# 仪容仪表礼仪

来源：网络 作者：花开彼岸 更新时间：2024-08-10

*仪容仪表礼仪（通用4篇）仪容仪表礼仪 篇1 1.仪表规范 ① 日常着装必须整洁、大方和得体。 ② 因公涉外活动时，男士着西装、打领带，女士穿西装套裙。 ③ 参加社交活动时，根据喜好着装，但力求高雅、美观。 2.仪容规范 ① 容貌修饰自然端庄...*

仪容仪表礼仪（通用4篇）

仪容仪表礼仪 篇1

1.仪表规范

① 日常着装必须整洁、大方和得体。

② 因公涉外活动时，男士着西装、打领带，女士穿西装套裙。

③ 参加社交活动时，根据喜好着装，但力求高雅、美观。

2.仪容规范

① 容貌修饰自然端庄，不过于张扬。

② 面部保持洁净，头发梳理整齐。

③ 男职工不留长发，不蓄长胡须;女职工不烫怪异发型，化妆自然得体。

④ 神态自信，举止稳重，禁忌粗俗行为。

⑤ 常面带笑容，保持开朗，营造和谐、融洽的氛围。

3.仪态规范

① 站姿：腰身挺直，禁忌躬背哈腰;不随意扶、拉、倚、靠、趴、蹬、跨，双腿不可不停地抖动。

② 坐姿：从容就坐，动作轻稳(男士腰背挺直，女士坐姿文雅自然);离座稳重，非固定椅子须放回原处。

③ 走姿：上身保持正直，双肩放松，目光平视。

4.言语规范

① 用语礼貌，多用敬语、谦语，如 您、请、谢谢、对不起 等，不说脏话、忌语。

② 热情、诚恳，语气平和，手势得当，切忌用手指人和拉拉扯扯。

③ 不要随意打断他人讲话或心不在焉，切忌打听他人隐私和贸然提问。

④ 目视交谈对方，适时点头、应答。

⑤ 说话时间长短适度，切忌滔滔不绝。

⑥ 会议、接待等场合宜讲普通话。

5.办公规范

① 以职务或职称称呼上级，以职务或同志等称呼同事，以先生、女士等称呼患者和宾客。

② 遇到同事、患者和宾客，见面先问好，面带微笑，言语礼貌。

③ 未经同意不得随意翻看同事的文件、资料等。

④ 上班时间不做与工作无关的事务。

6.电话规范

① 电话铃响三声之前接听，超过三声接听时主动道歉。

② 要有明朗的心情，以对方看着自己的心态去接听电话。

③ 接起电话，清晰地说 您好，这里是 。

④ 接听过程中语音清晰、语气自然、语速适中、语调平和，切忌心不在焉、敷衍应付。

⑤ 接到打错的电话，礼貌说明，尽量提供帮助。

⑥ 通话完毕，礼貌道别，轻放电话(备注：地位高者或患者主叫者先挂)。

7.介绍规范

① 主动向顾客介绍在场人员;优先介绍职务最高者、年龄最长者和女士。

② 先介绍姓名，再加尊称，然后准确介绍职务，如，王 先生，总经理。

③ 面带微笑，举止大方，手掌伸直，掌心向上，示意所介绍的人。

8.握手规范

① 年长者向年轻者伸手，职位高者向职位低者伸手，女士向男士伸手，主人向客人伸手。

② 用右手，双腿并立站直，微笑注视对方眼睛。

③ 表达由衷敬意和谢意时，宜用双手，身体微微前倾。

④ 人多握手时，切忌交叉握手。

⑤ 切忌坐着握手、抢着握手、戴着手套握手和拿着东西握手等。

9.名片礼仪

① 递送名片：a.依照 职位低者先向职位高者递送名片，男性先向女性递名片，年少者向年长者递名片 。b.如果自己这一方人较多，则由地位较高者先向对方递送名片;c.名片正面朝向对方，欠身递送，同时说 我叫 ，这是我的名片，请笑纳! 或 请多关照! 等。

② 接受名片：a.面带微笑，恭敬地用双手的拇指和食指捏住名片下方两角，并表示感谢;b.接过名片，当着对方仔细把名片看一遍，然后将名片放入名片盒或名片夹，切忌当着对方将名片随便放置桌上或口袋里。

