# 壶关县实验中学中学生日常行为规范量化

来源：网络 作者：落梅无痕 更新时间：2024-11-28

*第一篇：壶关县实验中学中学生日常行为规范量化壶关县实验中学关于中学生日常行为规范量化管理的实施办法班主任受校委会的委托，肩负着贯彻、实施党的教育方针、培养合格人才的重任，是班级工作的领导者和管理者。为鼓励班主任积极认真按照教育规律开展学生...*

**第一篇：壶关县实验中学中学生日常行为规范量化**

壶关县实验中学

关于中学生日常行为规范量化管理的实施办法

班主任受校委会的委托，肩负着贯彻、实施党的教育方针、培养合格人才的重任，是班级工作的领导者和管理者。为鼓励班主任积极认真按照教育规律开展学生德育工作，努力完成好各项班务工作，为加强学生的日常行为管理，打造平安校园，创建文明学校，构建和谐班级，为促进我校的精神文明建设和广大师生的思想道德建设。建设我校的综合管理水平，特制订本办法。并与班主任津贴挂钩实行奖惩管理。

一、考勤方面：

1、凡学生迟到，早退者，每人次扣0.5分。

2、请假无请假条者，扣0.5分。

3、无故旷课、旷自习者，每人次扣1分。

4、无故外出校门者扣1分。

5、两操看出勤率，无故不上操者扣1分。

二、公共场所，集体活动方面：

1、学校集会、集合迅速整齐，人数齐全者不扣分，否则，不按时参会，集合班级扣3分，每缺席一人次扣1分。

2、遵守公共秩序，文明礼貌。如有故意拥挤、起哄、高声喧哗、打架斗殴者，每人次扣5分。并按有关规定给予纪律处分。

3、凡学校一般的各种校内、外集体活动，各班必须按要求准时参加。否则，扣班级积分10分。

4、学校分配劳动任务，要保质保量按时完成，完成任务不好者扣5分，完不成任务者扣10分，拒不接受任务者扣20分。

三、班主任活动方面：

1、凡学校召开的班主任会议，无故缺席1次扣2分。

2、每大周一次生活起无故缺席1次扣5分。

3、班主任请假必须由政教处签注意见后，方可按程序办理手续。否则，以缺勤记处。

4、学校统一安排的班会，不组织者每次扣10分。开会但未按时交政教处班会记录者扣5分。

四、文明建设方面：

1、在楼道、校园内追逐打闹、高声喧哗、狂奔、乱窜教室、楼层者每人次扣1分。

2、在校内放鞭炮、乱写乱画、踢踏门窗、墙壁、每人次扣5分。并根据情节轻重给予纪律处分。

3、在校内骑自行车，在校外骑车带人，不遵守交通规则者，每人次扣1分。

4、在校内打扑克、下棋，每人次扣3分。听单放机（非教学时间除外）每人次扣1分。

5、乱扔粉笔头、废纸、冰糕棒等，每人次扣1分。

6、在教师、楼层和教学楼内外踢球者每人次扣3分。

7、跳窗户、跳围墙，跳栏杆、爬大门者，每人次扣5分。类泛者予以纪律处分。

8、打架斗殴、以大欺小、挑起事端、恐吓勒索他人钱物（借钱在一周内归还）偷窃抢劫行为发生者，一次扣10分，情节严重者移交公安机关处理。

9、外出游山玩水，私拉乱接电线者，每人次扣2分。

10、抽烟、喝酒、说脏话、辱骂他人，或与社会上闲杂人员接触交往者（包括校门口、周边一带）每人次扣3分。

11、进入录像厅、游戏室、台球室、网吧等场所者，没人一次扣5分。夜不归宿者每人次扣10分。

12、穿着奇异服装，蓄留怪异发型者，每人次扣1分。

13、不接受班主任、教师及工作人员管理者，每人次扣2分。发生冲撞，冲突者，每人次扣5分。

14、私自开除学生、私自接纳外来学生，每生扣班级扣10分。然后将所接纳学生清退。

15、故意破坏公物及县城公共设施者，扣班级10分。并接受上级处分。校长、班主任负连带责任。并同时接受上级部门的处分。

16、在公共场所，故意搞恶作剧，制作紧张气氛者，每人次扣5分，造成严重后果者，接受上级处理。

17、有其他不文明，不道德行为者，一次性扣5分。

18、有学生违法犯罪，并产生恶劣影响者，一次性扣10人。

五、环境卫生方面：

1、教师内外、卫生区不干净者，每次扣1分。

2、在校园内买吃零食，随地吐痰、随手丢弃赃物者，每人次扣1分。

3、在校内、宿舍门口随地便溺者，一次性扣3分。

4、厕所内，不讲公共卫生者，每人次扣1分。

5、不按时打扫教室及卫生区者，扣2分。打扫不干净者扣1分。

六、食宿管理方面：

1、不按时作息者，每人次扣1分。跑堂生中午到校时间：冬季:2：00、夏季3:00。住宿生中午休息时间：冬季1:00——2:00、夏季1:00——3:00。晚上教室关灯时间：冬季9:30, 夏季10:30。

