# 最新主持人口才训练与实用技巧 主持人口才训练方法(模板8篇)

作者：心灵驿站 更新时间：2024-01-08

*无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。主持人口才训练与实用技巧篇一有口才的人说话具有“言之有物*

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

**主持人口才训练与实用技巧篇一**

有口才的人说话具有“言之有物、言之有序、言之有理、言之有情”等特征。下面小编为你介绍主持人口才训练方法。

单韵母练习

1、坡上立着一只鹅，坡下就是一条河。宽宽的河，肥肥的鹅，鹅要过河，河要渡鹅不知是鹅过河，还是河渡鹅? 2、山上五棵树，架上五壶醋，林中五只鹿，箱里五条裤。伐了山上树，搬下架上的醋，射死林中的鹿，取出箱中的裤。 3、山前有只虎，山下有只猴。虎撵猴，猴斗虎;虎撵不上猴，猴斗不了虎。

鼻韵母练习

复韵母练习

唇音练习

1、老方扛着黄幌子，老黄扛着方幌子。老方要拿老黄的方幌子，老黄要拿老方的黄幌子，末了儿方幌子碰破了黄幌子，黄幌子碰破了方幌子。

2、粉红墙上画凤凰，红凤凰，粉凤凰，粉红凤凰，花凤凰。

3、吃葡萄不吐葡萄皮儿，不吃葡萄倒吐葡萄皮儿。

4、八百标兵奔北坡，北坡炮兵并排跑，炮兵怕把标兵碰，标兵怕碰炮兵炮。

舌尖中音练习

1、你会炖炖冻豆腐，你来炖我的炖冻豆腐;你不会炖炖冻豆腐，别胡炖乱炖炖坏了我的炖冻豆腐。

2、老罗拉了一车梨，老李拉了一车栗。老罗人称大力罗，老李人称李大力。老罗拉梨做梨酒，老李拉栗去换梨。

3、有个面铺门朝南，门上挂着蓝布棉门帘，摘了蓝布棉门帘，面铺门朝南;挂上蓝布棉门帘，面铺还是门朝南。

4、大刀对单刀，单刀对大刀，大刀斗单刀，单刀夺大刀。

舌根音、舌面音练习

1、七加一，再减一，加完减完等于几?七加一，再减一，加完减完还是七。

2、你也勤来我也勤，生产同心土变金。工人农民亲兄弟，心心相印团结紧。

3、一班有个黄贺，二班有个王克，黄贺、王克二人搞创作，黄贺搞木刻，王克写诗歌。黄贺帮助王克写诗歌，王克帮助黄贺搞木刻。由于二人搞协作，黄贺完成了木刻，王克写好了诗歌。

4、小郭画了朵红花，小葛画了朵黄花，小郭想拿他的红花换小葛的黄花，小葛把他的黄花换了小郭的红花。

翘舌音、平舌音、练习(1)

1、天上有个日头，地下有块石头，嘴里有个舌头，手上有五个手指头。不管是天上的热日头，地下的硬石头，嘴里的软舌头，手上的手指头，还是热日头，硬石头，软舌头，手指头，反正都是练舌头。

2、三山屹四水，四水绕三山;三山四水春常在，四水三山四时春。

3、长虫围着砖堆转，转完砖堆钻砖堆。

4、师部司令部指示：四团十连石连长带四十人在十日四时四十四分按时到达师部司令部，师长召开誓师大会。

5、早招租，晚招租，总找周邹郑曾朱。

翘舌音、平舌音、练习(2)

1、紫瓷盘，盛鱼翅，一盘熟鱼翅，一盘生鱼翅。迟小池拿了一把瓷汤匙，要吃清蒸美鱼翅。一口鱼翅刚到嘴，鱼刺刺进齿缝里，疼得小池拍腿挠牙齿。

2、字纸里裹着细银丝，细银丝上趴着四千四百四十四个似死似不死的小死虱子皮。

3、石、斯、施、史四老师，天天和我在一起。石老师教我大公无私，斯老师给我精神食粮，施老师叫我遇事三思，史老师送我知识钥匙。我感谢石、斯、施史四老师。

2、山里有个寺，山外有个市，弟子三十三，师父四十四。三十三的弟子在寺里练写字，四十四的师父到市里去办事。三十三的弟子用了四十四小时，四十四的师父走了三十三里地。走了三十三里地就办了四十四件事，用了四十四小时才写了三十三个字。

3、铜勺舀热油，铁勺舀凉油，铜勺舀了热油舀凉油，铁勺舀了凉油舀热油。舀油入炒勺，月月有佳肴。先炖鱿鱼块，后扒羊肉条。火在炉下燃，油在勺中熬，满锅同炎热，管它铜勺与铁勺。

