# 主持人口才训练稿

来源：网友投稿 作者：小六 更新时间：2025-02-02

*主持人口才训练稿（通用8篇）主持人口才训练稿 篇1　　尊敬的各位老师，各位同学：　　大家好，我叫雷铭泉。今天我演讲的题目是：妈妈爱我，我爱妈妈!　　“世上只有妈妈好，有妈的孩子像个宝。投进妈妈的怀抱，幸福哪里找”，这是我最爱唱的一首歌，每天*

主持人口才训练稿（通用8篇）

**主持人口才训练稿 篇1**

　　尊敬的各位老师，各位同学：

　　大家好，我叫雷铭泉。今天我演讲的题目是：妈妈爱我，我爱妈妈!

　　“世上只有妈妈好，有妈的孩子像个宝。投进妈妈的怀抱，幸福哪里找”，这是我最爱唱的一首歌，每天我都要唱给妈妈听。在歌声中，妈妈教我做事，在歌声中，妈妈伴我成长……我，一个幸福的小男孩，在爸爸妈妈爱的春风中像小鸽子一样迎着朝霞，展翅飞翔……

　　我今年7岁，从一个嗷嗷待哺的小婴儿到现在帅气的小男孩，我知道我的成长诠注了妈妈很多很多的心血。我的妈妈不像有的同学的妈妈，天天看着孩子做题、背书，门门非拿100。我的妈妈总是鼓励我，根据自己的兴趣、爱好去做自己喜欢的事情，她会和我一起读报，就某件事情像对待大人一样听取我的意见，有时她还会和我一起瞎疯瞎闹。在家，妈妈是我的朋友，她可以放下她的事情，像小孩子一样坐在地板上和我一起拼轮船、拼赛车、推积木、下象棋，边玩边教我方法，还一边给我讲故事。在玩玩具的过程中，我还能和妈妈一起领略到故事里神幻迷奇的异域风光……我知道这就是妈妈的爱，不是一个简单的眼神，不是一个热情的拥抱，而是化作点点滴滴的春雨，滋润着我，让我像小树苗一样快乐无忧的成长……，我沉浸在这份爱的海洋里。

　　妈妈爱我，我也爱妈妈。去年的3月8号一放学，我画了一幅“我爱妈妈”的画。妈妈回家看到后激动得一把抱住了我，我知道她已经感受到到了儿子爱她的一颗稚嫩、真诚的心……妈妈告诉我：“孩子，我已经接受了你的祝福，妈妈非常地开心，你发奋努力，长大后有所作为，就是妈妈最高兴的事……在这母亲节里，我和妈妈一同感到了爱的快乐……随后，妈妈陪我买了一束鲜艳的康乃馨，并把这份祝福送给了妈妈的母亲……我的姥姥。在这个春天的日子里，妈妈说，是我给我们这一家子带来了好心情!

　　时光飞逝，如今的我仍然在爸爸妈妈阳光般的爱中快乐地成长。在我的世界里，没有性别的歧视、没有失学的经历、没有衣食冷暖的困扰，拥有的是妈妈爸爸精心地呵护、老师灿烂的微笑、全社会的关注。我是个幸福的小男孩，因为我享受着妈妈的爱、爸爸的爱、各位亲人长辈的疼爱，还有老师盼我快快成才严厉的爱，大姨、大妈关心呵护的爱，售货员阿姨热情服务的爱……，我将会在这份爱的洪流中不断进步、快乐成长，我也将会把这份爱，传递给生活在同一蓝天下，仍然承受着地震、洪灾等等痛苦的小朋友们，让他们同我一起，像小鸽子一样迎着朝霞，展翅飞翔……

**主持人口才训练稿 篇2**

　　尊敬的老师，亲爱的同学们：

　　早上好!我是六(2)班的一员——杨，一个活泼开朗、阳光自信的小姑娘。我的兴趣爱好广泛，我喜欢阅读，喜欢打羽毛球，喜欢英语，更喜欢朗诵与主持。我经常在电视上看到著名主持人用一口流利的普通话与观众朋友们互相交流，当看到他们脸上露出了开心的笑容，我羡慕极了，多想长大以后能像他们一样，在舞台上与观众们其乐融融。

