

礼仪全书

娱乐礼仪

生活百科
青苹果电子图书系列

礼仪全书

娱乐礼仪

主编 田晓娜

目 录

一、 体育礼仪.....	1
体育运动组织者礼仪.....	1
体育比赛抽签礼仪.....	2
运动会仪式礼仪.....	3
赛前礼仪.....	5
运动员礼仪.....	7
教练员礼仪	10
体育比赛中的申诉礼仪	11
体育比赛中记者招待会礼仪	12
运动员的服装礼仪	12
体育比赛中的观众礼仪	23
二、 文艺礼仪	27
观看演出时的礼仪	27
观看电影的礼仪	29
出席音乐会的礼仪	31
观看文艺演出的礼仪	33
参观美术馆的礼仪	34
三、 游戏礼仪	36
参加游戏的礼仪	36

象棋比赛的礼仪	37
国际象棋比赛的礼仪	40
围棋比赛的礼仪	45
其他棋的比赛礼仪	48
扑克游戏的各种竞赛礼仪	50
桥牌比赛的礼仪	61

一、体育礼仪

体育运动组织者礼仪

从两人相约的高尔夫球赛到正式比赛如奥运的举办，都需要组织者。组织者的行为体现着个人、群体和组织的形象。对组织者来说，包括申请（邀约）、准备、服务和善后等几项工作。

1. 申请（邀约）

只想通过在一起进行体育运动来进行社交活动的，邀请者就可以随便些，或口头或打电话邀请对方，商定时间、地点和运动内容。比较正式的体育友谊赛、表演赛和不同级别的正式体育比赛，组织者可按照惯例通过一定渠道进行正式邀请。重大的体育比赛首先要进行申请，获得承办权后再进行邀请。要想获得承办权，又需要花费相当大的精力和代价。奥运会的申请，就需要有一定级别的政府官员和主办城市的主要官员出面，还需要准备丰富精彩的申办材料。

2. 准备

准备工作包括运动场所的选择和修建，配套设施的完善、后勤工作的准备、裁判的确定、采访记者的邀请、新闻发布

会准备等等。总体来说准备工作有二项内容：一是硬件内容，二是软件内容。准备的广度、深度和难度是与运动会的级别紧密相关的。运动会的级别越高，准备工作就越需细致周到。

3. 服务

也就是指条件准备是否到位，能否让运动员顺利而愉快地进行比赛。比如接待人员是否热情周到，医疗卫生人员的服务质量，饮食是否方便以及是否照顾到了各国运动人员的习惯，新闻通讯渠道是否畅通等等。

4. 善后

善后包括运动会结束，如何送别代表队和各方人员，如何解决遗留问题，汇集运动会资料和总结经验，怎样评价运动会，如何充分利用现有体育场馆设施。

体育比赛抽签礼仪

体育比赛，无论是采用淘汰法或者循环法，顺序法或者轮换法来进行，为了体现比赛是在完全公平的条件下进行的，各运动队或个人分组归属、轮次先后的安排问题，都须经过抽签的方法来解决。

在正规的比赛中，抽签仪式必须在组织委员会的领导下，采用各方任可的方法进行。参加抽签的各队可推派代表、领队或队长参加，此外，比赛仲裁委员会、大会秘书以及其他官员也都可以参加。

抽签的具体程序是：

- (1) 仪式主持人宣布抽签方法；
- (2) 宣布公证人和监察员名单；

- (3) 宣布抽签开始；
- (4) 公布中签号码；
- (5) 宣布抽签结果。

在这种抽签仪式中,关键程序是抽签方法要明确无误,能体现出公平合理和机遇相等的原则。如果采用摇号方法,让各队或选手“对号入座”,则事先应将各轮的比赛顺序随机排出,再将与选手数目相等、序数不同的号码球装入抽号机内,由工作人员代表各选手逐一摇出号码球。摇出的号码与比赛顺序表上所列号码能对上“座”,即为各选手的比赛顺序和轮次。有时,代表各选手摇号的工作人员可推举社会名流或“吉祥神童”等担任。此外,抽签仪式还可采用各选手自行摸牌、抓阄儿等方法进行。

无论采用什么方法抽签,都要得到有关组织和参赛者的认可,同时,要视比赛的性质、规模和惯例,来确定具体的方法。

运动会仪式礼仪

1. 运动会的开幕式。

举办正式的运动,一般都安排象征运动会开始的开幕仪式。一次成功的开幕式,可以激发运动员的比赛热情,鼓舞运动员的斗志,引起观众的观看热情,赢得各方对举办者的赞誉等。但要取得开幕式的成功,却不是一件容易的事。关键是要成立一个人员精干的领导班子,其职责是领导、指挥、协调和监督开幕式的一切筹备、操练和表演工作,并向整个运动会的组委会负责。开幕式的领导班子下设主题设计组、编

导组、场地组、联络组、后勤组、治安组等等。主题设计组主要负责仪式的程序设计、仪式的内容、主题思想（重点体现时代性、民族性、艺术性和创造性）和表现方式（演唱、舞蹈、动作、表演等）；编导组按主题设计组提出的要求和任务，组成若干表演组，并安排和导演有关表演内容；表演组则是由各方面和各层次的文体人员组成。

开幕式具体内容的设置和顺序一般是：

- (1) 主持人宣布运动会开幕；
- (2) 运动员入场；
- (3) 官员致词；
- (4) 运动员退场；
- (5) 团体操和歌舞表演；
- (6) 宣读大会贺词。

其间，为加强气氛，还可以飘放气球，放飞鸽子，进行空中跳伞表演，有的大型运动会，还有火炬接力仪式、宣誓仪式、会旗转交仪式等等。

2. 运动会的发奖仪式

大型运动会，在各项比赛结束时，都要分别举行隆重的发奖仪式。运动会组委会多在比赛场上设置阶梯式领奖台，冠军站在中间最高的台阶上，第二名站在右面较低的台阶上，第三名则站在左面再低一些的台阶上。前六名依次排站。如果没有阶梯式领奖台，那么排站次序同上。发奖人一般是组委会官员、政府官员或社会知名人士，由礼仪小组捧送奖品上前，发奖人拿过后双手递给运动员或把奖牌佩带在运动员脖子上，并同时表示祝贺，可握手或拥抱。发奖时获奖运动员

有多少，发奖人也应有多少。在发奖过程中，赛场广播播放消息和奏乐。奥运会、亚运会和一些单项世界锦标赛规定，为了向冠军致敬，应演奏他（她）的祖国的国歌（片断）；为了向前三名优胜运动员致喜，应升他（她）们国家的国旗。冠军所属国国旗在中央，升得最高，亚军的在右面，季军的在左面，依次略低于前者所属国的国旗，三面国旗固定在一起，奏国歌时一起升进。

3. 运动会的闭幕式

开幕式与闭幕式相比，闭幕式显得简单些，其准备工作和开幕式的相同。其程序一般是：

- (1) 主持人宣布闭幕式开始；
- (2) 官员总结；
- (3) 宣布比赛成绩；
- (4) 发奖；
- (5) 主持人宣布运动会闭幕。

也可在闭幕式上安排一些文体表演。

赛前礼仪

1. 赛前互赠队旗礼仪

无论国际还是国内比赛，按其性质来分有锦标赛、邀请赛、友谊赛和表演赛等等。特别在一些国际性的友谊赛和表演赛上，若两队是首次相遇，通常都要在赛前举行一项互赠队旗的仪式。

互赠队旗时，双方队员都在赛场中央面对主席台，向左右两侧一字排开。在向主席台和四周观众挥手或鞠躬致敬后，

东道主球队队长应主动带领全队向客队迎去，并由队长代表全队，将本方队旗双手赠给对方队长；当接过对方回赠的队旗后，可相互握手表示敬意。然后，双方都将对方队旗高高举起，向主席台和四周观众致意。其他队员在队长赠送队旗时，也可主动向对方队员迎去，将事先准备好的纪念品赠送给对方队员。当队长将对方队旗举起示意时，其他队员则可热烈鼓掌，表示庆贺与友好。

当互赠队旗仪式举行之前，双方应相互通气，商定仪式程序。

2. 赛前互赠纪念品礼仪

两队比赛之前互赠纪念品，往往是在两队队长互赠队旗后紧接着进行的一项仪式。

当两队互赠纪念品时，双方队员，特别有一方如果是东道主的话，应积极主动地向客队队员迎去，将事前备好的纪念品赠给对方队员。赠送完毕，应相互握手致谢，并将纪念品举起向观众示意。

举行互赠纪念品活动时，应注意以下几点：

(1) 赠送纪念品之前要与对方通气，若对方没有准备的话，则应当取消这一活动，以免对方被动。

(2) 对所赠送的纪念品要有所选择，应着重考虑纪念品的意义和象征性，如本队的会徽、队徽，代表本国或本地民族特色的小工艺品，象征和平、友谊和繁荣昌盛的吉祥物等等。

(3) 要注意了解对方的嗜好和习惯，避免赠送对方忌讳的东西。

(4) 赠送纪念品时,不要忘记也给对方的场下替补队员、教练员甚至主席台上的对方队官员赠送礼品,以表示自己的热情和周到。

运动员礼仪

1. 运动员对裁判员的礼仪

运动比赛中,运动员与裁判员之间存在着一种相互平等和相互尊重的关系。运动员在比赛中的一切良好行为和表演,都会受到裁判员的肯定和保护。因此,比赛前运动员应主动、热情地向裁判迎去,并握手致意,以表示自己愿在公平的条件下进行比赛,一切听从裁判员的判决。比赛后,运动员也应主动与裁判握手,以表示感谢。即使是比赛失利的一方,也应这样做,表现出良好的礼貌修养,切不可一输比赛,就连向裁判和观众致意的礼节也不顾,更不能无故地迁怒于裁判。

运动员无论自己的胜败如何,除了向裁判员握手致谢外,还可向裁判员简短说几句表示敬意和感谢的话。

以上做法,能够体现运动员在赛场上比赛技艺,在赛场下不丢作风和重视礼貌的精神面貌,从而给裁判和观众留下具有良好的体育道德作风的印象。

2. 运动员对观众的礼仪

运动员无论参加何种类型的体育比赛,在赛前和赛后都应通过适当的礼貌举动,来向观众表示敬意。只有这样,运动员才能进一步同观众心心相印,并获得观众的拥戴和尊敬。

因此,比赛前运动员在赛场中除了向主席台上的官员和对方运动员致礼外,还应热情地向四周的观众挥手或鞠躬,来

表示自己的敬意。同时，这样做也具有给观众留下亲切和随和的形象的意义，使观众在心理上能接受和喜爱自己的表演。

比赛后，运动员无论比赛胜负，同样也应向观众挥手或鞠躬致意，其旨在感谢观众的光临和鼓励。同时这也是向观众告别。尤其是比赛的优胜者，视场上的情况，有时还可绕场一周，向观众的喝采和欢呼声表示感谢，让观众与自己一起分享胜利的喜悦。

3. 运动员对贵宾的礼仪

逢到贵宾参加运动比赛作观摩时，运动员首先应在赛场中间向主席台上的贵宾鞠躬和挥手致敬。这是表示友好和尊敬的礼节。若参赛双方队员之间举行互赠队旗和纪念品时，运动队的队长或代表，还可跑步登上主席台，向贵宾赠送礼品或鲜花，并与贵宾握手拥抱，表示热烈欢迎贵宾光临观摩。

比赛结束时，运动员也应首先向主席台和贵宾鞠躬致敬。当优胜队获得奖杯时，则可将其高高举起，向主席台和贵宾亮相，以表示共享胜利的喜悦。

4. 运动员的比赛礼仪

任何比赛项目或运动场地所应具有的基本要求是运动员的体育道德，最为显而易见的体育道德是在任何比赛中都不发脾气。总之，如果你不能以良好的举止和心情参加运动会，就不要去参加。诅咒你的错误或机遇，辩解、抱怨以及抗议不公正都是行不通的——这只会造成麻烦。隐蔽自己的恶念是体育道德的第一条原则。这不是说你绝对不能——用表情或手势——表示自己的满意或懊恼。这只是说在任何情况下你都要控制自己的感情。另一条原则是能够容忍。虽然当时

的问题看起来非常重要，但不要和裁判员发生争执。如果他裁决一个落在网球场线上的球算出界，那它就是出界了。不要转向观众好像在说：“他一定是瞎了眼！”