2、在住宿区随地泼脏水，每人次扣0.5分。不送便桶每次扣1分，补跌被褥或床铺凌乱者扣1分。

3、无故夜不归宿，每人次扣3分。午休及晚上私自外出者，每人次扣1分，非住宿生无故进入公寓楼内，每人次扣1分。

4、乱窜宿舍扣1分，在他人床上睡觉扣2分。非住宿生或社会现在人员在宿舍留宿者扣5分。

5、不服从食堂，公宿楼管理人员管理者扣1分，顶撞者扣5分。

6、不节约用水、乱倒饭菜者扣1分。

7、在校外食宿、造成食物中毒或其他安全事故者，扣除班主任当月全部津贴。酿成较大事故者，交由司法机关处理。

七、考风考纪方面：

1、偷看他人试卷或合伙作弊者没人扣1分。

2、偷看书籍、资料、夹带者，每人次扣1分。

3、传抄夹带、答案、试卷者，没人次扣1分。

4、顶撞监考教师、违反考场纪律者，扣5分。

5、凡在考试中作弊，除扣处班级积分外，试卷以零分计成绩。

八、奖励与处罚方面

1、对当月累计扣分在10分者，在班上作书面检查。由分管校长、家长、班主任签字后，可给一次再就读机会。如再犯纪，一次性劝退，学校不保留学籍。

2、对当月累计扣分在10分以上者，令其退学，学校不保留学籍。

3、对未经学校和政教处同意，擅自包看电影、开晚会、春游等活动者，扣除班主任当月津贴，并追究责任，给予班主任纪律处分。

4、对违反校规校纪，造成严重后果和恶劣影响的班级，扣除当月班主任津贴。一年内不能评模，该班不能评为先进班集体。

5、班级考核积分连续三次居最后者，经校委会研究，更换班主任。

6、被扣分的学生，班主任不得对其进行罚款处理或其他形式制裁。

7、班级考核积分逐月公布。分一、二、三等。考核积分与班主任津贴挂钩。一等奖8名，二等奖10名，三等奖8名。

8、各班做好事，拾金不昧，无类似打架斗殴等影响较大违纪事件发生的班，连续两次得卫生流动红旗的班，社会公益事业，有一定影响力度的班，当月积分可加20分。

九、每月25日截止后累计积分，由政教处、团委会、学生会进行公开、公平、公正操作。核实后抄报学校领导并通报全校。积分情况一律装入班主任业务档案。并与评摸、职称评定工作挂钩，每年从综合积分考核中择优选评出班主任，并作为评选先进班集体的依据之一。

十、本办法于2024年9月1日起开始执行。

政教处 2024年9月1日

**第二篇：中学生日常行为规范量化评分条例**

中学生日常行为规范量化评分条例

为了加强学生的养成教育，记录学生的成长过程，培养学生心灵美、语言美、行为美、仪表美的良好品格，引导学生弘扬中华民族的传统美德，保持优良道德行为规范，并做到知行合一，学校特拟本条例。

本条例分为加分和扣分两部分。

加分条例：

1、升旗仪式上作为学生代表发言或受到学校表扬，加2分。

2、代表学校参加各种学科比赛、文艺演出、体育比赛，加2分。

3、每月全勤加3分。（包括早读、集会、上课、课间操均没迟到）

4、评为学校“学习之星”、小十佳“、”阳光之星“、三好学生、三好学生标兵、三好学生干部、优秀团员、优秀班干部以及获得国家、省、市、区级荣誉称号的学生，加5分。

5、拾金不昧，每一人次加2分。

6、每月行为表现有明显进步的学生加2分。

7、学习勤奋刻苦、中段考、期末考试列班前10名及学习进步大，中段考、期末考级进幅20名以上，班进幅10名，加5分。月考前10名加3分。

8、主动参加学校、班集体或社区公益活动，加2分。

9、该周所属班获文明班评比前7名，全班每位学生加3分。

10、一个月没缺交、迟交作业，加3分。

11、每学期称职的班干部加3分。

12、积极参加专项训练，全勤、表现好，每月加2分。

13、午休表现好，每月加2分。

扣分条例

一、出勤：

1、迟到一次扣1分。（正课钟响后未到座位就座）

2、。迟到15分钟当旷课处理，旷课一节扣3分。（擅自不参加课间操、自习课擅自外出打球作旷课处理，）

说明：

迟到三次作旷课一节处理，一个学期累计旷课40节者，处以警告处分；累计80节者，处以记过处分；累计120节者，处以开除学藉、留校察看，经教育不改作自动退学处理。

二、卫生

1、乱扔乱吐，破坏环境卫生，每次扣1分。

2、早读、上课吃零食、早餐扣2分。

3、不依时值日，不服从安排参加大扫除，扣2分。如因没尽责导致班扣分，再扣1分。

4、窗台摆放物品及桌面摆放饮料、食物者，扣1分。

6、在校内吃香口胶，扣1分。

三、午休

1、午休铃响后未回座位，扣1分。

2、午休期间过位、讲话、每次扣1分，一个月之内违纪三次及午休缺席三次者，取消在校午休资格。

3、午休时间违纪（游荡、打球、玩扑克、下棋等），扣2分。

四、课室管理。

1、不经教师许可，擅自开启或使用电脑，扣5分，情节严重者交由教导处处理。

2、保持课室台椅、墙壁、黑板的干净，乱涂乱划乱贴者，扣2分。

3、损坏公物，视情节扣5-10分，并照价赔偿。

4、体育课期间不能回课室，擅自离开体育教学区属旷课，扣3分。

五、学习规范：

1、没依时交作业，每次扣1分，缺交作业，每次扣2分。

2、测验、考试作弊，视情节扣10分，取消该科成绩。

3、课堂上学生使用手机，扣5分，情节严重给予纪律处分。

六、仪容仪表：

1、男生发型留短发，不留长发，不准怪发型、光头、染发、烫发，符合发型标准方可入校，违规扣3分。

2、女生发型宜简单得体，短发不过肩，长发要扎好，不剪碎发，不染发、烫发，不准怪发型，符合发型标准方可入校，违规扣3分。

3、学生不戴首饰等，不涂指甲、不化妆,违规扣2分。

七、文明行为：

1、讲粗言，扣1分，屡教不改者德育考核评为不合格。

2、不尊重老师，不服从管教，甚至顶撞老师，扣5-10分，情节严重交由教导处处理。

3、男女同学非正常交往，行为失当，不符合中学生行为规范，扣10分，德育考核降级处理。

4、中学生严禁吸烟，一经发现，不管校内校外，都属严重违反《中学生守则》和校规校纪。在校吸烟作破坏教学秩序论处。以上吸烟行为除扣德育分或德育考核不合格外，并视情节严重分别给予停课，在家反思检讨，家长教育和给予严重警告处分或记过处分等。学校对屡教屡犯者给予开除处理。

