



少儿播音主持

素质养成训练教材

五级
(上)

小小主持大大梦想编委会 编



四川大学出版社



少儿播音主持

素质养成训练教材

五级
(上)

小小主持人大梦想编委会 编



有声有色
能互动

视·听·说
触·想

多思
体验



四川大学出版社



如果说走进教育行业是一个偶然，那决定坚持在这条路上走下去则是一种必然，由一名主持人转型为一名小主持老师，再转型为一名教育品牌运营管理人员，一路走来，我是幸福的，看着老师们的成长、孩子们的收获，自己越来越有使命感。

语言，是一个人内在修养的外衣，是与一切人与事进行沟通的最有效的方式。在这个讲求效率的年代，能通过语言在最短的时间里影响更多的人，已经变得越来越重要。小主持课程，不是单一地把孩子培养成主持人，而是让孩子能够运用语言更好地主持自己的人生。所以，小主持课程不是特长课，而是生存技能课。

“芒小豆”少儿主持课程体系本着“智商+情商+表达=小主持”的研发理念，融合多种语言形式，针对4岁到16岁的青少儿设计了33本教材。总教学目标分为三个阶段：第一个阶段让孩子掌握语言表达的多种技巧，第二个阶段训练孩子语言逻辑及语言感染力，第三个阶段提升孩子语言综合素养。

“芒小豆”少儿主持课程体系经过了十年一线的教学积累，从一线发现诉求，从一线总结经验，从一线总结提炼，把优质的教学理念及教学方法运用到一线。孩子们，希望你们能感受到语言表达的快乐，希望你们能积攒出语言表达的能量，希望你们能练就出语言能力这件未来生活的秘密武器。

本教材引用了众多材料（诗词、歌曲、故事、相声等），由于引用范围较广，不能一一联系作者，在此表示感谢。如涉及版权问题，请联系本书作者。

本教材仍然在不断优化中，望广大家长及同行朋友提出宝贵意见。祝愿每一个孩子健康快乐，祝愿每一个家庭幸福美满！

“芒小豆”少儿主持教学体系主编：宝儿



____宣言

今天，我成了一名____

在这里

我要将友爱的心送给我的同学

我要将努力的心送给我的老师

我要将感恩的心送给我的父母

从现在起

微笑将成为我的习惯

自信将成为我的态度

快乐将成为我的朋友

我要一天天强大

我要掌握让自己幸福的能力

我要掌握让他人幸福的能力



我是乐于分享快乐的_____

我是热爱课堂的_____

不缺课，不迟到，不早退

我是团结集体的_____

不指责同学，不无理取闹

我是勇敢自信的_____

我能保护自己、保护同学

我是有责任感的_____

我会勇于承认自己所犯的错误

我是守纪律的_____

不给别人添麻烦，说话之前要举手

我是懂礼貌的_____

见到老师和同学我会亲切地和大家打招呼



第1课	数枣练习	/ 1
第2课	小快板	/ 3
第3课	亲爱的老师，辛苦了	/ 5
第4课	快慢呼吸法	/ 7
第5课	歌词朗诵	/ 9
第6课	螺旋音	/ 10
第7课	祖国啊，我亲爱的祖国	/ 12
第8课	气息控制	/ 13
第9课	数青蛙	/ 15
第10课	小小朗诵家	/ 16



第 11 课 十二生肖大拜年 / 17

第 12 课 暑假的颜色 / 19

第 13 课 方言吆喝 / 20

第 14 课 今天我表演 / 22

第 15 课 动物植物都是宝 / 25

第 16 课 做个幸福的人 / 26

第 17 课 我的中国心 / 27

第 18 课 能量补给站 / 28



亲爱的小朋友，欢迎来到小主持人的神奇殿堂，学习了普通话的语音之后，我们还需要有气息来支撑，所以在这学期我们就安排了一整册的气息训练，让我们一起去感受气息的神奇吧。

第1课 数枣练习

出东门，过大桥，大桥底下一树枣，拿着竿子去打枣，青的多，红的少。一个枣，两个枣，三个枣，四个枣，五个枣，六个枣，七个枣，八个枣，九个枣，十个枣；十个枣，九个枣，八个枣，七个枣，六个枣，五个枣，四个枣，三个枣，两个枣，一个枣。这是一个绕口令，一口气说完才算好。



