# 高中形体礼仪论文范文(精选7篇)

来源：网络 作者：琴心剑胆 更新时间：2024-12-08

*高中形体礼仪论文范文 第一篇“会说话，有眼色”，我觉得只要做到了这两句话，我们就能做好“礼仪”。我以前总认为不需要会说话，我只需要做好自己的事就行了，做人要求务实，不需要跟其他人打交道。后来我逐渐明白了人与人交往的重要性，作为社会的一员，不...*

**高中形体礼仪论文范文 第一篇**

“会说话，有眼色”，我觉得只要做到了这两句话，我们就能做好“礼仪”。我以前总认为不需要会说话，我只需要做好自己的事就行了，做人要求务实，不需要跟其他人打交道。后来我逐渐明白了人与人交往的重要性，作为社会的一员，不可能不与其他人交往，不会说话，没眼色在与人交往的过程中是不行的。在与人交往时，你不会说话，就不能很好的表达自己的意思，没眼色，就不能与他人很好地交往。

“礼”是尊重，“仪”是表达，“会说话”才能很好的表达自己对对方的尊重，“有眼色”才能把事做地道了。金老师讲礼仪时为我们点出了一些比较常用与重要的礼仪。如何称呼他人?用尊称，这不论是在任何地方，都是必须会的，人际交往你要尊重交往对象，就要使用尊称。而且尊称的一般技巧就高不就低。在接待贵宾时，我们应该如何操作?如何挂电话?如何跟领导打招呼?这都是需要技巧的。做的好会给人很深刻的影响，反之，别人会觉得你没礼貌。讲究礼仪，为自己树立一个良好的形象，才能获得对方的信任与社会的认可，才能与人实现良好的沟通与交流，实现社交的目标。

礼仪有很多好处，如金正昆所说，第一，内强素质。礼仪是一个人是否有修养的表现，是一个人是否经历了正规或高级教育的体现，如果一个人讲礼仪已成为了习惯，那么他绝对是有修养的人。第二，外塑形象。作为一名工作人员，讲礼仪所带来的不是一个人的荣誉，而是一个单位的荣誉。人们会说这个公司的人是讲礼仪的，这就是礼仪的重要性!第三，可以增进交往，所谓礼尚往来，我国自古就有这样的历史，人人都愿意去和有礼貌的人去交往，这样的人人际关系会越来越好，而且人脉也会越来越发达，现代社会中合作是最最重要的，而你的人脉就注定了你合作的人群及对象。因此讲究礼仪是必不可少的!而综合这三条就是礼仪可以使问题最小化，避免双方出现尴尬的情况。而这样的交往又有谁不愿意去进行呢?

听了这次金教授的讲座让我受益匪浅，在日常生活中与人交谈无时不在，做一个有素养的人才会被人尊重，我们有则改之，无则加勉，交谈是一种艺术，关乎的是每一个细节，所以，不管是在语言还是在举止上都要多加注意让好的方面成为自己的一种习惯。

**高中形体礼仪论文范文 第二篇**

为使我校的文明礼仪教育更深入、富有成效的开展，本学期，我们要在上学期学校文明礼仪教育的基础上继续深入地开展中华传统文明礼仪教育、现代文明礼仪教育，促进师生及家长礼仪规范的养成。

一、指导思想

通过师生“在校学习礼仪、走向社会实践礼仪、带动百万家庭传播礼仪”，来形成人人讲文明、重礼仪的良好氛围，从而全面提高我校礼仪培训工作水平，形成礼仪培训工作特色，促进学校和谐发展。

二、活动要求

(一)开展文明礼仪系列教育活动

各年级各班根据年级学生的特点，从学期、年度系统性目标出发，确定每月文明礼仪教育主题，并制定好年级文明礼仪教育活动要求，提出具体的礼仪教育措施。具体主题的确定，可参考“文明礼仪教育基本内容”。各班要把班级礼仪教育主题通过书面通知及时告知家长，让家长配合学校开展各类文明礼仪教育活动。通过各系列的主题式的文明礼仪教育活动，让学生知道现代社会生活中有哪些礼仪规范，应该怎样做，不应该怎样做，通过反复的实践，掌握交往技能。