5、翻越围墙入校，全校点名批评，扣10分；

6、打架、斗殴、勒索属严重违纪行为，另行严肃处理，包括记过处分、开除学籍处理。

评定总则

每位学生的底分为60分，加减分以上述条例为准，学期末统计总分，总分在0-40分者，德育考核等级评为不合格；在41-60分者，评为合格；61-85分者，评为良；86分以上评为优。

广州市第109中学2024年3月正式实施

**第三篇：中学生日常行为规范**

中学生日常行为规范

一、自尊自爱，注重仪表

1、维护国家荣誉，尊敬国旗、国徽，会唱国歌，升降国旗、奏唱国歌时要肃立、脱帽、行注目礼，少先队员行队礼。

2、穿戴整洁、朴素大方，不烫发，不染发，不化妆，不佩戴首饰，男生不留长发，女生不穿高跟鞋。

3、讲究卫生，养成良好的卫生习惯。不随地吐痰，不乱扔废弃物。

4、举止文明，不说脏话，不骂人，不打架，不赌博。不涉足未成年人不宜的活动和场所。

5、情趣健康，不看色情、凶杀、暴力、封建迷信的书刊、音像制品，不听不唱不健康歌曲，不参加迷信活动。

6、爱惜名誉，拾金不昧，抵制不良诱惑，不做有损人格的事。

7、注意安全，防火灾、防溺水、防触电、防盗、防中毒等。

二、诚实守信，礼貌待人

8、平等待人，与人为善。尊重他人的人格、宗教信仰、民族风俗习惯。谦恭礼让，尊老爱幼，帮助残疾人。

9、尊重教职工，见面行礼或主动问好，回答师长问话要起立，给老师提意见态度要诚恳。

10、同学之间互相尊重、团结互助、理解宽容、真诚相待、正常交往，不以大欺小，不欺侮同学，不戏弄他人，发生矛盾多做自我批评。

11、使用礼貌用语，讲话注意场合，态度友善，要讲普通话。接受或递送物品时要起立并用双手。

12、未经允许不进入他人房间、不动用他人物品、不看他人信件和日记。

13、不随意打断他人的讲话，不打扰他人学习工作和休息，妨碍他人要道歉。

14、诚实守信，言行一致，答应他人的事要做到，做不到时表示歉意，借他人钱物要及时归还。不说谎，不骗人，不弄虚作假，知错就改。

15、上、下课时起立向老师致敬，下课时，请老师先行。

三、遵规守纪，勤奋学习

16、按时到校，不迟到，不早退，不旷课。

17、上课专心听讲，勤于思考，积极参加讨论，勇于发表见解。

18、认真预习、复习，主动学习，按时完成作业，考试不作弊。

19、积极参加生产劳动和社会实践，积极参加学校组织的其他活动，遵守活动的要求和规定。

20、认真值日，保持教室、校园整洁优美。不在教室和校园内追逐打闹喧哗，维护学校良好秩序。

21、爱护校舍和公物，不在黑板、墙壁、课桌、布告栏等处乱涂改刻画。借用公物要按时归还，损坏东西要赔偿。

22、遵守宿舍和食堂的制度，爱惜粮食，节约水电，服从管理。

23、正确对待困难和挫折，不自卑，不嫉妒，不偏激，保持心理健康。

四、勤劳俭朴，孝敬父母

24、生活节俭，不互相攀比，不乱花钱。

25、学会料理个人生活，自己的衣物用品收放整齐。

26、生活有规律，按时作息，珍惜时间，合理安排课余生活，坚持锻炼身体。

27、经常与父母交流生活、学习、思想等情况，尊重父母意见和教导。

28、外出和到家时，向父母打招呼，未经家长同意，不得在外住宿或留宿他人。

29、体贴帮助父母长辈，主动承担力所能及的家务劳动，关心照顾兄弟姐妹。

30、对家长有意见要有礼貌地提出，讲道理，不任性，不耍脾气，不顶撞。

31、待客热情，起立迎送。不影响邻里正常生活，邻里有困难时主动关心帮助。

五、严于律己，遵守公德

32、遵守国家法律，不做法律禁止的事。

33、遵守交通法规，不闯红灯，不违章骑车，过马路走人行横道，不跨越隔离栏。

34、遵守公共秩序，乘公共交通工具主动购票，给老、幼、病、残、孕及师长让座，不争抢座位。

35、爱护公用设施、文物古迹，爱护庄稼、花草、树木，爱护有益动物和生态环境。

36、遵守网络道德和安全规定，不浏览、不制作、不传播不良信息，慎交网友，不进入营业性网吧。

37、珍爱生命，不吸烟，不喝酒，不滥用药物，拒绝毒品。不参加各种名目的非法组织，不参加非法活动。

38、公共场所不喧哗，瞻仰烈士陵园等相关场所保持肃穆。

39、观看演出和比赛，不起哄滋扰，做文明观众。

40、见义勇为，敢于斗争，对违反社会公德的行为要进行劝阻，发现违法犯罪行为及时报告.中学生礼仪读本

中学生开始进入青春期了。这个时候，他们的身体开始迅速地成长发育，骨骼、体态逐渐开始成形。除了身体，他们的思维、情绪、意志等也在按照自己的个性发展着。这段时期是少年走向成年的关键时期，人生观、世界观与价值观正在养成。

中学生的智力水平接近成人高峰状态。他们已经学会开始理智地思考问题，开始有自己的见解。自我意识进一步增强，他们要求别人了解、理解和尊重自己，希望自己被给予最大的空间。他们享受到的一切社会财富已经使得他们比想像中的要成熟、聪明与能干得多。他们也已经掌握了一定的礼仪知识，而礼仪又需要实践。