4、老僧收了八个徒弟，八个弟子个顶个的有法名。 大徒弟名字就叫青头愣，二徒弟名叫愣头青。 三徒弟名字就叫僧三点，四徒弟名字就叫做点三僧。 五徒弟名叫蹦葫芦棒，六徒弟名叫棒葫芦蹦。 七徒弟名字就叫随风倒，八徒弟就叫做倒随风。 八个徒弟，学会了八中艺，八仙过海，各显其能： 青头愣会打磬，愣头青会撞钟。僧三点会吹管，点三僧会捧笙。 蹦葫芦棒会打鼓，棒葫芦蹦会念经。随风倒他会扫地，这倒随风他会点灯。 老师傅叫他们换上了一换，不知道换成换不成。 这个愣头青他打不了这青头愣的磬，青头愣撞不了愣头青的钟。 点三僧吹不了这僧三点的管，僧三点捧不了点三僧的笙。 棒葫芦蹦打不了蹦葫芦棒的鼓，蹦葫芦棒他念不了棒葫芦蹦的经。 倒随风他扫不了这随风倒的地，随风倒他点不了这倒随风的灯。 老师傅一见有了气，要打徒弟整八名。眼睁睁，八位徒弟个顶个的就要挨打，从外面，又来了五位云游的僧。五位僧人把情讲，罚他们后面去数塔玲珑。玲珑宝塔，十三起儿，临去数单层，回来数双层，谁要是数过来谁就是大师兄。 谁要是数不过来玲珑塔，叫他一夜罚跪，到天明。 玲珑塔来塔玲珑，玲珑宝塔第一层。一张高桌四条腿，一个和尚一本经，一个铙钹一口磬，一个木鱼一盏灯。一个金钟，整四两，西北风一刮，纹儿了纹儿了响纹儿了嗡。 玲珑塔，塔玲珑，玲珑宝塔第三层。三张高桌十二条腿，三个和尚三本经，三个铙钹三口磬，三个木鱼三盏灯。三个金钟，十二两，西北风一刮，纹儿了纹儿了响纹儿了嗡。

玲珑塔，塔玲珑，玲珑宝塔第五层。五张高桌二十条腿，五个和尚五本经，五个铙钹五口磬，五个木鱼五盏灯。五个金钟，二十两，西北风一刮，纹儿了纹儿了响纹儿了嗡。 玲珑塔，塔玲珑，玲珑宝塔第七层。 七张高桌二十八条腿，七个和尚七本经，七个铙钹七口磬，七个木鱼七盏灯。七个金钟，二十八两，西北风一刮，纹儿了纹儿了响纹儿了嗡。 玲珑塔，塔玲珑，玲珑宝塔第九层。九张高桌三十六条腿，九个和尚九本经，九个铙钹九口磬，九个木鱼九盏灯。九个金钟，三十六两，西北风一刮，纹儿了纹儿了响纹儿了嗡。

-->[\_TAG\_h3]主持人口才训练与实用技巧篇二

平时可以多点鼓励孩子唱歌或者是朗诵诗歌，最好是能在大家面前都可以很轻松地进行，一方面可以锻炼胆量，另一方可以锻炼口才。

2、培养孩子演讲口才方法：复述小故事

小孩子都喜欢听故事，听多了的话就可以要求他们复述出来，可以帮助孩子把故事浓缩成短剧的模式来进行模仿表演。

3、培养孩子口才方法：参与讨论

平时可以找一些话题让孩子来讨论，最好是有点辩论的形式，让孩子可以自由发乎自己的口才，长此以往就会有很好的效果。

4、培养孩子演讲口才方法：多读书

让孩子多读书，拓宽知识面是提高口才能力的重要环节，厚积薄发，只有平时积累下来才能够有底蕴。

5、培养孩子演讲口才方法：多跟陌生人交流

平时可以多让孩子接触陌生人，最好是家长在身边陪伴，让孩子勇敢地对别人说话，这样锻炼的提升效果很显著!

**主持人口才训练与实用技巧篇三**

××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。

**主持人口才训练与实用技巧篇四**

1.情景再现(我们说的话表达的事情是要有画面感的让大家可以更好的切身感受到情感基调)

2.内在语(我们所说的每句话都是必须具有含金量的，都有其中的内涵，要记住寻根)

3.对象感(要对谁说，要说什么，要有交流和对象)

外四包括：

3.重音(包括对比，强调，呼应，并列，递进，反义等等)当这些情况出现时我们就需要通过声音强弱或者强调重音。

4.停连(停连包括扬停，落停，曲连，直连)我们在表达文章的时候一定要做到声断气不断。

5.语气(语气要伴随着文章的情感表达展现出来不同的语气)

6.节奏(节奏不需要过多的解释了，快慢，强弱完成最终的完整表达)

