# 个人礼仪教案

来源：网络 作者：紫陌红尘 更新时间：2025-07-06

*个人礼仪教案（精选4篇）个人礼仪教案 篇1 教学目标： 理解仪容美的内容及其基本要求 教学重点： 掌握仪容主要内容，能够正确修饰妆容。 教学难点： 认识到个人礼仪在人际交往中的重要作用，从而在不同的场合开始注意自己的言行举止，积极维护个人形...*

个人礼仪教案（精选4篇）

个人礼仪教案 篇1

教学目标：

理解仪容美的内容及其基本要求

教学重点：

掌握仪容主要内容，能够正确修饰妆容。

教学难点：

认识到个人礼仪在人际交往中的重要作用，从而在不同的场合开始注意自己的言行举止，积极维护个人形象，形成注重个人礼仪的态度。

教学方法：讲授法、情景教学法、小组讨论法。

教 具：多媒体

课 时：1课时

教学过程：

一、导入

形象创造的奇迹

曾任美国总统的老布什，能够坐上总统的宝座，成为美国 第一公民 ，与他的杖态表现分不开。在1988 年的总统选举中，老布什的对手杜卡基斯，猛烈抨击老布仆是里根的影子.没有独立的政见。而老布什在选民中的形象也的确不佳，在民意测验中一度落后于杜卡基斯10多个百分点。未料两个月以后，老布什以光彩照人的形象扭转了劣势，反而领先l0多个百分点，创造了奇迹。原来老布什有个毛病，他的演讲不太好，噪音叉尖又细，手势及手臂动作总显出死板的感觉，身体动作不美。后来他接受了专家的指导，纠正了尖细的嗓音、生硬的手势和不够灵活的摆动手臂的动作，结果就有了新颖独特的魅力。在以后的竞选中.老布什竭力表现出强烈的自我意识，并且在演讲的时候穿着卡其布蓝色条子厚衬形，以显示 平民化 。终于，他改变了原来人们时他的评价，获得了最后的胜利。细节之处显精神，举止言谈见文化，一个人即使有美国总统的胆识和见地，也必须通过光彩照人的形象才能展现出独特的魅力。可觅，个人礼仪是一个人内

二、新授

只有留给人们好的第一印象，你才能开始第二步。君子之修身也，内正其心，外正其客。

(一)、仪容及其基本要求

在人际交往中，每个人的仪容都会引起交往对象的特别关注，并将影响到对方对自己的整体评价。心理学上讲的 首因效应 ，即人的知觉的第一印象往往形成顽同的心理定势，通常在30秒内形成的第一印象，对后期一切信息将产生指导效应。在个人的仪表问题之中，仪容是重点之中的重点，下面主要介绍仪容美的内涵及其基本要求。

1、仪容美的内容

仪容美主要包括=个方面：仪容自然美、仪容修饰美以及仪容内在美。

(1)、仪容自然美

仪容自然美是指仪容的自然条件较好，五官端正，天生丽质，日睹此人之后让人赏心悦目。尽管不应以貌取人，然而美的事物总容易给人留下较好的印象。

(2)、仪容修饰美

仪容修饰美是仪容礼仪关注的重点，修饰仪容的基本原则为美观、整洁、卫生、得体。仪容的修饰美是指依照规则、场合与个人条件，对仪容施以必要的修饰，扬长避短，塑造出美好的个人形象，这在人际交往中是非常必要的，这样做一方面增加了自己在人际交往中的自信，同时给人以美的享受。在人际交往的过程中，对自己做必要的修饰，是一项基本礼仪。

2、仪容美的基本要求

(1)、讲究个人卫生，树立整齐利落的形象

个人卫生可以反映一个人的基本素质，体现社会的文明程度。个人卫生是良好的个人仪容所必须具备的基本要求。个人卫生主要包括：面容清洁、口腔清洁、头发清洁、手的清洁、身体清洁及胡须清洁等。

在任何场合，我们都应注意保持个人卫生，做到勤洗头、勤洗澡、勤修指甲、男士要勤修面，切忌身体有异味、皮肤表层或指甲有污垢等。在口腔清洁方面，养成勤刷牙、勤漱口的好习惯，在工作前，不应食用葱、蒜、韭菜、酒等有异崃的食物，以免引起他人的厌恶;在服怖方面，注意勤洗勤换，塑造整齐利落的形象。

(2)、注重培养个人修养，塑造仪容内在美

人的本质，也体现丰十会美的本质。如果只有外表的华美.而没有内在的涵养作为基础，一切都会使人感到矫揉造作，使人感到 金玉其外，败絮其中 。

1960年，在竞选美国第35任总统时，发生了一件出人意料的事：在美国民众中呼声很高的副总统尼克松，竞政给了参议员肯尼迪。为什么会这样呢?我们现在看一看竞选关键时刻的情景吧。