良好的礼仪，能够培养中学生具有出色的形象与品质。

1.中学生要具备漂亮的仪容，应该符合哪5个基本要求？

（1）头发整洁。

（2）面部干净。

（3）口气清新。

（4）指甲清爽。

（5）养成良好的个人卫生习惯。

2.头发整洁的具体要求是什么？

（1）不论男中学生还是女中学生，刘海都应该是整齐和圆润的。

（2）女中学生如果留的是长发，那么请扎一个马尾辫。

（3）男中学生的刘海不能过眉毛，更不要留长发。

（4）女中学生可以在头发上夹上自己喜欢的发夹。发夹不要夹得太多，太多了反而不漂亮了。

（5）中学生们每天都会有一定的运动量，那就免不了出汗，天天洗头是应该的。

（6）千万不要在不干净的头发上使用发胶。

3.面部干净的具体要求是什么？

（1）面部没有明显的灰尘与汗迹。

（2）眼角、鼻孔、耳后与脖颈没有藏污纳垢。

（3）如果面部长了青春痘又比较严重的话，应该及时去医院治疗。处于发育阶段的中学生，一

定要把脸洗干净，那样才能够减少因为油脂分泌引起的青春痘。

（4）如果需要，可以开始使用适合的洁面护肤品。

（5）女中学生要杜绝彩色、深色的眼影与假睫毛。

（6）男中学生如果有需要，可以定期剃须。

4.口气清新的具体要求是什么？

（1）一天至少要在睡前和起床之后刷两次牙齿。如果可能的话，用餐以后也要刷牙。

（2）吃口香糖，帮助清除口腔里的异味。在吃口香糖的时候，要确保上下嘴唇是闭合的，一定

不要发出吧嗒吧嗒的声音。口香糖从嘴里取出来之后，要放在纸里包好，再丢到垃圾桶里。

（3）随身带着口气清新剂，在吃饭之后，不能刷牙的情况下，背过身去，趁着没有人看见的时

候，喷一下。

5.指甲清爽的具体要求是什么？

（1）女中学们把自己的长指甲剪掉！即使等你们变成了成年人，也要注意在正式场合不宜涂抹

浓艳的指甲油。

（2）男中学生们，你们永远都不能留长指甲。

（3）千万不能有咬指甲的坏习惯。

（4）定期修剪指甲并保持手部洁净。

6.良好的个人卫生习惯包括哪些内容？

（1）要做到天天洗头、洗澡、洗脚和换洗袜子、内衣裤。

（2）要勤换洗衣服，衣服上不要有灰尘和污渍，不要有汗味与体味。

（3）鞋子要穿一天，吹或者晒一天，那样有利于杀死由于潮湿引起的细菌。

（4）随身携带好手帕或纸巾。

（5）备个自己的钱包，将纸币平整地放在里面。备个零钱袋，用来放硬币。

（6）养成把每一类物品都放在固定包包里的习惯，这样你的物品看上去就很整洁，自己找起来

也会很方便。

（7）吸烟有害健康，青少年吸烟是严令禁止的。

7.中学生着衣的原则是什么？

（1）中学生着衣要遵循时间、地点与场合的原则。

（2）中学生的衣着要有“学生味”。

8.中学生着衣有哪些需要注意的问题？

（1）中学生着装重要的是自己的想法和自己的风格，不要一味追求品牌甚至是名牌。

（2）服装消费方面不能养成无收入人群高消费的坏习惯。

（3）穿着的校服应该干净、整齐。

（4）如果去大剧院观看演出的话，别穿运动服和休闲装。男中学生请穿上衬衫、西裤和皮鞋。

女中学生可以穿上裙子和皮鞋。

（5）春游、秋游和运动会的时候，应该穿运动服与休闲装。女中学生最好不要穿裙子和皮鞋。

（6）不要穿着睡衣行走在任何公共的场所。

（7）棉毛衫裤（秋衣、秋裤）等内衣是不能在公共场所外露的。

（8）校徽与团徽应该被别在上衣左侧，位置与左上兜相平。团徽在上，校徽在下。

（9）不论男生和女生请都不要戴戒指。女生请尽量不要戴耳环。

9.中学生正确的站姿应该是怎样的？

（1）站立的时候，一定要把胸挺起来。

（2）两肩要放平，并且向后展开。

（3）腹部要内收，臀部要外翘，双腿要站直，并用意念将重心放在两腿之间。

（4）男生站立的时候，可以微微分开双脚，双手自如地放在体侧。

（5）女生站立的时候，双脚可以成“V”型，双脚后跟与膝盖要并拢；还可以成“T”型，一只

脚的脚跟靠着另一只脚的脚弓。女生的双手放在腹部前，右手盖在左手之上，并微微地露出左手的手指。

10.中学生正确的坐姿应该是怎样的？

（1）在入座的时候，男生可以走到座位前，转身，把右脚向后撤半步，轻稳坐下，然后把右脚

和左脚并齐，或者将双腿微微地分开，手可以放在大腿面上，如果有的话――也可以自然地放在桌面、椅子的扶手上。

（2）上身尽量和站着的时候一样，保持挺直，头端正，面部要微带笑容。

（3）当要起身的时候，右脚先后收半步，然后站起。

（4）女生应该双脚着地，双膝并拢地就坐，也可以将双腿并拢，左脚踮起，右脚从背后搁在左

脚脚踝处。

（5）女生的上半身要保持挺直，双手放在大腿面上，右手叠放在左手之上，微微露出左手的手

指。

（6）坐着的时候，千万不要抖动双腿。

11.中学生正确的走姿应该是怎样的？

（1）走路的时候先记得把脚跟提起来。

（2）抬头、挺胸和收腹，双眼平视前方，不要弯腰弓背。

（3）脚尖迈出的方向要正，避免呈现外八字和内八字。

（4）双手自然地摆动，不要插在裤袋，不要倒背在后面，不要挥舞双手。

（5）在窄小公共场合，你有急事想要“超车”，请尽量在前方人群的右侧，侧着身子快速而轻微

移步过去，并适时对别人说：“对不起，借过。”之类的礼貌语。

12.中学生正确的跑姿应该是怎样的？