　　这次我很高兴站在这里，我来这竞选的目的是因为我知道“不要等待机会，要自己去创造机会。”所以我要为自己着想，更要为班级奉献。然而我想竞选主持人，因为我的口才很厉害，可以说服大家。而且我对电脑非常熟悉，可以为老师准备资料，做好主持工作。

　　我知道可能会有许多同学竞选，所以我是“有备而来”的!第一，我在学校是一名大队委员，所以组织能力就不成问题了。而且如果要准备表演节目那也不怕，在班上许多的节目是我带领同学们去排练的。我性格开朗，不害羞，所以大家不用担心要汇报以及总结的人选了。

　　如果我真的当上了主持人，我会尽心尽力为班级服务，不辜负同学和老师的希望，比如老师交给我任务，我不会拖拉，一定会马上完成，而且会做得很出色，让老师和同学们满意。我还会利用自己的课余时间为班级搜索资料，让课堂变得有趣，还可以让大家学习到更多的知识。我还会在课余时间教懂同学们表演、汇报时的一些技巧，这样大家来作文班的收获就更多了!

　　我觉得是花，我就要在阳光下绚丽开放;是树，我就要茁壮地长成参天的栋梁;是石头，我就要铺设出一条属于自己的阳光大道;是主持人，我就要成为一名出色的领航员!

　　如果我的演讲没有得到各位老师和同学们的认可，我决不气馁，一如既往地朝自己的梦想一步一个脚印地前进;如果我能竞选成功，一定不辜负各位老师和同学们的期望，认真履行主持职责，尽心尽力的为你们服务。请大家想相信我，记住我——六(2)班的杨，但我也知道人不可能会十全十美，所以我以后有错的话请大家多多指教，请为我打上你们宝贵的分数吧

**主持人口才训练稿 篇3**

　　司仪主持婚礼词(二)

　　各位亲友、各位来宾：

　　你们好!

　　今天是大灰狼先生与小绵羊女士新婚的大喜日子。首先，我代表东家对诸位嘉宾的光临，表示热烈的欢迎。

　　尊敬的女士们、先生们，你们是友谊和吉祥的使者，你们的光临，给新婚喜宴增添了光彩。我代表东家对各位嘉宾表示深深的谢意。

　　同时，我也代表各位嘉宾祝新郎新娘相亲相爱!白头偕老!幸福万年!

　　典礼开始：

　　一拜天地

　　二拜高堂

　　夫妻对拜

　　好!现在鸣炮奏乐，喜宴开始!请大家开怀畅饮，我提议，为新郎新娘幸福快乐，干杯!

　　朗读指导：婚礼主持人应表情亲切、自然，声音宏亮、充满喜悦，语速中等、抑扬顿挫感强。“你们好”、“热烈的欢迎”，“深深的谢意”及“开始”、“干杯”都是重音。祝福词、典礼词声音宏亮，带一些唱腔。排比句应该由慢及快、由低渐高，感情充沛。

