

**Корецька райдержадміністрація  
Відділ освіти  
Методичний кабінет  
Великомежиріцький НВК  
«Школа І ступеня-гімназія»  
Климчук С. Л.**

# ***Етика для школярів***

В. Межирічі 2017

**Климчук С.Л.**

**Етика для школярів. Посібник – В. Межирічі 2017**

**Упорядник Климчук С. Л., вчитель математики та фізики**

*Ми хочемо бачити себе бездоганними, приємними, товариськими, мати повагу і довіру людей. Вам допоможуть у цьому сторінки даного методичного посібника. Вона розповість, як вести себе в школі, громадських місцях, на вулиці і в дорозі; ознайомить із культурою мовлення та привітання, правилами поведінки в гостях, за столом.*

*Окремо розроблені та зібрані групові та індивідуальні завдання для кращого засвоєння та закріплення тем уроків у 5 класі. Частина матеріалу – позакласні заходи з етики.*

*Методичний посібник призначений для учнів та вчителів загальноосвітніх шкіл.*

## **ЗМІСТ**

<b>Вступ</b> .....	<b>4</b>
<b>Етика на кожен день.</b>	
<i>Правила поведінки учнів у різних життєвих ситуаціях</i> ..	<b>9</b>
Правила культурної поведінки учня .....	10
Мовний етикет .....	14
Правила поведінки у громадських місцях .....	16
Привітання.....	20
Знайомство і представлення.....	22
Етикет під час користування мобільним зв'язком .....	24
Етикет для господарів і гостей .....	25
Ви запросили гостей .....	26
Вас запросили в гості.....	29
Правила особистої гігієни і охайності .....	35
<b>Використана література</b> .....	<b>36</b>

## Вступ

Багато століть існує людство. У житті людини мільйони разів повторювалися деякі звичайні, повсякденні ситуації. Люди зустрічалися і розлучалися, знайомилися, робили один одному послуги, просили про щось або відмовляли, приносили подарунки, висловлювали співчуття, ходили в гості і приймали їх у себе і т. ін. Це було на практиці. Поступово люди знаходили і з покоління в покоління передавали зручні, економні, розумні способи дій у подібних ситуаціях. Так виникли правила поведінки. Це кристали людського досвіду. Звичайно, не всі норми етикету, які існували колись, прийнятні для нас.

Із зміною умов життя зазнали змін і норми моралі та правила поведінки, багато з них відійшли, замість них народилися нові, що більше відповідають часові.

*«Ніщо не обходиться нам так дешево і не ціниться так дорого, як ввічливість»*, - ці слова Сервантеса не тільки не застаріли, а й набули нового, більш глибокого змісту в нашому суспільстві. Ввічливість - це сума вчинків, що визначають внутрішню культуру людини.

Виховання культури поведінки - нелегка справа. І початок усіх початків у ній виховання поважного, бережливого ставлення до людей, що нас оточують повсякденно. Адже перший крок у формуванні нової людини - це, насамперед, прищеплення елементарних законів співжиття. Засвоєння правил поведінки позитивно позначається на загальній освіченості особи, розвитку її культури. Кожний має бути вимогливий до себе, вчитися самоконтролю, прагнути опанувати правила, обов'язкові для всіх.

По тому, як людина тримається, як вона входить, сідає, їсть, які перші слова вимовляє, роблять висновок про рівень її культури, про її моральні та інтелектуальні якості. Справедливо це чи ні - інше питання. Адже дуже часто саме від першого враження, яке залишила людина, залежить вирішення багатьох важливих справ у ділових і особистих стосунках, а отже, і здійснення багатьох наших планів і сподівань.

Культура поведінки - це ціла низка моральних умінь і навичок. Здавалося б, що тут хитромудрого - зібратися і піти в гості до знайомих, друзів, відсвяткувати день народження, зателефонувати знайомим і незнайомим людям. Але ці на перший

погляд прості житейські справи вимагають внутрішньої культури людини, бездоганності в поведінці, дотримання певних норм і правил, що утвердилися в нашому житті.

Хочеш бути вихованою людиною - знай правила етикету. Правила етикету дуже розумні. Вони ніби вказують найзручніші і найраціональніші способи дій. Скориставшись ними, ви зможете правильно поводитися у товаристві, самореалізуватися в спілкуванні з навколишніми людьми. Вони допоможуть уникнути непотрібних конфліктів, недоречностей, зайвих неприємностей.

Людина стає окрасою товариства лише тоді, коли узгоджує свої наміри та вчинки з певними правилами, суспільними нормами.

Вихованість, культура поведінки робить наше спільне життя зручним, приємним, розумним і красивим. Повіriamo в це щиро. Тоді всім, хто нас оточує, - батькам, товаришам, учителям і навіть незнайомим людям - буде добре з нами. І нам – серед людей.

Кожний дорослий приходиться у життя з дитинства. Від того, чого навчили нас у дитинстві, залежить і те, що ми зможемо залишити у спадок своїм дітям, як виховаємо їх.

За сучасного ритму життя дитина нерідко опиняється в невизначеній, невідомій, інколи зовсім новій для неї та для суспільства ситуації, пов'язаній, наприклад, з міграцією населення або працевлаштуванням на роботу, що потребує абсолютно нових професійних якостей і компетентностей, або з появою в суспільстві нових державних і недержавних структур, тощо. За таких умов правові та інші форми суспільно-державного регулювання поведінки людини не встигають трансформуватися та встановлюватися. Людина опиняється сам на сам зі своєю мораллю, совістю, духовністю. Люди діють відповідно до своїх особистих уявлень про добро і зло, які склалися в них ще в дитинстві, підлітковому та юнацькому віці. Саме тому повсякденне випробування моральних основ кожної окремої особистості й суспільства в цілому «на моральну міцність» потребує сьогодні посиленої уваги до морального виховання й навчання основам моральності.

Самою природою закладений у дітей потяг до знань. Завдання дорослих - не прогавити цього Божого дару. Не вбити його одноманітно—демагогічними повчаннями і категорично-безапеляційними наказами. З перших років життя дитині треба прищеплювати навички ввічливої поведінки, вчити її доброти,

вміння осмислювати, розрізняти, «що погано і що добре». Саме в дитинстві виховуються розум і серце дітей.

Психіка дитини податлива й пластична. Вона схильна до емоційного відгуку, до наслідування. Саме в дитячі роки в розумі і серці дитини закладаються моральні почуття. Завдання дорослих у цей час - виховувати в дитині співчутливість і делікатність щодо інших людей, турботливість, тактовність і співчуття до ровесників і дорослих; прилучити їх до всього багатства людської культури; розкрити перед ними чудовий світ сучасних знань і закласти в їх серце і розум доброту, гуманність, прагнення до високих ідеалів.

Щодня діти зустрічаються з багатьма людьми: з одними їдуть у школу, обідають в їдальні, зустрічаються в бібліотеці, магазині, з іншими - сидять у кіно чи театрі, дивляться концерти, вистави. Часто вони себе запитують, як поводитися в тому чи іншому випадку, як ставитися до вчинків і поведінки людей, що їх оточують.

Ще недавно вони не задумувалися над цими проблемами. За них вирішували батьки: і гостей приймали, і подарунки друзям купували (вибирали), і одягали, і вчасно підказували, коли і як вчинити.

