

## 项目四 举止之美

### 任务一 礼仪风范

#### 一、导入

以行为学家迈克尔·阿盖尔的实验（他以不同的衣着打扮出现在某城市的同一个地方，出现不同的结果）导入授课内容。

#### 二、相关知识

学习并演练以下四种大学生基本礼仪：

握手礼仪、介绍礼仪、电话礼仪、名片礼仪。

##### （一）握手礼仪

##### 1. 教师展示并讲解握手礼仪基本常识

##### （1）握手的姿势

身体以标准站姿站立；上体略前倾；右手手臂前伸；拇指张开，四指并拢。

##### （2）握手的顺序：尊者决定

- ①年长者与年轻者之间，年长者应先伸手；
- ②身份、地位不同者之间，应由身份和地位高者先伸手；
- ③女士和男士之间，应由女士先伸手。
- ④客人到达时，主人先伸手。客人告辞时，应首先伸出手来与主人相握。

##### （3）握手的位置

- ①男士与男士握手：握手掌，虎口相对；
- ②男士与女士握手：男士握女士的手指；
- ③女士与女士握手：手指相握。

##### （4）握手禁忌

- ①不按顺序，争先恐后
- ②戴手套、帽子、墨镜（有眼疾病或眼有缺陷除外）
- ③用左手握手
- ④交叉握手（与西方人握手视为十字架，不敬）
- ⑤拉来、推去或上下左右抖个不停
- ⑥忌不平等握手（一般应每个人都握到）

## 2. 情境模拟演练

(1) 以小组为单位, 模拟进行一项活动, 场景、情节、对白等由小组自行设计, 要求在整个活动过程中要体现握手礼仪规范。

(2) 学生观摩后讨论评价。

(3) 教师指导性点评。

## (二) 介绍礼仪

### 1. 教师展示并讲解介绍礼仪基本常识

#### (1) 介绍者的姿势

①标准姿势站立。

②右臂肘关节略屈并前伸, 手心向上, 五指并拢, 手指指向被介绍者。

③眼睛注视被介绍者。

#### (2) 介绍顺序: 位低者先介绍

男士向女士先介绍, 晚辈向长辈先介绍, 下级向上级先介绍, 主人向客人先介绍。如果双方有很多人, 要先从主人方的职位高开始介绍。

#### (3) 介绍内容

① 身份和姓名

② 事由

③ 谦辞

④沟通点

#### (4) 介绍礼仪注意事项

①介绍时要注意言辞有礼, 遵循平等的原则。

②介绍时还应避免嬉皮笑脸, 仪态不端。

③介绍的内容可以根据不同的场合和情境加以调整。

④介绍时, 如果有名片的应该先递名片再作介绍。

## 2. 情境模拟

(1) 以小组为单位, 模拟进行一项活动, 场景、情节、对白等由小组自行设计, 要求在整个活动过程中要体现介绍礼仪规范。

(2) 学生观摩后讨论评价。

(3) 教师指导性点评。

### （三）名片礼仪

#### 1. 教师展示并讲解名片礼仪基本常识

##### （1）递名片

①双手食指、拇指执名片的两角，文字正对对方胸部高度弧线递出，同时自我介绍。

②如双方同时递出，左手接对方名片，右手从对方稍下方递出

③寒暄

④生僻字询问

⑤在会议室，人多时，按对方座次排列名片

##### （2）收名片

①起身双手接过对方名片，可轻声读出对方姓名及职位

②如对方姓名等有问题可有技巧的提问

③勿马上放入口袋、可将名片按对方位置放在自己面前

④最好能牢记对方姓名及职位

⑤不可随意对待接收的名片

#### 2. 情境模拟

（1）以小组为单位，模拟进行一项活动，场景、情节、对白等由小组自行设计，要求在整个活动过程中要体现名片礼仪规范。

（2）学生观摩后讨论评价。

（3）教师指导性点评。

### （四）电话礼仪

#### 1. 教师展示并讲解电话礼仪基本常识

（1）电话铃响三声内应接起

（2）明确报上公司名称及自己的姓名

（3）内容言简意赅

（4）对方打来电话应对方先挂机

（5）晚上 10 点后早上 7 点前没有重大急事一般不打电话，节假日若无重大事情也不要打电话。

#### 2. 情境模拟

(1) 以小组为单位，模拟进行一项活动，场景、情节、对白等由小组自行设计，要求在整个活动过程中要体现电话礼仪规范。

(2) 学生观摩后讨论评价。

(3) 教师指导性点评。

### 三、美文欣赏

#### (一) 《朱子家训》

##### 1. 《朱子家训》简介

朱柏庐原名朱用纯，字致一，自号柏庐，江苏昆山人（今昆山市），明末著名理学家、教育家。

《朱子家训》又名《朱子治家格言》、《朱柏庐治家格言》，是以家庭道德为主的启蒙教材。《朱子家训》仅 506 字，精辟地阐明了修身治家之道，是一篇家教名著。其中，许多内容继承了中国传统文化的优秀特点，比如尊敬师长，勤俭持家，邻里和睦等，在今天仍然有现实意义。

##### 2. 学生诵读、翻译（课前完成）

##### 3. 交流归纳文章所倡导的行为规范（学生讨论）

明确：节俭、孝悌、克己、仁爱、重教等

##### 4. 布置作业： 读《朱子家训》有感

#### (二) 我的母亲（课前完成）

##### 老舍简介

《我的母亲》是小说家老舍的作品。《我的母亲》是一篇质朴无华、情真意切的回忆母亲的散文。 文章中体现了母亲对子女的舐犊之情，子女对母亲的感激、怀念和赞颂之情。在文中，老舍细细地描述了母亲的性格，她勤劳、热心、疼爱儿女。母亲给他的是“生命的教育”。这篇文章的风格是纯朴而清新的。语言随情而发，自然朴素，字字句句都是浓得化不开的情深之语；结构任性而为，平实流畅。结尾处，一声沉痛的叹息，明白如话，却是意悲而远，感人至深。

老舍生前创作了多部文学作品，包括最出名的长篇小说《二马》《猫城记》《离婚》《骆驼祥子》《四世同堂》、话剧《龙须沟》《茶馆》等，深受广大人民的喜爱。被北京市政府授予“人民艺术家”称号。

### 四、项目实践活动

### 礼仪知识以及情境表演大赛

1. 任课教师讲解日常礼仪常识，并要求学生分组设立各种情境，演示日常礼仪。班级分为几个小组进行模拟演练比赛。
2. 每个班级决赛选出优秀代表参加学院组织的全校比赛。

运城职业技术大学大学人文教研室