**主持人口才训练稿 篇4**

　　闲暇云游四大部洲，人的心好比是长江水似流，君子人相交是淡淡如水，小人交友蜜里调油，淡淡如水长来往，蜜里调油不到头，交朋友总学桃园三结义，莫学那孙膑庞涓结下冤仇，唱的是，天也愁地也愁，山也愁这个水也是愁，君也愁臣也愁，爹也愁这个娘也是愁，老的也是愁，少的也是愁，恶也愁善也愁，穷也愁这个富也愁，鸭子也愁鹅也愁，这个牛愁马愁一十八也愁，天愁不下那甘露雨，地愁五谷不丰收，山愁本是条了谷子坎，这个水愁本是流不到头，君愁愁的刀兵动，臣愁愁的把官丢，老愁愁的本是没有人管，少愁愁的本是白了他的头，恶愁愁的本是恶贯满，善愁愁的本是修不到头，穷愁愁的本是没有钱使，富愁愁的贼人把他偷，鸭子愁的扁了他的嘴，这个鹅也愁愁来愁去脑瓜门愁出一个奔了头，马愁备鞍行千里，这个牛愁愁的冷风嗖，嗖来嗖去把牛嗖老，送到汤锅里面宰老牛，牛皮蒙鼓千钉钉，送在城里头钟鼓楼，牛肉推在长街上卖，肝肚肠子作个饶头，牛骨头就把麻将牌来做，零零碎碎把色子扣，二对着五这个三了对着四，幺了对着六这个幺不幺六不六，咒骂色子邪骨头，说我诹我就诹，听我没事我捋捋舌头。

　　数九寒天冷风嗖，转年春打六九头，正月十五是龙灯会，有一对狮子滚绣球，三月三王母娘娘蟠桃会，大闹天宫孙猴儿又把那个仙桃偷，五月端午是端阳日，白蛇许仙不到头，七月初七传说本是一个天河配，牛郎织女泪交流，八月十五云遮月，月里的嫦娥犯忧愁，要说愁，净说愁，唱上一段绕口令儿名字就叫十八愁，狼也愁，虎是愁，象也愁，鹿也愁，骡子也愁马也愁，猪也愁，狗是愁，牛也愁，羊也愁，鸭子也愁鹅也愁，蛤蟆愁，螃蟹愁，蛤蜊愁，乌龟愁，鱼愁虾愁不一样，您听我个个说根由，虎愁不敢把这高山下，狼愁野心耍滑头，象愁脸憨皮又厚，鹿愁长了一对七叉八叉大犄角，马愁鞴鞍行千里，骡子愁它是一世休，羊愁从小它把胡子长，牛愁愁的犯牛轴(鞭子抽)，狗愁改不了那净吃屎，猪愁离不开那臭水沟，鸭子愁扁了它的嘴，鹅愁脑瓜门儿上长了一个奔了头，蛤蟆愁长了一身脓疱疥，螃蟹愁的净横搂，蛤蜊愁闭关自守，乌龟愁的胆小尽缩头，鱼愁离水不能游，虾愁空枪乱扎没准头。

　　说我诌我不诌，闲来没事我溜溜舌头，这个绕口令儿最难唱，咱们唱的是前门楼子九丈九，四门三桥五牌楼，出了便门往东走，离城四十到通州，通州倒有个六十六条胡同口，在里边住着一位六十六岁的刘老六，六十六岁刘老头，六十六岁六老刘，老哥仨盖了那六十六座好高楼，楼上有六十六篓桂花油，篓上蒙着六十六匹鹅缎绸，绸上绣着六十六个狮子滚绣球，在楼外头栽了那六十六根儿柏木轴，轴上拴着六十六头大青牛，在牛上边着六十六个大马猴，刘老六，六老刘，刘老头，这么老哥仨倒坐在门口啃骨头，南边来了一条狗好眼熟，好像那大大妈家大大妈的眉子大大眼睛大大鼻子大大耳朵大大口大大鳌头狮子狗，北边又来一条狗好眼熟，好像那二大妈家二大大眉子二大眼睛二大鼻子二大耳朵二大口二大鳌头狮子狗，这两条狗抢骨头，顺南头跑到北头，碰倒了六十六座好高楼，碰洒了六十六篓桂花油，油了六十六匹鹅缎绸，脏了六十六个狮子滚绣球，在楼外头打倒了六十六根儿柏木轴，打惊了六十六头大青牛，打跑了六十六个大马猴，刘老六，六老刘，刘老头，这么老哥仨打死了狗，又盖起来六十六座好高楼，收起来六十六篓桂花油，洗干净六十六匹鹅缎绸，洗净了六十六个狮子滚绣球，在楼外头栽起来六十六根儿柏木轴，牵回来六十六头大青牛，逮回来六十六个大马猴，刘老六，六老刘，刘老头，这么老哥仨又看见南边来个气不休，手里拿着土坯头去打着狗的头，也不知气不休的土坯头打了狗的头，还是狗的头碰坏气不休的土坯头，打北边来了个秃妞妞，手里拿着个油篓口去套狗的头，也不知秃妞妞的油篓口套了狗的头，还是狗的头钻了秃妞妞的油篓口，狗啃油篓篓油漏，狗不啃油篓篓不漏油。