Діти підросли, змінилися і змінилося до них ставлення оточуючих. Що прощалося малій дитині - вже не дарується юним. У житті на кожному кроці або екзамен, або контрольна робота. А списати нема у кого. Треба розраховувати тільки на власну голову. Навіть протягом дня доводиться виконувати безліч простих дій: поступитися місцем, подати упущену річ, привітатися, вибачитися, користуватися столовими приборами, допомогти старшим, малим дітям і т. ін. Іноді найкращі наміри, доброзичливість і чесність не допомагають уникнути помилок і прорахунків, які псують настрій, примушують просити вибачення, а інколи завдають і більших прикростей. Це тому, що навіть найпростіші дії вимагають певних навиків. Для того, щоб навчитися добре поводитися серед людей, необхідно не тільки засвоїти правила поведінки, але й виробити в собі звичку виконувати їх.

Навичка - як автоматизована дія, перетворюється у звичку. Чим частіше застосовують на практиці те чи інше правило, тим міцніша звичка, а отже, і природніша, красивіша поведінка.

Дуже важливо знайти правильну лінію поведінки. Лише протягом дня відбуваються сотні контактів з іншими людьми в

школі, на вулиці, в магазині, в автобусі, тролейбусі, в читальному залі. Вони всі різні. Відрізняються один від одного не лише люди, з якими спілкуємося, а й обставини: ми вчимося, працюємо і граємо разом, вимагаємо і просимо, сваримось і миримось.

Розібратися у всьому не так просто. Тому серед багатьох наук, без яких не обійтися людству, є одна, абсолютно для всіх необхідна. Це - наука спілкування. Якби не вона, як змогли б люди разом жити, працювати, відпочивати тощо?

Змалку треба засвоювати науку спілкування, оволодівати вмінням поводитися серед людей так, щоб їм було добре, приємно, зручно. Якщо хочеш, щоб все було в порядку і йшло гладко, треба підкорятися загальноприйнятим правилам.

Не лише дітям, а й дорослим людям хочеться, щоб усі їхні друзі і всі сусіди, і навіть зовсім незнайомі перехожі завжди ставилися до них уважно, по-доброму, завжди любили й поважали їх, щоб ніхто-ніхто не робив їм зауважень.

Особливе місце у вихованні культурної поведінки дитини належить школі. Адже за своїм характером школа схожа на трудовий колектив, це другий дім. Тому у школярів мають бути вироблені єдині вимоги щодо дотримання правил поведінки, які мають спрямувати всю діяльність шкільного колективу.

Щоб виховання культури поведінки здійснювалось успішно, треба збудувати в школярів прагнення до виконання норм і правил етикету, до постійного їх дотримання у повсякденному житті. Якщо учень не звикне працювати в рамках культурної поведінки в школі, то в іншому колективі йому важко працювати.

Отже, кожен учень повинен знати про сучасну етику, про норми поведінки в суспільстві.

Я вважаю, що кожен вчитель на уроках етики повинен допомогти учням:

- **отримати знання** про важливість і зміст цінностей та моральних норм у житті людини, про історичність виникнення цих цінностей і норм, взаємозв'язок свободи і відповідальності з духовністю людини, моральні основи спілкування, основні правила етикету;

— **сформувати** в собі моральну культуру особистості, підвалинами якої є повага до духовності й духовного світу людини, до моралі як основи гуманістичних взаємин між людьми;

— **оволодіти вмінням** керуватися в поведінці моральними нормами та цінностями, проявляти дружелюбність, ввічливість, повагу і чуйність до інших, толерантність та милосердя, розрізняти моральність та аморальність, дотримуватися правил етикету, контролювати, оцінювати та регулювати свої взаємини з людьми з етичного погляду, здійснювати вибір у складних життєвих ситуаціях на основі моральних цінностей;

— **розвинути бажання та здатність** застосовувати моделі поведінки, зорієнтовані на моральні цінності українського суспільства і людства загалом, дотримання норм поведінки у повсякденному житті;

— **сформувати досвід** моральних взаємин з однолітками, батьками, вчителями, знайомими і незнайомими людьми.

І може саме тоді, коли, кожен учень прийме закладені в його серце етичні знання, коли він зрозуміє, що основним є не вміння гарно говорити про добро та зло, та знати про правила поведінки, а намагання чинити добро, стверджувати його своїми вчинками, своїм життям, тоді у нашому суспільстві поменшає зла, жорстокості та ненависті.

Насамкінець хочу відзначити, що не треба очікувати від учнів негайних результатів від уроків етики, дитина має не тільки засвоїти етичні правила й захотіти жити з цими етичними правилами. А для цього потрібен час.



## Етика на кожен день



## Правила культурної поведінки учня



- Учні дотримуються режиму дня. Привчаються прокидатися без будильника у визначений час.

- Завжди виходять з дому завчасно. Краще прийти на 2-3 хвилини раніше, ніж запізнитися.

- Заходячи в приміщення, не грюкають дверима.

- Ввійшовши в приміщення, першими вітаються з присутніми. Хлопці знімають

головний убір.

- Вчасно приходять на заняття, не пропускають уроків, не запізнюються.

- Приходять до школи з усіма потрібними підручниками та письмовими приладдям, не беруть із собою сторонніх речей.

- Після дзвінка займають своє робоче місце. Готують усе необхідне для уроку.

- Сідаючи за стіл, не грюкають стільцем.

- Під час уроку сидять прямо, не спираються на парту, не витягують ноги, не розвалюються, не похитуються на стільці, не сидять на краю.

- Уважно слухають пояснення вчителя, не займаються сторонніми справами.

- Уважні і активні на уроках.

- Точно, акуратно, послідовно, самостійно і сумлінно виконують завдання вчителя.

- На уроках не заважають іншим.

- Не затримують хід уроку, не ставлять запитань, які не стосуються теми.

- Якщо знають відповідь на запитання, мовчки піднімають руку. Не тягнуться і не вигукують.

- Говорять спокійно, ввічливо. Висловлюють свою думку чітко і стисло.

- Поважають однокласників - слухають уважно їх відповіді.

- Не сміються над однокласником, який допустив помилку під час відповіді.

- Виправляють відповідь у доброзичливій формі, не підкреслюючи своєї зверхності.

- Спочатку уважно слухають, що скаже вчитель, а потім говорять самі.

- Якщо не підготувалися до уроку, говорять про це чесно.

- По закінченні уроку прибирають підручники і навчальне приладдя, готують книжку й зошити, які їм потрібні на наступному уроці.

- Після дзвінка не затримуються на робочому місці зразу ж виходять із класу.

- Ввічливі з учителями, однокласниками, старшими людьми.

- Не бігають по коридору, не кричать.

- Старанно вчаться. Сумлінно і наполегливо оволодівають основами наук і навичками самоосвіти.

- Цінують свій час і час інших. Раціонально організовують своє навчання, працю, дозвілля.

- Розвивають свої здібності в гуртках за інтересами, клубах, дитячо-молодіжних об'єднаннях.

- Допомагають товаришам у навчанні.

- Тримують своє робоче місце в порядку і чистоті. Дотримуються правил особистої гігієни. Підтримують чистоту і порядок у школі.

- Зразково поведуться, показують гідний приклад культури поведінки молодшим школярам, турбуються про них.

- Вітаються з учителями, іншими працівниками школи, знайомими і товаришами.

- Виконують вимоги вчителів та чергових учнів, рішення органів учнівського самоврядування.

- Виявляють повагу до старших, поступаються їм дорогою і місцем. Скромні, ввічливі, запобігливі у стосунках з дорослими та ровесниками, чесні і правдиві.

- Постійно користуються словами ввічливості: «будь ласка», «будьте ласкаві», «дякую», «спасибі», «якщо вам не важко», «пробачте», «вибачте», «даруйте» та ін.

- З повагою ставляться до праці вчителя. Стримані і тактовні.

