

課堂禮儀行拱手

「拱手禮」是中華傳統優秀禮儀。行禮時，雙方保持一定距離，能避免病毒傳播。同時，一人行禮可向多人致意，大家彬彬有禮。

本會鼓勵學校在課堂前後，師生皆以拱手禮互相問候，營造禮儀校園的氛圍。

建議程序如下：

(一) 上課時

1. 老師進入課室時，班長喊：「起立！」
2. 學生們站起來拱手微鞠躬，齊說：「老師好 / 早晨 / 午安！」
3. 老師拱手回禮，說：「各位同學好 / 早晨 / 午安！」

(二) 下課時

1. 班長喊：「起立！」
2. 學生們站起來拱手微鞠躬，齊說：「老師再見！」
3. 老師拱手回禮，說：「各位同學再見！」

行「拱手禮」男女有別



男：左手在上，包著握拳的右手。



女：右手在上，輕按著微彎的左手。



拱手問安，師生健康！

2022 壬寅年

1 JAN	SH	M一	T二	W三	T四	F五	S六
	1 廿九	2 初八	3 初九	4 初十	5 十一	6 十二	7 十三
	8 十四	9 十五	10 十六	11 十七	12 十八	13 十九	14 二十
	15 廿一	16 廿二	17 廿三	18 廿四	19 廿五	20 廿六	21 廿七
	22 廿八	23 廿九	24 三十	25 初一	26 初二	27 初三	28 初四

2 FEB	SH	M一	T二	W三	T四	F五	S六
	1 正月	2 初二	3 初三	4 初四	5 初五	6 初六	7 初七
	8 初八	9 初九	10 初十	11 十一	12 十二	13 十三	14 十四
	15 十五	16 十六	17 十七	18 十八	19 十九	20 二十	21 廿一
	22 廿二	23 廿三	24 廿四	25 廿五	26 廿六	27 廿七	28 廿八

3 MAR	SH	M一	T二	W三	T四	F五	S六
	1 廿九	2 三十	3 初一	4 初二	5 初三	6 初四	7 初五
	8 初六	9 初七	10 初八	11 初九	12 初十	13 十一	14 十二
	15 十三	16 十四	17 十五	18 十六	19 十七	20 十八	21 十九
	22 廿	23 廿一	24 廿二	25 廿三	26 廿四	27 廿五	28 廿六

4 APR	SH	M一	T二	W三	T四	F五	S六
	1 三月	2 初四	3 初五	4 初六	5 初七	6 初八	7 初九
	8 初十	9 十一	10 十二	11 十三	12 十四	13 十五	14 十六
	15 十七	16 十八	17 十九	18 廿	19 廿一	20 廿二	21 廿三
	22 廿四	23 廿五	24 廿六	25 廿七	26 廿八	27 廿九	28 三十

5 MAY	SH	M一	T二	W三	T四	F五	S六
	1 四月	2 初五	3 初六	4 初七	5 初八	6 初九	7 初十
	8 十一	9 十二	10 十三	11 十四	12 十五	13 十六	14 十七
	15 十八	16 十九	17 廿	18 廿一	19 廿二	20 廿三	21 廿四
	22 廿五	23 廿六	24 廿七	25 廿八	26 廿九	27 三十	28 初一

6 JUN	SH	M一	T二	W三	T四	F五	S六
	1 五月	2 初六	3 初七	4 初八	5 初九	6 初十	7 十一
	8 十二	9 十三	10 十四	11 十五	12 十六	13 十七	14 十八
	15 十九	16 廿	17 廿一	18 廿二	19 廿三	20 廿四	21 廿五
	22 廿六	23 廿七	24 廿八	25 廿九	26 三十	27 初一	28 初二

7 JUL	SH	M一	T二	W三	T四	F五	S六
	1 六月	2 初七	3 初八	4 初九	5 初十	6 十一	7 十二
	8 十三	9 十四	10 十五	11 十六	12 十七	13 十八	14 十九
	15 廿	16 廿一	17 廿二	18 廿三	19 廿四	20 廿五	21 廿六
	22 廿七	23 廿八	24 廿九	25 三十	26 初一	27 初二	28 初三

8 AUG	SH	M一	T二	W三	T四	F五	S六
	1 七月	2 初八	3 初九	4 初十	5 十一	6 十二	7 十三
	8 十四	9 十五	10 十六	11 十七	12 十八	13 十九	14 廿
	15 廿一	16 廿二	17 廿三	18 廿四	19 廿五	20 廿六	21 廿七
	22 廿八	23 廿九	24 三十	25 初一	26 初二	27 初三	28 初四

9 SEP	SH	M一	T二	W三	T四	F五	S六
	1 八月	2 初九	3 初十	4 十一	5 十二	6 十三	7 十四
	8 十五	9 十六	10 十七	11 十八	12 十九	13 廿	14 廿一
	15 廿二	16 廿三	17 廿四	18 廿五	19 廿六	20 廿七	21 廿八
	22 廿九	23 三十	24 初一	25 初二	26 初三	27 初四	28 初五

10 OCT	SH	M一	T二	W三	T四	F五	S六
	1 九月	2 初十	3 十一	4 十二	5 十三	6 十四	7 十五
	8 十六	9 十七	10 十八	11 十九	12 廿	13 廿一	14 廿二
	15 廿三	16 廿四	17 廿五	18 廿六	19 廿七	20 廿八	21 廿九
	22 三十	23 初一	24 初二	25 初三	26 初四	27 初五	28 初六

11 NOV	SH	M一	T二	W三	T四	F五	S六
	1 十月	2 初十	3 十一	4 十二	5 十三	6 十四	7 十五
	8 十六	9 十七	10 十八	11 十九	12 廿	13 廿一	14 廿二
	15 廿三	16 廿四	17 廿五	18 廿六	19 廿七	20 廿八	21 廿九
	22 三十	23 初一	24 初二	25 初三	26 初四	27 初五	28 初六

12 DEC	SH	M一	T二	W三	T四	F五	S六
	1 十一月	2 初十	3 十一	4 十二	5 十三	6 十四	7 十五
	8 十六	9 十七	10 十八	11 十九	12 廿	13 廿一	14 廿二
	15 廿三	16 廿四	17 廿五	18 廿六	19 廿七	20 廿八	21 廿九
	22 三十	23 初一	24 初二	25 初三	26 初四	27 初五	28 初六