

# 文明礼仪演讲总决赛稿 ( 35 篇 )

文明礼仪演讲总决赛稿 ( 精选 35 篇 )

文明礼仪演讲总决赛稿 篇 1

今天的主题班会,我们就来一起讨论关于文明校园的话题。首先,我们有请这节课的主持人端玲同学(女)、晁红伟同学(男),掌声有请!

男: 老师们

女: 同学们

合: 大家下午好!

女: 今天这个班会课我们要讲的是一个老生常谈的话题,大家想知道是什么吗?

男: 我们今天的内容就是关于文明礼仪的。

女: 文明礼仪在我们的生活中处处用到,已经是滚瓜烂熟了。

男: 在家里,学校里,马路上,网上随处都可以看见这个词。

女: 但是在生活中我们有的人却不怎么注意文明礼仪,今天我们首先就这个话题请同学们谈谈我们应该注意哪些方面的礼仪呢:

1、 尊师的礼仪：尊重教师是每一个学生的起码礼貌。路上或不同场合见到老师要点头示意问好，或微笑行注目礼。进老师办公室要轻轻扣门或喊报告。在课堂上要注重礼仪，回答问题要自然大方，声音要清晰，做好上下课与课中的礼仪。

2、 学生的形象礼仪：中学生正处于求学阶段，着装方面应朴素大方、活泼整洁为主。校内以校服为主。女生发式以简洁易冲洗梳理为宜，不烫发、染发。男生的发型要保持整齐、干净以富有朝气的短发为主。不留长发、不染发。平时不留长指甲，女生不化妆、不涂指甲油。

3、 对同学的礼仪：相互尊重与帮助。要坦诚相见，相互沟通交流，相互学习取长补短。宽容理解，善为人意。己所不欲，勿施于人，对人处事要胸怀要宽，度量要广。同学们之间讲究礼貌。多用敬语，养成良好习惯。

4、 家庭礼仪：上学、放学或外出回家，都应向长辈打招呼；客人来访，要热情地接待。客人告辞时，应起身相送。长辈休息时，不要轻易打扰他们，长辈病了，要勤问候、多问候。

女：相信经过我们的介绍，同学们一定了解到了什么才是生活中最重要的了那就是素养和礼仪，这是我们的第一身份证。

男：爱美之心，人皆有之，每个人都希望自己拥有美。拥有美，能赢得他人的欣

赏，也可以培养自己的信心和勇气。大自然中，木头的纹理、贝壳内部面层或晶体内部面层，无一不展示出内在美的力量，或许这就是美存在的地方。

女：外表的美是暂时的，真正的美是由内而外散发出来的一种气质，自信、善良、平静就是美，它不光使你自己光彩照人、充满魅力，还能感染别人，让别人感受到快乐、幸福。

男：下面是我们身边的不文明现象

我们班的黑板报，记得上次学校评比还得了甲+呢，现在又被我们几个人的一些不文明行为弄脏了；

再来看看我们的课桌，本来好好的课桌被我们同学贴得五花八门、刻得面目全非，可能这桌不是你刻的，但也反映了我们先前坐在这的同学的不文明行为；

下课的时候，走廊外面总有那么一些人在打打闹闹，满嘴脏话，上课随便讲话，甚至有的人不尊重老师；

开门的时候总那么一些人不先敲门，不用手而用脚。

看看我们校园的地面情况，食品包装袋，小纸团，果皮等随处可见，没有丢到垃圾筒里；

看看这些好端端的门被某些同学踢的都是洞；厕所的墙壁上的脚印；

有的人骑车横冲直撞，在公共过道上打球，你在打的时候可以很开心，可你曾感受过行人的那份提心吊胆吗？

但是这些行为已成为过去，我们班从今年开学以来，全班同学制订了《职教中心 08(9)班一日常规管理办法》以来，同学们都自觉地按照《一日常规管理办法》的要求约束自己，课内、外纪律明显好转，文明习惯不断养成，不文明的同学越来越少，班上学习风气浓了，尊敬师长，见了老师主动问好的人多了，互相帮助的行为多了。

男：我想，通过这次活动，我们更懂得了在生活中怎样注意文明礼仪，更希望同学们能经过这次活动，认识到自己的缺点与不足，然而去改正。

女：下面是这次班会的最后一个议题：向全校师生发起倡议。下面有请班长晁红伟代表 08(9)班提出倡议如下

文明礼貌伴我行倡议书

敬爱的老师们，亲爱的同学：

大家好！

现在春光明媚，正是万象更新的季节，沐浴在春风里，我们感受着万物复苏的清新气息，心中不由得产生了对生命至诚的热爱。为了使我们能够更好地学习、生活，我们需要一个优美和谐、秩序井然的校园环境。我们是学校的主人，理应从我做起，从现在做起，为建设美好校园，文明校园。为此，我们向全班的同学们倡议：