- Поважають гідність учнів, колективу класу і школи. Не допускають вчинків, які ослаблюють колектив, поважають його думку і вчинки.

- Дорожать честю своєї школи, свого колективу.

- Бережливо ставляться до шкільного та іншого громадського майна, до своїх речей і речей школярів. Уміють поважати і цінувати чужу працю.

- Завжди акуратно вдягнені і охайні. У кишені завжди носять чистий носовичок. Постійно доглядають волосся, своєчасно стрижуть, миють його. Взуття завжди чистять, одяг прасують. Нарядні туфлі, як і занадто нарядні блузки тощо, до школи не одягають, вони не пасують до робочого одягу та ділової обстановки.

- Закінчивши розмову із вчителями, старшими і відходячи від них, не повертаються відразу спиною.

- Розмовляючи з кимось, не сіпають його за піджак, гудзики, не плескають його по плечу тощо.

- Стримані у вияві своїх почуттів. Не горячкують, якщо чимось стурбовані, говорять спокійно, стримано. Не виявляють свого невдоволення окриком.

- Намагаються не сперечатися, не битися.

- Якщо виявилось, що не праві, визнають свою помилку й виправляють її.

- Дякують усім за послуги; на подяку відповідають: «прошу», «будь ласка».

- Уникають будь-якого самохвальства: не вихваляються своїми речами, знаннями, успіхами, не підкреслюють своїх переваг.

- Точні на словах і на ділі. Перш ніж пообіцяють, подумують, чи зможуть виконати. Якщо виконати не зможуть, повідомляють про це заздалегідь.

- Не чекають, коли в них попросять допомоги, допоможуть з власної ініціативи (відкриють двері, піднесуть сумку і т. п.).

- Якщо бачать, що ровесник, друг чимось засмучений і не хоче поділитися своїми переживаннями, не виявляють зайвої цікавості.

- Якщо кого-небудь ненароком штовхнуть, завдадуть неприємності – вибачаються.

- Правильно реагують на критику.

- Якщо у кого-небудь щось беруть, повертають вчасно, не чекаючи нагадувань.

- Поступаються дорогою старшим і молодшим, дівчатам, пропускають їх уперед.

- Зустрівшись із знайомими, вітаються першими, називаючи його ім'я або ім'я і по батькові.

- Під час розмови з дорослим, якщо він стоїть, встають рівно, не тримаючи руки в кишені, не підпираючи стіну.
- Дивляться на того, з ким розмовляють, уважно слухають його, не перебивають.
- Не втручаються в розмову старших, вчителів. При терміновій необхідності щось сказати вибачаються. Почувши відповідь, звертаються із проханням.
- Трудяться на загальну користь у школі. Беруть активну участь у громадському й культурному житті школи, в учнівському самоврядуванні.
- Дотримуються правил техніки безпеки, протипожежної безпеки та правил вуличного руху.
- Не палять, не вживають спиртних напоїв.
- Ніколи не запізнюються на зустрічі, не примушують себе чекати.
- Не насміхаються над хибами, необачністю, незграбністю інших. Роблять вигляд, що вони цього не помітили.
- Поважають чужі смаки. Не нав'язують своєї думки ровесникам.
- У грі завжди допомагають слабшому, заступаються за нього.
- Перш ніж будь-що зробити, думають, чи не заважають іншим.
- Щодня роблять фіззарядку. Зміцнюють своє здоров'я, загартовуються, дотримуються правил особистої гігієни.
- Не морщать чоло, не шморгають носом.
- Не кривляться, не показують язик на знак зневаги.
- Повертаючись з подвір'я, старанно витирають ноги, знімають верхній одяг.
- Уміють мовчати, коли це необхідно: на уроках, під час розмови дорослих, їх відпочинку.
- Завжди зважають на думку батьків, старших.
- Піднімаються, якщо до кімнати заходять чи виходять з неї старші, і не сідають доти, поки вони не сядуть чи вийдуть.
- Допомагають батькам у домашньому господарстві.
- Ніколи не вимагають і не просять батьків купити дорогі речі.
- Чуйні і ввічливі з усіма членами родини: бажають «доброго ранку», «на добраніч», роблять послуги, вітають їх із святом і т. д.
- Коли ідуть, не забувають прощатися. Слова «до побачення» вимовляють привітно.



## Мовний етикет

- Стежать за грамотністю: чітко і правильно вимовляють кожне слово, правильно будують речення.

- Помітивши помилку у своєму висловленні, не соромляться її виправити.

- Говорять ясно, спокійно і стримано, в помірному тоні.

- Не «ковтають»

закінчення, не розтягують слова.

- Висловлюються зрозуміло й коротко; думки мають бути логічно пов'язані між пов'язані між собою.

- Вибирають слова, що найточніше відповідають думці.

- Розмовляючи, дивляться у вічі тому, з ким говорять.

- Під час розмови не розмахують руками, не говорять надто швидко.

- Не повторюють поставленого запитання.

- Стежать за своєю інтонацією, яка збагачує зміст сказаного, надає йому повного відтінку.

- Не засмічують свою мову вульгарними, жаргонними та діалектними словами, словами-паразитами.

- Іноземні слова вживають лише тоді, коли знають їхнє значення.

- Уникають повторень.

- Під час розмови контролюють свої жести, позу, інтонацію, тон.

- У ході розмови змінюють інтонацію, акценти, щоб мова не була монотонною, невиразною.

- Слухають те, що їм мають сказати, до кінця, а потім уже заперечують, якщо не погоджуються.

- Під час розмови час від часу вживають звертання. Бесіда набуває дружнього, теплого характеру і ввічливого забарвлення.

- Не допускають у розмові зневажливого тону.

- Перш ніж сказати, думають.

- Уважно слухають іншого, тому що нетактовно переривати його розмову.
- Не починають гарячу суперечку на захист своєї думки. Молодій людині слід уникати суперечок із старшими.
- Не втручаються в розмову дорослих. Чекають, коли вони звернуться до них.
- Не дивляться вбік у той момент, коли говорять із співрозмовником.
- Під час розмови не зморщують чоло, ніс, не кривлять рот, не хитаються.
- У розмові з рідними і старшими ніколи не підвищують голосу.
- Відповідають на запитання чітко і лаконічно.
- До всіх незнайомих і старших людей звертаються на «Ви».
- Не говорять про присутніх «він», «вона», а називають ім'я (ім'я та по батькові).
- Не розмовляють так голосно, щоб привернути увагу навколишніх людей.
- Якщо на запитання співрозмовника немає наготові доречної відповіді - мовчать.
- Якщо володіють даром дотепності, використовують його вміло, не висміюють присутніх, не глузують з них.
- Якщо хтось розповідає про те, що уже відомо, терпляче вислуховують, не перебивають.
- Розмовляють про те, що цікавить співрозмовника.
- Якщо помічають, що їхня розповідь не цікавить присутніх, припиняють розповідь.
- Говорять тільки про те, що знають.
- Коли всі присутні говорять однією мовою, нечемно говорити з ними іншою.
- Не говорять без упину про власні біди, не обговорюють свої і чужі проблеми.
- Не говорять у товаристві про те, що цікаво лише їм. Шукають цікаве для всіх.
- Не лихословлять про відсутніх, не критикують їх поза очі. Висловлюють свою думку прямо й відверто в їхній присутності.
- У товаристві не розповідають страшні історії, що можуть викликати тяжкі спогади і сумний настрій.



