# 如何说好自我介绍

来源：网络 作者：心如止水 更新时间：2024-08-02

*第一篇：如何说好自我介绍可是我保证，像这样平淡无奇的介绍，下次见面时，你十有八九会忘记对方的名字，甚至压根儿忘掉这个人。忘记别人是谁可能会尴尬，不被人记住才最可悲。有句老话叫“贵人多忘事”，此话怎讲？如果你不经常出入交际场合，每隔一两个月...*

**第一篇：如何说好自我介绍**

可是我保证，像这样平淡无奇的介绍，下次见面时，你十有八九会忘记对方的名字，甚至压根儿忘掉这个人。忘记别人是谁可能会尴尬，不被人记住才最可悲。

有句老话叫“贵人多忘事”，此话怎讲？如果你不经常出入交际场合，每隔一两个月才有机会认识一位新朋友，那你应该会记住他的名字。可如果你属于“觥筹交错”的半上流一族，热衷于参加各类聚会拓展人脉，那么，记住别人是一门功课，让别人记住则是一门技巧，你值得拥有。

一次非正式聚会中，我遇到两位初出茅庐的大学毕业生。男生a这样介绍自己：“您好，我叫某某，今年刚毕业，正在找工作。”我当时有点愣，头一次听人这么介绍自己，只好接话说：“是吗？那加油啊，祝你早日找到满意的工作。”

其实，他的自我介绍有些不得要领。首先，我和他完全不熟，在对他的性格和特长一无所知的情况下，他传达给我一个他正在找工作的讯息，属于无效信号。自我介绍尽管只是简短的一两句话，但吸引别人的也许正是开篇的某个亮点。

就这点而言，女生b做得更好一些。她介绍自己的方式是拉近距离形成对比：“你好，听说你是一位作家。”我赶紧说：“哪里算作家，就是随便写写。”她笑吟吟地说：“我也是，不过我更喜欢画画，我是一名美院毕业的学生。”好的，这样我们至少有两个话题可以聊——写字和画画。等到聊的比较热烈之后，她自然地提到找工作的事，我则表示可以引荐她认识在美术馆和画廊工作的朋友，一切来得水到渠成。

当然，除了突出自己的亮点，这样的口语自我介绍还是谦虚低调为好，免得让别人留下此人爱吹的第一印象。引荐别人就无此顾虑了，你只管把你的朋友往死里夸，他表面摇头摆手称不敢当，心里别提多美了。

不过需要注意一点，如果你的朋友希望自己是朵牵牛花，你可别朝着玫瑰花的方向去夸。我曾听说一个典故：早在金融危机爆发前，一群春风得意的华尔街投行精英一起聚餐，其中有位精英这样隆重介绍他带来的新朋友：“这位是曾子墨小姐的哥哥，曾先生。”不料众人毫无反应，只是礼貌地打个招呼，该聊什么还聊什么。

值得一提的是，席间不断有人到来，于是该精英对每位后来者都要重复一遍“这位是曾小姐的哥哥，曾先生。”似乎要让每位来客都搞清他的介绍重点是那位大名鼎鼎的“妹妹”，并非鲜活地坐在众人面前的“哥哥”。被如此介绍的曾先生自己也不太适应，在席间始终没说多少话，饭还没吃完就提前告辞了。

事实上，如此介绍真是吃力不讨好。很多人都反感成为别人的附属品，希望拥有属于自己的标签。即使你不能为你的朋友贴上一个漂亮的标签，也别让人家因为你的介绍感到局促尴尬。比如，这是我的好友xx，她最近刚失恋。又比如，这是xx，这可是我们班最胖的同学。多么雷人的介绍方式啊，被介绍者表面也许笑靥如花，内心早已血流成河了。

所以，那位精英终于学到了一课——下次如果一定要提曾小姐的话，应该这样说：“这位是曾先生，他的妹妹是曾子墨小姐。”

**第二篇：如何说好英语口语**

如何说好英语口语

很多人会做英语题而且分数还不低，但是却无法和外国人交流。这就说明口语不过关，这样的人大有人在，而且不乏有英语教师。学英语的主要目的是和别人交流，因此会说一口流利的英语是很多人的梦想。那么在练习口语时需要掌握几点：