数鸭子

王嘉祯

门前大桥下游过一群鸭
快来快来数一数，二四六七八

门前大桥下游过一群鸭
快来快来数一数，二四六七八
嘎嘎嘎嘎真呀真多呀
数不清到底多少鸭
数不清到底多少鸭

赶鸭老爷爷胡子白花花
唱呀唱着家乡戏，还会说笑话
小孩小孩快快上学校
别考个鸭蛋抱回家
别考个鸭蛋抱回家

第2课 | 小快板



练快板是一个特别好的锻炼气息的方法，因为快板有一定的节奏，要想说好快板必须要控制好气息。



文明礼貌快板词

中华文明五千年，礼仪之邦美名传。
我是祖国新一代，传承文明任在肩。
言谈举止有规范，和谐社会做模范。
做模范！

清晨离家上学校，进门问候老师好。
上街要走人行道，靠右慢行不乱跑。
横过马路左右看，绿灯通行红灯停。
过马路走斑马线，不要逞能跨护栏。





向人问路先称呼，文明用语不可少。
排队候车讲次序，不争不抢不挤闹。
坐车不吵不嬉闹，保持安静有礼貌。
谢谢再见对不起，文明用语要记牢。

衣装整洁到学校，互相问好不能少。
遇见老师行个礼，见到同学问声早。
上课时间快要到，学习用品要备好。
进入老师办公室，不能偷听不乱闯。



在校是个好学生，在家当个好孩子。
认真学习写作业，适当做些家务活。
客人来访要接待，主动上前问个好。
父母话，需静听，大人谈事不打扰。

良好习惯人人夸，人生奠基作用大。
礼貌礼节用处广，发扬光大靠大家。
弘扬传统讲美德，倡导文明树新风。
争做社会好公民，文明礼仪代代传。
文明礼仪代！代！传！

第3课 | 亲爱的老师，辛苦了



亲爱的伙伴，9月10号是教师节，你的老师在课堂上有哪些有趣的口头禅呢？你最喜欢的老师是谁呢？你有没有一个梦想就是站在讲台上成为一名老师呢？教师节来了，你对你最尊敬的老师有哪些话想说呢？这节课，我们一起过教师节！我们来听一首好听的歌，名字叫《每当我走过老师窗前》。

每当我走过老师的窗前

崔 彬

静静的深夜群星在闪耀
老师的房间彻夜明亮
每当我轻轻走过您窗前
明亮的灯光照耀我心房
啊，每当想起您
敬爱的好老师
一阵阵暖流心中激荡

培育新一代辛勤的园丁
今天深夜啊灯光仍在亮
呕心沥血您在写教材
高大的身影映在您窗上
啊，每当想起您
敬爱的好老师
一阵阵暖流心中激荡



新长征路上老师立新功
一群群接班人茁壮成长
肩负祖国希望奔向四方
您总是含泪深情凝望
啊，每当想起您
敬爱的好老师
一阵阵暖流心中激荡



写首小诗给老师

窗前一株紫丁香

滕毓旭

踮起脚尖儿，
走进安静的小院，
我们把一株紫丁香，
栽在老师窗前。

老师，老师，
就让它绿色的枝叶，
伸进您的窗口，
夜夜和您做伴。



您听，您听——
绿叶在风里沙沙，
那是我们给您唱歌，
帮您消除一天的疲倦。



您看，您看——
满树盛开的花儿，
那是我们的笑脸，
感谢您时时把我们挂牵。



夜深了，星星困得眨眼，
老师，休息吧！
让花香飘进您的梦里，
那梦啊，准是又香又甜。

第4课 快慢呼吸法

慢吸慢呼：用口和鼻均匀深吸一口气，让气尽可能在腹中多保持一会，然后慢慢呼出。

快吸慢呼：用口和鼻快速深吸一口气，让气在腹中保持一会儿，然后慢慢呼出。



实践练习：（快速吸一口气，然后由快到慢）广场上，飘红旗，看你能数多少面旗，一面旗，两面旗，三面旗，四面旗，五面旗……（一直数一直数，看自己最多能数多少面旗）

课外拓展：赶“猪”过河游戏。学生前后两人一组，对桌而坐，在课桌两边沿5厘米处各画一直线（与边沿平行），每人将一方形橡皮（或铅笔等）放在靠近自己一边的直线上。游戏开始后，两人轮流将橡皮向前吹，以橡皮过对面直线后，吹气次数少的为胜。

游戏规则：（1）游戏中，每人一次只能吹一口气，中间不得换气，否则无效。（2）游戏中，可以用手扶撑桌子，但不得使桌子晃动，也不得离凳而站，更不能弄出声响，否则为失败。

提示：此游戏也可两人同时吹气，且不分吹气次数，以先将橡皮等物吹过对面直线者为胜。





古诗

晚春二首·其一

[唐] 韩 愈

草树知春不久归，百般红紫斗芳菲。
杨花榆荚无才思，惟解漫天作雪飞。



儿歌

雪花

雪花，你有几片小花瓣？
我用手心接住你，
让我数数看：
一、二、三、四、五、六，
咦，刚数完，雪花怎么不见了？
只留下一个圆圆的亮亮的小水点。

第5课 | 歌词朗诵



小朋友们，你们在心情舒畅的时候喜欢用轻轻哼唱的方式来表达自己内心的喜悦吗？哼唱时要求呼吸平稳缓慢，所以哼歌也是练习气息的一种好方法。

让我们荡起双桨

乔羽

让我们荡起双桨
小船儿推开波浪
海面倒映着美丽的白塔
四周环绕着绿树红墙
小船儿轻轻飘荡在水中
迎面吹来了凉爽的风

红领巾迎着太阳
阳光洒在海面上
水中鱼儿望着我们
悄悄地听我们愉快歌唱
小船儿轻轻飘荡在水中
迎面吹来了凉爽的风

做完了一天的功课
我们来尽情欢乐
我问你亲爱的伙伴
谁给我们安排下幸福的生活
小船儿轻轻飘荡在水中
迎面吹来了凉爽的风



第6课 | 螺旋音



小朋友们，你们在生活中有没有看见过海螺呢？海螺的螺层一圈比一圈高，其实在气息的练习中也有一个一圈比一圈高的练习方式，这就是螺旋音。



实践练习：假设你呼喊的人离你越来越远，先在眼前，然后在隔壁，在楼下，距离逐渐增加，你呼喊的声音的音量逐渐变大。

甲：“喂……有……车……吗……”

乙：“哎……我……来……了……”

丙：“嘿……你……吃……饭……了……吗……”

丁：“喂……你……要……去……哪……”

戊：“你……等……等……我……呀……”