体育道德不良的选手的一个缺点是在比赛前过低地谈论自己的能力。一个人实际上非常满意自己的技巧，嘴上却说：“我不是一名好运动员，”或是“我知道我今天会很糟糕——我的胳膊‘疼’！”这是司空见惯的事。他并不一定是不诚实；他可能是被一种下意识的努力驱使着，如果他打得好，就会使人感到羡慕和惊讶，如果他打输了，又可以顾全面子。

最后一个体育道德败坏的例子是，当输掉这场比赛的时候就抱怨生病：“我的肋侧（或膝盖，或是后背）很疼！我都不知道我是怎样打完比赛的！”

体育道德可以从下面几个简单的原则中学到：把精神集中在比赛上，而不是感情上。如果你赢了，不要马上就认为自己是明星。一个趾高气扬的得胜者比一个惨重的失败者还令人憎恨。但是当你输的时候，不要生气、抗议，或是长时间地解释。如果你受了伤，轻伤就不要去管它，站起来，以良好的情绪作好下场比赛的准备。这是良好的体育道德。

在球类等集体项目比赛中，每个运动队都应任命一名运动员为本队的队长。队长是球队的代表，要控制本队的比赛。

在一些比赛中，队长虽然和本队队员的服装一致，但还应戴有其他标志。排球比赛中，队长的上衣左胸前应有一条与上衣颜色不同的长 8 厘米、宽 2 厘米的带状标志。足球和手球比赛中，队长应佩带与上衣颜色不同的宽约 4 厘米的臂章。

赛前，队长要代表球队参加抽签活动，选择场边和发球权。赛后，队长要在比赛结果记录表上签名。在必要时，队长可以请求裁判员解释有关规则上的问题或询问某些情况，但要有礼貌。队长还可以代表球队在比赛允许的时刻提出口头或书面申诉，但方式应当是平静的和有礼貌的。

在比赛结束后，队长除应与对方队长握手致意外，还应与裁判员握手，以表示感谢。

如果你是女子，不要模仿男子的举止和衣着。如果你是男子，不要利用自己力量大的优势来显示自己超出女子对手所能承受的本领。

真正的运动员既是愉快的失败者，又是安静的胜利者，并对其他人身上令人羡慕的品质公开表示赞赏，他竭力学习他人之长，尽量改正自己的缺点。

教练员礼仪

教练员在运动队中一般是长者，言行举止都要格外注意礼节。

教练员的服装并不要求与同队队员一致，但应比队员更要求整洁和庄重。

比赛前，教练员要将己队出场队员以及位置表交给裁判员。比赛时，教练员应坐在靠近记录员一端的供运动员休息的长凳上。在比赛暂停和局间休息时，教练员可以向队员进行指导。指导时应讲究风度，切忌训斥和责骂。在比赛进行中，教练员不能在场边来回走动或大声叫喊。

教练员对裁判员的判决或认为场上某一事件对己队不利

时，可在适当时候用口头或书面形式提出申诉，但要注意礼貌。

比赛结束后，教练员除了应与对方教练员相互握手以外，还应与裁判员握手表示感谢。

体育比赛中的申诉礼仪

在体育比赛中，某运动队、运动员或教练员对裁判员的宣判不满或认为在比赛中发生的某一事件对己不利，可以按照一定的礼仪提出申诉。

一般来说，起诉不应在比赛正在进行的时间进行，而应当选择比赛成死球，或在比赛暂停阶段，或在比赛结束以后进行。申诉的意见可向裁判员、比赛仲裁委员会或比赛技术委员会提出。起诉的方式可以是口头的，也可以是书面的，但无论采用哪种方式，都必须是平静的和有礼貌的。

在个人赛中，起诉可由运动员本人或教练员提出。在团体赛中，起诉应由领队、教练员或队长作为代表提出。一个运动队的书面申诉，应当有领队的签名。

对于提出申诉的时间，有些比赛有明确的规定。如篮球比赛，队长可在球成死球并停止比赛时，或在随后的首次暂停时提出申诉。比赛结束时，某队如认为发生的事件对己不利，应由队长立即向记录台报告，由记录员转告主裁判员，队长还要在记录表中球队抗议栏内签名；该队的正式队长则必须在赛后 20 分钟内以书面材料确认抗议。又如垒球比赛，口头抗议须在投手投下一个球前立即提出，书面抗议则一般应在赛后 48 小时以内提出。古典式、自由式摔跤比赛和射击比

赛，抗议书应在赛后 30 分钟之内，交给裁判委员会主席。赛艇比赛，口头申诉应在赛艇到达终点后即举手示意，向裁判长口头申述；书面申诉则应在该项比赛结束后 20 分钟内提出。

体育比赛中记者招待会礼仪

在奥运会、亚运会及我国全国运动会或一些重大体育比赛中，大会组织委员会一般要指派新闻委员会，在每场比赛结束后，随即于比赛场馆会议室内召开新闻记者招待会。大会新闻官员要陪同双方教练员和队长出席，回答新闻记者的提问。记者招待会的时间一般都应有所控制，不能太长。

在记者招待会的会场，前方要放置一张长桌，桌上两边要放置每一方球队所在国的国旗。长桌的一侧要放置一小桌，供翻译人员使用。

当双方教练员和队长步入记者招待会会场时，失利一方的教练员和队长，应主动让获胜一方的教练员和队长走在前面。在入座和发言时，一般也应让获胜方在先。

当新闻记者提问时，教练员和队长应尽量予以回答。即使记者的提问有时比较尖刻或难以回答，但教练员和队长仍要保持冷静，注意自己的风度和礼节，切忌急躁发怒。

运动员的服装礼仪

1. 足球运动员的服装

进行足球比赛，运动员的通常装备是运动衣、短裤、长

袜和球鞋，不得穿戴危及其他队员的任何物体。球鞋鞋底横条应用皮革或橡胶制成，要横装而扁平，所有棱角均须打磨光圆；凡分别安装在鞋底上可以更换的钉柱，均应用皮革、橡胶、铝材、塑料或类似的质料制成，并牢固地嵌在鞋底上。球鞋不能有任何形状突出的锋利边缘，或凸突的线条或装饰品。长统袜内可装护板。守门员球衣的颜色必须与其他队员及裁判员有明显的区别。

2. 篮球运动员的服装

篮球比赛时，运动员上衣前后须有明显的号码，但不得使用空心号码。号码颜色须一致，并与上衣颜色有明显的区别。球队必须使用 4 至 15 的号码。同队队员应该穿相同颜色的上衣，胸前和背后的颜色要一致。

比赛中，双方队员的球衣颜色要有所区别。如双方运动员运动衣的颜色相冲突，应由主队改换服装。参加竞赛时，一个球队必须至少备有两套服装，一套是浅色的，一套是深色的。如电视转播比赛，则要求一队穿浅色运动衣，另一队穿深色运动衣。

3. 排球运动员的服装

排球比赛时，一支球队队员的服装必须统一、整洁和颜色相同，包括上衣和短裤。队员上衣必须有号码，应由 1 号至 15 号。上衣号码颜色必须与上衣颜色明显不同。运动员必须穿不带后跟的柔软轻便的胶底或皮底运动鞋。比赛中，双方球衣颜色应相区别。如到场后发现双方所着服饰颜色相同，主队须更换服装。如在第三方场地进行比赛，则先登记在记录表上的队须更换服装。在排球比赛中，运动员不得佩带首

饰、别针或项链。

4. 网球运动员的服装

进行网球比赛，运动员的服装颜色一般为白色。男运动员着短袖上衣、短裤及运动鞋，女运动员着短袖上衣、特别超短裙（一般称网球裙）及运动鞋。

5. 乒乓球运动员的服装

乒乓球运动员的比赛服，一般包括短袖衣和短裤（或裙子）、短袜和比赛鞋。只有得到裁判长特殊许可，运动员比赛时方可穿其他服装，如长袖衣、上裤等。

短袖衣、短裤和裙子应为除白色以外的任何均匀一致的颜色，但比赛服的领子和袖子可以由对比鲜明的颜色或除白色外的其他颜色制成，比赛服的底色可包括同一方向除白色以外的颜色鲜明的细条纹，条纹宽度不可超过 1 毫米，间距不可少于 30 毫米。比赛服的边缘或侧面接缝处，可用白色或其他颜色做装饰，但总宽度不可超过 10 毫米。

乒乓球比赛服上，可以戴有在 16 平方厘米总面积之内的商标、标记或名称，放在前面或侧面的总面积在 64 平方厘米之内的徽章或标记，以及乒乓球协会标记、运动员姓名、运动员号码、运动员所在单位名称等。但比赛服前面或侧面的任何标记或装饰物，以及运动员戴的装饰品，都不能有明显反光以至影响对手视线。在乒乓球团体赛中，同队运动员或同一单位组成的双打运动员，其服装应该统一（鞋、袜除外）。

6. 羽毛球运动员的服装

国际羽联主办的羽毛球世界锦标赛、汤姆斯杯赛和尤伯

杯赛,规定运动员在比赛场上穿的服装颜色主要应为白色。必须经有关国家羽毛球组织的批准,该国运动员方可穿有颜色的服装。任何一个国家羽毛球组织为运动员所采用的服装颜色,应事先向国际羽联秘书处登记,此后,在该项全部比赛中,都要采用同样颜色。特别是双打比赛,同队两名运动员的服饰必须一样。如遇比赛双方运动员的服装颜色有冲突时,则双方均应改穿白颜色的服装。

7. 手球运动员的服装

手球比赛中,同队的场上队员应穿统一的服装,并应与对方相区别。守门员的服装,更应与比赛双方场上队员,包括对方守门员的服装有明显的区别。队员的号码为1至20号,1号、12号、16号为守门员的号码。号码的颜色必须同所穿服装的颜色有明显的区别。队员必须穿运动鞋。禁止运动员佩戴手镯、手表、戒指、项链、耳环、无架或无边眼镜,以及其他可能危害队员安全的物品。不符合这些要求的队员,在未摘掉违章物品以前,不得参加比赛。

8. 田径运动员的服装

田径比赛中,一个队的运动员必须穿统一整洁的运动服装,其式样应大方、合身。衣料应为湿后不透明或深色的结实材料。运动服上的主要部位,不得有明显的商标。运动员须在胸前和背后各佩带一个相同的号码,号码为仿宋体。撑竿跳高和跳高比赛例外,运动员可在胸前或背后只佩带一个号码。终点设有摄影装置时,运动员须在短裤两侧佩带号码。

9. 游泳、跳水运动员的服装

进行游泳或跳水比赛,运动员必须穿不透明的游泳衣

(裤)。女游泳衣必须是完整的，不能是两截的。

花样游泳比赛运动员的服装，除了应遵循一般游泳比赛的服饰规定外，还规定：在参加规定动作比赛时，必须符合国际泳联的规定，运动员应穿深色游泳衣，带白色帽子；自选动作的比赛服装应大方，得体。

参加蹼泳比赛的运动员，必须穿不透明的游泳衣（裤），游泳衣不能是两截的，领深不得超过 10.2 厘米，下身两侧由髌骨上缘向下不得少于 5 厘米。游泳裤下身两侧由髌骨上缘向下不得少于 7.5 厘米。

10. 水球运动员的服装

参加水球比赛，运动员必须穿游泳裤和内裤。运动员身上不得涂有油脂或其他类似的物质。运动员身上也不得佩带任何容易使对方受伤的首饰或其他物件。

比赛时，一方运动员应戴蓝色帽，另一方运动员戴白色帽。守门员则应戴红色帽。帽子应用长带系于颈下。在奥运会、世界锦标赛及其他国际泳联举办的比赛中，水球帽必须备有软性的护耳。守门员软性护耳的颜色必须和该队场上队员帽子的颜色相同。帽子的两侧应有号码。守门员规定戴 1 号帽。其他队员的帽号应从 2 号到 13 号。

11. 体操运动员的服装

体操比赛中，男子运动员应穿背心或短袖衫，以及长裤或连衣长裤。女子运动员应穿完整的紧身体操服。体操服要端正和不透明。如果体操服用花边（袖口或领子）或任何其他透明材料制成，则那一部分必须加衬。体操服可有袖也可无袖，窄肩带舞蹈服不得使用，背带宽度最少 5 厘米。

运动员服装的颜色可任意选择,但金、银或铜色除外。体操服上不许有任何装饰品,包括缎带、花或闪光片等。比赛时,运动员赤脚或穿体操鞋均可。运动员的发型要整洁朴素,要确保把发卡和发夹戴好,头发上也不能有闪光的物品。