一 浓厚的兴趣。人们常说兴趣是最好的老师。如果对说英语没有兴趣，再多的努力也是白搭。如果有兴趣，就会付出百倍的辛苦，就越容易成功。

二 良好的学习环境。这次2024伦敦奥运会夺得金牌的徐莉佳接受采访时用的是英语，还有李娜，姚明他们都会说一口流利的英语。这源于他们常年在国外生活训练比赛，因此有一个好的语言环境。但学生接触真实英语交际情景的机会其实还是很局限的,这就使得他们的语言学习主要环境只是课堂.而在目前大部分英语课堂缺少学生创造使用语言的氛围和场合，口语练习也往往是教师控制的。所以我们可以创造环境，三五人在一起说，也可以多听英文歌曲多看英文对白的电影，无意中学会很多单词和句子。

三 坚持下来，持之以恒。口语这个不是一天两天就能练好的事，要以大量的阅读和听力做基础。在读和听的过程中，积累了词汇，掌握了句型，熟悉了用英语表达思想的方式，最重要的是培养了语感，不能三天打鱼两天晒网。

最后一定要消除心理障碍，大胆开口说。

**第三篇：说好普通话**

说好普通话，圆梦你我他

普通话是我国的传统美德之一，也是全国通用的语言。无论干什么，第一步就是学习讲普通话，特别是我们小学生，从小就要养成讲普通话的好习惯，只有这样才能为将来走上社会打好基础。语言是人类重要的交际工具，而普通话是我们最好的交际工具。方言有碍于我们进行沟通、交流。其实学好普通话，说不难也是有点难的。记得在小学一年级时，天天读‚a、o、e‛，却想不到普通话对我们的未来有相当重要的意义！可以想象，如果拼音不过关，想读好、说好普通话 是何其之难，简直就是无本之木、无源之水！语言是最重要的交际工具和信息载体。在中国特色社会主义现代化建设的历史进程中，大力推广、积极普及全国通用的普通话，有利于消除语言隔阂，促进社会交往，对社会主义经济、政治、文化建设和社会发展具有重要意义。随着改革开放和社会主义市场经济的发展，社会对普及普通话的需求日益迫切。推广普及普通话，营造良好的语言环境，有利于促进人员交流，有利于商品流通和培育统一的大市场。作为中华子孙，我们必须肩负起这一新的历史使命。作为每一位学生都应该自觉使用国家规定的规范字，这是推广普通话，使用规范字的自觉行动，也是热爱祖国的具体体现。中国总共有十几亿人口，五十六个民族，不同的地区有着不同的方言，四川话、北京话、南京话……如果两个有着不同方言的人碰在一起，对话起来，肯定会有困难，因此，我们必须学好并正确的使用普通话。那么，学好普通话，要注意什么呢？我认为要学好普通话必须要学会‚多听、多说、多请教‛。

也许有的人会说，一个字说错了算什么？那些不会说普通话的中国人不是照样干活，照样吃饭？我可不这样看，普通话是我们国家的统一语，每一个中国人都应该讲好它。我们不但要告诉来自五湖四海的客人，这里有世界上最美的景观，而且还要告诉他们，在这里，您处处都能听到世界上最美的语言——标准的普通话！

语言是一个民族的声音，从大处讲，推广普通话，说好普通话，是我们祖国屹立于世界民族之林的需要；从小处说，它是不同地域，不同文化背景中的人与人沟通交流的需要。请大家想一想，在我们的身边，那些因南腔北调所闹的笑话，那些因语言障碍所造成的麻烦还少吗？