③ 索要与拒绝：a.在他人无意或忘记交换名片而自己有意索要时，要选择妥善的方式，如采用 今后怎样与您联系 等提示性语言，以委婉表达交换名片的愿望;b.在自己忘带名片而无法交换或者因故不便交换名片时，要采用委婉的说辞，如 非常抱歉，今天忘带名片了 。

仪容仪表礼仪 篇2

活动目标：

1、通过观察，感受正确站姿的美感

2、通过练习，让幼儿掌握正确的站姿

活动准备：

挂图、脚印两副（男女各一副，要求：将脚印固定好在地面，男孩的两只脚印距离拉开大概与肩同宽，女孩的两只脚印并拢在一起或脚跟并拢脚尖向外打开）

活动过程：

一、热身活动：

1、游戏模仿小动物、分男女孩各一组入场

游戏规则：老师唱“小兔子走路跳啊、跳啊、跳；小鸭子走路摇啊、摇啊、摇；小乌龟走路漫游哟，小花猫走路，静悄悄”，幼儿跟着歌声有节往前走。音乐停止，幼儿马上站好到各自凳子前面。

2、师生互相问好：

动作：站在自己的座位前，双脚并拢，双手自然交叠，放在体前小腹处，鞠躬45度

语言：老师先说“小朋友们你们好，我是来自礼仪王国的XX老师”幼儿回礼：“XX老师好！”

3、师：“小朋友们请坐，我们要开始快乐的礼仪之旅了！”

二、导入活动：

师：“六加一幼儿园刚刚评选出几名礼仪小明星，我们快去看看都是谁被当选啦！”

三、基本活动：

1、学习正确站姿：

（1）出示挂图，让幼儿观察

师：“这三名小朋友是刚刚被选评选出来的礼仪小明星，因为他们的站姿特别漂亮，那小朋友们请仔细观察，他们是怎么站的？”

小结：头不歪，眼睛平视；肩膀自然放平，双臂自然下垂；请男孩：两手自然放在体侧，两脚打开，大概与肩同宽；请女孩小手伸出来，像老师这样两手成小鸭子嘴形状，然后咬在一起，脚并拢，弯弯腰。（教师示范标准站姿）

（2）请小朋友分别模仿一下，看谁模仿的最像

（3）播放课件图片，学习小女孩的另一种站姿：

①请幼儿观察图片，并总结：这种小女孩的站姿是，两手自然放在体侧，两脚并拢。

②请小女孩再一次模仿，看谁最像

2、 练习正确站姿：

出示鞋垫，师：“老师这里有两双附有魔力的脚印，谁站上去，谁的站姿就会变的特别漂亮，那有哪位小朋友想试试呢？”请幼儿练习正确站姿。

3、播放课件，学习三字经：

（1）教师逐句教幼儿儿歌，并解释含义

（2）幼儿跟读儿歌，学习礼仪动作

四、结束活动：

播放课件的“礼仪三字经”，学习儿歌：

1、第一遍，欣赏

2、第二遍，幼儿跟唱

仪容仪表礼仪 篇3

1、原则

端庄 整洁 大方

2、目的

营造文化氛围，体现精神风貌，展示公司形象。

3、规范要求

3.1.1男、女员工生产现场着装

身着公司统一发放的工作制服、衬衫，扣好衣扣裤扣。端正佩带工作牌，符合安全规程着装要求。载正安全帽/工作帽，系好安全帽带，佩带必备的劳动防护用品(运行监盘/值班人员除外)。