# Правила поведінки у громадських місцях



## На вулиці

- \- Дотримуються правил дорожнього руху.
  - Проїзну частину доріг переходять тільки у зазначених для цього місця
  - При ходьбі по тротуарах і пішохідних доріжках дотримуються правої сторони; випереджують інших з лівої сторони
  - Йти треба з тією швидкістю, з якою рухається потік пішоходів на даній вулиці.
  - Якщо на вулиці натовп - його обходять.
- Коли це неможливо, то ні в якому разі не можна

йти проти натовпу.

- Ніколи не біжать через дорогу.
- Вулицю переходять лише на перехрестях, а у містах, ще й виключно при зеленому світлі світлофора.
- Якщо переходять вулицю, де нема світлофора, тоді спочатку уважно дивляться ліворуч, на середині вулиці - праворуч. Якщо наближається автомобіль - чекають, пропускають його і лише тоді продовжують свій шлях.
- Автомобіль, автобус чи тролейбус, що стоїть на зупинці, обходять тільки ззаду, а трамвай - обминають лише спереду, щоб не потрапити під зустрічний вагон.
- Коли поспішають, не розштовхують перехожих, а намагаються пройти так, щоб нікого не зачепити.
- Якщо, проходячи мимо, треба повернутися, роблять це обличчям до зустрічного.
- На вулиці дотримуються чистоти. Використані автобусні, тролейбусні квитки, обгортки від морозива та інші непотрібні речі кидають в урну для сміття.
- Щоб не зачіпати перехожих, портфель, сумку, пакет носять у правій руці.
- На вулиці не співають, не свистять, не їдять, не читають на ходу, не кричать, не кидають огризки, не лузають насіння, не носять включений транзистор чи магнітофон.
- Не слід часто оглядатися.



- На вулиці треба бути не тільки ввічливим, але й спостережливим: не забувати давати дорогу жінці, яка йде назустріч. Таку ж повагу виявляти і до старших за віком.
- Якщо помітили, що хтось поспішає, потрібно відійти.
- Із знайомими вітаються.
- Зустрівши знайомого, відходять убік, щоб поговорити з ним.
- Не зупиняють приятеля, якщо він йде не один.
- Якщо йдуть із супутником і зустрічають знайомого, з яким хочуть переговорити, тоді вибачаються перед своїм супутником.
- Ідучи з жінкою або літньою людиною, пристосовуються до їхньої ходи, не змушують їх йти швидше чи повільніше.
- Чоловік йде попереду жінки лише тоді, коли погана або небезпечна дорога.
- Не вклинюються між двох людей, які йдуть разом.
- Якщо товариство налічує кілька осіб, то рухаються по дві особи в одному ряді, щоб не заважати потокам пішоходів обох напрямків.
- Жінці, літній людині чоловіки можуть допомогти нести важкі речі.
- Якщо помічають на протилежному боці вулиці знайомого, через вулицю не кричать, а вітаються кивком голови.
- Якщо під парасолькою йде двоє, її тримає чоловік або молодший за віком. Зустрічаючи пішоходів, парасольку піднімають або нахиляють в інший бік.
- Якщо, купивши морозиво, не несуть його додому, а з'їдають на вулиці, тоді стають осторонь.
- Якщо запитують дорогу, зупиняються і пояснюють, як зручніше пройти.
- На запитання когось із незнайомих відповідають доброзичливо. Якщо запитує сам, то дякує за відповідь.

## Поведінка у транспорті



- При підході громадського транспорту чекають, коли він повністю зупиниться і пасажери вийдуть з нього.
- Намагаються не заходити через передні двері, через які заходять люди з

інвалідністю і пасажирів з дітьми, літні люди, вагітні жінки.

- Якщо для входу й виходу використовують одні двері, то спочатку дають можливість вийти.

- Дотримуються черги при посадці. Кому фізично важко стояти у черзі, пропускають вперед.

- Не заходять у вагон, автобус тощо з речами, які можуть завдати шкоди іншим. Речі, які можуть поранити пасажирів або зіпсувати їм одяг, акуратно загортають та запаковують.

- Дотримуються чистоти. Не їдять морозива та тістечок у громадському транспорті, бо можна ненароком заплямувати одяг сусіда або сидіння.

- Не наступають людям на ноги, не спираються на людей, що стоять поряд, не штовхають їх у спину.

- Поступаються місцем інвалідам, жінкам, літнім людям, малюкам; роблять це просто і невимушено.

- Коли вас просять передати гроші водієві на квиток чи вибити квиток у касі - зробіть це спокійно, не вважайте це обтяжливим.

- Молоді люди не просять літню людину, якій важко піднятися, передати гроші. Слід взяти квиток самому або попросити про це людину, якій зробити таку послугу зручніше.

- Якщо запитали, чи виходиш, люб'язно і чітко дають відповідь.

- Відходять від дверей трохи вбік, щоб пропустити пасажирів, які виходять.

- Виходять спокійно, не штовхаючись, за чергою.

- При виході допомагають зійти старшим та немічним.

- У громадському транспорті чоловік допомагає жінці ввійти, пропустивши її вперед, першим виходить і подає їй руку.

- Не галасують, не розмовляють голосно; не перемовляються з товаришем, якщо він далеко від вас.

- Чхаючи і кашляючи, використовують носову хусточку.

- Вікна відчиняють лише зі згоди пасажирів та з дозволу водія чи кондуктора.

- Проїзний квиток зберігають і не мнуть, пред'являють на вимогу контролера.

- Зайшовши у вагон поїзда, проходять вперед, даючи місце іншим пасажирам.

- Увійшовши в купе, вітаються з попутниками.

- Сумки, пакети ставлять на сидіння лише тоді, коли є вільне місце. Якщо вільних місць нема, речі ставлять на полицю або підлогу.

- Заходячи в купе, чоловіки знімають головні убори.

- Верхній одяг і пакети кладуть так, щоб вони не заважали попутникам.

- Якщо для всіх пасажирів не вистачає місць для сидіння, сідають тісніше.

- Якщо у довгій поїзді комусь доводиться стояти, можна уступити своє місце на деякий час, попередивши про це попутника.

- Сідаючи на запропоноване місце, обов'язково дякують за виявлену увагу.

- У вагоні нижнім місцем користується і пасажир, що їде на верхній полиці.

- Молоді люди і чоловіки поступаються в купе нижнім місцем жінці і літнім людям; місцем біля вікна.

- У дорозі попутники один одному не представляються. Це роблять за бажанням.

- У купе не сидять і не ходять по вагону в піжамах.

- Не висуваються з вікон транспорту, не відчиняють на ходу двері.

- Залишки їжі і папір викидають в ящик для сміття, ні в якому разі під сидіння або через вікно.

- Сидячи на лаві, не простягають своїх ніг так, щоб вони торкалися інших пасажирів.

- Уночі у вагоні не сміються голосно, не грюкають дверима, не співають, не кричать.

- У вагоні не чистять нігті, не колупаються в зубах чи вухах, не розгортають газету, а читають складеною, не підслуховують розмови інших, не ведуть розмов про службові та сімейні справи.

- Про особисті справи із співрозмовником говорять тихим голосом.

- Якщо попутник переодягається, виходять з купе. Якщо ви вже лягли, слід повернутися обличчям до стіни.

- Якщо ви самі збираєтеся відпочивати, тактовно дайте знати про це своїм попутникам.

- Розмова в купе має бути ненав'язлива. Своїх сусідів по купе не втягують силою в розмову.

- У дорожніх розмовах не торкаються особистих тем, не обговорюють життя спільних знайомих.

- Якщо ви хочете припинити розмову, найкраще розкрити книгу або газету.

- У дорогу не беруть їжу з гострим запахом.