那么，现在我就给大家讲一件真实的实例。一直我都认为表叔的普通话‚最‛标准，因为他是中学语文老师。但暑假期间发生的一件事却让我对表叔不自信了。那个暑假，我们全家和表叔到了南京玄武湖公园，正好对面来了几个美国人，表叔想趁此机会练练英语口语，便自告奋勇给他们当导游。谁知这几个老外摆摆手，用不大流利的普通话说：‚先生，咱们说普通话吧，中国话很美！‛表叔听了有点儿失望，但更多的是自豪，于是非常尽心地用普通话为他们介绍每一个景点。然而，当表叔用‚剽（biao）悍‛一词来形容一位路过的叔叔时，那个老外一本正经地给老爸纠正道：‚不对，不对，先生，这个词应该念‘剽（piao）悍’，而不是读‘长膘’的那个‘膘’的音。‛表叔听了大吃一惊。我想：‚这个蓝眼睛、高鼻子的美国爷爷竟想当表叔的普通话老师？‛但表叔不愿扫了他的兴致，便不置可否地朝他笑了笑。回到家，我翻开现代汉语词典仔仔细细地对照了这个剽字，居然真的是表叔错了。想起来，真是惭愧极了，亏表叔还是普通话二级甲等水平！不过，表叔更郁闷，连说三个‚想不到！‛毕竟没想到老外竟也是他的‚中文老师‛。从此，这件事让我对普通话增深了印象。

朋友们，你们看过都德写的《最后一课》吗？在国土沦陷，人民就要做亡国奴的时候，小弗郎士的老师冒着生命危险，给大家上了最后一课，他用异乎寻常的激动语调说：‚法语是世界上最美的语言！‛在这里，我也要说：‚让我们讲好普通话吧!它是我们中华民族的声音!它是世界上最美的语言!‛

**第四篇：如何说好课。。**

《如何说好课》知识讲座讲稿

很高兴能有这个机会和大家一起交流“如何说课”的问题。在此，我首先要感谢领导给了我这么一个锻炼的机会。因为自从接到这次讲座的任务后，我就积极地上网查阅资料，翻阅书籍，此时我才深深地意识到“说课天地”确实是一片广袤的森林。我的认识还很肤浅，难免有不足、不到之处。因此，今天所讲的内容只供选择性吸收与批判性借鉴！

下面，我想从以下4方面谈谈自己粗浅的认识。

一、什么是说课？

说课就是授课教师在个人备课的基础上，面对同行或教学研究人员系统地讲述自己对某一章或某一课的教学方案设计及指导思想、理论依据，然后由听者评说，说者答辩，达到相互交流，共同提高目的的一种校研活动。

为了帮助大家理解什么是说课，明确说课的概念，特与备课进行对比，我们来看：

与备课对比：备课教学活动是面对学生 搞好教学设计，优化教学过程，提高课堂效益，教师个体进行的静态教学活动。说课教研活动，是知识结构如何转化为学生认知结构的实施方案，面对其他老师或者教研员，帮助教师认识备课规律，提高备课能力，集体进行的动态的教学备课活动。

说课中应该说出哪些理论依据？

1.教学大纲是教学的主要依据。

2.学生的实际应成为教师教学的主要考虑对象。

3.教材和学科特点也是重要的理论根据之一。

4.教育理论和名家名言也可作为强有力的理论根据。不管运用哪一种理论，都要说得具体、令人信服。

二、为什么要进行说课？

说课是目前较为流行的一种教研活动，作为后起之秀，它早已盖过以往占据半壁江山的老套的“听课、评课”模式的声势，散发出独有的魅力，成为教研活动这个大花园中的一朵奇葩。或者与听课、评课、课例研讨携起手来，构建出教研活动的又一道靓丽的风景线。

那么，为什么“说课”能有这么蓬勃的生机，这样旺盛的生命力呢？这与说课带来的好处是分不开的。

——说课促进教师对教育教学理论的学习和掌握。

在说课中除了要求说清教学设计常规项目外，还要求教师说出进行教学设计所依据的教学理论，要求教师不仅要具备一定的文化专业知识，还必须掌握教育科学知识，具备一定的教育教学理论水平，促使教师在钻研教材的同时，认真学习和钻研教育学、心理学以及教法和学法等教育教学理论，促进教师的业务素质从单一的学科文化知识过渡为既有学科文化知识又掌握一定的教育教学理论多元的素质结构。