(二)开展文明礼仪教育实践体验活动

各班要根据每月训练主题要设计各类实践体验活动，通过实践体验活动，培养学生的礼仪情感，激发学生对礼仪的认同感，不断强化礼仪的成就感，感受到礼仪的乐趣，从而自觉地实践礼仪，形成高尚的礼仪品质。

(1)各年级各班要充分利用各种节日，如周末开展“今天我当家”、“寻找我身边的礼仪细节”活动等等。本学期“十一”长假期间继续举行各类文明礼仪实践活动。

(2)积极开展“ 文明礼仪形象学生评比”活动。

三、具体措施

(一)进一步加强文明礼仪校园文化建设

1、各班要开辟班级文明礼仪展示台，要将班级开展的“文明礼仪标兵”的评比通过展示台予以展示;要将班级文明公约、各班礼仪之星展示出来。各年级要开辟年级礼仪教育阵地，将年级每月文明礼仪标兵通过礼仪教育阵地营造出浓厚的礼仪教育氛围。

2、教师要做到不在公共办公区吸烟、扎堆聊天、大声喧哗;在指定区域内停放车辆。个人办公区要保持办公桌位清洁，非办公用品不外露，桌面码放整齐。当有事离开自己的办公座位时，应将座椅推回办公桌内。下班离开办公室前，使用人应该关闭所用机器的电源，将台面的物品归位。

(二)注重多种教育的结合。

各班要把文明礼仪教育和学校其他德育工作有机结合，要发挥家庭教育的作用，把文明礼仪教育与家庭教育有机结合，各任课教师要把文明礼仪教育活动与学科教学活动有机结合，各班要把文明礼仪教育活动与学生的日常行为规范养成教育有机结合。通过各种教育，使学生养成文明的举止。

(三)重视礼仪教育的评价工作。

1、在开展文明礼仪教育的活动中，要求组织学生剖析自己，针对自己文明礼仪习惯中薄弱的地方，从班级每月文明礼仪主题提出两个文明习惯目标，月底及时进行总结对照。

2、在教师中开展“文明有礼教师”评选

四、保障措施

1、学校成立以校长为组长，副校长为副组长，其他校中层干部为成员的文明礼仪教育活动领导小组，加强对活动的组织与实施。

2、充分发挥校文明督导岗的监督作用，坚持文明礼仪日查日报制度，发现问题及时整改。

3、各班根据学校实施方案，结合班情，拟定出自己班级实施的具体方案，因需而搞，形式多样，凸现特色。要作好记录，每阶段有一份主题活动设计及活动后的感想。

4、加强师德建设，教师要学会“四个一”，即一张笑脸相迎、一句好话回应、一双眼神鼓励、一颗爱心相待。以身作则，做好学生的表率，起到带头和示范作用。

5、加大宣传力度，创造浓厚的舆论氛围。通过倡议书、广播站、宣传栏、班队活动、国旗下讲话等多种形式将主题宣传教育实践活动宣传到每一位教师，每一个学生，并争取家长的配合，形成教育合力。

6、文明礼仪教育要长抓不懈，寓礼仪教育于各项主题教育活动之中，寓礼仪教育于课堂教学之中，抓好养成。各年级、各班一定要强化学生礼仪训练，让文明礼仪成为学生的习惯。

**高中形体礼仪论文范文 第三篇**

服务礼仪心得体会

通过学习金正昆服务礼仪，让我感受颇深，我进一步认识到加强文明礼仪的重要性和必要性，理清了以往对于文明礼仪的肤浅认识和模糊观念。服务礼仪是指服务行业的从业人员应具备的基本素质和应遵守的行为规范，是服务人员在工作岗位上，通过言谈、举止、行为等，对自己所服务的对象表示尊重和友好的行为规范和惯例。简单地说，就是服务人员在工作场合适用的礼仪规范和工作艺术。服务礼仪是体现服务的具体过程和手段，使无形的服务有形化、规范化、系统化。良好的礼仪可以赢得陌生人的友善，赢得朋友的关心，赢得同事的尊重。