3.1.2办公场所着装

男员工

春秋装：身着公司统一发放的工装、衬衫，扣好衣扣裤扣，衬衣下摆放进裤内。

夏装：着短袖衬衫/长袖衬衫、长裤，衬衫只允许衣领处一个扣子一系，其余必须系紧。

女员工

春秋装：身着公司统一工服、衬衫，衣扣扣好，拉链拉好。

夏装：身装公司统一裙、衬衫，衣扣扣好，拉链拉好，袜子不能有破损和补过的痕迹。

3.1.3会议/活动着装

在按季节着办公场所工装的基础上，男员工打领带，领带紧束(大箭头垂到皮带扣处为准)。

3.1.4特殊工种员工着装：保卫/保安人员、医护人员、炊事人员、服务人员等，必须符合各自工种着装规范要求。

3.1.5着装要领

a 工装须熨烫挺直、勤洗勤换，保持衣领、袖口整洁，无黑(汗)班、油渍。

b 皮鞋要保持干净、光亮，不准钉响底，不得穿拖鞋。

c 端正佩带工作牌，工装除工作牌外不许佩带其它饰品。

3.2仪容规范

3.2.1男员工

a 头发

发型应以简洁为宜，不可太夸张另类，头发须保持清洁，梳理整齐。

b 五官

保持干净、清洁、卫生。

c 手部

保持清洁，不留长指甲，除婚戒、手表外，不得佩带其它饰物。

d 体态行为

站姿：自然挺立，眼睛平视前方，下颌内收，颈部挺直，面带微笑，双脚与两肩同宽自然垂直分开，双臂自然下垂，肩平、头正、挺胸、收腹。

坐姿：落座时动作要轻柔，在要影响到他人。就坐时要上身挺直，下颌内收，双肩放松，眼睛平视，挺胸收腹，不得坐在椅子上前缩后仰;双腿自然分开，不得摇腿、翘腿。离座时，若邻座有人，须先示意，方可离座，动作要轻柔。

走资：方向明确，眼睛前视，肩平身直，双臂自然下垂摆动，走平行步，步伐从容，步态平衡。

3.2.2女员工

a 头发

保持清洁，梳理整齐。

b 五官

保持干净、清洁、卫生。工作时要求化淡妆，适度、自然为宜，不可浓妆艳沫。

c 手部

保持清洁，不留长指甲。

d 体态行为

站姿：自然挺立，眼睛平视前方，下颌内收，颈部挺直，面带微笑，双肩自然下垂，左手盖住右后叠放于小腹前，肩平、头正、挺胸、收腹，双腿并拢，两脚呈 丁 字型站立。

坐姿：落座时应按住衣服前角，抚平裙摆，缓缓落座，动作要轻柔，不要影响到他人。就坐时要上身挺直，下颌内收，双肩放松，眼睛平视，挺胸收腹，不得坐在椅子上前缩后仰，不得摇腿、翘腿。离座时，若邻座有人，须先示意，方可离座，动作要轻柔。

走资：方向明确，眼睛前视，肩平身直，双臂自然下垂摆动，走平行步，步伐从容，步态平衡。

3.3附加说明

每日上岗前，员工应对自己的仪容仪表进行自俭。各单位(部门)负责人应在上班前检查员工的仪容、仪表和着装。对不符合标准的员工进行警告，限定改正时间;对于情节严重、影响恶劣的员工，可以要求首先解决问题，否则不予上岗。

仪容仪表礼仪 篇4

活动设计背景

我们幼儿园每个星期都会轮一个班的幼儿来做礼仪小天使,小朋友们站在校门口迎接着每一个小朋友及家长的到来,他们脸上的微笑、及那一声声甜甜的“早上好”让人觉得是那么的甜美可亲，你会不予自觉地回予微笑：早上好！我希望我班的幼儿都能做个懂礼仪的礼仪小天使，所以，我就给我们班的幼儿设计了这一节礼仪课《微笑》。

活动目标

1、学习儿歌《微笑》，学会怎样微笑。

2、知道微笑是尊重别人的一种表现，体验微笑可以给别人带来好心情。

3、培养幼儿良好的体态语言。

教学重点、难点

1、学会微笑，知道微笑是尊重别人的一种表现，体验微笑可以给人带来好的心情。2、培养幼儿良好的体态语言。

活动准备

1、各个职业微笑的课件或图片，礼仪儿歌课件。

2、人手一面镜子。

3、歌曲音乐《表情歌》、《不怕不怕》。

活动过程

一、 导入活动。

1、师幼互相问好！

2、复习歌曲《表情歌》引入

师：歌曲里边小朋友唱了好几种表情，我发现有的表情非常好看，你觉得怎样的表情看起来让人觉得舒服？（笑眯眯）

3、师幼互动玩“变脸游戏”让幼儿感受不同表情带给自己的不同心情。

师：接下来老师和你们玩个游戏，想不想玩？那就请小朋友自己找个朋友，找个舒服的位置站好，手拉手。

师：那我们现在听老师的指挥，我说什么表情你们就做什么表情，然后我要请你们告诉我，你看到这个表情有什么感觉。好，准备。生气（着急、开心、大笑、难过微笑······）