**主持人口才训练稿 篇5**

　　婚礼司仪的致词(一)

　　各位亲戚、来宾朋友们:

　　单位的小姐与单位的先生的婚礼现在开始!

　　请各位朋友记住20xx年3月8日这个特殊的日子，因为这个日子将一对新人呈现在你们面前。在源远流长5020xx年文明的中国，“8”历来是一个吉祥幸福的数字，因而今天天公十分作美，和风吹拂，细雨润心。在这风调雨顺的花季中孕育的爱情、缔结的婚姻何愁不茁壮成长呢?!

　　生我者父母。今天在座的有这对新人的父母，为养育这对新人，他们费尽十二万分的辛劳。现在让新人向父母大人三鞠躬，十二万分感谢父母的养育之恩，并祝四位老人健康长寿!

　　助我者朋友。过去的日子里，在座的各位朋友曾给予这对新人许许多多无私的帮助，他俩表示十二万分的感激!现在和未来的时光里，他俩仍奢望各位朋友善意地批评、教导，真诚地提挈、奖掖。现在请允许这对新人向各位朋友三鞠躬!

　　升华靠我们自己。命运始终掌握在自己手中。现在请新人互致，祝愿对方以百米的冲刺速度赶超前人、超越自我!

　　“但愿人长久，千里共婵娟”，这仅仅是良好的祝愿。今天这种良好祝愿将在他俩身上得到实现：试看人长久，婵娟千里共!

　　现在，请各位举杯，为这对新人的幸福干杯!

　　点评：

　　这则演讲生动活泼，引发得体，创造了浓郁热烈的婚礼氛围。演讲者调动气氛能力很强，条理清晰，语言具有很强的承启性，适时地推进了婚礼的进程。

**主持人口才训练稿 篇6**

　　会 议 欢 迎 词

　　女士们，先生们：

　　你们好!

　　我非常愉快地代表大会组委会向应邀前来参加会议的全体嘉宾表示诚挚的欢迎。

　　本次大会邀请了中国演讲界知名演讲家、《演讲与口才》创刊人邵守义教授，全国普通话推广委员会主任、广州市长黎子流先生，深圳演讲与口才协会罗文先生。

　　本次大会必将成为语言学界、演讲学界的一次盛会，成为演讲学界的一个里程碑!

　　预祝这次大会圆满成功!

　　朗读指导：会议欢迎是活动的开始奠定一个良好的开端对于一个会议意义重大，声音，语气应充满自信，介绍嘉宾时目光、动作、声音应合而为一。

　　致 幕 词

　　各位领导、各位来宾：

　　你们好!

　　今天在这里隆重举行第三届成功杯即席演讲比赛。首先，我代表组委会对各位的光临表示热烈欢迎。出席今晚比赛现场的领导有：南方市副市长官连任先生、政协主席官清闲先生、演讲协会主席文笔妙女士。

　　现在，我宣布，第三届成功杯即席演讲比赛正式开幕!

　　有请大会评委主任、著名演讲家朱江先生宣布比赛规则!

　　朗读指导：语言庄重而亲切，声音宏亮、有气势、语速中速，节奏轻快。“你们好”、“热烈欢迎”、“开幕”属强调重音，应感情充沛。介绍嘉宾时应声音到、眼到、手到。朗读时间应在1分钟左右(含掌声)。

　　新员工欢迎词

　　各位新同事：

　　你们好!