学习服务礼仪，其实是会让人受益终身的一件事情。因为没有哪一项工作是不需要接触外界的，也没有哪一份职业是不用和人打交道的。每当我看见或得到文雅得体的礼仪时，心中就会有敬重的感觉。通过学习，知道了礼仪是一个人综合素质的体现，是一个人内在素质与仪表特点的和谐之美、综合之美、完善之美，更代表一种深刻的道德指引。

任何学习都不能是走过场，只要用心，任何学习都会有所收获。学习也不是单纯理论知识的积累，更是要运用到工作实践中去。如果说原本我还很自信自己一直做得都还算不错的话，通过学习我才知道什么是差距。差距不仅仅体现在理论高度的欠缺，更多的还是体现在日常工作中的不足。

查找自已平时的工作我感觉有很多地方都做得不够到位，工作中有多少微笑的面孔是源于内心，有多少文明的用语是发自肺腑，有多少回能够把住院的患者当作自己的亲人去看待。而这些平时被忽略的问题造成的负面影响似乎又是我们所难以想像的。“以尊重、关爱、责任、敬业”的服务理念究竟在我的服务中体现了多少呢?

一想到如何把自己的本职工作做得力求完美，我自己认为就是严以律己，宽以待人、实事求是，细致入微，坚持不懈。作为一个工作在一线的康复治疗师，每天都有可能遇到意想不到的事情。如何掌握工作技能的原则性和灵活性是至关重要的，如何在平时的工作中积累经验又能把每个患者治疗好，是我最大心愿，如何把病人及家属正确处理好关系也是必不可少的。

通过学习我知道说“文明用语”，提倡了这么久，至今仍有许多人规范不了。服务也好，礼仪也罢，总是要归于行动，不能总是把自己服务的不到位归结于是别人的事情与自己无关，换位思考一下，谁不希望自己能获得他人礼貌的对待和尊重呢?

服务礼仪看似虚无抽象，其实包含在我们每一天的工作中。如何把服务礼仪和日常工作很好的结合起来，至关重要的是职业道德。金教授在服务礼仪中多次讲到是公民道德和职业道德，我们的院领导也在会上反复强调职业道德是我们敬业的根本。我们每个人都不是简单的个体，我们反映的是一个国家，一个民族，一个城市，一个行业的精神面貌和文明程度。不要小看我们的工作，可能有些人会认为这份工作没有什么前途，也很难有大的作为，不要忘了，良好的服务礼仪在平凡的岗位上也能做出了不平凡的业绩，我们还会有理由不热爱我们的工作吗?

服务礼仪的学习虽然结束了，但学习的目的远没有因此而结束，相反我觉得应该是学习与工作相结合的开始。曾几何时，我也有过对自己工作的不满，有过不耐烦的态度，有过不屑的神情，现在想想确实让我觉得内疚和自责。学习过后，我在重新定位自己，审视自己的时候，心中也为自己树立了新的标杆，究竟如何去做，不是看我现在说得如何冠冕堂皇，而是要在实际的工作中看我如何去做，那就请领导和同志们去看我的行动吧!

**高中形体礼仪论文范文 第四篇**

服务礼仪心得体会

中国素来是礼仪之邦，国人秉着以礼相待的原则，接纳海内外的客人。尤其是在中国的职场上：商务宴会，商务谈判中公司年会中等等商务活动，就更能看出素来已有的中国式的礼仪。比如在商务介绍的时候我们会互递名片，在这个时候作为东道主的企业代表在递名片的时候要稍低于客人的以显示对客人的尊敬。其实中国的礼仪在日韩两国得到最好的发扬和表达。在日韩两国的职场上商务的礼仪要比中国的更加明显的，比如在日本企业当中有着很强的“年公序列”等级的制度，况且在他们的语言表达中对敬语和谦语的表达也是非常得细致的，也难怪日本人的压力比较大，一个曾经使用谦语的同事在得到升迁的时候会立马改用敬语了，对于别人的生存压力也就可想而知了。因此作为职场的人要格外多多学习商务礼仪。