（师说各种表情幼儿做相应的动作）

4、讨论：不同表情带给自己什么样不同的感觉？哪种表情让你感到愉快？区别大笑与微笑。

师：好，谢谢小朋友，请回到座位，我看看谁的坐姿最好。

师：小朋友，我们刚才玩了表情的游戏，我们有很多很多的表情，都是什么表情呢?（生气、着急、开心、大笑、微笑）我们在大笑的时候有什么感觉？（开心、好像吃了棒棒糖）

“你看到着急的表情时，有什么感觉？”（很难过，不舒服）

你看到微笑的表情，有什么感觉？（很开心、很舒服、很温暖）

“你们最喜欢什么表情？”“为什么最喜欢微笑呢？”（很有礼貌、优雅、开心、温暖）

刚才小朋友说大笑让人感觉很开心，微笑也同样让人感觉很开心，不过，大笑和微笑是不一样的，现在，我请两个小朋友来示范一下（请幼儿示范一个大笑一个微笑），你们看出这两种笑有什么不一样吗？（区别大笑与微笑）微笑是没有声音的，大笑是有声音的，那我们跟人初次见面时应该选哪种笑呢?（选择微笑）很好，来，我们一起来看看微笑的表情。（请刚才两幼儿再示范微笑）

二、 观看图片，学习微笑。

1、观看各个职业中的人们微笑的表情图片（逐一出示图片）

2、提问：他们是干什么的？他们的表情是怎样的？你喜欢他们的表情吗？为什么？

小结：微笑给人的感受是开心愉快，有礼貌，能给自己和别人好的心情。因此，我们面对他人时要微笑。

3、练习微笑

（1）师：小朋友，我们刚才看了这么多的微笑，都感觉很温暖，很开心，很快乐，很可爱，很美丽。既然微笑给我们带来这么多好的感觉，我们也来练习一下微笑，请小朋友从椅子下拿出小镜子，在小镜子里面看到谁 呀？（自己）那我们来练习微笑吧。

幼儿练习微笑。讨论：怎样的笑容是微笑？（嘴角自然向上弯曲，眼睛充满笑意。）

（2）把你的微笑送给你的朋友，看谁笑的最漂亮。

（3）我请几个小朋友上来把微笑送给小朋友们。（请幼儿上前展示微笑）老师把他最美的笑容照出来。

三、学习礼仪儿歌《微笑》

1、分句理解，学习儿歌。

（1）小朋友 有礼貌 见到人 微微笑

提问：为什么说图片里的小朋友有礼貌？（问好、微笑）我们见到什么人要微笑呢？（见到所有的 人都要微笑）

（2）心情好 没烦恼 这世界 多美妙

提问：心情好的表情是怎样的？（微笑）什么是烦恼？（不开心的事）

小结：如果我们每天都开开心心，这世界就会变得更加美丽。

2、完整欣赏儿歌。（鼓励幼儿在朗诵儿歌时作出微笑的表情）

四、结束活动：微笑SHOW。

1、师：小朋友笑起来真好看，让我们一起来把微笑送给所有的人，好吗？（幼儿上前排好队微笑，师给幼儿“照相”）

2、请小朋友跟着音乐节奏一个跟着一个展示自己最美的笑容。

幼儿展示自己的笑容，老师给笑得最漂亮的幼儿掌声鼓励。

3、师引导幼儿在展示微笑时说：“我把微笑送给你”。

4、幼儿跟着音乐的节奏，带着微笑的表情离场。

教学反思

这一节课中，我充分利用了幼儿已有的知识和幼儿丰富的表情经验，让幼儿轻松愉快地学习，很好的达到了我的预定目标。整个活动的各个环节相靠，紧密相连，老师和幼儿及幼儿和同伴之间的互动较好，充分展现了幼儿的学习自主性和互动性；整个过程，幼儿的学习兴趣浓厚，课堂气氛活跃，小朋友们都纷纷意试的要相展现自己，老师也让他们尽情的去发挥和表现。不足的就是在观看图片这环节时，我有时稍讲得多了些，语言显得不够简练。以后我定会多注意这方面改正自己的不足。

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