以上就是基础课程当中要注意的内三外四，大家还是要加入实践去练习积累经验。

**主持人口才训练与实用技巧篇五**

口才训练可以培养幽默感. 口才并不是唯一的收获,它是最好的素质教育,可以全面提高综合素质与能力.下面本站小编整理了主持人口才训练稿，供你阅读参考。

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。

大家好!我叫何安然这次我的演讲就像是一个分享者在分享一样，所以我希望大家不用太紧张。只要静下心来聆听就可以了。

你们都应该知道行为调整课吧，是学堂的一项核心课程。也可以说是黄金课程。我就在这个学期尝试了一下。行为调整课，收获还蛮多的。现在，我就给大家来分享一下我的收获吧!首先，我要给大家分享一下我认为在我行为调整干活的时候比较有趣的一些小事件!

1、我干的有一项活就是扫食堂前面的那一条道，要扫的一片叶子也没有。刚开始我干的时候还觉得很简单，不就是一个扫地嘛!谁不会呀。但是扫到越后面，我就开始烦了。因为在那一条道上面有一颗一年四季都掉叶子的树，然后上面的叶子看上去很容易掉下来，风一吹，就摇摇晃晃的。结果风越来越大，叶子就不停地掉下来，我呢，就辛苦的扫。结果扫了一上午，才扫了那一条道的一半。虽然我只干了这么一点点，但是我还是很有荣誉，应为我在干活的时候，是全身心投入的去干的，没有分心。所以我很有荣誉和成就感。

2、我觉得对我第二项有趣的活就是：锄地。刚开始干的时候我就没有用自己的心去干，不知道自己现在到底在做什么，自己的身份和责任是什么。第一是效率没有提升，第二就是我砸到地里面的每一下锄头都不踏实。本来我还没有意识到这个问题的，但是等老师来检查的时候，一看就知道我没有用心干，我知错后，就赶紧去改。每砸进一次地里面都是用全身的力气去使力，我的感觉就是地下还有一个大地撑着你，让你感觉到很踏实。注：我在翻地的过程中，还有一次差一点就砸中我的脚了!

这就是我觉得这次行为调整课中我觉得比较有趣的两件事，在从中我还真正的认识了自己的心，(这就是我这次行为调整收获做大的)知道了自己的心到底需要什么，你要怀有一个什么样的心态去做事，宇宙才会回馈给你正面的东西。

在此，我想告诉大家，人生的行为教育是十分重要的，你的一言一行都可以给周围的人展现出来你是一个什么样的人。所以大家要关注自己随时随刻在做什么，给别人展示的身份是什么哦!

我的演讲完毕，很荣幸大家能坐在这里听我分享，谢谢!(鞠躬)

-->[\_TAG\_h3]主持人口才训练与实用技巧篇六

目标：锻炼最大胆的发言，锻炼最大声的说话，锻炼最流畅的演讲。

自我激励誓言：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。

目标实现时间：30天

一、积极心态训练（20分）

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。）（10分）

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。（5分）

3、至少5分钟在镜前学习微笑，展示自己的手势及形态。（5分）

二、口才锻炼（60分）

（一）每天至少10分钟深呼吸训练。（10分）

（二）抓住一切机会讲话，锻炼口才。（50分）

1、每天至少与5个人有意识地交流思想。（10分）

2、每天大声朗诵或大声讲至少5分钟。（10分）

3、每天训练自己“三分钟演讲”一次或“三分钟默讲”一次。（10分）

4、每天给亲人、同事至少讲一个故事或完整叙述一件事情。（10分）

5、注意讲话时的一些技巧。（10分）

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。

e、紧张时，可以做放松练习，深呼吸，或尽力握紧拳头，又迅速放松，连续10次。

三、辅助锻炼（20分）

1、每天至少20分钟阅读励志书籍或口才书籍，培养自己积极心态，学习一些技巧。（4分）

2、每天放声大笑10次，乐观面对生活，放松情绪。（4分）

3、训练接受他人的视线、目光，培养自信和观察能力。（4分）

4、培养微笑的习惯，要笑得灿烂、笑得真诚，锻炼亲和力。（4分）

5、学会检讨，每天总结得与失，写心得体会。每周要全面总结成效及不足，并确定下周的目标。（4分）

**主持人口才训练与实用技巧篇七**

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。

**主持人口才训练与实用技巧篇八**

1、坡上立着一只鹅，坡下就是一条河。宽宽的河，肥肥的鹅，鹅要过河，河要渡鹅不知是鹅过河，还是河渡鹅? 2、山上五棵树，架上五壶醋，林中五只鹿，箱里五条裤。伐了山上树，搬下架上的醋，射死林中的鹿，取出箱中的裤。 3、山前有只虎，山下有只猴。虎撵猴，猴斗虎;虎撵不上猴，猴斗不了虎。

鼻韵母练习

复韵母练习

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com