艺术体操比赛的运动员都是女子,其服饰礼仪类同于体操比赛女运动员。参加艺术体操团体赛的6名运动员,她们的服装材料、样式和颜色必须一致。

12. 健美运动员的服装

参加健美比赛,男运动员必须穿规定式样的比赛三角裤,女运动员必须穿牢固的“比基尼”泳装。“比基尼”泳装必须是能使腹部肌肉和下背部肌肉都显露的。比赛服装规定是单色的,不能带有花纹、图案、商标和任何附加的装饰品,也不能带有金、银闪光色。混合双人健美比赛时,男女运动员的比赛服颜色,应是一致的单色。

健美比赛中,运动员的号码牌,须牢固地挂在或缝在比赛裤的左前侧。运动员在比赛进程中不能穿鞋、袜;不能戴手表、戒指、手镯、脚镯、项链、耳环、假发和其他装饰品;不能吃糖或吸烟;身上不能贴胶布或裹绷带,也不能有人工刺花。女运动员的头发不能披下超过肩部。运动员可以在全身进行人工上色,但必须在预赛前24小时就上。运动员也可以在全身涂少量的油,例如植物油、皮肤乳或流质液体,但不能用珠光色油。绝对禁止在身上涂过多的油,如被裁判员发现,必须待擦去过量的油后,才能上场比赛。

13. 技巧运动员的服装

参加技巧比赛,规定女子运动员穿体操服,男子运动员

穿背心或短袖衫，长裤、短裤或连衣裤。国际比赛时，运动员服装上必须佩带国徽。运动员可以赤脚或穿体操鞋。不允许戴花、亮片、花边或胸饰等装饰品。参加双人和集体项目的运动员，必须穿同样颜色和样式的服装。

14. 摔跤运动员的服装

中国式摔跤比赛，运动员要穿规定的摔跤衣。摔跤衣为无领、前开襟、短袖，由6层棉布制成。在领襟、胸襟、小袖等抓把部位要缝得稍密。摔跤衣规格尺寸分大、中、小和特号4种。摔跤衣外层分国红和天蓝两种颜色。其袖口、两侧、前襟（宽3厘米）及下口（宽2厘米）的边缘要有花纹。颜色要美观、大方和协调，并有中国民族特色。摔跤衣的腰带也要用6层棉布制成，颜色与摔跤衣相同。腰带固定在背后至两侧，带子宽2.5厘米，长度依摔跤衣规格尺寸分4种。表演摔跤衣的规格尺寸与比赛摔跤衣相同，但外层用绸缎制成。比赛时，运动员应穿紧身、瘦腿、有拉带的摔跤裤，其颜色与所穿摔跤衣的颜色相同。运动员所穿的摔跤鞋，应是高靱、软底。

参加古典式、自由式摔跤比赛，运动员须穿国际摔跤联合会规定的摔跤服上场。摔跤服应是一色的，为红色或蓝色。摔跤服内必须穿护身和三角裤，并要配有一块手帕。摔跤服必须贴身，颈和肩的袒露部分不得宽于两手掌。允许戴薄护膝；不能戴耳帽或头盔，但可以戴有弹性的编织物。不能在摔跤服上增添任何东西。由于受伤或其他原因，在比赛暂停时，运动员可以自己披上服装或大浴巾。运动员必须穿坚固踝关节并且合脚的摔跤鞋，不能使用带鞋跟、钉鞋底、有钮

扣或者附有其他铁器的摔跤鞋。特别要注意鞋带，其上面的铁环或硬结必须剪去。比赛时，运动员不能佩带能伤及对手的物品，如戒指或手镯等；不能在身上涂用油脂或粘胶物；不能在腕、臂、踝等部位使用绷带，除非受伤或经大会指定的医生同意；在上垫子时，身体上不能有汗。此外，比赛称量体重时，运动员必须刚刚刮过胡须，或者蓄须数月之久。

15. 柔道运动员的服装

参加柔道比赛，运动员必须穿柔道服才能上场竞逐。柔道服应用牢固的棉质或类似材料制成，并且应完好无缺，没有破缝或撕裂处。柔道服应为白色或米黄色，上面不得带有不必要的标志。

柔道服上衣的长度须过大腿的一半。上衣的袖长须过前臂的一半，但不得长过腕关节。在衣袖和臂之间（包括绷带），应留有5至8厘米的空隙。柔道服裤子也不得带有任何标志，其长度须过小腿的一半，但不能长过踝关节。在腿（包括绷带）和裤脚口之间，应留有5至8厘米的空隙。

运动员在腰部必须系一条结实的、其颜色代表段位的、宽4至5厘米的腰带。腰带要用方结系紧，以防止上衣敞开。其长度应在绕腰两周系好后，两端各留有20至30厘米长的空余段。比赛者还要在表示段位级别的腰带上系上红色或白色的标志带。标志带的宽度不小于5厘米，其长度在绕腰一周系好后，仍须留有20至30厘米的富余段。点名在前的一方运动员，系红色标志带。

女运动员必须在柔道衣内穿一件结实的白色或米黄色的T型短袖衣，其长度须长到能把底襟压在裤子里。

运动员所穿的柔道服必须洁净、干燥，不得有难闻的气味。比赛者的手指甲和脚趾甲都必须修短。为避免给对手造成不便，运动员留长发的应当束扎起来。

16. 举重运动员的服装

参加举重比赛，运动员必须穿规定的举重服。男运动员穿背心式紧身衫连裤；女运动员可穿圆领半袖或无袖紧身衫连裤，并必须戴胸罩，裤腿必须完全遮盖住臀部。

男运动员可穿护身或紧身的三角裤参加比赛。男女运动员均可在举重服内穿无领短袖衫，其袖长不得超过上臂的中部。

无领短袖衫和举重服颜色不限，它仍可带有本国或本单位的标志，但不能印有国内外广告性的有关标志。举重服外可再穿上整洁的短裤，但不能以无领短袖衫和短裤来代替举重服。

举重鞋的后跟应是正常形状的，鞋底不能超过鞋帮 5 毫米，鞋帮高不能超过 130 毫米。不能穿锥跟鞋。袜子高度应在膝盖以下。比赛时可用举重腰带，但必须系在举重服外，其最宽处不要超过 120 毫米。在腰带或服装内，不能垫用他物。

17. 击剑运动员的服装

击剑运动员的比赛服装，应用白色、质地结实材料制做，表面不能过于光滑。击剑服装由外套、内衣、裤子和护胸等组成。外套的长度，应使运动员成实战姿势时能盖住击剑裤腰 10 厘米，并能盖住有效部位，重剑服装则要盖住整个躯干。外套的领口至少有 3 厘米高。内衣至少要用两层布制成，袖长要到肘弯处。裤子可穿长裤或中裤，但不能穿短裤。

如穿长裤，应在脚背上扣紧；如穿中裤，则要在膝盖下扣紧。如穿过膝的中裤，必须穿白色长袜。女运动员外套内要戴硬质或金属的护胸。

18. 射击运动员的服装

参加射击比赛时，运动员的服装必须质地柔软。射击服全身厚度包括衬里在内，其单层厚度不能超过 2.5 厘米，其双层厚度不能超过 5 厘米。射击服的长度不能超过运动员拳头的底面。射击服穿在身上要松宽，两门襟合拢后不少于 70 毫米。不能在衣服外边或加固垫上用粘贴物质、液体或喷雾等来防止滑动，但粗糙的射击服材料是允许的。

射击裤不能高过通常的腰线，不能使用吊带、拉链和扣针等束紧腿部或髋部。可使用普通腰带，但宽不能超过 40 毫米，厚不能超过 3 毫米。也可用松紧带束紧裤子，宽度不能超过 70 毫米。如果不穿专用的射击裤，也可穿普通裤，但不能起人为的支撑作用。射击服里的内衣内裤，其厚度同射击服的规定一样，也不能起支撑作用。

射击运动员还需带手套，才能上场比赛。

19. 射箭运动员的服装

参加射箭比赛，运动员必须穿规定的比赛服装，并要佩带本单位标志及大会规定的号码，号码钉在后背中间。女运动员服装为白色长袖或短袖上衣，裙子或长裤。男运动员服装为白色长袖或短袖上衣，长裤。运动员所穿鞋型不限，但不准穿拖鞋或赤脚，也不能穿短裤、无袖上衣。

20. 自行车运动员的服装

自行车运动员的比赛服装，上衣为短袖衫，颜色不限。短

裤应为黑色。赛车场运动员可穿连衣裤，短裤仍应为黑色。整件衣服应从颈部起遮至膝关节以上至少 10 厘米。袜子为白色，公路赛时运动员必须穿，场地赛时可以不穿。

各参赛队比赛服装的图案、颜色不能有重样、重色。参加国内比赛使用的服装图案、颜色，须报国家体委审定。运动员参加自行车比赛，要自始至终戴好安全帽，安全帽用塑料头盔或皮革帽子均可。

21. 马术运动员的服饰

参加马术比赛，对运动员的服饰礼仪要求很独特。比赛和发奖时，如骑手是公务人员，应穿制服、猎装、红外套或黑外套、白马裤、打猎帽、黑短筒靴或黑长筒靴。女公务员穿浅黄褐色马裤，戴黑色圆礼帽或打猎帽。国际比赛时，骑手还携带一打猎护身棒，必须穿白衬衫并带白领带。如骑手是武装人员、警察，则穿公务服装或兵种服装。在马术比赛的其他场合(例如检查路线时)，骑手穿的衣服必须雅致清洁，必须穿马靴、白衬衫，戴白领带。

骑手在列队受检阅、发给奖品和奏国歌时要敬礼，否则，比赛裁判委员会可以拒绝其参加比赛，并且该骑手还可能被裁判委员会处以罚款。

22. 裁判员在比赛时的服饰

在体育比赛时，裁判员作为执法者，服饰要庄严、大方。至于裁判员的比赛服饰式样，有的可与运动员服装相同，有的则必须同运动员相区别。

足球裁判员的穿着应和比赛双方服装有明显区别。一般为黑色短袖上衣、黑色短裤、黑色长袜及黑色运动鞋。足球

裁判员因此被称作“黑衣法官”。

篮球裁判员在比赛执法时，应穿篮球鞋，灰色长裤和灰色上衣。排球裁判员的比赛服装，一般为白色短袖上衣和白色长裤。

手球比赛规定全黑色的服装为裁判员专用。

艺术体操裁判员服装为统一的制服：灰色裙子、海军蓝上衣和白色衬衫。

古典式、自由式摔跤比赛的裁判员，必须穿白色服装，上衣必须有翻领，左胸必须有小口袋，袖子必须左红、右蓝。外套为蓝色西服。

体育比赛中的观众礼仪

看球赛必须遵守几条附加的规则。准时到场，以免入座时打扰别人。你可以为你的一队或者你最喜欢的球员欢呼呐喊，但是不要辱骂对抗的一队，否则你很可能和邻座的人争吵起来。如果你被带票员或警察“保护”出场就得不偿失了。在紧要关头，尽量不要从座位上跳起来；坐在你后面的人也喜欢看球赛，你会被一大堆人喝叫“前面坐下”。和在其他公共场所一样，香烟直接吹到别人脸上最会使别人恼怒，所以要小心拿着香烟或雪茄以免冒犯别人。如果可能的话，把年纪太小的小孩子留在家里。在长时间比赛中，他们会很快失去兴趣，而你周围的观众将不会欣赏你子女不停地要买糖、买冰淇淋、汽水和频频入厕的请求。最后有一点也很重要，即不要推挤。如果你在赛后有约会，就在终场前几分钟悄悄地溜出去。如果你等到赛完才出去的话，就要慢慢“跟着”大

家走到门口，不要“穿”出去。

衣着则随气候而定。在秋天和初冬的橄榄球赛或足球赛里，优先考虑的是保暖。最重要的，不要忘记穿靴子，水泥地是人们所知最冷的脚凳之一。在室内体育馆里坐在包厢里的观众通常比坐在看台上的看客要穿得正式。在看台上似乎随便穿什么衣服都可以。晚间的比赛，在好一点的座位里，女子穿两件套（或三件套的）衣服或羊毛衣，男子穿西装外套打领带甚至穿上班的服装都很平常。棒球是所有运动中最不拘礼的，甚至于在包厢里，男子可以穿开领运动衫，女子可以穿平底鞋。简而言之，穿着以力求舒适为准。