学习商务礼仪的时候，我们可以重点从以下几个方面去学习：

首先，是学习在职场上相互介绍或者是介绍他人的礼仪。在互相介绍的时候要首先要注重主次顺序，同时在介绍别人的时候要先从级别高的人介绍依次往下，同时在介绍的时候使用的语气要尽量显示出自己的谦卑之态当我们在介绍完了的时候我们就要开始准备就座了或者开始洽谈，或者开始了商务宴会了，在这个之前，就座的礼仪也是我们必须要体会的，一方面就座的时候要让客人从左边开始按照级别的高低依次坐下这个时候，在客人坐下之后，主人再缓缓坐下表示对客人的尊敬，不过也有特殊情况，当人员中有左撇子的时候要让他在角落里面做下的，这样不会妨碍大家的就餐的。

其次，在商务的洽谈中我们也同样要注重商务的礼仪，比如在商务洽谈中与客人的谈判我们在坐姿上尽量坐得第一点，不要那么得威严和盛气凌人，同时在谈判中要尽量使用敬语“请、您、贵公司”等等都是非常注意的这样的话，客人才会觉得你对他的重视。

最后，在欢送客人的时候我们在欢送客人的路上要尽量走在离客人后侧方，不远不近的地方即为不离不弃。

从这些商务礼仪的细则中我们可以看出如下的几个商务礼仪的心得体会及其商务礼仪的原则：

第一，是要以尊重客人为主的原则，无论在任何场合我们都要始终坚持这条，始终让客人感觉的到你对他的尊敬和热情这是礼仪的最基本原则。

第二，要坚持平等人文的原则，虽然我们说要尊重客人但是不是盲目地抬高客人压低自己的身份，我们在尊敬客人的时候是有个底线，就是保持自己身份的一种高贵和大度，你的姿态就是高起点的那么你的公司也会和你一样受到别人的尊敬的。

第三，商务的礼仪要坚持，简洁高效快速原则，职场上时间就是生命，因此在职场上不必坚持那么多的繁文缛节，处处要以事实出发，坚持尊敬平等的原则就可以了。

在商务场合中或许还会有很多细节我们没有注意到，但是我相信只要我们坚持这样的礼仪原则，我们就一定能在商务场合中做到游刃有余，运用自如的!

**高中形体礼仪论文范文 第五篇**

通过读了金正昆教授的《服务礼仪》后，让我感受颇深，我进一步认识到加强文明礼仪的重要性和必要性，理清了以往对于文明礼仪的肤浅认识和模糊观念。服务礼仪是指服务行业的从业人员应具备的基本素质和应遵守的行为规范，是服务人员在工作岗位上，通过言谈、举止、行为等，对自己所服务的对象表示尊重和友好的行为规范和惯例。简单地说，就是服务人员在工作场合适用的礼仪规范和工作艺术。服务礼仪是体现服务的具体过程和手段，使无形的服务有形化、规范化、系统化。良好的礼仪可以赢得陌生人的友善，赢得朋友的关心，赢得同事的尊重。

学习《服务礼仪》后，其实是会让人受益终身的一件事情。因为没有哪一项工作是不需要接触外界的，也没有哪一份职业是不用和人打交道的。每当我看见或得到文雅得体的礼仪时，心中就会有敬重的感觉。通过学习，知道了礼仪是一个人综合素质的体现，是一个人内在素质与仪表特点的和谐之美、综合之美、完善之美，更代表一种深刻的道德指引。

其实，人都是平等的，既要尊重自己，同时也要尊重他人。尊重上级是一种天职，尊重下级是一种美德，尊重客户是一种常识，尊重同事是一种本分，尊重所有人是一种教养。而尊重他人是要讲究一定方法和原则的，要善于表达对他人的敬意和友好，为他人所接受，形成互动，否则就会好心好意不得好报，造成不必要的误会。就像是金教授所讲的3个原则。第一个，接受对方。第二个，欣赏对方，重视对方。第三个，赞美对方。

