



TTT 内训师培训

——基于内训师核心胜任能力的实战技能系统提升



传统 TTT 课程的全面升级，从纸上谈兵到驰骋沙场！

【课程背景】 企业培训师培训，首选实战课程！

**现场夯实表达基本功底、现场设计开发课程纲要
现场总结提炼课程要点、现场资源配置案例演绎
现场实战课程演绎过关、现场控场互动生动授课**

老师结合多年来专注于对 TTT 培训的研究以及五百余场各行业、各类型企业实战培训经验，以内训师胜任能力为基础打造企业实战派内训师队伍，已得到了国内众多知名企业上市公司乃至世界 500 强的广泛认同！

参加过课程的学员与企业均表示：实效、实用、实操

【培养目标】 每阶段均涉及内训师表达技巧、课程开发、授课技巧，逐级深入、逐步提升实战技能，全面系统培养招之即来、来之能战、战之能胜的实战派内训师队伍！

【培养对象】 企业内部培训师、中高层管理人员等企业相关培训负责人

【课程特色】 ● 系统突破：编、导、演全方位学习，系统实战授课技巧工具分享

● 立体演练：各环节均为讲授与训练复合式学习，确保实操能力提升

【培训阶段】 三阶段，每阶段 2 天

三步成“师”，步步为“赢”

培训阶段	培训时间	培训主题	培训目标：效果为王
第一阶段	2 天	潜龙在渊：定——自信●敢 讲	自信表达过关
第二阶段	2 天	雕龙在手：慧——自然●善 讲	实用课程设计开发
第三阶段	2 天	飞龙在天：活——自在●乐 讲	三维实战技能全面突破，灵活运用

【课程大纲】

《TTT 内训师实战技能提升晋级训练营——初级》

潜龙在渊：定——自信●敢讲

课程目标：1分钟、3分钟 MINI 课程人人过关

课程内容：

开场篇：TTT 培训师职业导论

- 1、融冰之旅：TTT 学习小组组建
- 2、发现之旅：◇ 认识 TTT 培训师培训
 - ◇ 企业培训师的三种职业角色
 - ◇ 企业培训师的三种能力定位
 - ◇ TTT 表达能力的实际运用
 - ◇ 企业内训师常见的八大症状
- 3、探索之旅：◇ TTT 成功学习秘诀：六“到”轮回
 - ◇ 表达能力提升的四个阶段
 - ◇ 培训师职业化能力提升的四个阶段

第一部分：言之有神

一、轻松自信表达

- 1、常见的“怯场”表现
- 2、当众讲话胆怯忐忑的三大根源
- 3、当众说话从容不迫的八种方法
视频案例：李敖如何应对上台紧张
- 4、上台心理成长三阶段
- 5、培训师胆法八字要诀

【现场实战演练】先声夺人一句话练胆

二、专业风范塑造

- 1、培训师的眼法：
 - ◇ 眉目传情，四“视”同堂
 - ◇ 眼神交流时注意事项
 - ◇ 授课中眼神交流五点法
 - ◇ 培训师眼法八字要诀
- 2、培训师的手法
 - ◇ 传播中的 55387 法则
 - ◇ 授课中的三种基本手势
 - ◇ 手势运用三原则
 - ◇ 培训师手法八字要诀
- 3、培训师的身法：
 - ◇ 培训师成功第一站：培训师站法八字要诀
 - ◇ “身动”制造“生动”：培训师步法八字要诀
 - ◇ 综合演练：上场与退场

【现场综合演练】一分钟风采展示

(针对上下场、胆法、手法、眼法、站法、步法、表达内容、时间把控进行综合评估，老师现场点评辅导)