总而言之，如果你举止衣着不故意引人注目，并且遵守体贴别人这一个基本原则，你就可以从任何比赛里得到最大的乐趣，同时还能使邻座的观众也更加愉快。

体育明星的表演赛种类繁多，如球类、田径、竞技、角斗等。这类比赛往往高手云集，技艺卓越。高潮迭起，激动人心的场面很多。礼仪方面的主要要求是：1. 注意着装，文明购票，按时入场。观看比赛，一般不会有规定服装的要求，但并不是说服装就可以任意选了，有教养的观众总是会出于礼仪自觉地做到服装整洁、大方。男子以西服为主，女子也应着意打扮一下，海滩服、工作装和怪异服装一般是不受欢迎的。车辆要按指定地点存放，按时入场，不要在人群拥挤的入场口逗留或说闲话，进场后应尽快找到看台座位坐下来，不能踩座位和高声说话。要遵守场内规定，受到场内职业人员的指责不仅失面子，也是失礼的。这类比赛由于出席的名人和参加的明星都较多，入场券一般比较难买。如想在入场

口附近等候退票，要注意礼节礼貌，不可纠缠他人，不可争论，得到退票应向人道谢。2. 观看到精彩处不要忘乎所以，大叫大嚷。随着比赛高潮的出现，看台上的气氛也会热烈起来。鼓鼓掌，文雅地加以赞扬都完全可以，甚至态度更热烈一些也无不可，但尖声呼叫、吼叫、乱吹口哨、跺脚等则不适宜。3. 遵守秩序，以保证比赛的正常进行。比赛中不管发生了什么情况，心中不满，也不可以出口骂人，向比赛场投掷杂物，攻击裁判等。4. 不要尾追、堵截名人、明星，不要拦住明星们的汽车，不要纠缠明星给题名留念；5. 做文明观众。看台上既是观看比赛的地方，同时还是社交的场所，不能做任何失礼和有失个人尊严的事。

群众性的各种体育活动，其项目很多，几乎有多少种正式比赛项目也就有多少种体育爱好者参加的项目。这些体育活动的规则和礼仪要求与上述有相同之处，礼仪多包含于运动项目的规则之中和赛风之中，这里勿须赘述。值得注意的是另外两类运动：1. 以健身、娱乐、陶冶性情、社交为目的的体育活动，如板球、网球、高尔夫球、台球、保龄球等。这类运动除遵守社交礼仪规则以外，应注意竞赛中的道德和礼仪。这类比赛除正式列入比赛项目的以外，多以友谊为目的，故运动道德十分重要，不可故意违反规则，不可言语粗鲁无礼，不可傲慢、盛气凌人，不可与裁判员争吵，不可与对手冲突，不可责怪别人，不讽刺、嘲笑、挖苦对方的技艺，不在对方失误时幸灾乐祸等。2. 以猎奇、惊险和一定程度的冒险为乐趣的活动。这类活动中最典型、最广泛的应当是打猎，打猎中的礼仪规则能使我们这类活动礼仪规则略见一斑。

打猎的礼仪主要有：正确地使用枪支以保证参加者的人身安全。对参加邀请打猎运动的被邀者来说要严守时刻，宁早勿晚，绝对不能迟到。这类打猎通常将枪支放在预定位置，然后由追猎人驱赶猎物到枪支的前面，驱赶开始，猎人即可进入射击位置射击。打猎人在追猎人驱赶猎物时要保持肃静隐蔽，不能被猎物发现而使围猎失败。打猎时要按组织者的计划与说明行动，不能碰到什么打什么，只能向该位置规定的方向或高度范围射击。无论如何要记住不能向其他枪手位置方向射击，不能向追猎人方向射击，不能经过打猎线。同时还要注意穿统一的猎服，不要在射击位置讲话。打猎终了，猎物一般是猎手平均分配的，卖掉一部分作为追猎者的报酬和其他费用。接受邀请参加打猎后，要向打猎活动的组织者写信致谢。

二、文艺礼仪

观看演出时的礼仪

观看演出的客人，出于礼貌，穿着一定要有所考虑，不能穿普通的便服出席。另外，还要事先了解一下有关幕间休息、剧场礼貌，以及演出结束后简单就餐等方面事宜的规定和做法。

在欧美国家，去大剧院观看演出被看作是一种隆重高雅的娱乐活动，服饰均按最隆重的场合穿戴，好象出席正式宴会一样。剧场的规矩也很严格，演出时观众自觉地保持肃静，聚精会神地欣赏。演出时不允许谈话，不要大声咳嗽或打哈欠，更不可打瞌睡。观看节目，主人可略作介绍，让客人自己欣赏，即席翻译声音要轻。迟到者只可幕间进场。电影招待会要求在放映时保持安静。演出场地禁止吸烟，更不能嗑瓜子，吃带皮的食物。正因为这类活动十分重要，所以在演出的组织工作和服务时要特别注重礼节礼貌。

选定节目既要从活动的目的与可能出发，亦要适当考虑客人的兴趣。节目的选择要注意到本国与对方国的历史和现实关系。要注意尊重对方国的宗教信仰和风俗习惯。在

我国，原则上应该安排具有中国民族风格的节目，如民族歌舞、京剧、武术等，当然安排一些对方国家传统的节目，也是对其民族的尊重和友好。

发出邀请与应邀发出邀请的工作与宴请活动大致相同。要考虑场地的容纳量，给客人准备足够的席位。应邀者在接到请柬后，要尽早回复主人，以免剧场空缺太多，影响气氛，对主人也是极不尊重。

座位安排。入座座位的安排，一般要根据客人身份事先作出安排。观看文艺节目以第七、八排座位为最佳（或包厢），看电影则以十五排前后为好（宽银幕可向后些）。专场演出通常把贵宾席留给主人和主宾，其他客人可以自由入座或对号入座。入座时应脱帽，脱大衣等，妇女可以带披肩、穿大衣入场。

专场演出的入席和退席。专场演出亦可安排普遍观众，但其应先入座。主宾席的客人在开幕前由主人陪同入场。当他们入场时，其他观众应有礼貌地起立鼓掌以示欢迎。演出进行中，观众一般不可退场。演出结束时，全体起立向演员热烈鼓掌表示感谢，祝贺演出成功。一般观众待贵宾退场后再离去。剧场内的服务要安排妥当，在入场前半小时，应按规定将主宾休息厅、大厅和演员休息厅等处所需物品摆设好。客人入场后，在幕间向客人提供茶水或饮料。主人陪同主宾入场时，服务人员要分别在前引领和在后跟随，加以照顾。

鼓掌。鼓掌是对节目的肯定和对演员的感谢或鼓励。鼓掌要讲究礼貌。节目在进行中不要鼓掌，不可叫好，更不可吹口哨，尤其是音乐会，要等演完一曲再鼓掌。每个节目终

了，都要报以掌声。切忌对节目表示不满或失望。除政治问题以外，一般都要鼓掌。

献花。许多国家的习惯是在演出结束时向演员献花。我国在专场晚会或首场演出结束时，亦往往献花篮或花束。主宾在主人的陪同下，登台向演员致谢。这种安排应主随客便，主人一般不提示客人献花，更不一定要让客人登台与演员握手。

摄影。为了保证演出的效果和维护演出剧团的专利，许多国家禁止在演出进行中摄影。我国招待国宾举行的专场文艺演出，可以拍摄新闻片和电视。

说明书。各种文艺节目，应准备印制精致的说明书，这也是送给客人的纪念品。

演出时的秩序。演出进行中应保持场内安静和良好的秩序，这是保证演出顺利进行的重要条件，也是对演员和观众的礼貌行为。观看演出要注意不迟到不早退。有时，一些旅游服务人员，带着旅游团观看京剧时，在表演武打时把客人领进来，武打演完又把客人领走，弄得场内椅子乱响，人如穿梭，这是十分不道德的。

观看电影的礼仪

观看电影是男女老幼都喜爱的消闲方式，而电影院则是重要的公共场所。国外有一整套的电影院礼节，用以约束人们在电影院里的举止言行。其主要精神是，要求文明的环境必须由文明的观众去创造和维护。

在售票处购票时，如果排队的人较少，那么购票者的同

伴可以在其身旁等候。如果排队人的较多，那么购票者的同伴可以在附近等候，或者看一看影片介绍。不要不跟正在排队的购票者打招呼，一下子就走出老远，那样会害得购票者着急的。

进入电影院时，男士或年轻者，应把入场券举到检票员可以看到的高度，以便使走在前边的一同来的女士或年长者不至于受到阻拦。

进入电影院之后，若无引座员引座，则男士或年轻者应当先行几步，为一同来的女士或年长者引路。女士与年长者此时应听从安排，静随其身后而行，不要自行其事。

观众应尽早入座，不必等到最后一遍铃响才急匆匆朝里边赶。一般应当从左侧走向自己的座位。假如自己的座位在中间，应当先有礼貌地向就座者道歉，使其让自己通过。通过就座者的时候，要与之正面想对，不要让人家瞧自己的背影。此时宜请女士或年长者先行，男士或年轻者步后。后者应坐在前者的左侧。

如果是几位男士与几位女士一同去看电影，那么入座时应由男士开道和压阵，并使女士居中而行。这样做就不会使女士们与陌生人坐在一起了。

不论天气多么炎热和电影院里有没有空调，都不准许穿着背心、短裤和光脊梁的人入内，穿着拖鞋也是不许可的。

即便再馋，也不能把电影院当作小吃店而大吃大喝，尤其不要吃带壳的食品。吸烟是被禁止的，要是非过过烟瘾不可，那么请去吸烟室。

在电影院中见到了熟人，点头致意即可，不要大喊大叫，

也不要主动找上去大声说笑。在观看影片的过程中，决不要自作聪明，反复猜测故事的结局。就是早看过了这部影片，也要缄口不语。自己的观感要留待影片结束之后再谈。

不管影片的质量和放映的水平怎么样，鼓倒掌、吹口哨都是不允许的。

恋人们在电影院里，不要忘了其他人的存在，交头接耳，窃窃私语，过分亲热，既有碍观瞻，又妨碍他人。

影片结束后，观众才可离去，不要早早地就急着往外走。走出电影院的时候，可请一同来的女士或年长者先行，男士或年轻者随后，不要与他人推推搡搡。

国内对个别人在观看电影时，不遵守社会公德的行为早有批评，但是仅此而已，缺少“人们应当怎样去作”的正面教育。如果我们能够借鉴一下国外的电影院礼节，无疑是有益的。

出席音乐会的礼仪

西方人士把出席音乐会视为一件高雅而庄重的大事，逐渐形成了一套约定俗成的音乐会礼节，规范着人们在音乐厅里的所作所为。现简介如下。

目前西方人士不论是工作还是休闲，都讲究衣着以舒适为宜，不一定西装革履。但是出席音乐会是个例外，其受重视的程度，绝不亚于天主教徒对教堂的尊崇。届时男士均穿深色西服套装，打领带；或穿小礼服，打领结。女士则穿小礼服或大礼服，戴薄纱手套，并化妆。衣冠不整地进入音乐厅，必定会令人侧目。

国外音乐厅的前厅里都设有衣帽间。在衣帽间里，男士应协助女士脱下大衣，并代为存放。然后女士可稍微整理一下自己的发型和服饰，此刻男士不宜在旁边静观，而应去购买音乐会的节目单。

男士一进入音乐厅，即应摘下帽子，并脱去手套。女士则可以着披肩、戴纱面罩和手套入座。

听众均应于音乐会开始前入座。一旦演奏开始，听众将被禁止入内，而只能在门外静听。只有等到一曲终了或中场休息时，才可入内。

音乐会场景

入座时，应请女士先行，男士随后。通过已就座的听众走向自己的座位时，应面向已就座者，并轻声道“对不起”；以背与之相对，是极不礼貌的。就座时，男士一般应坐在女士左边，以便照顾女士。

在音乐会上，不允许交谈，打呵欠和咳嗽，也不允许中途退场。否则会引起其他听众的不满，并且使演奏者感到难堪。音乐厅里禁止吸烟，吃零食、喝易拉罐饮料也被视为没有教养的表现。如在演奏期间需变换坐姿，不要把坐椅弄出

声响。

每支乐曲演奏完毕，听众应以掌声向演奏者致谢。即使对演奏者佩服得无体投地，也只能等到整个一部音乐作品演奏完毕之后，才可以鼓掌。在一部作品的演奏间歇时鼓掌，如同中途打断别人的讲话一样，只会显示出自己的无知。

吹口哨和高声呐喊，不论是不是在表示对演奏的赞赏，都是不文明的。向自己敬佩的演奏者献花，宜在音乐会结束后进行。中途登台献花甚至向演奏者索吻，是有失检点的，而且还会败坏其他听众的情绪。

