



空乘礼仪 实训授课计划

学校：哈尔滨市航空服务中等专业学校

专业：航空服务 年级：空乘 21-3 级

实训教师：顾修磊

教研室主任：顾修磊

2021年9月1日

	实训项目名称	课时	计划时间	实训内容与任务	实训目的与要求	主要实训设备
1	站姿与微笑	2	9.13- 9.17	内容：标准的站姿和甜美的微笑 任务：5-10分钟的标准站姿训练和食箸法微笑训练	实训目的：为夯实基础，将标准的站姿训练好，同时强化微笑训练。 实训要求：能够保持持久的微笑及站姿	实训室、 音响、筷子、镜子
2	鞠躬礼训练	2	10.25 -10.2	内容：鞠躬礼的动作要领训练 任务：标准的鞠躬礼，	实训目的：完成基本的鞠躬礼训练，提高鞠躬礼的标准度，为今后的工作夯实基础	实训室、 音响、尺子

			9	并完成最常用 30 度鞠躬礼的训练	实训要求：能够完成 30 度鞠躬礼的训练，动作标准	
3	走姿训练	2	11.8-11.12	内容：走姿的动作要领训练 任务：完成 2 步一跟的训练以及标准走姿的动作要领的训练	实训目的：改善调整不良走姿状态，为面试的走姿打下良好基础 实训要求：能够完成 2 步一跟的训练，并整体改正自己的走姿状态	音响、实训室
4	出入列训练	2	11.22-11.26	内容：标准的出入列动作要领训练 任务：能够自然流畅的进行出入列	实训目的：标准的出入列动作有助于展示个人姿态留下良好印象 实训要求：能够自然流畅的完成出入列的动作	实训室、号码牌