1、语言文明、礼貌待人，不说粗话、脏话，不打架骂人，讲普通话，用礼貌语，态度和蔼，友爱同学、尊敬师长、孝敬父母。

2、举止文明，情趣健康，不赌博，不参加封建迷信活动，不看色情、凶杀、迷信的书刊、影视片，不进营业性网吧、舞厅。

3、讲究卫生，保护环境，不随地吐痰，不乱扔废弃物，不毁坏花草树木。

4、遵纪守法，严格遵守中学生行为规范和文明守则，遵守交通规则，不乱穿马路，不闯红灯，不骑车带人，走路要在人行道。不在教室内吃零食和饮用除矿泉水外的饮料。在校不带手机、随身听、mp3、把精力集中到学习中来。

5、爱护公物，遵守公德。不乱涂抹、乱刻画，遵守公共秩序，爱护公用设施，不在公共场所喧哗、起哄。

6、志愿活动，积极参与。积极参加志愿者服务队配合社区做好护绿和保洁工作。

同学们，言行举止有礼貌，能使人与人之间少一份苦恼，多一份快乐；少一份冷漠，多一份温情；少一份庸俗，多一份高尚。让我们在这个美好光明的季节里，撒下文明之种，栽下礼仪之花，从现在做起，从每一个细节做起，做一个文雅、和气、谦逊的人。让校园因我们更青春，让春天因我们更温暖！

## 文明礼仪演讲总决赛稿 篇2

同志们：

中国素以礼仪之邦著称于世，源远流长的礼仪文化是先人留给我们的宝贵财富，礼仪无处不在，它不仅展现一个人的风度和魅力，还体现一个人的内在学识和文化修养，正所谓人无礼，无以立，每个人只要置身于社会，无论你从事什么行业，也无论你身居何位，都离不开礼仪。尤其是在当今世界更加开放，发展日新月异的背景下，随着人与人、国与国的交往日益频繁，讲究礼仪，礼尚往来，对营造和谐的人际网关系、构建社会主义核心价值体系显得尤为的需要。

今天，台州市文明单位协会为广大会员单位提供了一个很好的学习礼仪平台，我们很荣幸的邀请到中国人民大学国际关系外交学系主任、礼仪与公共关系研究中心主任、资深礼仪专家金正昆教授为大家做有关礼仪规范与有效沟通的专题讲座，让我们以热烈的掌声对金教授百忙之中莅临台州授课，表示热烈的欢迎。

金教授长期从事外交学，传播学、礼仪学与公共关系学研究，是外交部礼宾司礼仪顾问，博士生导师，著有《现代交际礼仪》、《社交礼仪教程》、《涉外礼仪教程》、《商务礼仪教程》、《政务礼仪教程》、《公共关系教程》、《现代外交学概论》等 20 余部。金教授是中国人民公安大学等多所院校兼职教授，政府多部门顾问，曾多次在中央电视台、中央人民广播电台等知名媒体的礼仪节目中担任主持人或嘉宾，被称为人大四大名嘴之一。相信在座的各位一定在央视百家讲坛上目睹过金教授的风采吧。闲话少叙，下面就让我们凝心聚神，用心聆听大师的声音，感受礼仪的力量。有请金教授。大家欢迎。

---

刚才，金教授用犀利的语言、幽默的谈吐、鲜活的实例，知识性和趣味性结合得天衣无缝的精彩讲演，为我们上了一堂生动实用的礼仪知识课，许多令人记忆深刻的道理都蕴含在平民化的语言中，相信大家一定受益匪浅。希望今天金教授的讲座能够成为大家打开礼仪之门的一把钥匙，帮助大家树立起一种内心的道德信念和礼仪修养准则，让大家在复杂的人际关系中游刃有余，在成功之路上事半功倍。下阶段，全市各级文明单位要认真总结近几年台州做为全国文明礼仪宣传实践活动示范点的成功经验，进一步拓展范围，深化内涵，提高质量，精心设计文明礼仪实践活动的载体，在全市大兴文明礼仪之风，把文明礼仪渗透到日常工作生活和社会交往的各个方面，我相信只要每个人都从一点一滴、一招一式来学习礼仪，实践礼仪，台州的文明程度一定会不断提高，台州的人文环境一定会更加和谐，更加美好。让我们再次以热烈的掌声对金教授的精彩演讲表示衷心的感谢！

讲座到此结束，请大家按照礼仪规范要求，文明有序离场。

文明礼仪演讲总决赛稿 篇3

亲爱的同学们：

大家好！

中国是文明古国，有“礼仪之邦”的美称。礼貌待人是中华民族的传统美德，是我们国家，我们民族文明、进步的表现。



我们敬爱的周总理一向被人们称作礼貌待人的楷模。有一次，周总理请一位姓朱的理发师傅给他刮脸，刚刮到一半，周总理忽然咳嗽了一声，朱师傅没提防，刮了个小口子，朱师傅心里一阵紧张，忙说：“我工作没做好，真对不起总理。”周总理微笑着宽慰他说：“怎么能怪你呢！全怪我咳嗽没和你打招呼。还幸亏你刀躲得快。”事后，周总理还一再向朱师傅道谢，尽力消除朱师傅的顾虑。