　　非常高兴各位加入成功口才特训中心，和我们一起去创造一个美好而伟大的事业。首先我代表成功口才特训中心的全体员工对各位新同事的加盟表示热烈的欢迎!

　　同事们，你们是成功口才特训中心的未来和希望。古语说得好：一人之辩，重于九鼎之宝;三寸之舌，强于百万雄师。成功学大师卡耐基也曾经说过：一个人能够站起来当众讲话，是他走向成功的第一步!当今时代，经济迅猛发展，竞争日趋激烈，人际交往频繁，信息传播加快，在社会的各个领域，能说会道，能言善辩、谈笑风生、口出华章的人越来越显示出一种特有的优势。因此，越来越多的人崇尚口才，越来越多的人渴望口才。由此证明，我们的市场是广阔的，我们的前景是美好的，我们的事业是辉煌的!

　　同事们，“海阔凭鱼跃，天高任鸟飞”。只要你有理想有抱负、具备真才实学、踏踏实实做事、认认真真为人，成功口才特训中心，就是你大显身手、施展才华、事业腾飞的理想天地!

　　谢谢大家!

　　朗读指导：气氛应热烈，感情饱满，声音宏亮。排比句，语速渐快，声音渐高，一气呵成，第三段是殷切期望，情绪高昂的收尾。欢迎词一般是领导发言，既要威严、准确、高亢有力，又要自信、自然、亲和友善。

**主持人口才训练稿 篇7**

　　一、吐字锻炼

　　练习吐字。吐字似乎离发声远了些，其实二者是息息相关的。只有发音准确无误，清晰、圆润，吐字也才能“字正腔圆”。

　　我们在小学时，都学习过拼音，都知道每个字都是由一个音节组成的，而一个音节我们又可以把它分成字头、字腹、字尾三部分，口才训练方法有哪些这三部分从语音结构来分，大体上可以说是，字头就是我们说的声母，字腹就是我们说的韵母，字尾就是韵尾。

　　吐字发声时一定要咬住字头。有一句话叫“咬字千斤重，听者自动容”说的就是这个意思。所以我们在发音时，一定要紧紧咬住字头，这时嘴唇一定要有力，把发音的力量放在字头上，利用字头带响字腹与字尾。

　　字腹的发音一定要饱满、充实，口形要正确。发出的声音应该是立着的;而不是横着的，应该是圆的，而不是扁的。但是，如果处理的不好，就容易使发出的声音扁、塌、不圆润。

　　字尾，主要是归音。归音一定要到家，要完整。也就是不要念“半截子”字，要把音发完整。当然字尾也要能收住，不能把音拖得过长。

　　如果我们能按照以上的练习要求去做，那么你的吐字一定圆润、响亮，你的声音也就会变得悦耳动听了。

　　1、自我暗示：每天清晨默念10遍“我一定要最大胆地发言，我一定要最大声地说话，我一定要最流畅地演讲.我一定行!今天一定是幸福快乐的一天!”(平常也自我暗示，默念或写出来，至少10遍.)口才训练方法有哪些

　　2、想象训练：至少5分钟想象自己在公众场合成功的演讲，想象自己成功.

　　3、至少5分钟在镜前学习微笑，展示自己的手势及形态.

　　二、口才锻炼

　　(一)每天至少10分钟深呼吸训练.

　　(二)抓住一切机会讲话，锻炼口才.

　　1、每天至少与5个人有意识地交流思想.

　　2、每天大声朗诵或大声讲至少5分钟.

　　3、每天训练自己“三分钟演讲”一次或“三分钟默讲”一次.

　　4、每天给亲人、同事至少讲一个故事或完整叙述一件事情.

　　5、注意讲话时的一些技巧.

　　A、讲话前，深吸一口气，平静心情，面带微笑，眼神交流一遍后，开始讲话.

　　B、勇敢地讲出第一句话，声音大一点，速度慢一点，说短句，语句中间不打岔.