- Якщо сусіди по купе починають їсти, вам варто вийти в (вечерю), відмова не повинна викликати образи. Коли ж ви приймаєте запрошення до столу, в свою чергу, запропонуйте те, що взяли в дорогу.

- Довідки про прибуття на місце призначення, про пересадку тощо дізнаються у працівників транспорту.

- Прибувши на місце, бажають щасливої дороги тим, хто їде далі, і прощаються.

- Якщо подорож закінчилася, бажають своїм попутникам усього найкращого і виходять з купе.

## **Привітання**

- Перший прояв ввічливості - це привітання, подання руки, уклін, вміння представитися.

- Щодня, зустрічаючись із знайомими вперше, слід вітатися.

- При вітанні слід дивитися доброзичливо і люб'язно в очі.

- Вклоняються плавно і спокійно. При поклоні корпус має бути прямим, п'ятки разом, руки по боках.

Невеликий уклін - це нахил голови. Глибокий уклін - нахил верхньої частини тіла.

- З другом чи близьким знайомим вітаються більш щиро й тепло, ніж зі знайомими.

- Вітання вимовляють чітко, ясно, приязно.

- Першим вітається молодший зі старшим, чоловік із жінкою, учень з учителем, дитина з дорослим, підлеглий з керівництвом.

- З присутніми вітається першим той, що заходить.

- На вулиці той, хто обганяє знайомого, вітається першим тоді, коли порівняється з ним.



- Перш ніж звернутися з питанням до стороннього, слід з ним привітатися.

- Численне товариство вітають легким поклоном.

- З продавцями магазинів, кіосків вітаються лише тоді, коли мають з ними справу щодня.

- Чоловіки, вітаючись із знайомими, за три кроки від них спокійним жестом знімають (трохи піднімають) свого капелюха чи кашкета. Головний убір знімають уповільненим рухом.

- За капелюх беруться спереду-зверху (ні в якому разі за криси).

- Кашкет знімають спереду за козирок.

- Якщо зустрічний проходить ліворуч від вас - піднімайте кашкет, капелюх правою рукою, якщо праворуч - лівою рукою.

- Вітаючись, не знімають з голови берет, в'язану шапочку.

- Не обов'язково знімати головний убір за дуже холодної погоди або поганого самопочуття. У цьому разі достатньо люб'язно привітатися виразом обличчя або злегка вклонитися.

- Дозволяється чоловікам не знімати головних уборів у магазинах, вокзалах, поштамтах, коридорах, на східцях будинків, ліфтах тощо.

- Якщо зустрічають на вулиці товариство, серед яких відома лише одна людина, вітаються тільки з нею. І лише після того, як познайомлять зі всіма, вітають решту товариства.

- Люди, яких вам представили, вважаються знайомими і вітаються при зустрічах навіть тоді, коли це знайомство не підтримується.

- Якщо вітаються за руку, чоловік встає, незалежно від віку людини.

- Рукоштовпання має бути дружнім.

- Першим подає руку старший молодшому, жінка - чоловікові, начальник - підлеглому, учитель - учневі, викладач - студентові.

- Вітаючись, жінка може не знімати рукавичку.

- Чоловік, перш ніж подати руку, знімає рукавичку.

- Чоловік, вітаючись із своїм другом, може не знімати рукавичку. Однак подавати руку в рукавиці тому, хто без них, непристойно.

- У зачиненому приміщенні подавати руку в рукавиці не прийнято.

- Літній чоловік першим подає руку дівчині або молодій жінці.

- Дівчина, подає руку літній людині, знявши рукавичку.
- Зустрічаючись, подають праву руку. Лише в окремих випадках, коли не можуть вивільнити праву руку, подають ліву, але з відповідним вибаченням.
- Ніколи не подають брудну руку.

## Знайомство і представлення



- Знайомити слід спокійно, стримано, з гідністю.
- Знайомлячись, дивляться один одному у вічі.
- Той, хто знайомить, вимовляє чітко, люб'язно ім'я того, кого знайомлять.
- Одну людину представляють групі чи товариству, нового вчителя - класові, педагогічному колективові. лектора - аудиторії, виступаючого - зборам, конференції тощо. Нового вчителя представляє директор школи, його заступник або класний керівник, лектора - той, хто організував лекцію, виступаючого - голова зборів, конференції.
- Членів сім'ї представляють, не називаючи прізвище («мій син Тарас», «моя дружина», «моя сестра» тощо).
- Учениця чи студентка першою представляється вчителю, викладачу.
- При швидкій і поверховій зустрічі свого супутника не представляють.
- При знайомстві можна вручити візитну картку.
- Представляючись чи будучи представленим, не обов'язково протягувати руку.
- Того, кого представляють, характеризують стисло, але достатньо, щоб усім було зрозуміло, кого з ними знайомлять.
- Якщо ви хочете з кимось познайомитись, це може зробити ваш спільний знайомий.
- Відмова від знайомства рівнозначна образі.
- Якщо приходите в дім чи громадське місце, де вас не знають, ви повинні представитися і пояснити мету візиту.

## Етикет під час користування мобільним зв'язком



***1. Намагайтеся вимикати мобільні телефони там, де є застереження «Будь ласка, вимкніть мобільний телефон».***

Мобільний телефон — досить складний електронний пристрій із великою кількістю різного роду випромінювань. Проєкспериментуйте з вашим телефоном — покладіть його біля звичайного увімкненого радіоприймача та зателефонуйте на нього. Ви почуєте, як до мелодії, що лунає з радіоприймача, додаються інші неприємні шуми — це означає те, що радіосигнал, який приймає мобільний телефон, разом із дзвінком впливають на інші електронні пристрої. Тепер уявіть, що в лікарні випромінювання мобільного телефону заважають правильній роботі пристроїв, від яких залежить життя людини чи правильність установлення діагнозу. Користуватися мобільним зв'язком у медичних закладах слід лише в разі гострої необхідності.

Усі ми часто дивимося в небо і спостерігаємо за літаками. Літаки летять, не збиваючись із курсу, за допомогою радіолокаційних пристроїв, принцип роботи яких схожий із принципом роботи звичайного радіоприймача.

Слід завжди пам'ятати це правило, від нього залежить життя людей: вимкнений мобільний телефон в установах із великою кількістю радіоапаратури — запорука нашої безпеки.

***2. Переводьте свій мобільний телефон у режим «без звуку» або користуйтеся послугою «Голосова пошта» у театрах, музеях, на виставках, у кінотеатрах.***

Більшість з нас із задоволенням проводять вільний час у кінотеатрі, переглядаючи новинки кінопрокату з цікавим сюжетом, активним дійством і улюбленими акторами... І кожен знає, як неприємно, коли в напружений момент тишу порушує несподіваний сигнал мобільного телефону.

Мобільні оператори подбали про такі ситуації, налагодивши послугу «Голосова пошта», котра вмикає автовідповідач у раз увімкненого мобільного телефону, яку можна замовити у мобільного оператора і відпочивати спокійно. Так виявляємо нашу повагу до оточуючих нас людей і до акторів, які працюють заради нас, глядачів.



Режим мобільного телефону «без звуку» буде доречним у музеях, на виставках, конференціях, презентаціях, а при потребі можна вийти із зали і відповісти на дзвінок, не відволікаючи оточуючих.

***3. Обирайте такі рінгтони, які приємні вам, але не будуть турбувати оточуючих.***

Скільки людей, стільки й уподобань — це стосується і музичних смаків. З музичним різноманіттям, що нас оточує, дуже важко обрати якийсь один унікальний рінгтон. Але те, що подобається вам, може не сподобатись і навіть образити інших. Поважайте оточуючих вас людей, не ставте на свій мобільний телефон дратівливі мелодії, грубі вислови, неприємні звуки й пісні специфічних музичних жанрів.