我们小学生从小就应该讲文明，懂礼貌，语言和行为都要彬彬有礼，文雅而不粗野，要学会使用礼貌用语。对长辈，对老师，对说话对方表示尊敬时，要称呼“您”；请求别人做什么或给予帮助时，要用商量的口吻说“请”；别人帮助了自己时要说“谢谢”；当别人感谢你或有事向你道谢时，要说“别客气”或“没关系”；当你无意中妨碍了别人或给别人添了麻烦时，要主动说“对不起”；早晨上学或路上遇到老师、同学、朋友或其他熟人时，要主动打招呼，说“您早”、“你好”；分手时互相说“再见”。说话时，态度要和蔼、谦逊、文雅、亲切、得体，决不可说脏话、粗话，要坚持说普通话。待人接物，行为举止，都要讲究文明礼貌，讲究仪表仪态，无论在校内校外，都要做到不打架，不骂人，不撒野。要学会克制和谦让，自己不对，要勇于自我批评；别人不对，要能原谅别人的过失；当别人对自己表示歉意时，更不能得理不让人。

到他人房间要先敲门，经允许再进入。擅自进入别人房间，是鲁莽是行为。任何人在工作、学习时都需要专心专意，因此要尽量避免去打扰别人，当别人正在休息时，尤其是睡着了的时候，更要尽量避免打扰别人、影响别人。

同学们，让我们继承和发扬中华民族讲文明讲礼貌的优良传统，做到和气、文雅、谦逊，不讲粗话、脏话，不强词夺理，不恶语伤人，做个讲文明、懂礼貌的好孩子。

谢谢大家！

## 文明礼仪演讲总决赛稿 篇 4

尊敬的各位领导、老师、同学们：

大家好！

我叫许准阳。很高兴这天能参加我们学校组织的这次演讲活动。

我觉得礼貌是一种好习惯的坚持。我们作为小学生有职责把礼貌传递，严格要求自己从小事做起，从点滴做起，用自己的实际行动去带动我们身边的人，使我们的社会更加礼貌，使我们的家园更加美丽。其实礼貌离我们很近很近，近的触手可及——礼貌有时只是一个手势，有时只是一个微笑。正如一则广告所讲的：一个小男孩正在放风筝，但是风筝却挂在了树枝上，只有踩在公园的椅子上才能拿到，他为了不使椅子弄脏，拿出一张白纸垫在上方，然后到白纸上取下了风筝，这则广告深深的打动了我，从中我悟到了礼貌，有时就是一张纸的厚度。

我坚信你，坚信我们大家会听到礼貌的声音；会在生活中释放你心中礼貌的热情！你可能会问礼貌是什么？它很难做到吗？我会这样回答你：不是的，做到礼貌说难也难，说简单也很简单。有时多一份等待，对他人来说就是一种关爱，其实就是礼貌的一种表达方式。在校时，我们学生不就更应讲脏话，不就更应打架斗殴如果你做到了，那就是一个礼貌的人；如果大家做到了，那就是一个礼貌的群体；如果整个国家做到了，那就是一个礼貌的国家。

让我们携起手来，踏着轻盈的脚步向礼貌进发！去共同营造一个和谐礼貌的社会！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！

文明礼仪演讲总决赛稿 篇5

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好！我今天演讲的题目是《文明礼仪从我做起》讲文明，懂礼貌是我国古代的优良传统。它可以让别人知道自己的作风是好是坏，让别人知道自己是否文明，让别人知道自己到底是一个怎样的人。还记得有一次，妈妈带我出去玩。走着走着，突然，遇到了妈妈的一个朋友，应该对这位阿姨说些什么呢？我想起了以前，老师曾经说过：“做一个人，首先要讲文明，懂礼貌。”

于是，我敬了一个礼，“阿姨好！阿姨微笑地看着我，对妈妈说：对阿姨说了一声：”“你的孩子真懂事呀！”阿姨离开后，妈妈夸我有礼貌。我非常高兴。文明礼仪就像一面镜子，会把你做的点点滴滴照到“镜面”上，再反射出来，别人就可以知道你人品的好与坏。假如一个人走到你“你好！身边，你就对他（她）说了一声：”别人一定认为你是一个文明的人，良好的形象油然而生。讲文明的人，他将会受到大家的赞扬，受到大家的喜欢，受到大家的关爱，他将会拥有许多朋友，生活就会多姿多彩；不讲文明的人，他将会受到大家的唾弃，生活就会枯燥乏味，黯然失色。所以说，文明礼仪是多么重要啊！我们作为一名小学生，首先要培养良好习惯。要遵守《小学生守则》和《中小学生一日常规》，言谈举止要符合一个小学生身份，尊敬老师，团结同学，见到领导老师或客人要彬彬有礼，说话讲文明，懂得应有的礼貌，课间不追逐打闹，不冲跑，不大声喧哗，做个文明人。

因此，文明礼仪就在平时的点点滴滴之中，就在我们的一言一行之上。其次，要提高环保意识。我们要使校园绿化、美化、净化。我们、将继续开展“校园是我家、卫生靠大家”“我爱我班”的活动。组建“红领巾保洁小队”，督查校园卫生，提高保洁意识。我们要努力创设整洁、文明、优美的学习环境。今天我送大家一首文明歌谣：学做人，讲礼貌，“礼仪之邦”人知晓。有礼节，互尊重，礼貌待人好品行。“您好”“谢谢”，文明语言通情理。“对不起”坐立走，要端庄，举止文明有修养。常洗澡，勤换衣，仪表文明好风纪。同学间，邻里情，民族习惯要尊重。见外宾，要大方，彬彬有礼树形象。重礼节，讲礼仪，社会生活铺路基。同学们，让我们拭目以待，全体行动起来，比一比，谁才是真正的文明礼仪的好学生。

