

<<形体及礼仪训练>>

图书基本信息

书名：<<形体及礼仪训练>>

13位ISBN编号：9787563722334

10位ISBN编号：7563722335

出版时间：2011-8

出版时间：旅游教育出版社

作者：潘安岚，蒋祖慧 主编

页数：198

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<形体及礼仪训练>>

### 内容概要

《形体及礼仪训练》编写理念以人为本，教学合一贴近实际整套教材突出以人为本的编写理念，专业基础课教材减少了理论阐述的篇幅，加大了图表分量，力求图文并茂、讲练结合，以降低学习难度，具有较强的可读性、操作性和趣味性；专业核心课教材则以就业为导向，将学习任务与未来工作过程及职业生涯相对接，除了让学习者提前了解将要工作的环境和即将共事的同事，便于及早规划职业生涯外，还引导大家正确看待服务工作，树立职业荣誉感。

整套教材从标题名称的拟定、教学环节的设计和案例的引入等方面，以学生愿意学习、快乐学习为宗旨，注重做中学、做中教，教学做合一，理论实践一体化，符合学生的认知规律和阅读习惯，贴近教学实际。

## <<形体及礼仪训练>>

### 书籍目录

上篇 基本礼仪与训练单元1 学习让我们拥有内在美项目1 我们所知道的礼仪单元2 做一个举止优雅的人项目2 让我们成为一个仪态万方的达人项目3 人们见面时还有哪些礼仪项目4 让我们的表情成为社交场上畅行的名片单元3 让语言帮助我们建立起与人沟通的桥梁项目5 如何在社会交往中驾驭自己的语言下篇 形体美与训练单元4 让我们拥有形体美项目6 认识形体美项目7 热身项目8 把上基础训练项目9 把下基础训练参考资料后记

## &lt;&lt;形体及礼仪训练&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：插图：由于社会经济的发展，文化生活的丰富特别是外来文化的进入，使我们的生活变得多姿多彩，眼界也更为开阔。

也使我们在参与社交活动或其他社会生活中有了更多机会去选择我们喜欢的服饰、发型，注重自己在交际对象面前的举手投足。

观念的变化、社会的宽容也使我们有更多的机会展示自己的个性。

但是，很多时候我们忽略了自己的气质风度、道德情操和精神风貌的修炼。

试想，一个面貌姣好、容颜靓丽的女孩在大庭广众下因一点琐事就出言不逊、满嘴脏话；一个玉树临风、满身名牌的帅哥在乘车时竟不会给站在身边的老者让座；一个外表很美，却处处斤斤计较的人；一个只知道名牌化妆品却不知曹雪芹、老舍、托尔斯泰为何人的人……总会让人觉得少了点儿什么。如果没有内在的修养，即使熟练掌握了站、坐、行的标准，也很难成为一个举止高雅、风度翩翩、有气质有修养的人。

其实，在各种各样的社会交往礼仪中，我们可以深切地感受到礼仪行为常常是道德行为的映射，是我们内在修养的一种外化。

如果一个人胸无点墨，狭隘粗俗，没有起码的修养，学习礼仪只能是简单模仿，使用礼仪也只会让人感到矫揉造作，没有任何美感可言。

2.怎样才能提高自身修养从词意上看，“修”是指整治、提高、修饰；“养”是指养育、培养、存养、陶冶。

古语有“修以求其精美、养犹涵养熏陶”的说法。

修养不是一件一蹴而就、一劳永逸的事情，而是我们经过艰苦的磨炼及陶冶在理论、思想、知识、技能和道德品质等方面所达到的一定水平。

它是我们提高理论思想水平、科学文化水平、专业技术水平、文学艺术修养和道德品质必不可少的手段和过程。

可以这样理解：修养既指一种境界，又指为达到这种境界而进行的磨炼和陶冶。

而这种磨炼和陶冶又源于个体在社会实践中的自我教育、自我改善、自我陶冶和自我完善。

## <<形体及礼仪训练>>

### 编辑推荐

《形体及礼仪训练(旅游服务类)》是中等职业学校课程改革规划教材。

<<形体及礼仪训练>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>