三、小结

心理学上讲的 首因效应 ，即人的知觉的第一印象往往形成顽同的心理定势，通常在30秒内形成的第一印象，对后期一切信息将产生指导效应。在个人的仪表问题之中，仪容是重点之中的重点，所以在人际交往中，每个人的仪容都会引起交往对象的特别关注，并将影响到对方对自己的整体评价。

四、作业

活动主题：化妆技巧的练习。

活动场地：室内。

人员要求：女生练习，男生评价。

材料准备：镜子、小脸盆、诜脸扑、洗面霜、润肤露、化妆品。

活动目标：掌握规范的洗脸方法和化生活妆的技巧。

活动流程：操作与评价。

1、操作

洗脸，修眉，补水，护肤，打底，化妆。

2、评价

个人礼仪教案 篇2

教学目标：

1.初步了解什么是，使学生知道我们的日常生活离不开礼仪。

2.了解仪容礼仪，并能按照学到的仪容礼仪来要求自己。

3.心中树立礼仪小使者形像，能够随时提醒自己要律己敬人。 教学过程：

一、礼仪小使者

师：我国号称礼仪之邦，文明古国，从周朝时期便制定有做人的规范。《尚书》中详细记载了许多人人应当遵循的行为规范和典章制度。孔子认为礼是治国安邦的基础， 不学礼，无以立 (《史记》)。中华民族五千年文明史，也是文明礼貌发展史。直到今天，我国人民热情好客，文明礼貌，尊老爱幼等优势传统仍为世界各国所称道。 仪容仪表是礼仪中最重要的部分。

师：同学们，你们知道什么是仪容仪表吗?

生：疑惑

师：仪容主要是指人的容貌，仪表即指人的外表，它包括容貌、姿态、服饰、风度、个人卫生等。一个人的仪表不但可以体现其文化修养，也可以反映其审美情趣。穿着得体，不仅赢得他人的信赖，给人留下良好的印象，而且还能够提高与人交往的能力。相反，穿着不当，举止不雅，往往会降低自己的身份，损害自己的形象。中、小学生的仪容仪表在追求美的同时应符合学生的身份和特点，达到仪表美与心灵美的高度统一。

师：今天我们就来说一说小学生的仪容仪表。

师：对于一名小学生来说，仪容仪表的主要内容是什么?

生:穿校服、佩戴红领巾

师：仪容仪表主要有两方面：

(1)养成良好的卫生习惯。

(2)保持个人清洁。

师：我们应该从那些方面养成良好的卫生习惯呢?

生：整洁干净，脸、脖颈、手都应洗得干干净净

生：头发按时理、经常洗，指甲经常剪;

生：注意口腔卫生，早晚刷牙，饭后漱口，不能当着客人面嚼口香糖; 生：经常洗澡、换衣服，消除身体异味，有狐臭要搽药品或及早治疗。 师：说到洗手，那你们知道怎样洗手，才叫真正的洗手呢?

学生茫然。

老师讲解洗手方法： 养成良好的洗手习惯， 可以预防流感。 而大多数人没有养成洗手的良好习惯， 也不知道如何正确科学地洗手。 怎样才算是正确科学的洗手方法?一起来了解一 下。

一般人在洗手时， 多半只是简单快速的搓洗一下手心、 手背， 就以为已经完 成任务。 要有效预防甲流等传染性疾病， 医生建议， 洗手需要按照七步法： 第一 步，双手手心相互搓洗;第二步，手心对手背交叉相叠搓洗;第三步，手心对手 心搓洗手指缝; 第四步， 指尖搓洗手心; 第五步， 一只手握住另一只手的拇指搓 洗; 第六步， 指尖摩擦掌心搓洗; 第七步， 一只手握住另一只手的手腕转动搓洗。

二、礼仪活动

师：同学们，你在上学之前照过镜子吗?我们要养成要让全身收拾整

齐才可以出门的好习惯。那么在穿衣镜前要检查哪些具体内容呢? 师：我们边说边跟老师一起做。

(1) 穿着校服时，要将衣服整理好，拉平，要将长款的上衣(衬衫)束进裤腰里，不要露在裤腰的外面。

(2) 要端正地配戴好红领巾(绿领巾)。

(3) 要将头发梳理整齐，很多女孩子是长发，需要扎辫子。男孩子头发短、但也要养成梳理、整理头发的习惯。

(4) 穿着的袜子，要将它们拉到基本相平的水平线上，不要一高一低。

(5) 要系好鞋带。

个人礼仪教案 篇3

活动名称：大家来排队

活动目标

1. 通过游戏使幼儿理解和感受集体活动中秩序的重要性。

2. 鼓励幼儿敢于大胆表述自己的想法,养成自觉排队的好习惯。

3. 让幼儿知道每月的11日是自觉排队日，并了解数字11在排队日中的含义。

活动过程

一、分组游戏《瓶中的小球》初步感受秩序的重要性。

预测结果A.所有小组都失败 B.有的成功、有的失败

1.针对预测A.引导幼儿讨论发生什么情况?为什么小球不能顺利的拉出来?