（1）抬头、挺胸、收腹、肩膀后张，双手弯曲并自然地放在胸旁的两侧。

（2）双腿要尽量地迈开步子，稳步前进。

（3）在跑步的时候，上身不要晃动得太厉害，尽量保持上身的挺拔。

13.中学生正确的蹲姿应该是怎样的？

（1）不论男孩还是女孩，蹲着的时候都不要完全蹲到底，大腿面和地面平行或者成为略小于90的角度都可以。

（2）男生的双腿可以像坐着的时候一样，稍稍分开。

（3）女生的双腿一定要完全并拢。如果女生穿的是裙子，微微地欠身和放下臀部就好。

14.中学生应该怎样和别人打招呼？

（1）同学们要学会面带笑容，看见别人问声“您好”。

（2）如果暂时还不能做到开口说“您好”，那么就从面带笑容对别人点头示意开始吧。

（3）有些同学看见自己熟悉的或者很久不见的朋友，想要给对方一个惊喜，会偷偷地从后面拍

打朋友的肩膀。这是一个不好的举动，因为突然从背后偷袭别人会给别人造成惊吓，而且，拍别人的肩膀也是个不礼貌的行为。如果用自己的食指轻轻敲击朋友的后背，当他转过头看见你的时候，也一样会有惊喜的。

15.中学生应该怎样和别人握手？

（1）要站着握手。

（2）伸出右手的时候应该四指并拢，虎口向上，大姆指张开，手臂向前下方伸出去。

（3）相握的时候，请弯曲自己手指，时间保持在上下晃动两下就可以了。

（4）右手在握手的时候，左手不要放在口袋里。

（5）握手的时候，目光要注视着对方。

（6）握手时资历深的人先伸手；女士先伸手；年长者先伸手。

16.中学生应该怎样行鞠躬礼？

（1）鞠躬是下级对上级、晚辈对长辈、个人对群体的礼节。

（2）行鞠躬礼时，脱帽、立正、双目注视对方，面带微笑。

（3）身体上部向前倾斜自然弯下15--30度左右，低头，眼向下看。

（4）有时为深表谢意，上体前倾可再深些。

17.中学生应该怎样接受名片？

（1）接受名片时候应该用双手。

（2）接受好的名片应该当着名片主人的面好好保存好。

（3）千万不能把接受到的名片随便地往旁边一放，往裤兜一塞，或者随便往包里一扔。

18.中学生应该怎样介绍自己和别人？

（1）面对新朋友，面带微笑地说声：“您好，我是×××，很高兴认识您。”这时候，可以将手

轻轻地放在左胸。当然，如果你愿意的话，也可以和别人握手。

（2）介绍别人的手势是这样的：伸出右手，掌心向上，四指并拢，大姆指微微分开，自然地指

向被介绍者的腰际上方。眼睛则注视着另外一个人。

（3）介绍别人要注意做到：先将男士介绍给女士，将年轻的介绍给年长的，将职位低的介绍给

职位高的，将未婚者介绍给已婚者，将晚到的客人介绍给在场的宾朋。

19.中学生应该怎样和别人交谈？

（1）想要和别人说话的时候，彼此走到跟前，用尽量轻的声音说话。

（2）同学们要用标准的普通话和别人交谈，不要学得怪腔怪调的。

（3）说话不要过快。

（4）和别人交谈时 “您好”、“请”、“谢谢”、“不好意思”和“打搅一下”等礼貌用词应该经

常挂在嘴边上。

20.写信的时候要注意哪些礼仪问题？

（1）称谓要顶格写，前面可以加上恰当的称呼，比如：“亲爱的×××”，“敬爱的×××”等等。

（2）称谓之后写上问候的话，比如：“您好”，“你好”，“你还好么”，“很想念你”以及“好久不

见”，“见字如面”等等。

（3）正文中关心对方情况的话要写在前面，然后再写其他的内容。

（4）在正文之后，写上一些敬语，比如：“此致”，“想你”，“祝愿你健康”等等。

（5）最后就是自己的署名和日期。日期在署名正下方，两者都靠信纸的右侧。

（6）不要用红笔写信，因为红色的字迹代表是绝交的意思。

（7）在折叠信纸的时候，不要随意地一折，一定要对齐。

（8）贴邮票的时候要仔细，不要将胶水或者浆糊涂在信封别的地方。邮票如果很多的话，请贴

在信封的后面。

21.上网的时候要注意哪些礼仪问题？

（1）在和别人聊天的时候，要使用各种表情图案来表达自己的心情，弥补没有声音、没有画面的缺憾。

（2）如果要离开的话，一定要及时调整自己的“状态”显示，不要让对方不明不白地等待。

（3）书写电子邮件的时候，记得清理掉信件内多余的网址和字行。让你的邮件看上去就像是一

封在信纸上认真书写的信。

（4）如果用英文写信，请慎用大写字母。因为大写字母给人在喊叫的感觉。

（5）定期检查自己的邮箱。

（6）及时回复别人的邮件，不要加入转发链。

（7）不要把别人的隐私发到网上。

（8）诚实友好地交流，不侮辱欺诈他人。

（9）不浏览淫秽、暴力、迷信以及其他违法违规信息。

（10）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。

22.馈赠礼物的时候要注意哪些礼仪问题？

（1）中学生还没有经济来源，所以不要买很贵重的礼物，也不要相互攀比赠送的礼物。

（2）给别人送礼物最好要选择他需要的，而不要为了送礼而送礼。

（3）赠送礼物要有美丽、精致的包装。

（4）不到万不得已，不要让对方来自取礼物。

（5）礼尚往来，收了礼要记得在适当的时候还礼。

23.在公共空间要注意哪些礼仪问题？

（1）在公共空间不要和异性朋友过于亲昵。

（2）在公共场所里咳嗽或者打喷嚏的时候，要用手帕或纸巾遮口，并向离你近的人说“对不起。”