相信自己，你一定行！

我们要时时刻刻发扬文明礼仪的作风，让文明礼仪伴随在我们身边吧！

文明礼仪演讲总决赛稿 篇6

我们中华民族素有文明礼仪之邦的美称，她五千年悠久的历史，不但创造了灿烂的文化，而且也形成了古老民族的传统美德。我们小学是市的重点学校，(荣誉)。我们一贯引导学生学习规范，学会做人，教育学生在家做个好孩子，在校做个好学生，在社会上做个好少年。开展文明礼仪教育活动，我校已经有年的历史了，(开展的活动);从而达到以人为本，提高师生道德水平和文明程度，育人兴校的目的。

### 一、学习规范，让规范深入人心。

要让学生具有良好的文明行为，就必须首先学习小学生日常行为规范，只有让规范深入人心，才可能实施规范。为此我就规范向学生进行了广泛的宣传，深入的学习。一是在开学典礼上，利用开学动员和大幅标语对学规范，学做人这一教育中心进行宣传，营造教育气氛。二是每周升旗仪式利用国旗下讲演时间，有计划地进行学习规范的系列讲演，让学生学习礼仪常规和待人接物的原则，使规范深入人心。三是各班级根据学校的周教育重点和学生的实际，每周分重点、分专题对学生进行规范的学习教育，使学规范更细致，更深入。

### 二、从常规训练入手，使文明具体化。

对学生进行系统的规范学习后，要让学生真正掌握规范的内容，运用规范待人接物，我们还对学生的行为进行了严格训练。

为了让学生深刻地体会到优美环境的好处，学校少先队大队部号召各班成立义务清扫突击队，对校园的清洁卫生天天坚持清扫，让学生人人参与义务清扫，人人分享劳动成果，人人从劳动中受到教育，人人都不忍破坏自己亲手创造的干净环境，人人都不允许别人践踏自己的劳动成果。使维护环境卫生，成为自己的事。



同时，学校德育处还实行了教室卫生、过道卫生、公地卫生各班责任包干的办法。各班负责清扫、维护、保洁。除红领巾监督岗每天两次检查外，德育处还每周不定期突击检查，发现问题取消本周卫生流动红旗。

### 三、争当文明小卫士，形成良好的文明竞争风气。

在整个学做文明礼貌小学生活动中，争当文明小卫士一直贯穿始终。文明小卫士的争当，必须是通过自荐、班级核实、大队部批准三个程序。也就只要自己认为自己符合一个文明小卫士的标准就可自己到大队部自己推荐自己当文明小卫士，不必要同学选举，不需老师推荐，只要大队部到班级核实，文明行为基本属实，即可当上文明小卫士，然后担任红领巾监督岗执法工作。

自荐，其实是给每个学生改正缺点，努力上进的一个机会，让学生明白只要自己努力，也能当上文明小卫士。在争的过程中，使学生自然而然地规范自己的言行，自觉做到文明守纪，主动养成文明习惯。不管这个学生最后当没当上文明小卫士，在争创的过程中，他或多或少受到了教育，规范了自己的言行；而当上了文明小卫士，参加了红领巾监督岗大执法工作后，除了用良好的文明言行为大家作出示范外，还要纠正校内不文明行为。

### 四、学做文明礼貌小学生全校性中队主题队会观摩比赛，规范了学生的言行，展示了班级的文明风采。

## 文明礼仪演讲总决赛稿 篇7

礼：尊重，礼者敬人

仪：恰到好处的尊重表达形式 碰到陌生人时，认识的人需要介绍下 打电话谁先挂：地位高者先挂(尊重上一级是一种天职。如老婆、上司、长辈、老师、父母等地位高的人先挂) 怎么要名片：