演奏全部结束时，听众应在座位上停留片刻，不要急于退场。待演奏者谢幕时，全场应起立鼓掌，以示对演奏者的尊敬，然后方可退场。

退场时，应由女士先行，男士随后，不要抢行。

观看文艺演出的礼仪

几年前，意大利著名歌唱家帕瓦罗蒂来京演出，千万歌迷为之倾倒。在演出大厅里，掌声和欢呼声甚至压倒了帕瓦罗蒂雄厚的噪音。演出从始至终，观众无不站立，挥动手中节目单，表示对这位歌唱家的热爱。首都新闻界及时报道了这一盛况，肯定了观众的热情，同时也提出“观众这种大喊大叫的观赏方式是否有些过火？”

观看现代爵士乐摇滚乐队的演出，无所顾忌的疯狂表演需要同样的疯狂观众的配合。演员和观众的情绪相互感染，相互激发，会使得演出场地的气氛在沸腾中达到高潮。而在观赏传统的歌舞、芭蕾节目的时候，保持演出大厅里的肃静，则

是这些典雅的传统艺术在演出时所需要的外部环境。

不同民族的审美观点不尽相同。外国来我国演出的文艺团体，许多艺术的表达方式，对我们来说可能是陌生的，有的不一定符合我国大众的欣赏口味。遇到这种情况，观众应本着团结友谊的原则，不要以自己的好恶妄加评说，更不该在演出时中途退场。对远道而来的文化使者，我们都该以热烈的掌声表示对他们的欢迎。

在一些重要的演出中，常常可以见到我国的记者们比台上的演员还忙碌。他们台前台后，跑来跑去，拍照录像。有的记者站在台前琢磨镜头角度，一站10分钟，遮挡观众的视线；有的记者把摄像灯光打向观众席久久不熄。殊不知这些做法会影响观众欣赏节目，都是不礼貌的。

参观美术馆的礼仪

美术馆是座高雅的艺术殿堂，肃静的气氛是必不可少的。人们到美术馆来，为的是观画而非评画。有再多的感受也要暂时装在肚子里，指指划划，说三道四，既影响其他人的观赏，也显得自己缺乏教养。

一般能在美术馆展出的作品，多是出自名家之手，极其珍贵，有的国外展品更是价值连城。因而人们只需用眼睛观赏，切勿用手触摸。

有的艺术作品，它的画面是得到专利保护的，未经允许不可私自拍照。有的美术馆在个别美术作品旁标有禁止拍照的字样，看到这种标志，定要严格遵守，否则会被罚款。

美术馆是文明的场所，文明的场所需要文明的观众。要

保护美术馆整洁的环境。吐痰和吸烟万万不可。

出国人员到国外一些大的美术馆里参观,若集体前往,馆里都安排讲解员陪同。讲解员介绍作品的时候,要给她留下一定的空间,不要过紧地簇拥,也不要过于分散。对讲解员提问,要围绕展出作品展开,不要问那些与展出无关的事情。

国外的美术馆通常还兼营作品的出售,我国的美术馆一般情况下则少有这种业务。遇到外宾看重某一件不能售出的作品时,美术馆的有关人员应耐心地向外宾讲解我国的有关规定,态度应尽量和缓,切勿生硬。

美术馆还有一些辅助性的服务设施。比如有出售纪念品的柜台。如果想买些纪念品作为留念,人们可悉心选择,若是不合心意,可请服务员收回,不要说“太贵”或“不漂亮”之类的言辞,这对美术馆方面是很不礼貌的。

三、游戏礼仪

参加游戏的礼仪

人们参加游戏与运动的目的除了娱乐身心之外，还为了培养一种精神，这就是“运动精神”。“运动精神”不是说你的竞技水平如何，而是说你的风度如何。想使自己成为一个具有良好风度的人吗？那好，就请到竞争性比赛中去吧。

一个具有“运动精神”的人，即使他输了，你也会为他的良好风度鼓掌，而对一个没有“运动精神”的赢家，你是会“节约”你的掌声的。

1. 要高高兴兴。如果你肝火很盛，爱发脾气而又不能很好地把脾气锁住或留在家里，那你就干脆别去参加任何比赛，因为没有人愿意成为你的出气筒，即使球和球拍也不愿意。一个具有良好风度的人，在参加比赛时，也会显出懊恼或洋洋得意，但这都只是一刹那间的事，很快他脸上又会浮现出愉快但不傲气的微笑。因为他知道，一个游戏的人没有任何理由不时常露出笑容，只要把你的精神放在运动上，而不是感受上，你是绝对不会表现出不高兴或自以为是的神情的。

2. 不过分计较得失

虽然在比赛中失去一些有争论的分数很可惜，但是没有比你的风度更重要的了，因此，绝对不要和裁判争辩。你争强好胜的劲头应该表现在比赛中，而不是无谓的争论上。

3. 坦然面对输赢。对于具有“运动精神”的人来说，过程是他所关注的，而输赢是无所谓的。他不会因为赢了，就立刻把自己想象成苍穹上的一颗闪亮的星，因为他深知，一个自满的胜利者甚至要比差劲的失败者还要令人厌恶。当他输了时，他也会坦然接受这个事实，他不会紧绷着脸，埋怨同伴，或喋喋不休地解释。当然对于胜利，他也没有必要假谦虚，适度的喜悦反会使人觉得他更有“人情”味。假如你在场上受了不太要紧的伤，别忙着照料你的伤口，应该站起来，毫不在乎地、勇敢地继续参加比赛。这才是比赛，同时也是享受生活、竞争成功的方式。

象棋比赛的礼仪

1. 象棋的起源

象棋是一种竞赛性的游戏，对于训练人们分析、推断、联想和统筹全局的智慧有很大帮助。关于象棋的产生，国际上流传着一个有趣的故事。

据说两千年以前，印度有一个非常残暴的国王。他不接受别人的意见，不相信群众的力量，自己独断独行，想干什么就干什么。国王有个亲信的大臣，他想拿“君王不能离开臣民而存在”的道理来劝告国王，但又不敢公开提出自己的意见。他想出了一个暗示的办法：在木制的棋盘上，用骨制的棋子组成两支军队进行战斗；每一方面有一个首脑——王，

另有车、马、象、兵 4 个兵种，组合成一个阵容的整体。王是最主要的棋子，王一死，战斗便结束；王同时又是很弱的一环，他只能依靠战友——即别的更有力的棋子保护，这些棋子必须在整个战斗过程中同心协力来保卫王。棋子里面比王还要弱的，要算是兵了。但如果善于指挥，使兵深入敌垒，走到对方的底格时，兵就可以变成最强的棋子。这就是第一盘象棋的产生。国王的亲信大臣把这种游戏介绍给国王，国王很欣赏它，但没有领会到它的意义。

象棋的活动从此就传播开了。它一方面往西传到波斯、阿拉伯和欧洲，经过改变，形成现代的国际象棋；另一方面往东传到缅甸、东南亚和中国。

据比较可靠的记载，中国最初出现象棋是在唐代。象棋在中国发生了很大的变化，古代的棋手参照祖国的围棋，把 64 个方格变为 90 个点。到了宋代，随着火药的发明又加上了炮，象棋的内容几经改革而成为具有我国民族特点的中国象棋。

中国象棋和国际象棋都根源于印度。

2. 象棋的基本知识

怎么读棋谱呢？象棋棋盘是九条纵线和十条横线画成的。纵线叫作“引”，又叫“路”；横线叫作“格”，又叫作“步”。现在象棋走法记录是 4 个字，如“车四进五”、“象五退七”。一般情况是第一个字指所走的棋子；第二个字指那个棋子当时所在的纵行；第三个字表示动体的方向，共有三种，即“平”、“进”、“退”，进就是向前，退就是向后，平就是横走子；第四个字则是棋子应落的位置。

同一纵行有自己一方两个相同的棋子，则记为“前炮退二”，“后炮平一”，免得混淆。

黑方的线位一般用中文数字表示，红方的线位用阿拉伯数字表示，由右至左为序，例如黑方右边的第二条直线，黑方称为二路线位。红方则称为8路线位，其他线位，以此类推。

棋子的运用：①车：棋盘里各个兵种，车的威力最大，如占据河上，或四、六线要津，可以掩护其余子力，无论是进攻防守，都有很大的作用。俗语说：“三步不出车准死棋”。一个车的力量已经很大，两个车的力量当然更大，如在对方缺少士象的时候，只要双车进攻，就会给对方很大的威胁。②马：马的力量和炮各有所长。一般情况，开局至中局阶段，炮比马强，到残局阶段而又缺士象的时候，马比炮强。马在车的配合下，能够形成“卧槽马”、“钓鱼马”、“侧面虎”等杀局。棋坛上有句谚语：“马有八面威风。”说明马在棋盘中间可以控制八个位置。但马也有它的弱点，首先最忌蹙马脚，每逢到边角，也会减少它的威力。③炮：炮的力量，大致与马相等，但炮行动迅速，进退灵活，易于成势，是一个容易和别的子力配合，而配合起来之后更能增强主动和发挥威力的兵种，因而，在双方子力还很充足的时候，炮的威力比马强。谚语说：“隔山须动炮，临阵势如飞。”炮的杀法甚多，有“重炮”、“空头炮”、“马后炮”等。此外，还有车炮抽将，也是控制局势的一种技巧。不过，当子力消耗所剩无几的时候，炮便会由于没有适当的子力配合难以发挥作用，反倒不及马的回环跳跃了。④卒：卒是棋盘里面兵数最多的兵种，在未

渡河以前，卒的力量甚微，只能起着联系和阻碍对方的作用，但它的力量是与时俱增的，如进入残局阶段，则一卒之微也可以致命。一个卒单独获胜的机会较小，“独卒擒王”也只有在对方只剩下将或帅的时候才出现。卒大多是起配合作用，如车卒、马卒、炮卒的杀着。尤其是卒进入九宫的时候，威力甚大，更有利于配合自己的子力取胜。⑤士、象：士和象都有相同的特点，不能过河，只可按照规定的位置去动，主要的作用就是防守，保护自己的将、帅，但有时也配合其他的兵种发动攻势。一般情况下，在布局时候不大引人注目，待到中局才显得重要。这时候，如果以一马兑去双象来说，马方未必便宜；一炮兑去双士的话，炮方也不一定无利。

总的来说，无论是哪个时候，只要对方进攻，另一方的士、象就很重要。如果他们联合起来，则士、象齐全可以守住单车的进攻。

国际象棋比赛的礼仪

国际象棋是目前世界各国最盛行、最普遍的一种文娱项目，长期以来受到各阶层人士的喜爱。

1. 棋盘

国际象棋的棋盘是一个正方形，等分六十四个小方格，纵横各八格。这些小方格有深浅两种颜色，交替排列。深色的小方格叫黑格，浅色的小方格叫白格。摆棋盘时，要注意每一方的右下角应该是白格，不能摆错。

棋盘上有八条直线，由白方的左边到右边分别用 a、b、c、d、e、f、g、h 表示；八条横线由近到远分别用 1、2、3、4、

5、6、7、8表示。因为每一个小方格都是直线和横线的交叉点，所以它们用直线的拉丁字母和横线的阿拉伯数字结合起来表示。这样，每一小方格也都有了自己的名称。

2. 棋子的走法

国际象棋的棋子是立体型的，双方各有8个兵、一个王、一个后、两个车、两个象和两个马。两车、两马、两象分列左右两旁，王、后居中（注：白后要放在白格，黑后要放在黑格），8个兵平列前面。

对局时，由双方轮流走棋。一方将自己的一个棋子从所在的格子上移到另一个格子上就算是一步棋。白方先走的一步加上黑方接走的一步，叫做一个回合。下面分别说明每一种棋子的走法：①王的走法：直线、横线、斜线都可以走，每步只能走一格。②后的走法：直线、横线、斜线都可以走，格数不限。后是所有棋子中最灵活的棋子，也就是威力最大的棋子。③车的走法：直线、横线都可以走，格数不限。车是威力这仅此于后的棋子。④象的走法：在斜线上走，格数不限。因为斜线是由同色格组成的，所以象只能在一种颜色的格子上活动。双方各有一只在白格上活动的象和一只在黑格上活动的象。前者叫白格象，后者叫黑格象。王、后、车、象的吃子，在王、后、车、象能走到的格子上，如果有自己的棋子，那就不能走了，也不能超越过去；如果有对方的棋子，那就可以吃掉它。⑤马的走法：每一步的路线是先直走或横走二格再斜走一格。在马能走到的格子上如果有自己的棋子，那就不能去了；如果有对方的棋子，那就可以吃掉它而占有它的格子。在马经过的路线上如果有自己或对方的棋子都可