***4 Установіть мінімальну гучність сигналу мобільного телефону, коли ви відпочиваєте разом з іншими людьми.***

Вам цікаво відпочивати з вашими друзями у громадських місцях, таких як кафе або ігрові спортивні майданчики. Ваша компанія разом весело проводить час і вам було б неприємно, коли б у когось з оточуючих голосно дзвонив мобільний телефон. Це вияв неповаги до оточуючих — тим самим людина свідчить, що їй цікавіше зі співрозмовником, який телефонує, ніж із присутніми. Не зневажайте присутніх, поставте рінгтон вашого телефону на мінімальну гучність, а в разі дзвінка чемно попросіть вибачення перед присутніми і відійдіть для розмови в тихе місце.

***5. У громадських місцях: бібліотеці, магазинах, транспорті, ліфті намагайтеся розмовляти по мобільному телефону максимально тихо та коротко.***

Своїми розмовами ви можете заважати оточуючим, тим самим виказуючи до них неповагу. Оточуючим вас людям зовсім нецікаво знати про ваші справи та слухати ваші теревені з друзями. Краще вибачтеся перед тим, хто вам телефонує та передзвонить йому пізніше, коли ви будете на самоті, а якщо розмова термінова, говоріть максимально тихо. До речі, вихована людина, що телефонує, обов'язково поцікавиться, зручно її співрозмовнику розмовляти в цей момент, чи слід зателефонувати пізніше.



## Етикет для господарів і гостей

### Декілька слів про випадкові візити (для дітей)



- При закритих дверях вияснюють, хто прийшов, які наміри гостя.

- Якщо це друзі батьків чи однокласники, зустрічають їх привітно.

- Повідомляють, коли придуть батьки, куди вони пішли.

- Запитують, чи не хочуть гості почекати.

- Гостям пропонують зняти верхній одяг. Допомагають їм роздягнутися і повісити пальто на вішалку.

- Запрошують гостя до кімнати, пропонують сісти на краще місце. Сідають з ним.

- Пропонують гостю подивитися телевізор, газету чи журнал.

- Діти руку дорослим не протягують.

- Якщо гість добре знайомий, заводять з ним розмову.

- Якщо прийшли ваші знайомі - треба представити їх батькам.

- Якщо обідають, а друг, однокласник забіг за книжкою, потрібно перерватися і віддати йому книжку, не затримувати його.

- Якщо друг, однокласник прийшов надовго, а ви обідаєте, потрібно попросити його почекати, поки пообідаєте. Запрошувати до столу чи ні - це вирішує мама.

## Ви запросили гостей

- Гостей повідомляють про запрошення на свято за 1-6 днів при зустрічі або по телефону. На великі свята посилають письмове запрошення.

- Запрошеному вказують точний час, коли його будуть чекати, і називають мету запрошення, характер застілля (чай, обід, вечеря).

- Не запрошують у гості у присутності тих, кого не запрошують.

- Запрошуючи гостей, слід зважити на спільність інтересів, старатися, щоб люди підійшли одне одному.

- Не запрошують тих, хто у сварці.

- Чекаючи гостей, слід прибрати зайві предмети з вішалки і з передпокою. Зважте на те, що гості будуть заходити до ванної й туалетної кімнат там повинно бути все в порядку.

- Стільці розставляють довкола столу так, щоб гості почували себе зручно і нікому не заважали ніжка столу або лікті сусідів.

- За годину до приходу гостей господарі мають бути святково одягнені, стіл накритий, а квартира сяяти чистотою.

- Святковий настрій створюють запалені свічки.

- Перших гостей зустрічає господар разом з господинею.

- Якщо дзвонять ті, що прийшли пізніше, двері їм відчиняє господар, а господиня залишається з тими, що зібралися.

- Гостей не примушують скидати туплі, одягати м'які хатні тапочки.

- До кімнати першими пропускають дівчат.

- Господар входить у кімнату останнім.

- Господар зобов'язаний познайомити гостей одне з одним.

- Господар залишається стояти, поки всі гості не сядуть.

- Господарі мають бути однаково уважними й люб'язними до всіх присутніх без винятку.

- Господарі не повинні підкреслювати, що втомилися, навіть за тих обставин, якщо гості затримуються допізна. Вони мають бути веселі, привітні.



- Гостей не залишають самих довго в кімнаті. Якщо це вкрай необхідно, пропонують журнал або газету, включають телевізор і просять пробачення.

- Відкриває стіл господиня. Вона бажає всім смачного, і тоді всі починають їсти.

- Пропонуючи їжу, нікого не примушують їсти.

- Блюдо підносять впритул до тарілки, щоб не забруднити скатертину. Ручка ложки або виделки на блюді повернута в бік гостя, який обслуговує себе правою рукою, а лівою тільки допомагає. Той, хто обслуговує, тримає свою праву руку дещо позаду, щоб вона не заважала гостеві.

- Пригощаючи печенюю, спочатку пропонують м'ясо, потім овочі, соус.

- Їжу беруть з блюда від краю. Вибирають лише печеню з птиці.

- Якщо запропоновану страву ви не хочете їсти, слід відмовитися, сказавши «дякую».

- Суп завжди пропонують один раз, інші страви - двічі.

- Якщо гість ще раз покладе собі на тарілку страву, яку інші вже поїли, господиня теж кладе собі цю ж страву, щоб людина не відчувала себе незручно.

- Гостям картоплю в «мундирах» не подають.

- Не подають на стіл сир в обгортці.

- Соусом картоплю і овочі не поливають. Він призначений для м'яса.

- Суп розливають у тарілки за сервірованим столом. Наповнюють тільки поглиблення тарілки. Підносять її гостеві справа і правою рукою ставлять на тарілку для печені.

- У супі не повинно бути шматків, які не можна було б покласти в рот.

- Торти, пироги подають на стіл нарізаними. Поряд кладуть лопатку, щипці або невелику виделку.

- Фрукти подають на фруктовому приборі.

- Кавуни і дині подають нарізаними скибками, із шкуркою.

- Печенюю, овочі, закуски, печиво, тістечка, цукерки тощо подають зліва, щоб гостеві було зручніше правою рукою брати з блюда.

- Каву наливають з правого боку від гостя.

- Цукор і вершки гість кладе за своїм смаком сам.

- Тон у розмові задають господарі. Господар стежить за тим, щоб розмова велася в рамках пристойності. Він дбає про те, щоб розмова була цікавою для всіх.

- Якщо в ході загальної розмови ініціатива переходить до певних співрозмовників і їх бесіда цікава для всіх, переривати їх нетактовно.

- Якщо під час загальної розмови підходить ще гість, господар вводить його в курс розмови.

- Про свої смаки говорять лише тоді, коли запитують. Не сперечаються, якщо ваші смаки не співпадають із смаками господарів.

- Гості почувають себе незручно, якщо господиня час від часу перешіптується з подружкою, відокремившись у куток.

- Якщо у вас гості, не слід довго розмовляти по телефону. У таких випадках краще сказати: «Вибачте, у мене гості. Коли можна Вам зателефонувати?».

- Не заведено, щоб гості мінялися місцями за столом.

- Якщо гості принесли торт, фрукти, цукерки, ці подарунки необхідно покласти на святковий стіл навіть тоді, коли вони дублюють те, що приготувала господиня.