　　C、当发现紧张卡壳时，停下来有意识地深吸口气，然后随着吐气讲出来.

　　D、如果表现不好，自我安慰：“刚才怎么又紧张了?没关系，继续平稳地讲”;同时，用感觉和行动上的自信战胜恐惧.口才训练方法有哪些

　　E、紧张时，可以放松练习，深呼吸，或尽力握紧拳头，又迅速放松，连续10次.

**主持人口才训练稿 篇8**

　　1、朗读朗诵

　　自己读书，大声地读出来。每天坚持朗读一些文章，既练习口齿清晰伶俐，又积累一些知识量信息量，更重要的是对身体大有裨益，清喉扩胸，纳天地之气，成浩然之身!大家多读一些积极向上的文章，特别是《世界上最伟大的推销员》，我们强烈建议大家能够读熟背透。每天坚持朗读半小时以上，坚持两年三年。

　　2、对着镜子训练

　　建议你在自己的起居室中或是办公室某一墙面安装一大镜子，每天在朗读过程中，去对着镜子训练，训练自己的眼神，训练自己的表情，训练自己的肢体语言，这样效果更好。

　　3、自我录音摄像

　　如果条件允许，我建议您每隔一周时间，把自己的声音和演讲过程拍摄下来，这样反复观摩，反复研究哪儿我卡壳了，哪儿手势没到位，哪儿表情不自然，天长日久，你的口才自然进步神速。看一次自己的摄像比上台十次二十次效果都好。

　　4、尝试躺下来朗读

　　如果你想练就一流的运气技巧，一流的共鸣技巧，我教你一个非常简单的方法，就是：躺下来大声读书!当我们躺下来时，必然就是腹式呼吸，而腹式呼吸是最好的练声练气方法。每天睡觉之前，躺在床上大声地朗读十分钟，每天醒来之前，先躺在床上唱一段歌，再起来。坚持一至两个月，你会觉得自己呼吸流畅了，声音洪亮了，音质动听了，更有穿透力了，更有磁性了!

　　5、速读训练

　　这种训练目的，是在于锻炼人口齿伶俐，语音准确，吐字清晰。

　　方法：找来一篇演讲辞或一篇文辞优美的散文。先拿来字典、词典把文章中不认识或弄不懂的字、词查出来，搞清楚，弄明白，然后开始朗读。一般开始朗读的时候速度较慢，逐次加快，一次比一次读得快，最后达到你所能达到的最快速度。读的过程中不要有停顿，发音要准确，吐字要清晰，要尽量达到发声完整。因为如果你不把每个字音都完整地发出来，那么，如果速度加快以后，就会让人听不清楚你在说些什么，快也就失去了快的意义。我们的快必须建立在吐字清楚、发音干净利落的基础上。我们都听过体育节目的解说专家宋世雄的解说，他的解说就很有“快”的功夫。宋世雄解说的“快”，是快而不乱，每个字，每个音都发得十分清楚、准确，没有含混不清的地方。我们希望达到的快也就是他的那种快，吐字清晰，发音准确，而不是为了快而快。

　　6、即兴朗读

　　平时空闲时，你可以随便拿一张报纸，任意翻到一段，然后尽量一气呵成的读下去。而且，在朗读过程中，能够注意一下，上半句看稿子，下半句离开稿子看前面(假设前面有听众)。长期以往，你发现自己记忆力加强许多，快速理解力和即兴构思能力也在加强。

　　7、背诵法

　　背诵，并不仅仅要求你把某篇演讲辞、散文背下来就算完成了任务，我们要求的背诵，一是要“背”，二还要求“诵”。这种训练的目的有两个：一是培养记忆能力，二是培养口头表达能力。尝试去背诵一些文章，一篇一篇地去完成。天长日久，那些文章字句自然就转化为自己的词语了，练到一定时间就能张口就来口出华章。所谓：熟读唐诗三百首，不会吟诗也会吟!