- 1、交易法：把自己的名片递给他人，自我介绍下
- 2、明示法：想认识一下你，可以交换下名片吗？
- 3、谦恭法

穿西装的最高标准

三色原则：全身颜色控制在三色之内 三一定律：鞋子、腰带、公文包三样为同一颜色，首先黑色 现代礼仪分类：

1、政务礼仪 2、商务礼仪 3、服务礼仪 4、社交礼仪 5、国际礼仪 礼仪三个理念：

1、尊重为本 2、善于表达 3、形式规范 什么时候讲礼仪：1、初次交往 2、因公交往 3、涉外交往 礼仪的作用：1、内强素质  
2、外塑形象 3、增进交往

礼仪是交往的艺术、礼仪是沟通技巧、礼仪是行为规范 教养体现细节、细节展示素质、细节决定成败 女人看透，男人看腰；男人看表，女人看包 吃饭让菜不夹菜

称呼的尊称：就高不就低 根据不用对象，说不同的话题 第二讲：节庆礼仪

节庆聊天选的话题为

1、谈近况话题：报喜不报忧

2、谈时效性话题：国内外重大新闻，吃、喝、玩

3、谈轻松愉快话题：如电影、电视、名胜风光、特色小吃等

节庆聊天忌讳的话题

1、谈悲哀的事情

2、质疑对方：不要和他人抬杠

3、不要对谈论的话题进行是非判断，随意纠正人家

4、不要否定别人喜欢的事情 做客人的礼仪

1、不要给对方造成负担和麻烦

2、要有约在先

3、要修饰自我：整理自己的服饰、修饰仪表(发型、胡须、鼻毛、无大葱、韭菜异味)、

鞋袜的卫生

4、活动范围有度：在大厅即可，去房间等需得到主人同意

5、注意礼品的选择

逢年过节的礼品：1、便携性 2、喜庆性(鲜花、书籍、音乐光盘、京剧、文化 品位) 3、不要赠送视频(亲朋好友除外) 接待客人  
注意的礼仪：

1、要有所分工

2、要准备好足量的接待品

3、要注意客人坐次的排列(按先来后到，或者不排列)

4、要制造节日的谈话氛围 排座位的五句话：面门为上、以右为上、居中为上、前排为上、以远为上 端茶送水顺序：

1、先客人后主人 2、先长辈后晚辈 3、先女人后男人 公共场  
所礼仪：

1、注意距离：0-0.5m 亲密距离、0.5-1m 交际距离、1-3m 礼仪  
距离、3m 公共距离

2、注意安全

3、注意公德：不随意扔垃圾、吐痰，不制造噪音，不围观别人  
登门拜访：1、有约在先 2、提前确认 3、拜访适可而止(礼节性拜  
访时间不宜 过长，以十分钟为宜、亲朋好友半小时为宜) 中国：左  
高右低国外：右高左低 第三讲：人际关系法则(上) 白金法则：人  
际交往需取得成功就一定要做到交往对象需要什么，我们就要在合  
法的条件下满足对方什么

白金法则要点 1、现代交往行为要合法

2、交往以对方为主

有效的沟通和良性的互动：互动就是要换位思考、有效沟通(看对象讲规矩、了解人是尊重人的前提)

以对方擅长的为话题进行沟通 摆正位置、端正态度

健康心态、宽己待人

吃饭请客：需要别人不吃什么 第四讲：人际关系法则(下) 3a  
法则：要成为受欢迎人，就必须善于向交往对象表达善良、尊重、友善之意

1、accept：接受对方：接受交往对象及风俗习惯、交际礼仪

2、appreciate：重视对方

3、admire：赞美对方：1、宽容 2、实事求是 3、赞美别人的长处，你见多识广、祖国大地您哪儿没去过啊，接待您我觉得特别荣幸，就不用操闲心

了，这样，在咱们上海反正我为您服务，你想去看哪里，您吩咐，我有求必应、不厌其

烦。

严于律己、宽以待人

十里不同风、百里不同俗

一个真正有教养的人，从来都是虚心的人 不能哪壶不开提哪壶

善于表达善意、好心好意地要恰到好处的表现出来 礼仪讲尊重，  
尊重对方的选择 吃饭不能发出响声

凡是存在的都是合理的

接收别人名片一定要看(要别人打交道如名字、头衔、单位要知道) 第五讲：仪表礼仪

静态：高矮、胖瘦、性别等 动态：举止、表情

仪表礼仪规则：1、整洁 2、自然 3、互动(笑容、眼睛) 仪表  
礼仪注意的要点：

1、要注意容貌的修饰：服饰协调：唇彩、协调、衣服

2、要注意化妆：自然、协调、避人，同一味道，指甲脚趾等颜色一致，

3、要注意举止：美观、规范、大方

4、要注意表情：眼神、笑容、目中有人、交流时眼睛注视对方  
握手规矩：

1、握手用右手

2、地位高的人先伸手，地位低的人后先伸手(上级、主人、长辈、女人等先伸手，下机、

客人、晚辈、男人等候伸手，走动时候客人先伸手，主任后伸手) 修饰：发型、面部、口部、

手部

1、发型修饰：整洁规范、长度适中(长发不过肩，不能散发)、款式适合自己

2、面部修饰：除了整洁之外、还必须剪掉毛发如胡须、鼻毛、耳毛等

3、口部修饰：无异味、无异物

4、手部修饰：手指干净、颜色一致 看人的角度：1、平视 2、1/3的时间 掌心向上，手指并拢，才能数人数 和别人说话不能用手指指别人，有教训他人之嫌 仪表礼仪离不开化妆：美容、美发、护肤、除味，男女都需要化妆 第六讲：服饰礼仪