总的来说，我觉得一个人以其高雅的仪表风度、完善的语言艺术、良好的个人形象，展示自己的气质修养，赢得尊重，便是自己生活和事业成功的基础了。

所以，学会尊重他人，包容他人，同时必须时时注意自己的说话方式、仪容仪表，以一个乐观积极的形象去迎接生活的每一天。这样才能使自己在一个和谐的社会气氛中实现自己的人生价值吧!

**高中形体礼仪论文范文 第六篇**

摘 要： 本文对湖北省十所高职院校毕业生通过问卷调查进行分析了解高职院校开设形体礼仪课开设的的现状。形体礼仪是发展学生身体素质、提高艺术修养、适应社会需要方面有较好的融合点，并以学生未来的职业需求出发，在当今就业竞争压力大的情况向，提高综合竞争能力。？本文主要采用文献综述、问卷调查、专家访谈等方法。

关键词：高职院校 形体教学 形体礼仪 艺术修养

中图分类号：G712 文献标识码：A 文章编号：1003-9082（20\_）05-0182-01

一、引言

形体礼仪是发展学生身体素质、提高艺术修养、适应社会需要方面有较好的融合点，并以学生未来的职业需求出发，在当今就业竞争压力大的情况向，提高综合竞争能力。当今社会细节决定成败，细节展现素质，细节体现教养。通过十所院校的调查问卷，30%的高职院校专门开始形体礼仪课程；20%开设形体礼仪选修课程，50%的开始体育课程涉及形体礼仪课程。高职院校应加强是形体礼仪，提升职场形象，为提高学生的社会交往能力，进一步提升职场形象打好基础。

二、研究对象及方法

研究对象为湖北省全日高职院三年级毕业生。运用的研究方法：文献综述法、通过相关书籍、文献等了解相关知识；教师访谈法：通过高职院校的教师问卷访谈交流；问卷调查法、通过发放200份学生问卷调查，收回196份，有效问卷192份，50份教师问卷，收回48份，通过问卷调查，教师任务形体礼仪的开始是有必要的，90%的学生希望开设更加系统的形体礼仪，为当今社会多元化和市场对人才的多种需求情况现的生活、职场做准备。

三、结果与分析

1.高职院校开设形体礼仪的现状

形体礼仪课程涉及不足

经问卷调查得出，高职院校中有客运管理、酒店管理、空乘、护理、旅游等服务性、管理性专业的开设形体礼仪，50%学校都没有开设形体礼仪课，仅在体育教学中设2-4个学时的形体礼仪课程，没有时间、内容的保障，还存在着合适教材缺乏，教学方法滞后，考核形式刻板等问题。

场地器材不足

经问卷调查，7所高职院校设立专门的形体训练场地，场地和器材不齐全，这些学校的形体房只能满足专业学生的形体礼仪的教学，各高职院校不同程度地存在着场地少、课程和活动内容陈旧等问题，为了减少运动造成的意外伤害事故，教师安排课程也比较简单。

教学师资不足

经调查，形体礼仪规要求理论与实践相结合，培养学生实际运用所学理论知识的能力，进行实践训练，是一项项艺术性、力量性很高的项目，现在形体礼仪老师一般由音乐老师和体育老师兼职，授课教师自身并没有专业的礼仪知识，缺少社会礼仪实践经验，教学内容要不以舞蹈为主，只练习身体的柔韧性，缺乏力量和健美；要只练习力量和健美，缺少舞蹈基础。缺少集中培训的机会。

领导重视不够

经调查，高校领导普遍认为形体礼仪很重要，他是素质教育的重要组成部分，更是学校可持续发展的特色，但要根据实际情况现开设教学内容，没有教学大纲、教学内容不系统、教学时间，教学经费、培训费用不能保证。