B.鼓励幼儿说出失败的原因和成功的经验，归纳好办法。

2.再次进行游戏，体会秩序的重要性。

二、出示排队幻灯片。

引导幼儿说出生活中哪些地方需要排队?为什么要排队?说一说不遵守秩序不排队会出现什么后果?

三、观看flash《汽车站的故事》

1. 观看flash动画(上)说一说flash宝宝怎么了?发生了什么事情?引导幼儿一起想出好办法来帮助flash宝宝。

2. 观看flash动画(下)通过成功帮助flash宝宝使幼儿感受排队的重要性。

四、知道11日是自觉排队日

1.提问幼儿为什么11日定为排队日，鼓励幼儿大胆表述自己的想法。

2.观看课件了解数字11在排队日中的含义和排队日标志。

五、游戏《找错改错》

指出并改正图中小朋友的错误做法，激发幼儿兴趣的同时深化排队的重要性。

六、争当排队日小志愿者。

情景体验在领取排队日徽章的过程中引导幼儿自觉的去进行排队，内化自己的认识和理解。

个人礼仪教案 篇4

活动目标：

1、知道别人叫我时，我要答应，懂得这是一种礼貌的行为。

2、在情境中，学会用简单的语言进行交流。

活动准备：

1、场景布置

2、星星、月亮、妈妈的图片。

3、 小朋友在家玩积木 的图片一幅。

活动过程：

一、呼名应答，以情激趣。

目的：通过呼叫幼儿姓名，引起幼儿呼应和倾听的兴趣。(来源于日常的生活情景)

师： 今天我们班里来了许多客人老师，我们和客人老师打声招呼。客人老师来了，你想让他们知道你的名字吗?让我看看我的小朋友都来了吗?

(教师叫幼儿姓名，幼儿答应。)

师： 刚才老师这样叫你，那有时老师还会叫你什么? (引起幼儿回忆)

师： 你的爸爸妈妈又是怎样叫你的?

(教师根据幼儿的介绍随机地进行呼叫，幼儿随意地回应。)

小结：小朋友的名字还挺多的。妈妈叫我，我答应;老师叫我，我答应; ( 人人叫我，我都答应。

二、借助图片，迁移交流。

目的：用图片来引出平日生活中存在的问题，引导幼儿在问问、想想、帮帮、说说中尝试迁移交流。

师： 今天我还带来一个小朋友，他也有一个名字，猜猜他会叫什么? (出示图片)

师：你们看，宝宝从幼儿园回家后，他在家中干什么? (出示 妈妈 的图片)看!谁来了，妈妈要叫宝宝了，听好，宝宝他答应了吗?

(教师模仿妈妈的口吻： 宝宝，快来洗手吃饭了。 )

师： 咦?宝宝怎么不答应妈妈?

师： 如果你是宝宝，你会答应吗? 那你们来帮帮宝宝好吗? (幼儿根据自己的经验迁移情境;学习应答，知道别人叫我，我应答这是种礼貌的行为。)

小结：朵朵二班的孩子真棒，会帮助人，还会答应人，真是文明宝宝。

三、创设情境，你呼我应。

目的：在特定生活情境中，回忆经验，参与交流。

师： 月亮升起来了，星星升起来了，天黑了，你会在哪里?那妈妈会叫你干什么?

师： 妈妈叫，你会答应吗?我们一起来试试。

四、运用游戏，自然应答。

目的：通过游戏情境，再现幼儿园的生活片断，让幼儿体验在园生活时也要自然地答应老师的呼叫。

师： 刚才宝宝们知道妈妈喊我要答应，那想想看，老师在幼儿园叫你，你怎么办?

师： 想想我们在幼儿园会做些什么游戏?

引出捉迷藏游戏，老师找，幼儿藏。

师： 我东找找，西找找，我的宝宝哪里去了。，你在哪里? (幼儿答应，并说出自己在哪里?)

师：我的宝宝快回来。(结束)

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找