以超越过去。⑥兵的走法：兵只能沿着直线向前走，每步一格。在兵的前面如果有自卫或对方的棋子，兵就不能前进了。兵的吃子是和它的走法不同的，只能向前斜进一格吃子。

在兵的走法中，还有一些特殊的规定：①兵的原始位置开始走动时，可随意走两格或一格，以后就每步只能走一格了。②兵在原始位置一步走了两格，在同一横线的相邻格子上正好有对方的兵时，那么对方的兵也可以吃掉它，但不是占有它到达的格子，而是占有它经过的格子。这种吃法叫做吃过路兵。吃过路兵必须在对方的兵走过之后立即吃，隔了一步棋就不能再吃了。③当兵走到底线（对于白方是第8横线，对于黑方是第一横线）时，可以升变为后、车、象、马4种棋子中的一种，但不能变王，也不能不变。由于后是威力最大的棋子，所以在大多数情况下，兵到底线都是升后。但也有特殊情况，有时变后并不是最有利，就根据需要而变别的棋子。兵升变为一种棋子时，立即就具有哪种棋子的性能。

王车易位在对局中，各方每走一步棋只能移动自己的一个棋子。但是，双方都有一次机会，可以同时移动二个棋子，也算作一步棋，这就是王车易位。王车易位必须具备下面三个条件：

①王和参加易位的车都没有走动过；②在王和参加易位的车之间没有别的棋子；③易位时王没有受到对方棋子的攻击，王要经过和将要走到的格子也不受对方棋子的攻击。

易位的方法是先将王向车的方向移动两格，然后车越过王而站在和王紧邻的格子上。

3. 将军、将杀和胜负

如果一方的棋子要在下一步吃掉对方的王，叫作“将军”，不叫“照将”或“将”。被将军的一方一定要走一步棋，使自己的王不被吃掉叫作“应将”。被将军而不应将是不可行的。应将的方法有三种：①王离开被攻击的格子；②吃掉对方进行将军的棋子；③把一个棋子走到王和对方进行将军的棋子之间，叫作垫将。

当对方用马或兵进行将军时，不可能用垫将的方法；进行将军的其他棋子也可能紧靠着被将军的王，这时也不可能用垫将的办法。

当被将军的一方无法应将时，也就是说无法避免王在下一步被吃掉，这就叫作被杀。王被将杀，就是对局的结束，被将杀的一方输了这一局。

对局中双方子力悬殊时，一方不等到被将杀也可以认输。在正式比赛中，超过时间限制也算输。

4. 和棋

下面几种情况作为和棋：①当一方轮到要走棋的时候，却无子可动，对局算是和棋，叫作逼和，或长将；②双方都只剩单王，或一方是单王，另一方是王和单马或单象；③一方走棋之后提议作和，对方表示同意；④连续或间断出现三次重复的局面，都是轮到同一方走，轮到走棋的一方可以提出作和；⑤如果从某一着开始的50回合中，棋盘上没有吃掉一个棋子，也没有走过一个兵，可以由一方提出作和。

5. 开局、中局和残局

一局棋的过程中分开局、中局、残局三个阶段。从第一步起，双方各走十多步的光景属于开局阶段；以后就转入中

局，中局是双方激烈搏斗的阶段；经过激战之后，双方剩余兵马，作或胜或和的最后斗争，便是残局阶段。同军事上打仗一样，在整个对局过程中使兵力高度协调，是一条最基本的原则。

开局是兵力的展开，所以一局棋下得好坏，开局很重要。开局开得好，就可占上风，为胜利创造条件。开局要掌握4个要领：①占据中央阵地。在王、后之前的中央4个格子，处于棋盘的中央，地位重要，为双方必争之地。占据了它，在攻守方面可以发挥更大的力量。②控制中央阵地。在初战时，双方都能占据一部分中央阵地，对已占领的部分要巩固它，对未占领的部分要使自己的火力能控制它。双方在这个基础上增强防御力量和扩大控制的面积，再发展下去就变成争夺战了。③运子要有计划和灵活。调兵遣将要掌握重点，分轻重缓急来进行。运用要灵活，要照顾各子间的通道和联系关联，否则会影响战斗力。④出动要快。兵贵神速，出手快是争取主动的必要条件，而争取主动又是获取胜利的重要因素。

中局是双方短兵相接、进行厮杀的阶段，变化最多，要掌握几个要领：①发挥围困战。把对方围困起来，选择其薄弱环节，切断其兵种联系，予以各个击破。②发挥磁战。以少数兵力牵制其多数兵力，以优势兵力打击其劣势兵力，以求胜子，为胜利创造条件。③在不可能杀将的时候，要设法胜子，以削弱其战斗力和防御力，积小胜为大胜。④要运用声东击西，避实就虚，出其不意，攻其无备等智谋。此外，国际象棋的王是可以与车易位的，它可以根据不同情况易位到右角或左角去，这样受攻的面积缩小，而且有重兵虎威，安

全系数增加。因此，在进攻时，要估计这个因素，注意这个特点。

残局是经过一场激战之后，双方剩余兵马做最后攻击来决定胜利或和局的阶段，情况与中国象棋相似。但国际象棋有个特点，在残局时双方平时深居简出的王，都会上阵督师，亲冒矢石地冲锋陷阵，必要时还亲自去协助捉对方的王。它的残局或胜或和，有一定的规律。

中国象棋的“独卒擒王”在国际象棋中是不存在的，假使你费尽心机把对方逼得无棋可走，那还是要算和棋的。还有长照、长捉、长杀等，在中国象棋中是不行的。但在国际象棋中是许可的，可以判作和棋。如果不能取胜，或处于不利的局面时，尽可采取这些方法来求得和局。

围棋比赛的礼仪

围棋是我国古老的文化遗产之一。早在春秋战国时期，围棋已相当盛行，但棋盘要比现在略小一些。到了唐代，围棋棋盘的道数和着法，与现代的基本相同。围棋的棋盘纵横各 19 道，共有 361 个交叉点（着点）。棋子分黑白二种颜色，黑子 181 个，白子 180 个。由执黑棋的人先走，轮流把棋子下在交叉点上，以占领交叉点多的一方获胜。为争取较多的交叉点，双方就必然设法“围地”和“围吃”对方的棋子，这就是围棋名称的由来。

（1）棋盘和棋子

棋盘是方形的，由 19 条横竖直线交叉组成，共有 361 个（ $19 \times 19 = 361$ ）交叉点。为了便于辨认，盘上用黑点标出 9 个

重要点。这9个点叫做“星”。正中的“星”叫“天元”。以每个“星”为中心，把棋盘划分为：左上角、左下角、右上角、右下角、上边、下边、左边、右边和中腹9个区域。

棋子是扁圆形，一般用玻璃或塑料制成，分黑白两色，各有180个左右。

(2) 基本规则

①落子。两人对局，各拿一色棋子，执黑子的先走。棋子放在棋盘的交叉点上，放下后不能再走动。以后，双方轮流下一子，直至终局。

②棋子的“气”。“气”是指棋子上下左右紧连的交叉点，也是棋子的出路。

一个棋子或许多棋子被对方紧紧包围，它的“气”全被堵住，根据规则，应当立即把它从棋盘上拿掉，叫“提”。提子时，数目上没有限制，只要它没有“气”，就可以“提”掉。

③禁着点。“禁着点”是禁止对方下子的地方。

④打劫是一种提子的特殊类型。规则规定：当黑方提子后，白方不得立即反提；白方如果反提，必须先“寻劫”，就是要在别处下一着，造成对黑方一定的威胁，使黑方必须应付一下（术语叫“应劫”），然后白方才能反提。这种一方提子和对方在经过“寻劫”、“应劫”之后的回提，叫“打劫”。如果白方“寻劫”时，黑方认为那个劫材不太重要，也可以不应，而在甲位填上一字，不再和白方“打劫”了，这就叫“粘劫”。

⑤活棋和死棋。下围棋必须弄清“死”、“活”问题。活棋：凡是棋盘上对方无法吃掉的棋子都是活棋。通常的活棋

有：

甲：一块棋有二个对方的禁着点，术语叫二个“眼”（“眼”就是几个子围住一个交叉点）。

乙：一块棋所围的空点较多，已经具备了做成两个“眼”的条件，都是活棋。

丙：“双活”是活棋中的特殊类型。黑白双方虽然都没有眼，但是共同享有甲、乙两口“气”（术语叫“公气”），谁也不能在甲位或乙位下子，下子就会被对方提掉。因此只能认为这两块棋是“双活”。

死棋：凡是棋盘上迟早要被对方吃掉的棋子都是死棋。通常的死棋形式有：

甲：没有“气”的棋子，这些棋子在对局过程中已被对方吃掉了。

乙：有些棋子虽然还有“气”，但本身已经没有条件做成两个“眼”，最终还是要被对方吃掉的。

死活的基本形状棋子被围以后，它的死活决定于能不能在里面做成两个眼。如果眼内的交叉点在一个以上，就叫作“大眼”。在“大眼”内可以投子，投子的目的，一种是“紧气”，另一种是“点眼”。都是为了使它成为死棋。

在“大眼”中，由于形状不同，有的可以“点”死；有的不能“点”死；有的不“点”也是死棋；有的眼形特殊，要根据外围形状，来确定它的死活。

⑥终局时胜负的决定和计算。棋盘上黑白双方活棋的边界已全划清，就是双方棋子交接处一个空白点也没有了，双方认为无棋可下，就是“终局”。

“终局”以后，怎样判定胜负呢？

围棋的胜负，决定于双方活棋所占地盘的大小，也就是双方活棋在棋盘上所占的交叉点的多少。占得多者为胜，少者为负。具体地说，双方应有基本数是 $180 \frac{1}{2}$ 子；多于此数的为胜，少于此数的为负。

分先、让先、让子对局的胜负，则按下面办法决定：

分先：指水平相当，由双方轮流执黑先走。现行《竞赛规定》规定，由于黑棋先行，有一定的先手威力，应由执黑的贴出 $2 \frac{3}{4}$ 子，以求平衡。即终局数子时，黑方如为 184 子，则胜 $\frac{3}{4}$ 子；白方如为 178 子，则胜 $\frac{1}{4}$ 子。

让先：指水平略低的一方执黑先走，终局计算时不贴子。即各占 180 个半子和棋。

让子：通常让两子、三子……九子。由水平低的一方执黑子，先在星位放上几个子，然后由白方开始下子。终局计算时，按让子数由黑方贴还 $\frac{1}{2}$ 。贴还后，仍以各占 180 个半子为和棋。

其他棋的比赛礼仪

1. 算盘棋的比赛礼仪

算盘棋是以算盘为棋盘，算珠为棋子。算盘棋，一般采用 17 档的算盘，算盘上有一根横梁，上下都有珠，在两人对局时，分别认定一面自己的棋子，而以横梁为界。开始时，甲方将横梁上面靠左边的 5 档算珠，每档拨下 1 粒来（共 5 粒）。乙方也将横梁下面靠右边的 5 档算珠，每一档拨出 1 粒来，一共也是 5 粒。

上方是自左至右地移动，下方是自右至左地移动。

开始时首先由一方把棋子向前移动一步，另一方也把自己的棋子向前走一步。这样轮流走动，到双方的棋子碰头时，就可以跳过对方的棋子。如对方有一粒隔着，可以跳过一档；如有两粒隔着，可以跳过两档。以下照此类推。最后看谁先把自己的 5 粒算珠，移到对方原来的 5 档地位上，就算为胜利。

2. 陆战棋

陆战棋两方分两色，共 50 个子，每方 25 子，司令、军长、军旗各 1 子，师长、旅长、团长、营长、手榴弹各 2 子，连长、排长、工兵、地雷各 3 子。

陆战棋供 3 人游戏，两人各主一方，一人做裁判，判定两方胜败。游戏时，先把各子设在兵站内（不被对方看见），军旗设在指挥部内（另一指挥部可放其他子）。有的规定，地雷只许放在指挥部那一行的兵站和第二行的兵站，手榴弹放在 4 行以内的兵站（不能超越前方格子）。但不是铁路线则走一步一个兵站。任何一个子走入军营内，都可以得到保护，而不被吃掉。军旗布在指挥部内不得移动，地雷布后也不得移动。

棋子的大小顺序是：司令，军长，师长，旅长，团长，营长，连长，排长，工兵。地雷除工兵能胜外，手榴弹也能破地雷，但要同时拿掉，其他各子遇地雷都败。手榴弹不论任何敌人相遇都同时去掉。相同的子碰在一起也同时拿掉。司令被去掉，则暴露军旗。双方下棋时，都想法吃掉对方的子，夺取军旗。取掉对方的军旗，对方就成败局。