课程研究不足

2.高职院校形体礼仪的必要性

形体礼仪在发展趋势

调查了解，形体礼仪教学必须正确把握教育的特点，创造生动多样的教学形式，使形体礼仪课既能发挥综合训练的效果，又能获得潜移默化的美育效果，使其在素质教育中发挥其他课程不可替代的作用。

形体礼仪形体礼仪的意义及作用

有利于身体素质的发展

形体课是通过形体训练向学生进行素质教育、培养综合能力和塑造优美体态的一门基础课。形体美和服务姿态美对个性独立自我的90后的学生尤为重要，学生通过形体礼仪课程养成正确的身体姿势，塑造健美的形态，提高职业劳动身体素质，很好的适应职业劳动要求，为在职场工作上干出成绩打下良好的身体基础。

有利于审美观和艺术修养培养

形体训练除了身体素质的训练，还是一项审美价值很高的运动项目。他对上课环境有要求，环境优美助于培养和提高学生身体姿态美的表现力和高雅的气质。其次，形体课程内容有讲究，它是以体操、舞蹈、芭蕾的动作为素材的身体形态练习，培养和提高学生对身体美、运动美、姿势美、神情美、音乐美、心灵美的感受与表现力，培养学生塑造健美优雅的形态与气质和正确的审美观。使学生获得未来从事管理服务工作的职业审美素质；

有利于心理健康的培养

形体训练是一项运动的力度感、美感和韵律感和强的运动，在优美的音乐相伴下，给学生带来精神上的愉悦，课堂中融合和谐、高雅、艺术的气氛亦能增强人们沟通和交往的意识和欲望，从而陶冶情操、开阔心胸、激发生活的自信心和进取心，形成豁达、乐观、开朗的良好心境；？从而培养心理素质，提高学生心理承受能力，顺利适应社会有着致关重要的作用。通过教学让学生学会了自信、真诚、守信、尊重、理解、宽容。在碰到困难、痛苦、矛盾和失败时，能正确自如的运用礼仪的交往方法解决问题，且随着困苦和矛盾的不断解决，学生有了成功的成就感，对自己将来所要面对的社会充满信心。

四、结论与建议

高职院校开设形体礼仪是必要的。需要通过提高校园文化氛围，在环境中潜移默化的过程，提高学生的礼仪，深入学生内心，从点滴小事中培养学生良好的生活习惯，提高待人接物水平，提升个人修养；并加强师资队伍建设，培养青年骨干教师，在资金、政策方面给予一定支持，鼓励教师参见各种礼仪培训及研讨会，或者参加各种大型活动来进行礼仪经验积累；为提升职场形象，为提高学生的社会交往能力，进入职场形象打好基础。

参考文献

[1]宋瑞玲.形体教学的内容与方法[J].河北交通科技，20\_，（3）.

[2]单涛.女大学生形体课程教学模式的刍议[J].哈尔滨体育学院学报，20\_，（3）.

[3]胡洁.高职院校礼仪课程教学创新初探〔J〕.内蒙古电大学刊，20\_（3）.

[4]阳旭，姜献生.高职学生职业道德与礼仪实训教程[M].科学出版社

**高中形体礼仪论文范文 第七篇**

高校的体育课教学已经成为学生全面发展的重要手段,对学生形体的塑造和礼仪的教育越来越成为高校教育的重要内容.将形体训练与礼仪教育相结合,融合到高校体育课教学中,成为一个具有开创性的尝试.将形体课程的内容与礼仪教育的内容有机整合,构建出系统完善、目标明确、内容详细的形体礼仪课程,将形体训练的操作性与礼仪教育的理论性相结合,使得形体课程摆脱单纯的练习形式,赋予其人文教育气息.为在大学生中开展形体塑造和礼仪教育提供一个有效的学习途径,拓展体育课的课程价值.通过文献资料、访谈、教学实验和问卷等研究方法,构建了较为系统和完善的大学形体礼仪课程体系,并对实验过程和结果进行了评价.研究结果表明,设计并实施的形体礼仪课程是可行的,并能在高校教学实践中进行广泛的运用.

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！