（3）当你起身的时候，应该用一只手帮助自己把椅子向后推一些，不要让椅子发出难听的声音。

起身之后，把椅子轻轻地放回原位。

（4）要有“位置感”，不要成为公共空间的障碍物。例如不站在楼梯口讲话，阻挡了别人的道路；

在超市中不乱停小推车，使得别人难以通行等等。

24.使用手机要注意哪些礼仪问题？

（1）在公共场所不要旁若无人地大声通话。

（2）在会场、影院、剧场、音乐厅、图书馆、展览馆等需要保持安静的场所，主动关机或置于

振动、静音状态；若接到来电，应到不妨碍他人的地方接听。

（3）不在乘坐飞机的过程中使用手机，不在加油站使用手机。

（4）上课的时候应该把手机关掉。

25.收发手机短信有哪些礼仪要求？

（1）在需要保持安静的公共场所，或与人交谈时，将短信接收提示音调至静音或振动状态。

（2）不在与人谈话时查看或编发短信。

（3）编发短信用字用语规范准确、表意清晰。短信内容后最好留姓名，以使接受方知晓发送人。

（4）不编发有违法规或不健康的短信，不随意转发不确定的消息。收到不良短信可建议或告诫

发送者停止发送。

26.骑自行车要注意哪些问题？

（1）要学会感觉自己的自行车，比如它的刹车，感觉它的性能和异常等等。

（2）自行车要行驶在规定的道路里，如果拐弯一定要伸手和转头示意。

（3）不要在自行车上长时间地和人说话，也不要并排骑自行车。

（4）遇到需要下车的地方，比如学校、机关的大门口，要主动下车，不要飞驰而过。

（5）许多学生朋友喜欢骑飞车，觉得很帅，其实这样很不安全，请尽量避免。

27.开门、扶门的礼仪是什么？

（1）当你走进或者走出门的时候，请不要扬长而去，留一只手来挡住门的惯性，为身后的人扶

一下门。

（2）当有人为你扶门的时候，请不要忘记对他微笑并说声“谢谢”。

（3）如果开门的时候需要拉的话，你就拉开门，自己站在一边，让别人先过去，然后你再走过

去。

（4）如果开门的时候需要推，你就在自己走过去后用手扶住门，别松开。

28.在食堂就餐的时候要注意哪些问题？

（1）要文明有序安静用餐，不大声喧哗插队争抢。

（2）要珍惜粮食勤俭节约，不浪费一粒米一棵菜。

（3）要将餐具送到回收处，不带公共餐具出食堂。

（4）要保持餐桌整洁干净，不乱扔纸巾乱倒饭菜。

（5）要爱护餐具方便他人，不多拿餐具影响他人。

（6）要爱护餐厅设备设施，不蹬踏桌凳任意搬动。

29.住校的中学生要注意哪些问题？

（1）保持寝室内外的整洁，要每天打扫寝室。不要在寝室内外乱抛瓜皮、纸屑、乱倒饭菜。

（2）被褥要折叠得整齐美观，并统一放在一定位置上。

（3）衣服、鞋帽、口杯、桶子、碗匙、热水瓶等，要统一整齐地放在规定的地方。

（4）换下的脏衣服、脏鞋袜要及时洗净、晾干，未洗前不要乱丢。

（5）寝室内外的墙壁严禁乱写乱画，严禁张贴，要保持干净。

（6）严禁私安、私接电源和使用吹风机、热得快以及用电炉烧水等。

（7）严禁在宿舍区随地大小便，严禁向楼下倒水。

（8）尊重别人的隐私，不要翻阅别人的东西。

（9）自觉热情招待同学的来访亲友。

30.男女同学接触的时候要注意哪些礼仪问题？

（1）异性同学间，应注意以礼相待，相互平等，相互尊重、相互帮助。

（2）异性同学间不能互起绰号，不能讲粗话、脏话和庸俗的传闻，不能久久凝视对方，不能打

打闹闹。

（3）对异性同学的容貌、身材和衣着，不应评头品足。

（4）对异性同学的弱点、缺点或残疾，不可嘲讽、不要伤害对方的自尊心。

31.同学聚会的时候要注意哪些问题？

（1）同学的生日、毕业和老乡聚会应以精神交流为主，以学业和事业为重。

（2）活动的安排应有激励作用，应能鼓舞同学奋发向上，并享受同学们给予的集体友爱和温暖。

（3）不应每人凑钱，到馆子里或在寝室里大吃大喝，不能酗酒和无节制地狂欢，更不能影响他

人的正常生活。

**第四篇：中学生日常行为规范**

学生行为规范

一、学校礼仪规范

1、上下课起立、向老师问好，待老师走出教室再下座位。

2、课上发言先举手，与教师交流或请教问题要站立，表情要谦和。

3、有听课教师要主动帮着搬回座位，学校来客要主动引路。

4、学生要做到进校不跑，进楼不吵。在教室里同学之间讲话要低声细语，以对方听到为宜，以便创造安静的学习环境，任何时候都不要在教室里喧哗打闹。

5、楼内行走，慢步轻声靠右行，坚决杜绝在楼道上拥挤、打闹，以防伤害。尽量不要到土路上行走，以防带土，影响卫生。

6、学生之间要团结友爱，互相帮助，共同进步，不准以大欺小，以强凌弱。杜绝拉帮结派、里勾外联打架斗殴及各种扰乱学校正常秩序的现象出现。

7、进老师办公室要喊报告，听到“请进”后方可进入。进入办公室不动他人物品。

8、学生在校期间一律穿校服、戴校徽和红领巾（小学部）。

9、主动捡拾地上杂物，认真值日、保持教室、校园整洁优美；爱护公物、不在墙壁、课桌上胡乱涂抹、随意蹬踏。

10、进入校门要下车，把自行车放在制定地点，不随便乱放自行车，不在校园内骑车。

11、课间操要精神饱满，站队要快、静、齐，做操准确有力，下操路途上要喊班训，带队学生的口号要自始自终响亮有力。

12、体育课5～10分钟的队形队列的训练要认真，节奏要紧凑，以培养团队精神和一切行动听指挥的思想意识。从事体育活动必须按学校的规定和教师的要求进行，以防造成伤害。