——说课促使教育教学理论与教学实践相结合。

现代的教学，一时一刻也离不开现代化教育教学理论的指导，特别在说课中，不仅在说“教什么”、“怎样教”中需要理论指导，在说明“为什么教”中更需要从教育教学理论中寻找理论依据。如在说教学程序设计时，需要以《教学论》中的理论为指导，而在“教与学的关系”中就要依据《教育学》中“教师为主导、学生为主体”的理论，这就极大地促进了教育教学理论与教学实践相结合。

——促进了课堂教学质量的提高。

上课，即课堂教学，至今它仍然是对学生传授知识、培养能力、实施素质教育的主渠道。同过说课，我们可以更好地、更有效地在现代教学理论的指导下，面对全体学生全面落实教学目标，提高教学质量，使所有的学生都得到发展。

三、说课说什么？

说课的意义是如此重大，作为教师，我们应该更好的修炼自己的说课基本功。那么，说课主要说些什么呢？

说课的内容一般包括“说教材、说教法和学法、说教学程序”四个方面。

（一）说教材

说教材就是说课者在认真研读课程标准和教材的基础上，系统地阐述选定课题的教学内容，本节内容在教学单元乃至整个教材中的地位和作用以及与其它单元或课题的联系等。围绕课程标准对课题内容的要求，将三维目标化解到具体的教学环节中，确定重难点。在说教材时，我们可以围绕以下几方面来说：

1、说讲稿内容的科目、册数、所在单元和课题。

2、简介教学内容以及本课内容在教材中的地位、作用和前后联系。

3、说教学大纲、课程标准对这部分内容的要求是什么。

4、说教学目标、重点、难点和教学关键的确定。

教学目标一定要根据学科特点、文本内容、大纲要求、课程标准、学生的实际情况而定。

教学目标是课前备课中所规定的课时结束时要实现的教学结果。课时目标越明确，越具体，反映教者的备课理解越充分，教法设计越合理。分析教学目标一般要从知识与能力、过程与方法、情感与态度三个维度加以说明，有时候我们也可以将隐性的“过程与方法”目标融合于知识目标、能力目标当中，不再单独提及。

（二）说教法和学法

教师在熟悉教材的前提下，怎样运用教材，引导学生搞好学习，这是教法问题。教法得法，往往事半功倍。说教法实际上就是解决“教师教如何为学生学服务的问题”。说教法，要说清选择了何种教学方法、手段及理论依据。教学的方法丰富、多样：目标教学法、导读法、欣赏教学法、愉快教学法、阅读教学法、启发式教学法、合作教学法、比较教学法、暗示教学法、语感教学法、情境教学法、成功教学法、反馈教学法、点拨教学法、情感教学法、竞赛教学法、点面教学法、创新教学法、发现教学法、自主合作探究法…

2、说学法

学法包括“学习方法的选择”“学习方法的指导”“良好学习习惯的培养”。拟定时应突出地说明：学法指导的重点及依据；学法指导的具体安排及实施途径；教给学生哪些学习方法，培养哪些能力，如何激发兴趣，调动积极性。

（三）说教学程序——介绍教学过程设计

说教学过程是说课的重点部分。因为通过这一过程的分析，才能看到说课者独具匠心的教学安排，它反映着教师的教学思想，教学个性和风格。也只有通过对教学过程的阐述才能看到其教学安排是否合理、科学、艺术。

通常教学过程要说清出如下几个问题：

1、说清教学思路和教学环节安排

2、说明教与学的双边活动安排及调控反馈措施。

3、说明是如何突出重点、突破难点

4、说明采用了哪些教学辅助手段以及教法、学法的落实。、扼要说明板书设计。

四、说课有哪些注意事项？

1、把握时间要求

由于说课的类型不同，说课的目的也截然不同，那么对时间的要求也各有规定。一般来说，研究型的说课，专题型的说课，示范型的说课，都没有非常严格的时间规定。只有评比型的说课，其说课时间作为评选的条件之一。因此，说课者应该把握好时间的安排，既不超时，也不应富裕许多时间。