莎士比亚曾说：一个人的穿着打扮就是他教养的品位、地位最真实的写照 服装的功能：

使用、地位和身份、审美

西装要求规则三个三：

1、三色原则：全身颜色不超过三种

2、三一定律：鞋子、腰带、公文包统一为一个颜色，首选黑色

3、三个错误：1、袖子上商标没拆 2、白色袜和尼龙丝不能穿

职业六大禁忌：

1、过分杂乱：套装+制式皮鞋

2、过分鲜艳：应三色原则

3、过分暴露：胸部、肩部、腰部、背部、脚趾、脚根

4、过分透视

5、过分短小

6、过分紧身

服役礼仪中的穿着打扮：

1、要符合身份

2、要扬长避短

3、要区分场合：工作是穿工作服、业余闲休闲服

一、办公场合：要求庄重保守

二、社交场合：要求时尚个性、时髦个性、礼服、中山装、唐装等

三、休闲场合：在家、逛街等以舒适为主



4、要遵守常规 服饰礼仪中的饰的佩戴：1、以少为佳 2、同质同色 3、复合习俗 打领带最重要的礼仪：配套的服装有讲究：一般不带领带领夹

#### 文明礼仪演讲总决赛稿 篇8

泱泱大国中华文明，一笔一画写出了礼仪的魅力。礼仪，在谦恭之中有一份高雅，关切之间又有几丝默契风韵。礼仪中蕴涵的是一种一种气质，一种将人与人之间微妙的情谊与千丝万缕的联系诠释得精妙得当的天字箴言。

文明礼仪在于音乐处。

它隽永深沉，怡人心志，让人通身灵澈。文明礼节雅致细密，谦恭之余有一份淡淡的矜持，正如《夜曲》于点点沉寂之间揉入几丝暖色悸动，让你在条理秩序之间感受古雅，感受安宁，感受心灵彻骨的香韵。苏格兰风笛，悠扬之绵长，绵绵之中不乏明媚。中国人将文化中的谦虚、忍让、善良揉进了礼仪之中，让你恰似嗅到春的气息，感到春的温柔。同样的古雅，却更灵动婉约；同样的谦恭，却更大气不拘；让人感受到恰如风笛之音的高雅，明丽与意蕴。

文明礼仪在于处。

我喜欢沉浸在以自己对文明礼仪的理解而勾勒出的图画中，那是秋风中的梧桐安静独立，地上铺满一层落叶，虽有风，但叶子的灵魂并不随风飘起，而是安详地被落日金黄的余晖铺满全身。法国人一向怀旧，而我却不，因此礼仪之中更多透露出中华礼仪的底蕴、文化的痕迹。让人矜持典雅之余，感受其中散发的文化墨香。这是心与心的契合，无关距离，无可限制。

文明礼仪在于香茗外。

茶香，雅致灵澈，古朴怡人。微笑中聪慧坚韧，高雅之中不乏友善。中国礼仪如是而已。众所周知，中华礼仪讲究点滴细致、沁人心脾、自品不厌、浓厚醇美，仿佛摒弃一切尘杂，只独享吾心于朝暮之中。

中国自古便是礼仪之邦，儒家文化濡染了中国的悠悠作为当今时代的我们，让文明礼仪伴我行吧！

文明礼仪演讲总决赛稿 篇9

们是中国的礼仪之邦了，生活在礼仪之邦，做一个彬彬有礼的人是我们的准则。

我们很小的时候，妈妈家经常告诫我们，做一个讲文明懂礼貌的人。你们知道吗？文明礼仪是我们日常生活中的一种美好的品质，如果我们失去了礼仪就等于是去了一切。在我们国家的许多景点，地上常可以看到一些塑料袋，水瓶以及口香糖等垃圾。这不就说明

了我们国家的人民素质不高吗?如果再不保护好环境的话,不就会让  
来我们国家旅游的外国人笑话吗?不就丢尽了我们中国人的脸吗?保  
护环境这就是一种文明的行为。

想要成为一个讲文明的好学生，就要从小事做起。请不要践踏草坪乱砍乱伐；请不要乱丢垃圾破坏环境；请不要乱讲脏话打架斗殴。如果每个人都做到以上的条件，我相信我们国家一定会更美好。

礼仪，需要从小培养。每当同学遇到难题时，过去耐心的帮他讲解；每当有人吵架时，心平气和的去劝架；每当朋友遇到挫折时，走过去安慰安慰她。礼仪是无处不在的，它可以体现出一个人的道德修养，也可以增进人和人之间的友谊，促进和谐社会。

总之，一个人的文明礼仪体现出一个人的道德修养，也体现出一个国家的素质。

#### 文明礼仪演讲总决赛稿 篇 10

尊敬的老师，同学们：

有时，文明就是一张纸的厚度；有时，文明就是一秒钟的等候；有时，文明就是一步之遥的关爱……可是，在我们的生活中，还有许多不文明的现象。如随地吐痰、乱扔垃圾、破坏公物、浪费资源、不遵守交通规则、说粗话、脏话等。

有一次，我在妈妈上班的工厂玩，不小心把手弄脏了，就去水池边洗手。正巧看见一位阿姨也在水池边洗手，只见她洗完了抬腿就走。我忍不住对她说：“阿姨，你怎么不关水龙头？浪费水多可惜呀！”那位阿姨对我的多管闲事很不高兴，爱理不理地说：“大人的事不要你小孩管！”我感到很委屈，眼里竟然涌出了泪水。我没再和她说什么，快步走上前把水龙头关了，却忘记洗自己的脏手。

还有一次，我在上学的路上，看见两个男同学一边打闹，一边嘴里还骂着脏话。我说：“你们怎么这么不文明！”那两个男生看了我一眼，不好意思地朝前跑掉了。我心里感到特别开心。我想因为我的提醒，他们以后也许再也不会说脏话了吧！