- Програму вечора сплановують заздалегідь. Подумайте про розваги.

- Після їди грають, танцюють, розмовляють, співають, слухають музику. Господиня в цей час може почастивати ласощами або фруктами.

- Якщо хтось із гостей заспіває або заграє на піаніно, гітарі, всі слухають уважно і дякують, аплодують, незважаючи на рівень виконання.

- За 10 хв. до того, як мають розійтися гості, припиняють танці.

- Встаючи з-за столу, стільці підсовують знову до столу.

- Не треба поспіхом доїдати їжу на тарілці і спорожнити склянку з лимонадом, водою тощо, коли встаєте з-за столу.

- Гостям дякують за приємно проведений вечір.

- Коли гостей небагато, господар допомагає їм одягнутися.

- Коли гості залишають ваш дім, проведіть їх до дверей.

- Ідучи, гість сам відчиняє собі двері. Господар допомагає відчинити парадні двері.

-

## Вас запросили в гості



- Якщо вас запрошують у гості, негарно питати: «А хто ще буде?». При необхідності, запрошуючий це скаже сам.

- У гості приходять точно в призначений час. Прийти на 10 хвилин раніше дозволяється лише на урочистий обід. Прихід на 20-30 хвилин пізніше

від призначеного часу вважається запізненням, яке потребує аргументованого пояснення.

- Якщо запізнюються чи не можуть прийти, повідомляють це господарям якнайшвидше.

- Вже на сідцях ретельно витирають ноги.

- Входячи в приміщення, чоловік знімає головний убір.

- Увійшовши в кімнату, роблять загальний уклін гостям і підходять до господарів.

- Вітаючи господарів, дякують їм за запрошення.

- Парасольку, сумочку залишають у передпокої.

- Прийшовши в гості, не заведено ходити з одного кутка в інший, розглядаючи речі в кімнаті.

- Якщо гостей небагато, господиня вказує кожному його місце. На багатолюдному прийомі сідають там, де є місце, або там, де хочеться.

- Молоді люди повинні пам'ятати, що крісла, дивани й інші зручні і затишні сидіння треба уступати літнім людям і жінкам.

- Гості сідають лише тоді, коли сяде господарі і почесні гості.

- Молодь не сідає доти, поки не сядуть старші.

- За столом сидять на всьому сидінні, ледь нахилившись. Ноги тримають біля стільця, коліна поряд. Одну ногу можна виставити трохи вперед або легко схрестити ноги в щиколотках.

- Якщо ви запізнилися, привітайтеся з усіма (загальний уклін) і спокійно сядьте на вказане господинею місце.

- Підліток, який сидить за столом, встає і вітається першим, якщо в кімнату заходить літня людина, мати, батько вашого друга.

- Сідаючи за стіл, не грюкають стільцем.

- Не кладуть лікті на стіл. На столі можуть бути тільки кисті рук.

- Якщо їдять однією рукою, то друга теж лежить на столі. У перерві між їдою руки тримають на колінах.
- Серветки з тарілки приймають тоді, коли почали подавати до столу їжу.
- Серветки із тканини кладуть собі на коліна (чоловіки кладуть на ліве коліно).
- Рот витирають паперовими серветками.
- Якщо ви тимчасово відійшли від столу або закінчили їжу, серветку із тканини кладуть на стіл. Її не складають, а кладуть пом'ятою ліворуч від тарілки.
- Паперову серветку злегка згинають і кладуть на порожню тарілку.
- Під час їди не розставляють лікті, не нахиляють низько голову. Голову нахиляють злегка.
- Користуючись виделкою і ножом, тримають виделку в лівій руці, а ніж - у правій.
- Якщо їдять однією виделкою, то її тримають у правій руці.
- Виделку тримають опуклістю догори.
- Тримаючи ніж, кінчиком вказівного пальця спираються на стик ручки і вістря.
- Ложку тримають між великим і вказівним пальцями, її ручка злегка впирається в середній палець.
- Ложку підносять до рота трохи навскіс - лівою частиною переднього краю. У рот ложку не засовують.
- За столом їдять і п'ють тихо, спокійно, не кривлячись.
- При нарізуванні їжі рухають ножом у напрямку до себе, а виделку тримають похило, а не перпендикулярно тарілці, - інакше виделка може зісковзнути, і їжа розлетиться по столу.
- Відрізують шматочок за шматком поступово, в міру того, як з'їдають їх. Все зразу нарізують тільки дітям, які ще не вміють користуватися ножом.
- Не ріжуть ножом гарнір. Його розділяють на шматки виделкою. При цьому можна допомогти собі шматочком хліба.
- З ножа не їдять.
- Їсти треба в міру потреби.
- Суп наливають у глибоку супову тарілку.
- Суп з тарілки зачерпують у напрямку до себе, набираючи неповну ложку так, щоб можна донести її до рота, не проливши ні краплі.

- Гущу супу з'їдають одночасно з рідиною.
- Якщо подали гарячий суп, краще зачекати, поки він трохи охолоне. Непристойно дути в суп чи мішати його ложкою, щоб остудити.
- Якщо суп з'їли, кладуть ложку в тарілку, а не обпирають її об вінце. Роблять те саме і тоді, коли тимчасово припиняють їсти.
- Бульйони і суп-пюре, що подані в чашці, їдять десертною ложкою, тримаючи ручку чашки лівою рукою.
- Галушки, макарони, фрикадельки в супі поділяють на частки ложкою. Не можна відкушувати їх по шматочку і решту класти назад у суп.
- Якщо ви хочете взяти що-небудь зі столу, не тягніть блюдо до себе через весь стіл, не протягуйте руку через сусіда, а попросіть передати його вам.
- Хліб, фрукти, печиво передають іншим разом з тарілкою. Брати своїми руками негігієнічно.
- Блюда і тарілки беруть знизу і підтримують їх великим пальцем за край. Пальці не повинні торкатися страви.
- Виделку, ніж, ложку, тримають за ручку і той, хто подає їх, і той, хто бере.
- Не прийнято набирати своєю ложкою чи виделкою їжу із загального блюда.
- Не беруть своїм ножом сіль із сільниці. У сільницю ставлять ложечку. Сіль, гірчицю кладуть з правого боку на дно своєї тарілки.
- Під час їди рот надто не набивають - це некрасиво і заважає розмовляти.
- Жують із закритим ротом.
- Коли їдять хліб, його не ріжуть, не відкушують від нього, а ламають на дрібні шматочки і кладуть у рот.
- Хліб беруть з хлібниці рукою, а не виделкою, і кладуть на спеціальну тарілку для хліба.
- Не намазують хліб маслом прямо з маслянки. Спочатку кладуть масло собі на тарілку.
- Ніколи не дозволяють собі в гостях, на урочистих обідах кришити хліб або булку в соус.
- Якщо відмовляються від страви, яку пропонують, не пояснюють голосно, чому саме.
- Якщо під час їди треба щось взяти і для цього необхідно покласти ніж і виделку, їх кладуть на тарілку в тому порядку, в

якому ви їх тримали, тобто ніж - праворуч, виделку - ліворуч, так, щоб кінчики трималися на тарілці.

- Ознакою того, що ви закінчили їсти, є покладені на тарілку ніж і виделка паралельно одне одному ручками у правий бік. Виделку кладуть зубцями вверху.

- Після їди тарілка повинна бути порожньою.

- Не прийнято накладати на тарілку їжу купою.

- Якщо їжа, яку ви попробували, дуже гаряча, випийте води.

- Якщо ви поклали в рот їжу і її смакові якості розчарували вас, шматочок, який ви поклали в рот, слід з'їсти.

