的床上。

2、在酒桌上与别人碰杯，自己的杯子一定要低于对方的，特别是对方是长辈或领导。

4、给人递水递饭一定是双手。

5、坐椅子不要翘起来。

6、吃饭要端碗，不要在盘子里挑拣。

7、最后一个进门要记得随手关门。

8、送人走要说：慢走。

9、洗了手不要随意甩手，水会甩到人家身上很不礼貌。

10、递刀具给别人要记得递刀柄那一端。

11、不揭别人的短处。

12、听别人说话的时候，眼神不要游移。这样显得很没礼貌。

13、帮别人倒茶倒水之后，壶嘴不要对着别人。

14、站有站相，坐有坐相。

15、遇到那种往里往外都能开的门，拉而不是推。

16、屋里有人的时候，出门要轻手关门。

17、盛饭或端茶给别人时，如果中间隔了人，不要从别人面前经过递，而要从别人后面绕过递。

18、形象礼仪

(1)发型得体。男性头发前不盖眉，侧不掩耳，后不及领。女性根据年龄、职业、场合的不同，梳理得当。

(2)面部清爽。男性宜每日剃须修面;女性宜淡妆修饰。保持口腔清洁。

(3)表情自然。目光温顺平和，嘴角略显笑意。

(4)手部清洁。定期修剪指甲并保持手部洁净。女性在正式场合不宜涂抹浓艳的指甲油。

19、握手礼

(1)握手时，伸出右手，适当用力紧握对方右手;注视对方，微笑致意或简单问候、寒暄，不可左顾右盼;应起身站立并且摘下帽子，不可把另一只手放在口袋中，不带着手套握手。

(2)握手顺序按照“尊者为先”的原则。在正式场合，以上级先伸手为礼；在日常生活中，以长辈、女士、已婚者先伸手为礼；在社交场合，以先到者先伸手为礼；在师生之间，以老师先伸手为礼；在接待来客时，以主人先伸手为礼，客人告辞时，以客人先伸手为礼。男士与女士握手不宜时间过长、力度过大。在多人同时握手时，不可交叉握手。不可跨着门槛握手。如果手脏、手凉或者手上有水、汗时，不宜与人握手，并主动向对方说明不握手的原因。

20、递接名片礼

(1)名片应双手呈递，将正面朝向接受方。接受名片时双手承接。

(2)接受名片后要仔细看一遍，有不明之处可向对方请教。

(3)接受的名片不可随手乱放或在上面压上其他物品。接受对方名片后，如没有名片可交换，应主动说明，并告知联系方式。如尊者、长者不主动交换名片，可委婉提出，不宜直接索取。

21、登门拜访礼

(1)拜访前应预约时间。如确需临时造访或推迟拜访，应征得主人同意并表示歉意。在时间选择上，尽量避开用餐时间。

(2)进门前先轻声敲门或揿按门铃，等到主人招呼进门后方可入内。进门后，向主人及其在场家人问好，如有其他客人在场，也应问好。

(3)与主人交谈时，可以对主人的家庭状况做一般了解，但不可盘问细节。如有要事商谈，尽快进入正题;交谈过程中，注意倾听，不可独自滔滔不绝。

(4)临时造访或礼节性拜访，时间不可太长，一般以半小时为宜。

(5)告辞时，对主人及其在场家人的接待表示感谢。出门后，主动请主人“留步”。

22、如欲带其他人一同前去拜访，应事先说明，征得同意。进入主人住处后，应跟在主人身后走动，在指定座位落座，不可探头探脑甚至长驱直入；如欲参观，应在主人引导下进行;未经主人邀请或许可，不得进入卧室。

**生活礼仪常识100条篇十一**

在生活中，你要注意自己的形象，这代表你要在自身的发型、化妆、服装、配饰等方面多花心思。一般来说，你要做到着装整洁合体、配搭得宜，妆容清雅，切勿打扮夸张，以此搏人眼球。

你要习惯礼貌用语，无论面对熟人还是陌生人，你都应表示礼貌尊敬，多运用“你好”、“谢谢”、“请”、“幸会”、“再见”等词；在行为上，你的一举一动应规范、端庄，避免做出格的事情。

与人交谈时，你的言行要大方得体，做到坦诚以对，口出善言，尊重他人，避免谈及他人的隐私、信仰、政治主张等，冒犯他人。说话时，你要注意双方的距离与眼神接触，切勿态度散漫，敷衍了事。

家庭是你生活中最重要的一部分，与家人相处可亲昵，但不应忘了礼仪。你要注重对家人的称谓、问候、关怀、庆贺等，这样有助于促进你们的家庭关系，让你们一家乐也融融。

我们国家有不少习俗，根据这些习俗特点，我们应表现出相应礼仪形象，以表示对这些习俗的尊重。面对其他国家的习俗时，我们也要给予理解与尊重，近己所能去投入到那些风俗中。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找