其实，在我们的身边时时都会发生文明的事，也会发生不发明的事。但是，只要我们每个人都能从我做起，从点滴做起，以自己的文明举止影响带动身边的人，让文明与我们同行，我们的生活一定会更加美好，我们生存的这个地球一定会更加美丽。

演讲稿二：曾经看过一组挺有趣的漫画：一个小男孩和小女孩背着书包，他们路过一个垃圾桶旁边。垃圾桶惨不忍睹，旁边散落着一个又一个垃圾。小女孩乖巧地收拾好了垃圾，而小男孩也快速地掏出了纸和笔，在纸上写写画画，一会儿就写出了6个大字：文明，只差一步。

两个孩子做这些又是为了什么？我的嘴角浮上了淡淡的微笑。文明，真的只差一步吗？丢弃垃圾的人，真的会悔改吗？看到这行

字，他们是置之不理，还是上前一步呢？生活中，真的`有这样的事情吗？

答案是肯定的。有，有这样的事情。

原本，云霄的漳江是多么美丽的地方啊！清澈的水波，夏天时，绿色的浮萍开出最美丽的花朵来，江边的柳树头发随风飘荡着，孩子们快乐地跑下河去，捉着小鱼、小虾。人们是多么的幸福，多么的快乐！如今，路过漳江，我只能捂住鼻子快快走开。臭烘烘的垃圾浮在水面上、废弃的塑料袋漂着，而那个酒瓶里面，竟然有一只小青蛙，还有水中的拖鞋，都做着它们“最愉快的旅行”……

走下漳江，一个个妇女正坐在江边的下游洗衣服、洗菜，以前舒适的游泳区域呢？没有一个人敢跑下去游泳了！洗洗刷刷的声音充满了我的耳朵！我真想流泪啊！漳江，是不是在这些洗洗刷刷声中，留下了眼泪！那些流下来的水中，是不是有一部分是你的眼泪！

我真想跑到漳江边，对着那些妇女，还有那些将漳江变得惨不忍睹的人们控诉：“漳江在流泪，你们没有听到那哭泣的声音吗？你们不会迈出一小步吗！迈出一小步，不仅是一小步啊，也是你心灵的一大步。只要你们，这些妇女们回转身走一步，回到自己的家中，不要在漳江里洗菜，只要你们，这些丢弃垃圾的人们，迈出一小步将垃圾丢进垃圾桶，漳江就能微笑了！”

望了望清洁工的背影，没过多久，却看见在干净马路上丢垃圾的人了；望见公园里小花快乐的身姿，没过多久，却看见她身边烟头丢了满地；望见那校园门口美丽的装饰，没过多久，就一地狼藉；望见问路人辛辛苦苦的背影，却看见别人一点也不理睬；看见红绿灯，却看见闯红灯的人们一大堆……

我不禁叹息。其实，文明只差一步！不仅是道路上的一步，更是心灵上的一步！只要人们迈出一小步，伸出橄榄枝，回答问路人的问题；只要迈出一小步，让烟头远离小花；只要迈出心灵的一小步，等待红绿灯……迈出一小步，迈出那小小的文明的一小步，社会就迈出了一大步……

让我们迈出那一步吧！请每一个人都记在心中：文明，只差一步！

#### 文明礼仪演讲总决赛稿 篇 11

敬爱的老师，亲爱的同学：

大家好！

迎着灿烂的朝阳，怀揣饱满的激情，在醒目的“好行为、好习惯”大字下，我演讲的主题是：文明，从我做起，从小事做起。中华民族素以“礼仪之邦”著称于世，在我国的历史长河中，多少名人士志士以礼待人的故事，至今都还被人们广泛传诵。“融四岁，能让梨”的故事更是家喻户晓，妇孺皆知可就在我们当今的大人孩子，很多人我行我素。不讲文明，不节俭，随地吐痰，乱说脏话



美丽人人追捧，可真正的美丽应在心里，在行为上。在一所名医院里，一个打扮很时髦的姑娘，卷着头发散发出浓浓的香气，一双水灵灵的大眼睛，红色的高跟鞋吱吱响。可众目睽睽之下，她就“啪”地下吐了一大口痰，引得众人惊诧。而她却旁若无人，扬长而去。试想，这种外表美丽动人，行为却大煞风景的景象不值得我们思考吗？

“不节俭，白浪费”也是现代行为的一个公害。浪费水电，生活不节俭的现象随处可见。在一个公厕里，一位阿姨洗完了手，任由自来水哗哗流淌，抬脚就走了人。此时，一个小孩低吐了一句：“别让水龙头伤心流泪。”而那个阿姨不但不知错，怒目圆睁地说：“一个小屁孩懂什么呀？还想管别人。”这时的小孩听了没作声，默默地去把水龙头关掉离开，让那个阿姨脸红了，伫立在那里。

生活节俭，利民利国。在一个家庭里，一个女孩可能因为害怕，整年把灯开着，灯就这样开了一夜又一夜。你想想，你想休息，电灯也想休息呀！她可一夜一夜没合眼。现在不是提倡节能减排吗？还是让大人多给你讲一讲故事吧！