2、注意详略得当。

在评比课时由于时间作为一项评比的条件，因此说课教师应该把握好说课的结构和内容。注意详略得当，共性的问题要简略说明，个性的问题要详细地说，因为同行都比较清楚。切忌面面俱到，重点部分一定要说透。鉴别教师说课的优劣，就要看是否做到了结构完整、层次清楚、详略得当、言简意赅。

3、突出说课特点。

说课要体现“说”字。说课不是备课，备课可以默默无闻，说课则要侃侃而谈，避免一肚子的学问说不出来或是不知从何说起。说课不是上课，不能把说课变成“试讲”或“压缩式上课”，把同行当作了学生，把教学过程像上课一样展演一遍。

4、展示语言魅力。

语言表达能力是教师必备的素质之一，通过说课，可以检验教师的书面语言与口头语言的表达能力。说课前教师的准备工作大多是运用书面语言，说课时则要将书面语言口语化。教师说课要运用标准的普通话，语气要流畅自然，语调要抑扬顿挫，语速要快慢适中。语速太快了影响听着的思考，语速太慢又会影响传递信息的容量。在说课前可以做一下测量，一般一分钟说120个左右的字为宜。

为了表达的需要，说课教师有时还要配合肢体语言，肢体语言要避免矫揉造作，避免肢体语言过多或老是重复同一个动作，要运用得潇洒大方、自然得体。

5、说课要脱稿。不能念稿，影响你的感情发挥，也降低评委对你欣赏度。而且要熟练使用多媒体课件，要说和做配合自如。

6、凸显个人综合素质。说课虽然只是安排一节课的内容，却能反映和展示教师的综合素质。比如，教师学习和掌握教育理论的情况，教师运用教育理论分析教育对象和指导教学实践的能力，教师的实际教学水平和驾驭课堂的能力等教学经验。教师应该总体把握说课内容，融会贯通，有理有据地说明是什么，为什么，特别是在重点说明为什么时，既要有理论的支撑，又要有教学对象实际情况的佐证，避免只讲做法不讲理论依据或教育理论和学生实际相脱离的现象。

总之，说课有基本的要求，但没有统一的格式。教师为了体现个人的教育能力和个性风格，就要不断地在运用教育理论来指导教育实践，研究和分析教育对象，在提高个人综合素质的基础上驾轻就熟地搞好说课。

**第五篇：说好普通话**

说好普通话——让规范的语言之花处处盛开

龙街镇中心学校“推广普通话”活动简报

普通话是我们祖国的通用语言，我们每个中国人都应该说一口流利的普通话。因为语言是一个民族的声音,从大处讲,推广普通话,说好普通话,是我们祖国屹立于世界民族之林的需要;从小处说,它是不同地域、不同文化背景中的人与人沟通交流的需要。

普通话有如此重要，所以自9月初开学以来，龙街镇中心学校积极开展“推广普通话，写好规范字”活动。首先在家庭中开展“推广普通话”活动，每个同学都建议自己的家长学习讲普通话；在参加各项活动中，同学们不仅做到自己讲普通话，还劝说别人讲普通话；作业写规范字，同学之间互相督促，共同进步。同学们还开展“捉拿”错别字活动搜索店牌和店面广告牌，发现错别字立刻“捉拿”，并向店主提出了“写好规范字”的建议。搞这样的活动活动不仅提高了同学们讲好普通话的意识，同时还起到了推广普通话,写好规范字的作用。

身为一个新世纪的小学生，我们是祖国的未来是祖国的希望我们代表的不仅仅是我们自己更加是我们的祖国

所以我们更应该好好学习普通话写好规范字 做好国家的小主人。在都德写的《最后一课》中，在国土沦陷，人民就要做亡国奴的时候，小弗郎士的老师冒着生命危险，给大家上了最后一课，他用异乎寻常的激动语调说:法语是世界上最美的语言。在这里，我们也要说:让我们讲好普通话吧!它是我们中华民族的声音!它是世界上最美的语言!请大家一起行动起来，规范使用祖国的语言——普通话，让规范的语言之花处处盛开！(宣传员:陈祥悦)

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！