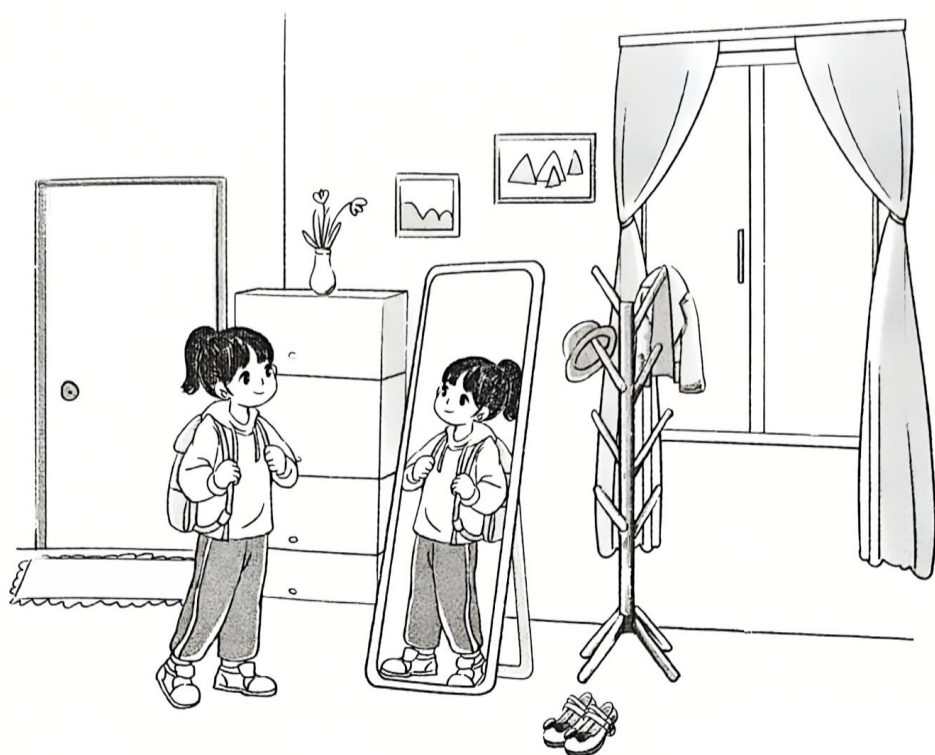


03

穿着打扮要得体



心灵成长目标

穿着大方、得体、美观，保持良好的形象。



主题引

古人教导我们：“冠必正，纽必结，袜与履，俱紧切。”仪容整齐，打扮才算得体。在生活中，着装可以反映我们的心情和生活态度；在社交活动中，得体的着装还会给他人留下美好的印象。





故事启迪

大清早，乐乐穿上外婆昨天给自己新买的一身牛仔服，搭配黑色小皮鞋，她仔细地照了照镜子，调整了头上蝴蝶发卡的位置，满意地准备出门。

妈妈叫住乐乐：“你要不要换衣服？”乐乐疑惑不解，为什么要换，多大方得体的衣服啊……妈妈继续说：“我记得今天有体育课吧！”乐乐一拍脑门儿，懊恼地说：“光惦记好看的新衣服了，忘记体育课穿它不适合。”

几分钟以后，乐乐换上宽松的运动服出门上学。



你有穿着打扮的烦心事吗？



自我认识

对照自己平时的穿着打扮，你同意下面的描述吗？请根据自己的实际情况，符合的画“√”。

1. 即使很漂亮的衣服如果不合身我也不会穿。 ()
2. 漂亮、时尚的衣服如果脏了，也不会好看。 ()
3. 我认为衣服干净、整洁比漂亮、品牌更重要。 ()
4. 有的衣服虽然很漂亮，但是穿在我身上也许并不合适。 ()
5. 我不会穿运动裤配皮鞋。 ()

说明

“√”越多，说明你的衣着打扮越得体，请继续保持。



科学研究

研究发现，人们在形成对他人的印象时总是倾向于利用所掌握的有限信息作出判断。比如我们一看到西装革履，就会觉得很正式，可能会比较郑重地对待对方提出的问题或要求。人与人在交往初期形成的第一印象会影响以后的交往，得体的着装会让那些与你初次交往的人感受到你对他们的尊重，同时也可以给自己带来更多自信。





策略一 着装整洁形象佳

打扮得体不仅是对他人的尊重,也是对自己的尊重。衣着打扮反映我们的气质、性格,甚至内心世界、生活的态度。当在我们刚接触一个陌生人时,没有更进一步了解时,对他的第一印象更多来源于外表的判断,而干净、整洁的外表毋庸置疑是加分项。注意个人卫生,衣着整洁、得体,更能体现小学生朝气蓬勃、积极向上的气质。

活动1: 你更喜欢谁

今天你是面试官,你将面试两位应聘者:

第一位小张,衣服不贵但干净,落落大方,行为自律;

第二位小王,衣着昂贵时尚,不拘小节,举止随意。

认真思考并回答下面的问题:

- (1) 小张、小王谁留给你的第一印象比较好? 为什么?
- (2) 如果他们希望面试成功,你会给他们什么建议?

策略二 搭配协调重健康

服装的大小、款式要适合个人的身份。每个年龄段都有不同的穿衣搭配的特点,对小学生而言,着装要整洁舒适,大方自然。我们应尽量选择颜色协调、风格统一的衣物搭配,以简洁明快为基调。

活动2: 美丽大讨论

一则题为“国家药监局提醒:不建议儿童染发、烫发”的新闻写道:“当下,一些家长为了追求时尚或舞台表演效果,给孩子染发、烫发来美化形象。”

从打扮得体的角度看“儿童烫发”,你有哪些观点呢? 如果从国家药监局提醒的角度来思考,又该怎么看待“儿童染发”呢? 请讨论后写下你的观点。





新闻事件：一些家长带儿童染发、烫发		
我的观点	1	
	2	
	3	
	4	

策略三 着装与场合一致

不同的场合对着装要求是不一样的。参加运动会、外出郊游，适合选择运动装、休闲装；律师开庭、教授出席大型会议，选择正装更恰当。小学生生活的场所主要在家庭和学校，在家着装以舒适、自在为主，在校以简洁、便于运动为主。

活动3：“变装”花木兰

唐代韦元甫的《木兰歌》中有：“木兰代父去，秣马备戎行。易却纨绮裳，洗却铅粉妆。”意思是木兰决定替父亲去服役，喂饱了马，然后穿上戎装踏上行程。她换掉了女孩子穿的纨绮裙裳，洗净平时的铅粉女妆。

- (1) 花木兰在决定替父亲服役后，换上戎装体现了哪些方面的着装要求？
- (2) 如果小学生的服装款式不符合性别角色，在生活中会有什么不便之处？





保持良好的形象需要结合多种因素，如身份、环境、衣着、发型甚至指甲长度等都需要注意。整洁干净、大方自然的穿着打扮，就是对小学生的形象要求。

反思1: 穿搭原则

从颜色、款式等角度思考，如何才能做到“打扮自己要得体”？请简要写下自己的穿搭原则。

反思2: 读一读

小学生着装歌

重仪表，明身份。穿和戴，有学问。
首整洁，次美观。要大方，需自然。
按校规，穿校服。不攀比，宜朴素。
仪容美，贵洁净。不染发，不烫发。
爱清洁，促健康。穿得体，乐成长。