“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”，我相信这是每一个人在幼儿时就熟背于心的诗句吧！可是，你真正懂了这句话吗？你肯定没懂，要不然，你怎么能如此浪费呢？餐桌上，饭菜碗里，地板上，你们留下的是多少人的口粮啊！要知道，在这地球上还有许多人空着肚子呢！文明用餐，从我做起，从小事做起，从现在做起！

同学们，勤俭节约是做人的根本，是中华民族优良传统，不管家庭富裕还是生活贫寒，都要以勤俭节约为荣，奢侈浪费为耻。

我相信，我们做一个文明的小孩其实并不难，就像在公共汽车上，不小心踩了别人的脚，说一声“对不起”，一笑了之；有人帮忙做了事，及时说声“谢谢”温暖人心，在校内校外见到老师要热情问好；吃饭时，要把最舒适的座位让给长辈讲文明是我们最起码的要求。养成这些好习惯，让我们具备了做文明人的素质，终身受益。

文明，是一种美德，是一笔源源不断的财富；文明，是一种取之不尽，用之不竭的智慧。让我们携手行动起来，从现在做起，从我做起，从身边的小事做起，让文明的种子在我们的心田中生根、发芽、开花、结果！

我的演讲完毕，谢谢大家！

文明礼仪演讲总决赛稿 篇 12

一座座造型别致的高楼，一幢紧挨着一幢，错落有致的竖立在濮阳美丽的大地上。硕大的玻璃窗，透进一缕缕阳光，屋子里是那么的温暖明亮。晚上，彩色的霓虹灯亮起来了，濮阳成了灯的海洋、光的世界。

一条条宽宽的马路上，一辆辆汽车秩序井然地行驶着，各行其道，礼行我让。汽车里的人，没有了抢道的烦恼，没有了堵车的郁闷，个个心情舒畅。

一个个街心公园，里面绿树成荫，鲜花盛开，鸟儿欢唱。春天，迎春花绽开了笑脸，大树们传递着春天的讯息，这里春机盎然，一切都是朝气蓬勃；夏天，花儿竞艳，红的、白的、粉的&&&&&姹紫嫣红，蝴蝶、蜜蜂在花丛中翩翩起舞；秋天，银杏树的叶子变红了，枫树的叶子变黄了，空中还不时飞舞着几片叶子；冬天，柏树、松树更绿了。老人、青年、孩子，打拳、跑步、嬉戏，掩饰不住内心的喜悦，都把笑意呈现在了脸上，处处是欢声、处处是笑语。

人与人，人与自然，是那么的和谐。人们的礼貌、谦逊、诚信礼让，撒遍了这座城市的每一个角落。濮阳，我美丽的家，我心中的那片圣土，我心中的文明的沃土。

文明是一座城市对外一道亮丽的风景线，我们濮阳正在段喜中书记的带领下创建全国文明城，让我们濮阳走在文明城的队伍中。共建文明是我们每一个公民应尽的义务，生活在一个文明的城市中，人人讲文明，社会上少了很多不和谐的音符，生活是那么的美好！

作为濮阳大家庭的一员，我积极响应号召，用自己的全部热情投入到创建之中。从身边的事做起，从一件小事做起，从自己力所能及的事做起。

工作中，我如一只勤劳的蜜蜂，团结、协作、友爱，把我们共同的家园，建成洁净、共享的乐园；生活中，我如丝丝的细雨，用自己的真心、爱心滋润着孩子的成长，滋润着父母的心田；社会中，我如夏天的一阵清风，吹走飞舞的纸片，如冬日里的一束阳光，温暖

着需要帮助的人的心，我又如洁白纯净的茉莉，虽平淡无奇，却用淡淡的芳香，溢满公共场所的角角落落。

但我更希望学校成为孩子们向往的乐园，孩子们在获取知识的同时，也享受了成长的快乐。人类灵魂的工程师率先垂范，用强烈的责任心肩负起对孩子的教育。孩子们个个彬彬有礼，文明的根深深扎入孩子的心中，让它发芽、生长。社会中的人把文明视为己任，注重生活的细节，高质量做人，用自发的文明意识指导文明的行动。

人人向往的乐园，我心中的文明城，它需要全社会的人，都行动起来，把心中的梦想，变成现实。其实那并不遥远，我坚信它就在前方等待着我们，我们濮阳的儿女一定会用勤劳的双手，把濮阳建设的更加美好！

#### 文明礼仪演讲总决赛稿 篇 13

古人说，不学礼，无以立。就是说，你不学礼，就没法在社会中立身。那么，什么是礼仪呢？简单地说，礼仪就是律己、敬人的一种行为规范，是表现对他人尊重和理解的过程和手段。文明礼仪，不仅是个人素质、教养的体现，也是个人道德和社会公德的体现。更是城市的脸面，更是国家的脸面。所以，学习礼仪不仅可以内强个人素质、外塑单位更能够润滑和改善人际关系。

作为具有 50\_\_年文明史的礼仪之邦，讲文明、用礼仪，也是弘扬民族文化、展示民族精神的重要途径。我们身在社会中，身份、角色在不停地变化之中。我们这一刻讨厌别人，下一刻往往成了别人讨厌的对象。这些无非都是不拘小节的行为所致。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。  
。如要下载或阅读全文，请访问：

<https://d.book118.com/408117037071007001>