- Печеню та інші страви гості кладуть собі самі.

- Сільницю, цукерницю, блюда зі стравами, після того, як ви ними скористалися, ставлять знову на попереднє місце.

- Якщо випадково наколюють виделкою шматок м'яса, обов'язково кладуть його на свою тарілку.

- Якщо в їжу попало щось неїстівне, не показують свого незадоволення. Відкладають «знахідку» на край тарілки і прикривають гарніром.

- Якщо посуд недостатньо чистий - не кривляться, не показують свого незадоволення, терплять.

- Якщо випадково випускають шматок овочів, картоплі тощо на скатертину, непомітно піднімають їх кінчиком чистого ножа і кладуть на край своєї тарілки.

- Якщо ненароком перекидають склянку і заливають скатертину або сусіда, вибачаються перед господинею і своїми сусідами.

- Якщо падає виделка або ніж, їх не піднімають. Просять, щоб подали другу.

- Не витягають на очах у всіх застряглі в зубах залишки їжі. Якщо це вкрай необхідно, роблять це спеціальною зубочисткою, швидко і непомітно для присутніх, прикривши рот лівою рукою.

- Від пригощань не відмовляються.

- Якщо на стіл подають незнайому страву і ви не знаєте, як її треба їсти, подивіться, як це робить господиня чи присутні.

- У гостях слід похвалити хоча б одну страву.

- П'ючи чай, каву, чайну ложку, якою розмішують цукор, не залишають у чашці. Розмішавши цукор, ложечку кладуть на блюдце.

- Розмішуючи напій у чашці, ложкою не стукають.



- Якщо чай у мішечках, його виймають з чашки і кладуть на блюдце.

- Піднімаючи чашку, палець не засовують у вушко ручки.

- Якщо п'ють каву або чай віддалік від столу, сидячи у кріслі, то блюдце тримають у лівій руці, підносячи правою рукою чашку до рота.

- Кусковий цукор беруть із цукерниці щипцями і кладуть у чашку так, щоб не вихлюпнути з неї напій. Якщо щипців на столі нема, цукор можна взяти чистою ложечкою або рукою так, щоб не доторкнутися до решти грудочок.

- Не беруть цукор ложечкою, яка вже була опущена в чай або каву. Цукор на дні чашки не вискрібають, ложечку в рот не беруть.

- Перш ніж випити воду, сік, витирають губи серветкою, щоб на склянці або фужері не залишалася жирної плями. Губну помаду не залишають на чарках, бокалах, фужерах.

- Кісточки від фруктів і дрібні кістки від м'яса з рота перекладають на ложку або виделку, а потім на тарілку. Кісточки від фруктів кладуть на блюдце, а кісточки від м'яса - на плоску тарілку.

- Після їди фруктів руки витирають паперовою серветкою і кладуть її на фруктову тарілку.

- Порожні тарілки і блюда гості передають з рук у руки господині або дочці.

- За столом не стежать за тим, хто скільки з'їсть.

- У гостях тримаються щиро, скромно й невимушено.

- Не хваляться своїми успіхами або посадою, не афішують свій поганий настрій.

- У товаристві не вказують на когось або щось пальцем. Якщо необхідно показати, це роблять очима або кивком голови.

- Якщо в колі присутні старші, не спираються ліктями на спинку свого чи чужого стільця, не схрещують руки на грудях.

- У гостях не розглядають марку фарфору, не розпитують, що скільки коштує, де куплено, не оцінюють квартиру, не роблять критичних зауважень.

- Якщо телевізор не включений, не пропонують господарям включити його. Якщо він включений, не повертають весь час голову в бік телевізора. Ще гірше, коли встають із-за столу і сідають перед телевізором тоді, коли всі обідають.

- Якщо хтось чхнув - не звертають на це увагу.

- Якщо в гостях розбили або зіпсували якусь річ, не пропонують гроші. Натомість куплять таку ж річ або компенсують іншою.

- При розмові не прикривають рот рукою. Під час розмови не стукають якоюсь річчю, не вивчають стелю, не дивляться замріяно у вікно, не читають.

- За столом не говорять про речі, які можуть зіпсувати апетит.

- За столом не говорять про хвороби, не показують будь-які подряпини, болячки тощо.

- Не вступають у розмови на теми, з якими не досить добре обізнані, а тим більше безапеляційно не висловлюють своє судження.

- У товаристві не шепчуться. Якщо треба щось важливе сказати, непомітно кудись виходять.

- Якщо вам треба щось сказати гостю, який сидить поруч із вашим сусідом, то розмовляйте за його спиною.

- Запрошуючи гостей, господарі дбають про їх розваги.

- Для вечора танців не накривають великого столу.

- Не засиджуються в гостях. У багатьох країнах частування кавою служить сигналом про те, що вечір закінчено. Як правило, йдуть не пізніше 24 години.

- Якщо залишають товариство раніше, роблять це непомітно. Прощатися з гостями не слід, оскільки вони можуть сприйняти це як сигнал до того, що час розходитися. Достатньо попрощатися з господарем і подякувати за приємний вечір, пояснивши причину відходу.

- Якщо піти непомітно не вдалося, роблять загальний уклін всім, хто залишається.

- Гості встають з-за столу після господині.

- Першими йдуть літні люди, після них молоді.

- Спочатку прощаються, а тоді одягаються.

- Прощаючись, гості і господарі дякують одне одному за надану приємну зустріч.

## Правила особистої гігієни і охайності



Щодня вставай в один і той же час, провітрюй кімнату і роби зарядку.

Вранці умивайся, чисти зуби, мий вуха і шию.

Перед сном умивайся, добре провітрюй кімнату.

Завжди мий руки перед їжею, після занять і після відвідування туалету.

Користуйся носовою хусткою, стеж, щоб ніс у тебе завжди був чистим.

При чханні і кашлі відвертайся, прикривай рот носовою хусткою.

Тримай у порядку волосся: воно повинно бути акуратно підстрижене і причесане чи заплетене в коси.

Умій накривати на стіл, правильно сидіти за столом, користуватися столовими приборами, культурно їсти.

Будь завжди акуратно й охайно одягнений. Одяг має бути чистим, випрасуваним.

У школі треба бути в шкільній формі, вдома — переодягтися у домашній одяг. У гості прийнято вдягатися особливо охайно, святково, ошатно.

Виходячи з дому, подивись на себе в дзеркало: чи все гаразд?

Навчися красиво носити свій одяг, нехай він тебе не обмежує, не заважає рухатись.

Тримай у порядку свої домашні та шкільні речі.

Підтримуй у своєму робочому куточку порядок: витирай пил, книги і зошити після занять складай завжди на те саме місце.

Будь-яку річ, яку взяв, поклади на її постійне місце: книжку, ножиці, голку, гребінець.

Пальто завжди вішай на свою вішалку, не кидай його на стілець. Домашній одяг (форму) завжди клади на своє місце чи вішай на плечики.

### **Використана література**

Аболіна Т. та ін. Етика. – Київ, 1992.

Богуш А., Смовська О. Етичні бесіди у 1-3 класах. – Київ, 1981.

Высказывания знаменитых людей. – М., 1995.

Година спілкування. 7 клас / Упоряд. М.О.Володарська. – Х.: Ранок-НТ, 2007.

Нечволод Л., Паращич В. Риторика. – Х., 2004.

Словарь по этике. – М., 1981.

Фесюкова Л.Б. Комплексні заняття з етики для дітей 4-7 років. – Х.: НП:Видавництво «Ранок», 2007.

Українські народні прислів'я та приказки. – К., 1957