陆战棋的玩法很多，这讲的只是最基本的一种。

3. 跳棋

跳棋由 2 人玩，或 3 人、4 人玩亦可。玩时，每人取 6 粒一色的子，放在自己面前棋盘角内。谁的棋子先跳至对面角内，并又最先跳回原来的角内，就算胜利。

走棋时，每人轮流照线将棋子走一步。如果中间隔一粒，不论是自己的或对方的棋子，可以以它为中心，沿直线跳一步，前后左右，均可连跳。

除此之外还可有下列跳法：①在线路上，中间隔 2 粒棋子或更多粒数，可以跳；②有连续 2 粒棋子，或更多粒数，可以连跳；③有两次以上同样粒数，可以连跳；④两端粒数和空格相等，可以连跳。

在玩时，要运用自己的机智，把自己的棋子排成连跳路线（暂时排不成，则只好向前跳一步），同时设法阻止对方棋子，使之不能连跳。这样，使自己的棋子能较快地跳齐至对面的角内，并跳回原来的角内，从而获得胜利。

扑克游戏的各种竞赛礼仪

1. 打扑克的方式

打扑克的方式多种多样，总的说来，可以分为下列几类：①技巧性方式。象桥牌、塔牌、赛塔、鸳鸯等；②竞赛性方式。这是由两人或两人以上进行的对抗性比赛。其方式很多，有比积分多少的，有比牌张多少的，也有比记忆力强弱，反应能力快慢或思维能力敏锐与否的。这一类方式比较容易学，趣味性很浓；③忍耐性方式。它类似我国牌类的“通点”。

“点”是不容易“通”的，所以在打扑克时，需要有耐心。通过这种娱乐，可以培养娱乐者的忍耐性；④变化性方式。它是将纸牌作为道具来表演的一种魔术，在晚会或小型文娱活动中，是一种极为有趣的深受欢迎的表演节目。

2. 怎样玩扑克牌

一副普通的扑克牌，共有 54 张，分 4 种花色，即按我国习惯的说法为，黑桃、红心、方块或红方、梅花或草花。4 种花色中，一般是黑桃最大，红心第二，方块第三，梅花最小。每种花色共有牌 13 张，即 A、K、Q、J、10、9、8、7、6、5、4、3、2，一般以 A 为最大，2 最小。另两张按我国习惯叫法叫大鬼（彩色）、小鬼（单色），也叫大王和小王。

在玩扑克之前，先要抽牌以决定座位和分牌权。抽牌的方法是：一人将扑克牌覆盖桌面，每人抽一张（多取者应重新抽）。待每人都得到一张时，把牌摊开，看看谁的牌大（抽得相同牌的重新抽）。谁的牌大，谁就先占座位，并先得分牌的权利（其余按牌大小择位）。也有人在玩扑克牌时，不需经过抽牌，随便找座，或在分牌时，将一张明牌放在牌里边，谁拿着谁就先发牌。以后，哪一墩牌谁赢谁就先发牌。

决定了座位和分牌权之后，就是洗牌。洗牌是把全副底牌分为两半，一手拿住一半，用相互交叉的方式，将纸牌混和。第一次洗牌，可随便决定一人，以后，则由游戏中输的人负责洗牌。

洗牌之后，是切牌。洗牌者将洗好之牌，交给自己右方之人，他接牌在手；移动一部分纸牌，放到最下面。如果到分牌之前，大家对于洗牌切牌发生疑问，可以要求重新洗牌

切牌。

切牌之后，就是分牌。分牌的人分牌时从自己左方一人开始，顺时针方向给每人（包括自己在内）分发一张。如分牌错误，应视其情节轻重，或收回重发，或抽回多取的牌或补足少给的牌。关系重大的应将全部发出的牌重洗重切。

分牌之后，就可以按各种方式打牌了。在打竞赛性牌时，需要用纸和笔记录胜负的分数。

玩扑克牌时，有一些常用名词最好先懂得。如：

出牌——把牌拿到手，带头打出来的那张牌叫出牌。

跟牌——出牌之后，另外的人跟着打出来的那张牌叫跟牌。

将牌——玩扑克时，可以由参加玩的人商定一种花色为“将牌”，不属于这种花色的排都是“副牌”，将牌 2 比副牌 A 要大，如方块是将牌，那么，方块 2 就比黑桃 A 大。

分数牌——在玩各种方式扑克时，都有一类牌可以计算分数，如，玩百分时，K 和 10 算 10 分，5 算 5 分。因而 K、10、5 这类就叫分数牌。

3. 竞赛性打牌

(1) 百分。参加游戏的人数为 4 人，两人一组，分组对抗。牌的作用，A 最大，2 最小。4 张 K 和 4 张 10 各算 10 分，4 张 5 各算 5 分，合计 100 分，其他的牌均不计算分数。玩百分的方法是，4 个人分为两组，同组的人相对而坐。每家发牌 12 张，最后剩下 4 张（去掉大鬼和小鬼）牌暗覆在桌上，于是开始叫牌，发牌的人第一叫，从 60 分叫起，自己的牌如果不好，不愿叫，可说一声“过去”或“不叫”。叫牌是向右轮

流进行的，以后每叫一次，最少增加 5 分，一直叫到 100 分时为止；也有叫到 80 分，或 85 分、90 分，其他的人不再叫，就停止叫牌。

叫得最高的人为定约者，他和他的同伴为定约方。定约者可以把覆在桌上的 4 张暗牌拿进来和自己手中的牌调换（一般换掉自己手中的小牌和用处不大的牌，也可以换掉分数牌），换剩下来的 4 张牌作为底细。接着，定约者宣布于自己一方最有利的一种花色为将牌，然后就可以出牌了。

叫得最高的人第一个出牌，自右首一家起，大家依次跟牌，但花色必须和第一家出的牌相同，如第一家出的方块 A，其余的人均应跟方块。如果没有这一类的牌，就可以跟将牌或任何一张副牌；然后，比一比大小，最大的就是把这一墩牌（玩扑克者每人都打出一张牌，把这些牌合起来叫“墩牌”，4 人玩，4 张牌就是一墩），全部拿来，把这一墩中的分数牌（K、10、5）取出，放在自己一组面前，以便最后计分，其他牌覆掉，赢得这一墩牌者获得下墩牌的出牌权。

牌打完后，双方计算分数。定约方如完成定约的分数，那么定约的分数就是他们所得的分数，如定约方叫到 80 分（也就是定约 80 分），牌打完后，他们拿到 85 分，那么仍算 80 分，如果未能完成定约的分数，应照当时叫成定约的分数扣分，叫的是多少分，就扣去多少分；不是定约的那一组，可按照实际赢得的分数计算。

玩牌时，如果加上两张王牌（大鬼和小鬼），那么玩打的兴趣就更浓，大、小鬼和将牌一样。不管那种花色的牌，大小鬼均可作为将牌用，大鬼大于小鬼，小鬼又大于将牌中的

A。

加上两张大小鬼后，纸牌变成 54 张，每家各发 12 张，留在桌上的暗牌应为 6 张，就可换掉 6 张了。

计分的方法：假如我们一组叫到 70 分，成为定约方，打牌结果，正好拿到 70 分，完成定约，对方拿到 30 分，就可以记成这样：我方 70 对方 30。

如果我方未能完成定约，打牌结果只拿到 60 分，而对方却拿到 40 分，这样，不但得到的 60 分不能算，还要扣除原来叫到的定约分数，记法如下：我方；-70 对方 40（实际所得分数）。

上面说的是明百分，还有一种暗百分。暗百分的玩法和明百分不同的地方，在于明百分的朋友（同组的人）是固定的人——坐在对面；暗百分的朋友，如定约者指定持有 K 者为朋友，那末，持有 K 的人就是他的朋友，而不管他坐在那个位置。但朋友只可默认，在打牌时暗中帮助定约者，不能公然宣布。只有等到持有 K 的人打出这张牌，或者打牌时故意把分数牌送给定约者时，别人才知道此人是定约者的朋友。打牌方法仍旧与明百分相同，得分多的就算胜利。

(2) 两人百分。如果玩牌的人数不够 4 人，可以玩“两人百分”，也很有趣的。

玩牌时，一人洗牌后，由另一人切牌，然后叠齐，牌面向下放在两人中间。

两人轮流在牌叠上拿牌（由切牌者先拿），每次每人一张，拿到 4 张时停止。再把牌叠上的最上面一张翻开，这张翻牌的花色，就是这一次打牌的将牌。如翻开的是一张方块 3，那

么在这次打牌中所有方块便是将牌。

将牌的花色翻出后，各人将手中的4张牌整理一下，将各种花色的牌分别开来，然后出牌。由洗牌的先出。他出的哪种花色的牌，对方就应跟着出哪种花色的牌；如没有这种花色的话，就出张将牌来盖吃，或出一张其他花色的牌来作为垫牌。跟牌时，如果跟不出和出牌人的牌花色相同的牌时，就得跟另一种花色的牌，这就是垫牌。如甲方出一张黑桃，而乙方手中有黑桃的话，当然应出黑桃，如没有，就出梅花或红心来垫牌，或出一张将牌（方块）来压吃甲方的黑桃。如果既没有对方所出的花色，又无将牌，那就只有垫牌了。

谁出的牌大，谁就赢得了一墩——2张牌，可拿过来覆放到自己面前。然后，再在两人中间的牌叠上拿1张牌，使自己手里的牌补足为4张。由前一墩牌的赢得者先补，补齐后，他由他先出牌。以后，每出1张牌，就应从中间的牌叠上补进1张，使手中的牌始终保持4张，直到中间的牌叠上的牌拿完为止。中间的牌叠拿完后，就分4次将手中的4张牌出完，每次1张。

计分的方法是：K每张10分，10每张也算10分，5每张5分。每种各4张，加起来共100分。

结束时，双方各将自己面前赢得的牌翻开来，从中间将所有的K、10、5抽出，来计算总分。如甲方有1张K，3张10，1张5，只有45分；而乙方有3张K，1张10，3张5，就得了55分，结果乙方赢了10分。

(3) 四人百分。四人百分的打牌也极为紧张有趣，4人分为两组，甲乙两人为一组，丙丁两人为一组，进行对抗。同

组的人相对而坐，先推 1 人洗牌，交由右方 1 人切牌，然后从左方 1 人开始发牌，每次每人 1 张，共 12 次，各人得 12 张。剩下 4 张，覆盖着放在中间，准备在叫牌后作为换牌之用。4 个人将自己的 12 张牌整理一下，将同花色的牌归并在一起，然后叫牌，叫牌是从 250 分开叫。

叫牌时叫分的多少，是根据自己手中牌情况来决定的。手中牌的计分牌多，牌力（即大牌）又较强，就可多叫些；反之，就不宜多叫。打牌是分组对抗的，同组之间一定要发挥协作精神。叫牌时，一方面可以从同组组员的叫分上推测他的牌情，一方面也要在自己叫分时努力配合同组组员。

叫牌从 250 分开始，向左轮流，后 1 人的叫分只能比前 1 人增加，而不能减少。如甲开叫 250 分，下 1 人至少要叫 260 分，再下 1 人至少则要叫 270 分。

当一方叫出一个最高分，其余 3 人均不再叫，这个牌分就算是这一盘打牌的定约牌分，叫出这牌分的人为定约者。定约者与他的同组组员为定约组。如甲叫 350 分，其余的人不再叫，那么 350 分就算是定约牌分，甲和乙为定约组。定约组的任务，是尽力争取赢进计分牌张，使分数达到或超过定约牌分。

定约后，定约者享有换牌的权利，将中间的 4 张牌拿出来，而从手中换出 4 张牌来，仍覆盖在桌上一旁。

换牌后，由定约者来决定将牌的花色，一般都是以张数既多，牌点又大的花色来作为将牌的。

决定将牌后，由定约者领先出牌，领先出牌者出什么花色，其他人也要跟着出什么花色，跟不出来，就出其他花色

来作为垫牌，或者出将牌来盖吃。

4 人的牌出齐后，看谁的牌最大，谁就赢得这一墩 4 张牌。拿过来，叠齐，放在自己面前。以后，同组的人赢进的牌都放在一起。

12 张出完后，两组各根据本组赢进的牌来计分。四百分打牌共有 6 张计分牌，即 A 与 K，每张 25 分，Q 每张 20 分；J 每张 15 分；10 每张 10 分；5 每张 5 分，加起来共 400 分。