13、熟记班训、班级誓词、班主任寄语，让其真正起到熏陶、指引、规范、激励的巨大作用。

14、有事请假，随身携带请假条。中午下午放学按时离开教室（杜绝中午在教室学习休息）。回家路上不逗留。

15、按时作息，高效率做事。吃饭15~20分钟，调整10分钟，然后 1

立即进入学习或休息状态。杜绝看武侠、言情以及不健康书籍。

16、讲究卫生。早晚刷牙，每晚洗脚。勤洗头，（冬天每周1～2次，夏天每周2～3次）不吃零食。

17、初中部男女同学保持一定距离，不得频繁接触，不准谈恋爱。

18、升旗要求：迅速整齐、保持肃静、禁止迟到、早退、无故缺席或中途退场，禁止看书或玩耍、禁止聚众交谈、故意起哄，乱鼓掌，打口哨，禁止集会时说话、打闹、吃东西等。

二、日常行为规范

1、举止文明、不乱扔果皮纸屑、不随地吐痰，不吸烟不喝酒、不进营业性网吧，不进录像厅、游戏厅等不健康的娱乐场所。（上不良网站像吸毒一样极易上瘾，不思学习，重者丧失理智，毁掉前途）。

2、自己料理生活。收拾清扫房间、洗衣，在家做饭、洗碗，主动做力所能及的劳动。外出时要向教师、家长说明时间、地点、接触的人事等。以防教师、家长担心。

3、有人、车相向而行或同向而行，自己速度慢时主动靠右走。骑车不强行、不带人、不闯红灯。见师长要下车，不横冲直撞。过马路要走人行横道。上学乘车低年级同学要优先上车入座。