　　8、复述法

　　复述法简单地说，就是把别人的话重复地叙述一遍。可以找一位伙伴一起训练。首先，请对方随便讲一个话题，或是一个故事。自己先注意倾听。然后再向对方复述一遍。这种练习在于锻炼语言的连贯性及现场即兴构思能力，和语言组织能力。如果能面对众人复述就更好了，它还可以锻炼你的胆量，克服紧张心理。

　　9、模仿法

　　我们每个人从小就会模仿，模仿大人做事，模仿大人说话。其实模仿的过程也是一个学习的过程。我们小时候学说话是向爸爸、妈妈及周围的人学习，向周围的人模仿。那么我们练口才也可以利用模仿法，向这方面有专长的人模仿。这样天长日久，我们的口语表达能力就能得到提高。

　　10、描述法

　　小的时候我们都学过看图说话，描述法就类似于这种看图说话，只是我们要看的不仅仅是书本上的图，还有生活中的一些景、事、物、人，而且要求也比看图说话高一些。简单地说，描述法也就是把你看到的景、事、物、人用描述性的语言表达出来。描述法可以说是比以上的几种训练法更进一步。这里没有现成的演讲辞、散文、诗歌等做你的练习材料，而要求你自己去组织语言进行描述。所以描述法训练的主要目的就在于训练同学们的语言组织能力和语言的条理性。在描述时，要能够抓住特点进行描述。语言要清楚，明白，要有一定的文采。一定要用描述性的语言，尽量生动些，活泼些。这可以训练我们积累优美词语的应用能力。

　　11、角色扮演法

　　在我们的培训过程中，经常让学员进行角色扮演，组织角色语言去演讲，叫“情境模拟训练法”，比如扮演律师，扮演市长答记者问，扮演领导开动员会，扮演新郎新娘即兴发言等等，还可以选择小品中的角色扮演，直接让学员去演小品，去扮演作品中出现的不同的人物，当然这个扮演主要是在语言上的扮演。这种训练的目的，在于培养人的语言的适应性、个性，以及适当的表情、动作。

　　12、讲故事法

　　我们的口才培训，要求学员能够讲100个以上的故事，不同时候要能够讲不同的故事，而且现场就能想出符合场合的故事。这就要求我们积累大量的素材。同时还要讲得动听，讲得精彩，熟能生巧，讲多了口才就来了!

　　13、积累知识，多翻翻字典、成语词典

　　建议各位办公桌上和家里都放一本《新华字典》和《现代汉语成语词典》，有空就翻翻，不认识的字多看看，认识的字也再看细些，你会发现中国的文字博大精深，坚持下去，你的词汇量会越来越多，你的口才自然越来越棒!

　　14、对口才产生兴趣

　　兴趣是最好的老师。当你的焦点在口才训练上时，你必然就会关注平时生活工作中的口才技巧。兴趣在哪里，焦点到哪里;焦点到哪里，学问到哪里!这种方法进步更快。即使看电视，也在注意台词的优美，交际的仪态，幽默的笑眼，必然进步神快!

　　15、写日记

　　写日记是最好的自我沟通的方法，每天写上一千来字，既整理自己的思路，反省当日之进步与不足，梳理自己的情绪，释放一些不快，又可以学会遣词造句，天长日久，手能写之，口必能言之。

　　16、多找机会上台

　　很多同学认为生活中缺少锻炼的舞台，没有公众场合发言的机会。其实，这是一种误区，我们平时生活工作中，公众演讲的机会太多了，只是我们没有发现，没有这个意识去参与。

　　如果你想突破口才瓶颈，你一定要多找机会讲话。每次开会，必定坐第一排，必定要举手发表一下自己的观点;有机会就给自己的员工、小组成员开开会;有机会还可以开开家庭会议，把家庭打造在学习口才的舞台;现在每逢节假日，路演比较流行，那一有机会你就上台去参与，不要管那么多，你只是在锻炼自己而已!放下自己，放下一切时，你发现学习口才就这么简单!

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找