分数是根据定约牌分来计算的。如甲乙组的定约牌分是 300 分，这盘打牌结束时，检查赢进的牌张中，有 3 张 A，4 张 K，3 张 Q，2 张 J，3 张 10，1 张 5，刚好 300 分，就算完成定约，甲乙组赢 300 分。如不够此数，比如只 270 分，少 30 分，那么丙丁组赢 30 分，甲乙组无分。

叫 350 分而完成定约时，叫做“小满贯”，加奖分 100 分；叫 400 分而完成定约者，叫“大满贯”，加奖分 200 分。

打牌以达到大家预先商定的分数时结束，如大家商定 2000 分，那么，任何一组赢分首先累积到 2000 分时，便获得胜利，这局打牌就告结束。

(4) 持久战。每次 4——6 人打牌，用全副纸牌。

打牌者围桌而坐，洗牌切牌后，由发牌者向左发牌，每次每人 1 张；4 人打牌每人发 6 张，5 人打牌，每人发 5 张，6 人打牌，每人发 4 张。发牌者应将发给自己的最后 1 张牌翻出给大家看一看，它的花色即作为这盘打牌的将牌花色，凡与它属于同一花色的牌都是将牌。牌发齐后，所余牌叠放在中间，作为补牌堆。

发牌完毕，由发牌者左方一人领先出牌，每一次一张，其

余的人必须跟着他的花色出，如果跟不出这种花色，则可出其他花色的牌作为垫牌，或出将牌盖吃。将牌、垫牌或同一花色的牌都要比大小；谁的牌点最大，谁就赢得这墩牌。他有权在补牌堆上补进 1 张牌（其余的人不能补），并在下一轮中领先出牌。

打牌即按照上述方法反复进行。

由于只有赢得牌的人才能补牌，所以在打牌开始时大家牌张数目是相等的，进行到一定阶段的时候，各人手中的牌就有多有少了。任何打牌者手中的牌出完以后，便该停止打牌，而由其余的人继续进行下去。直到只剩一人手中还有牌时为止。这一人就是这盘打牌的优胜者。

如果结束时，有两个打牌者手里都只有 1 张牌，那么谁赢得这 2 张牌，谁就胜利。

4. 变化性扑克游戏

(1) 抽牌。在用扑克牌来表演的魔术中，最常用到的是抽牌和找牌，即由任何一位观众，随意从牌叠中抽 1 张牌，混合，却能毫不费力地从牌叠中将这张牌找出来。

具体的程序是：表演者拿出一副纸牌，可展开来交代，然后牌面向下，展成扇形，伸到观众面前请大家随意抽 1 张，记清花色点数后，将这张牌插回牌叠中。表演者自始至终没有看到这张牌。但过一会儿，表演者很容易把观众抽的这张牌找出来。

找到的方法可归纳为两种类型：关键牌和手彩。关键牌就是有秘密的牌，手彩就是熟练的手法。

关键牌中，最常见的有两种：一是同点牌，这是最适用

的一种，应用的范围也最广泛。运用这种方法时，要多预备几副牌，最好预备 10 副左右。认定一种花色点数，将这个花色点数观众去抽时，你就将这 10 张牌（如红方 J）展开，而将牌叠的两头捏紧。这样，观众抽的一定是你所展开的牌的 1 张，也即是 10 张红方块 J 中的 1 张。因为红方块 J 有 10 张，观众抽这 10 张中的任何 1 张就都是红方块 J。抽后，你再请观众将这张红方块 J 插回牌叠中。表演者心中有数，可以随意从牌叠中拿出一张红方块 J 来。引起观众的惊奇。二是特别牌：扑克牌是长方形的，表演者先将长度的两边，从一头向另一头用锋利的刀片斜着切下很细的一条，因是斜着切的，故一头宽一头狭。全副牌张都切成一个样子，一头比另一头要狭一分不到。

表演时把宽的一头对着观众，请观众抽 1 张，在观众看时，表演者很自然地将手中的余牌（51 张）换掉一头，全副牌中有 51 张都是狭的头朝前，只有观众抽的那一张是宽的一头朝前，故这张抽牌的宽的一头的两边，就露出一些在全副牌的外面，只要用手捏住这露出来的部分，就将这张观众所抽的牌抽出来了。

以上两种关键牌法，是很容易掌握的，但在毫无准备的情况下，不能从容地从掌握关键，那上面关键牌的方法就不易运用了。这时，如果能熟练一、二种手法，就可以应付自如。这种手法不是一下子就能掌握的，必须很好地练习。首先用一副毫无秘密的普通牌，牌面向下，展成扇形，请大家抽牌；插回时，你右手的中指从下面敏捷地顶住这张牌的牌面（这时全副纸牌依然还是向下展成扇形）。插回后，将全副

牌收拢成一叠时，右手中指再迅速地把这张牌从整副牌中间勾出来，放在整副纸牌的最上面，然后再把这张牌亮出来。所有的牌也是凡无秘密的，让大家抽牌以前，你先要看清最底下的一张牌然后将下面的一半叠放到上面来，于是这张你知道的底牌便叠到中间来了。这时，你别将牌叠齐，牢记这张牌的位置；然后将牌展开，右手中指在下面，将这张你认清的牌顶向前面，而将其余的牌捏得很紧，伸到一位观众面前去，请他插牌，将那张你认清的牌正对着这位观众。在这种情形下，观众会受到你的影响，大多会来抽你指定的牌。但也会遇到很顽皮的观众，偏不抽这张牌，而要去抽其他的牌，这就要靠你灵活掌握了。你一定要严密注视观众来抽牌的手，如他伸向这张你预定的牌，你当然让他去抽，如果他伸向别的牌时，你就要将手中的牌随着他伸出来的手势移动，但需自然。也就暗中将这张预定的牌去凑他的手。如果他还是不抽这张牌，你就在将这张牌去凑他的手的过程中，故意将这这张牌去触一下他的手，然后右手中指立刻将这张牌向他顶出，落到地面上去，同时你马上回身走开。这时，他势必要到地上去把这张牌拾起来，而在其他观众看来，还以为是他抽牌后没拿稳，自己不小心落到地上去的，故不会引起疑心。当然，你在掌握这步动作时，态度越自然越好。

以上就是两种较常用的手法。由于扑克魔术中常遇到抽牌的情形，故有必要多知道几种方法，以便随时运用。

(2) 找牌。找牌要比抽牌容易得多。但如果直截了当地从牌叠中将观众抽的那张牌找出来，就显得索然无味。故找牌的方式也很多。有一些找牌游戏，还要配合特制的道具来

表演。我们在这里仅介绍不需使用特制道具的一些找牌方法。首先把这张观众抽出的牌找出来，暂时不给观众看，而放在全副牌的最上面。另外，先在手中预备1枚图钉，将这张抽的牌找出时，暗中把图钉钉在这张牌的正中，钉头从牌面穿到牌背来，然后将这张牌放在整副牌上，牌面向下，钉头当然露在牌叠的最上面。布置好了以后，另递一枚图钉给观众看，请他把这枚图钉插在牌头中（不伤及牌面，仅插在其中1张牌与另1张牌之间），然后，你用右手捏着这副牌，牌背向外，对准一块木板（或房门上）用力摔去，“拍”的一声，直接与木板接触的就是观众起初抽的那张牌。由于整副牌的冲击力，暗插的那枚图钉就把观众所抽的这张牌钉在木板上了。这时其余的牌便纷纷落下，那枚观众插在牌头中的图钉也不知落到哪里去了，观众们当然会感到非常奇怪。其次，将这张观众抽的牌找出来，放在全副牌的最下面，再将全副叠齐，请一位观众过来，用左手拇指及食指仅仅捏住这叠牌的一角。然后，你用右手掌向这叠牌快而有力地拍下去；拍时，稍微斜一些，力量倾向于没有被捏住的一头。这一拍，上面的51张牌都被拍落下来，唯有最下面的那张观众抽的牌仍捏在左手指里，这时你请他将这张牌翻转来，由于这正是观众们抽的那张，故大家感到奇怪。

桥牌比赛的礼仪

1. 桥牌的来历

桥牌是用扑克进行比赛的一种有趣的文体活动，也是一系列具有某些共同特点的牌戏的总称。因为比赛的双方自始

至终都围绕着“搭桥”和“拆桥”明争暗斗，所以叫桥牌。

桥牌和其他牌戏的共同特点是：由4人进行，两人一组与另外两人一组对抗，52张牌全部发完，每一牌手拿到13张牌，有一将牌花色，这一将牌花色被授予特别的权力。

2. 怎样打桥牌

打桥牌要从叫牌开始，在叫牌的过程中叫出牌型和实力。这就要求进行逻辑推理，还需要一些数学概率知识，并要求伙伴间用合法手段相互传递最多的信息，以互相了解，紧密配合。因此，桥牌的特点，是有一整套的叫牌法和战略战术，不需特殊场地，只要若干副扑克牌，刻印一些记分表格，就可以进行比赛。

打桥牌时，4人分为两对，按座位方向，东西方和南北方各为一对。双方作为对手，互比胜负。

开始先由一人向左方依次发牌，每人发13张，然后由发牌人根据自己所持牌的实力，看能否叫牌。如果估计所持牌实力太弱无法叫牌时，也可不叫。发牌人表态后，依次向左逐人叫牌，直到某一方一人叫牌后其余三人均不叫时，叫牌过程即告结束。这副牌即由叫牌人的一方确定一个“定约”，也就是这一方的两人约定这副牌他们要赢得的墩数（一副牌共13墩，最多能拿13墩）。

“定约”分“有将定约”和“无将定约”两种。“有将定约”是在4种花色中确定一种花色为将牌（相当于“百分”中的将牌或主牌），如果一人出将牌以外的花色，别人手里无此花色时即可用将牌吃掉，从而赢得这墩牌，没有这种花色的牌时也可垫牌。叫牌时要叫出定约数字，将牌花色或无将。定

约数字加基数 6，即为定约要求的赢牌墩数。

另外，在叫牌过程中如防守方认为有击败定约方把握时可叫“加倍”，表示防守方要惩罚对方，使定约方失分更多。但定约方仍认为有完成定约把握时，可对防守方所叫的“加倍”叫“再加倍”，也表示要惩罚对方，使本方（定约方）的得分更多。确定“加倍”和“再加倍”定约后，定约方的得失分数分别按二倍和 4 倍计算。确定定约的一方为定约方，其对方为防守方。定约方两人中首先提出定约将牌花色或无将定约中首先提无将的人是定约人，其同伴则是明手，将手中的牌全部摊开，4 人出齐后赢得第一墩牌的人接着出牌，然后再由赢得第二墩的人出牌，一直到第 13 墩牌出完为止，最后统计定约人赢得的墩数。

如果打桥牌一时难于学会，我们再向大家介绍一种较为简单好学的小型桥牌的打法。参加人数 2——4 人。牌的作用：比 7 点小的牌都不要。A 最大，7 点最小。将牌以 J 为最大，和将牌颜色一样的 J 是第二大的将牌。

玩的方法是：每人发牌 5 张，再翻一张明牌，暂时作为将花。如两人玩，不是发牌的人若同意明牌的花色为将花，就可把手中不需要的一张牌，拿出来和明牌兑换。这样，他就可以成为定约方了。如他不同意明牌的花色为将花，可以说一声“过去”，让发牌人来决定。看发牌人是否同意把明牌的花色作为将花。如双方都不同意，可把这张明牌放在发剩的牌堆下面，再由不是发牌的人来决定一种花色。

如果有一个人作出了决定，他就成为定约方，然后，由不是定约方先出牌，一人打出一张牌后，另外一人就要跟出

同样花色的牌，没有同样花色的牌，可以出将牌，也可垫副牌。这样玩下去，直到把 5 张牌出完为止。定约方必须赢三墩以上，赢得三墩或 4 墩算 1 分，赢得 5 墩算 2 分。未能赢得三墩，没有分。相反，不是定约方可以得 2 分。先得到 5 分的人算胜利，也算胜一局。胜两局的人算赢一盘。赢得一盘的人，另外还有奖分。如是两局比 0 局赢得一盘。赢得一盘的人，另外还有奖分。应得奖分 7 分，是两局比一局赢得一盘，应得奖分 5 分。谁得分数最多，谁就算最后胜利。

如果是 4 人一起玩，玩法和两人玩时差不多。先把 4 人分成两组，同组的人坐在相对的地方，决定将花后，由定约人的右面一人首先出牌，牌打出后，定约人的朋友就把自己手中的 5 张牌明摊在桌子上，由定约人来决定跟出哪一张牌。然后依次序轮流跟牌。计分方法也和两人玩时一样。