4、在商店不乱动商品、陈设，挑选东西后不买要向营业员表示歉意。

5、经常把生活、学习、思想情况如实告诉父母，认真听取父母的指导，体谅父母辛苦，不对家长闹脾气，不顶撞。

6、增强安全意识，不携带管制刀具、棍棒等凶器，发现凶器立即向学校报告，帮助学校及时消除安全隐患，遵守学校各项安全制度。

7、与人谈话要落落大方，彬彬有礼，语言要亲切和蔼；不随意打断别人的讲话、不打扰他人学习、工作和休息。

8、注意乘车安全，平时乘坐车况好，由运营部门统一管理的车辆。不坐超载车、私车、报废车、“三无”车、小三轮车。

9、卫生

环境卫生区。卫生区每天打扫两次（早读、下午上课前），卫生区内垃圾桶应及时清理。扫除后无垃圾（纸、塑料袋、瓶、石块、果皮、果核等）。

厕所应每天打扫、冲刷干净。

教室：地面清洁、桌椅干净、物品摆放整齐有序、窗帘及时拉到位、窗台、暖气管道上保持干净，不准摆放任何物品、天棚、墙壁无灰尘、无

蜘蛛网，黑板清洁，扫除用具摆放整齐，有固定位置、讲桌里面干净、桌面无灰尘，物品摆放整齐，要保持墙面清洁，不准喷溅污点、脚蹬。

10、在校不准带手机，不准听随身听、MP3、MP4等。

11、禁止偷骑他人自行车、电动车；禁止往楼

下、楼道泼水;禁止把食品带入教学楼内。

中学生日常行为规范

（教育部修订）

一、自尊自爱，注重仪表

1、维护国家荣誉，尊敬国旗、国徽，会唱国歌，升降国旗、奏唱国歌时要肃立、脱帽、行注目礼，少先队员行队礼。

2、穿戴整洁、朴素大方，不烫发，不染发，不化妆，不佩戴首饰，男生不留长发，女生不穿高跟鞋。

3、讲究卫生，养成良好的卫生习惯。不随地吐痰，不乱扔废弃物。

4、举止文明，不说脏话，不骂人，不打架，不赌博。不涉足未成年人不宜的活动和场所。

5、情趣健康，不看色情、凶杀、暴力、封建迷信的书刊、音像制品，不听不唱不健康歌曲，不参加迷信活动。

6、爱惜名誉，拾金不昧，抵制不良诱惑，不做有损人格的事。

7、注意安全，防火灾、防溺水、防触电、防盗、防中毒等。

二、诚实守信，礼貌待人

8、平等待人，与人为善。尊重他人的人格、宗教信仰、民族风俗习惯。谦恭礼让，尊老爱幼，帮助残疾人。

9、尊重教职工，见面行礼或主动问好，回答师长问话要起立，给老师提意见态度要诚恳。

10、同学之间互相尊重、团结互助、理解宽容、真诚相待、正常交往，不以大欺小，不欺侮同学，不戏弄他人，发生矛盾多做自我批评。

11、使用礼貌用语，讲话注意场合，态度友善，要讲普通话。接受或递送物品时要起立并用双手，12、未经允许不进入他人房间、不动用他人物品、不看他人信件和日记。

13、不随意打断他人的讲话，不打扰他人学习工作和休息，妨碍他人要道歉。

14、诚实守信，言行一致，答应他人的事要做到，做不到时表示歉意，借他人钱物要及时归还。不说谎，不骗人，不弄虚作假，知错就改。

15、上、下课时起立向老师致敬，下课时，请老师先行。

三、遵规守纪，勤奋学习

16、按时到校，不迟到，不早退，不旷课。

17、上课专心听讲，勤于思考，积极参加讨论，勇于发表见解。

18、认真预习、复习，主动学习，按时完成作业，考试不作弊。

19、积极参加生产劳动和社会实践，积极参加学校组织的其他活动，遵守活动的要求和规定。

20、认真值日，保持教室、校园整洁优美。不在教室和校园内追逐打闹喧哗，维护学校良好秩序。

21、爱护校舍和公物，不在黑板、墙壁、课桌、布告栏等处乱涂改刻画。借用公物要按时归还，损坏东西要赔偿。

22、遵守宿舍和食堂的制度，爱惜粮食，节约水电，服从管理。

23、正确对待困难和挫折，不自卑，不嫉妒，不偏激，保持心理健康。

四、勤劳俭朴，孝敬父母

24、生活节俭，不互相攀比，不乱花钱。

25、学会料理个人生活，自己的衣物用品收放整齐。

26、生活有规律，按时作息，珍惜时间，合理安排课余生活，坚持锻炼身体。

27、经常与父母交流生活、学习、思想等情况，尊重父母意见和教导。

28、外出和到家时，向父母打招呼，未经家长同意，不得在外住宿或留宿他人。

29、体贴帮助父母长辈，主动承担力所能及的家务劳动，关心照顾兄弟姐妹。

30、对家长有意见要有礼貌地提出，讲道理，不任性，不耍脾气，不顶撞。

31、待客热情，起立迎送。不影响邻里正常生活，邻里有困难时主动关心帮助。

五、严于律己，遵守公德

32、遵守国家法律，不做法律禁止的事。

33、遵守交通法规，不闯红灯，不违章骑车，过马路走人行横道，不跨越隔离栏。

34、遵守公共秩序，乘公共交通工具主动购票，给老、幼、病、残、孕及师长让座，不争抢座位。

35、爱护公用设施、文物古迹，爱护庄稼、花草、树木，爱护有益动物和生态环境。

36、遵守网络道德和安全规定，不浏览、不制作、不传播不良信息，慎交网友，不进入营业性网吧。

37、珍爱生命，不吸烟，不喝酒，不滥用药物，拒绝毒品。不参加各种名目的非法组织，不参加非法活动。

38、公共场所不喧哗，瞻仰烈士陵园等相关场所保持肃穆。

39、观看演出和比赛，不起哄滋扰，做文明观众。

40、见义勇为，敢于斗争，对违反社会公德的行为要进行劝阻，发现违法犯罪行为及时报告。

**第五篇：中学生日常行为规范**

中学生日常行为规范

一、自尊自爱，注重仪表

1、维护国家荣誉。尊敬国旗、国徽，会唱国歌升降国旗、奏唱国歌时要肃立、脱帽、行注目礼，少先队员行队礼。

2、坐、立、行、读书、写字姿势正确。

3、穿戴整洁、朴素大方。头发干净整齐，不烫发、化妆、佩戴首饰。男生不留长发，女生不穿高跟鞋。

4、养成良好的卫生习惯。不随地吐痰、乱扔废弃物。不吸烟、喝酒。

5、举止文明。不打架骂人、说脏话。不赌博，不参加封建迷信活动。

6、情趣健康。不看色情、凶杀、迷信的书刊、影视片，不唱不健康歌曲。

7、不进营业性舞厅、营业性电子游戏厅、酒吧和音乐茶座等不适宜中学生活动的场所。

8、爱惜名誉，拾金不昧，不受利诱，不失人格。

二、真诚友爱，礼貌待人

9、要讲普通话，使用礼貌用语，讲话注意场合，态度和蔼。

10、尊重他人的人格、宗教信仰和民族习惯。谦恭礼让，敬老爱幼，尊重妇女，帮助残疾人。遇见外宾，以礼相待，不卑不亢。

11、尊重教职工，见面行礼或主动问候。回答师长问话要起立，接受递送物品时要起立并用双手。给老师提意见态度诚恳。

12、同学之间团结互助，正常交往，真诚相待，不叫侮辱性绰号，不欺侮同学，发生矛盾多做自我批评。

13、待客热情，起立迎送。邻里有困难时，主动关心、帮助。

14、未经允许不进入他人房间、动用他人物品、看他人信件和日记。

15、不随意打断别人的讲话、打扰他人学习工作和休息，妨碍别人要道歉。

16、惜时守信。答应别人的事要按时做到，做不到时表示歉意，借他人钱物要及时归还。珍惜时光。

三、遵规守纪，勤奋学习

17、按时到校，上课前准备好学习用品。上、下课时，起立向老师致敬。下课时，请老师先行。

18、上课专心听讲，勇于提出问题，敢于发表自己的见解，积极回答老师的提问。

19、认真预习、复习，按时独立完成作业。考试不作弊。合理安排课余生活。20、积极参加团队活动和学校、班级组织的文体活动、劳动和社会实践活动。

21、认真值日，保持教室、校园整洁优美。保持图书馆、阅览室的安静。不在教室和楼道内追逐喧哗。

22、爱护校舍和公物，不在黑板、墙壁、课桌、布告栏等处涂抹乱刻画。借用公物要按时归还，损坏东西要赔偿。

23、参加各种集会准时到达，不做与会议无关的事。

24、遵守宿舍和食堂的制度，爱惜粮食，节约水电，服从管理。

四、勤劳俭朴，孝敬父母

25、生活有规律，按时作息。

26、学会料理个人生活，自己的衣物用品收放整齐。

27、主动承担收拾房间、洗衣、做饭、洗刷餐具和打扫楼道、庭院等力所能及的家务劳动和公益劳动。

28、生活节俭，不摆阔气，不乱花钱。

29、尊重父母意见和教导，经常把生活学习、思想情况告诉父母。30、外出和到家时，向父母打招呼，未经家长同意，不得在外住宿。

31、尊敬体贴帮助父母、祖父母、外祖父母、关心照顾长辈和兄弟姐妹。

32、对长辈有意见，有礼貌地提出，不耍脾气，不顶撞。

五、严于律己，遵守公德。

33、遵守交通法规，不违章骑车，过马路走人行横道。

34、乘公共车、船主动购票，给老、幼、病、残、孕妇及师长让路、让座，不争抢座位。

35、遵守公共秩序，购票购物按顺序，对营业人员有礼貌。

36、爱护公用设施、文物古迹。爱惜庄稼、花草、树木。保护有益动物和生态环境。

37、参加游览守秩序，瞻仰烈士陵墓保持肃穆。

38、观看演出和比赛，做文明观众，不起哄滋扰，结束时鼓掌致意。

39、尊重外地人，遇有问路，认真指引。40、见义勇为，对违反社会公益的行为要进行劝阻，发现违法犯罪行为及时报告。

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！