【单元小结】培训师五法塑造专业台风

第二部分：言之有序

一、逻辑思维训练

1、好话题要有好结构：无话可说的人很少，把话说散了的人太多

表达禁忌：八哥式重复啰嗦

2、魅力表达中的神奇数字

◇ 视频案例：年度经济人物颁奖张瑞敏获奖感言

◇ 1分钟即兴表达综合演练

二、讲授经典结构

1、虎头：开场两大目的

最能吸引学员的八种开场方式

2、龙身：“7+2法则”对内容组织搭建的启示

3、豹尾：如何让结尾让人回味无穷

语感结论提炼的三种方式

精彩结尾的魔法公式

◇ 2分钟主题演讲综合演练

【单元小结】表达经典结构运用 16 字方针

第三部分：言之有文

一、表达语言训练之：形象性

◇ 增强语言形象性的表达手法——善用比喻、借代、象征

二、表达语言训练之：生动性

◇ 视频案例：《亮剑》李云龙任独立团团长时动员讲话

◇ 表达生动的秘诀：描述细节和事实

三、内训师必须要掌握的核武器：演绎故事案例

◇ 故事在培训中的应用：如何让课程讲授活起来

◇ 内训师必须要学会演绎的四类故事

◇ 视频案例：《超级演说家》优秀选手演讲带来的启示

◇ 讲好故事的五大要点

◇ 演绎故事案例的魔法公式

【现场实战演练】培训师故事会（时间 3 分钟，讲述生活工作中记忆最深刻的故事）

老师根据故事呈现要点：细节描述、绘声绘色、以姿助势、声情并茂、身临其境、画龙点睛、启发思考等进行综合点评

【单元小结】培训师公众表达语言运用八字原则

【布置课后作业】

1、根据三点式训练法每天进行思维构架训练并记录

2、每人搜集三个与课题相关并发生在团队中的故事案例，并整理成文可脱稿分享 3 分钟

3、各课题研发小组搜集与课题相关资料，建成相关资料库，先自行设计课程讲义 PPT

《TTT 内训师实战技能提升晋级训练营——中级

班》

雕龙在手：慧——自然●善讲

开场：作业检查

各小组案例分享，评选一名优秀学员上台展示，老师点评

第一部分：言之有声

一、气息控制训练

◇吸气、呼气、换气

二、内训师好声音三最训练法

1、最轻声——气沉丹田

◇实战训练技巧：高气场“叶动”呼吸练习法

2、最快声——气吞山河

◇实战训练技巧：一口气打枣训练法

3、最美声——气宇轩昂

三、内训师有声语言四项训练

1、声音：洪亮达远、丰满圆润

2、吐字：清晰有力、准确到位

3、节奏：轻重缓急、抑扬顿挫

4、语调：声情并茂、丰富感人

◇解决方案：最佳练习方式——朗诵

◇实战训练方法：22.5小时打造超强气场与魅力声音

【现场实战演练】声音气场训练

【单元小结】培训师声法要诀

第二部分：言之有用

一、培训需求分析

1、为什么要做培训需求分析？

◇培训需求分析三大目的

2、培训需求在哪里？

◇三大层面：个人层面、岗位层面、组织层面

3、如何进行培训需求分析

◇望：行为观察法、绩效分析法

◇闻：关键人物访谈法

◇问：问卷法、头脑风暴法

◇切：静态需求——动态需求

二、课程整体开发

-
- 1、温总理对培训课程设计开发的最高指示
 - 2、内训师需要学会开发和讲授的三类型课程
 - 3、课程开发基于三层次的立体设计——章、节、点
 - 4、“7+2法则”对课程框架搭建的启示
 - 5、课程整体框架设计第一大技巧：归纳总结简单化
 - 6、课程整体框架设计第二大技巧：逻辑清晰条理化
 - ◇整体设计编排内容的五大原则
 - ◇课程大纲设计四种结构模式
 - ◇WWH 课程结构模型的运用
 - 7、课程整体框架设计第三大技巧：精炼出采生动化
 - ◇纲要琢磨提炼归纳三法
 - ◇各类型课程经典纲要案例分享
- 【现场实战演练】《内训师课程开发大纲表》设计，小组讨论修改、老师点评完善

三、单元内容设计

- 1、课程组合就是节点的组合
 - 2、如何使培训真正落地，课程如何能接地气：
 - ◇知识掌握型要讲清什么？
 - ◇技能运用型要讲清什么？
 - ◇问题解决型要讲清什么？
 - 3、单元内容展开的“四步成型”
 - ◇讨论思考：课程最有价值的是什么？
 - 4、复杂问题一定有简单解决方法
 - ◇有效方法的8字标准
 - ◇观点如何更好记：提炼的两大方法
- 【现场实战演练】知识要点、解决方案总结提炼

四、PPT 课件教案制作

- 1、PPT 讲义教案的三大功能
 - 2、PPT 讲义教案设计流程
 - 3、PPT 讲义教案总体结构模块分析
 - 4、讲授型 PPT 教案设计总原则
 - 5、优质教案的编撰技巧——讲授型 PPT 教案设计五要素
 - ◇版面：模板统一、风格简约、主体留白
 - ◇文字：PPT 文字的要求；如何使观点更有力？
 - ◇图片：PPT 视觉化，配图的要求
 - ◇色彩：PPT 三色原则
 - ◇动态：演示版 PPT 可以给学员留点什么？
学员版 PPT 讲义与讲师版讲义的差别
 - 6、讲授型 PPT 标准课件制作基本方针
- 【现场实战演练】讲授过程中将结合学员实际授课教案进行综合点评改善
- 【单元小结】课程编导八字原则

第三部分：言之有理

一、素材的收集

- 1、素材收集八字方针：随时、随地、随情、随景
-

2、积之愈深，言之愈佳：厚积薄发，让素材、言语丰富起来

◇素材资料收集的三大渠道

◇实战工具分享：陈练老师彩色名片

3、解决方案：培训师素材搜集整理“四库全书”

◇相关主题资源收集八字原则

二、素材的筛选

1、组织培训素材案例要做到“四性”

2、表达如何拉近距离、产生共鸣、更有针对性？

◇身边人讲身边事，身边事教身边人

三、素材的运用

1、素材案例呈现的禁忌

2、素材案例呈现的四种方式

3、重点要点中素材的运用

【现场实战演练】《培训内容配置表》的设计，重点案例分享

【单元小结】资源配置的加法减法原则

【布置课后作业】

1、根据三点式训练法每天进行思维构架训练并记录

2、根据 PPT 讲义制作要求，重新调整制作课程讲义

3、每人搜集三个与课题相关的新案例，并整理成文可脱稿分享 3 分钟

4、充分熟悉研发的课程内容，准备在最后学习阶段随机抽取课程章节进行综合展示

《TTT 内训师实战技能提升晋级训练营——高级 班》

飞龙在天：活——自在●乐讲

课程内容：

开场：调整后的 PPT 讲义检查，评选优秀讲义上台展示，老师点评

第一部分：言之有法

一、课程讲授五模

1、导入——先声夺人

◇视频案例：《开讲啦》王力宏、成龙如何精彩开场

2、纲要——条理清晰

3、演绎——情理并茂

◇感性话题理性升华、理性题材感性演绎

◇互动演练：如何演绎讲授十二生肖

◇视频案例：四川大学教授课堂上劈砖带来的启示

4、资源——随形附影

◇素材主题化：同一案例的多主题演绎

◇主题素材化：同一主题的多案例论证

5、 收结——回味无穷

◇视频案例：马云演讲如何精彩收结

【现场实战演练】3分钟 MINI 课程枯燥内容的生动演绎

二、 授课方式运用

1、 四种常见的企业培训风格

2、 课程整体开发设计三大布局

3、 基于成人学习心理的教学方式运用

4、 频道切换：讲解讲述法的设计与演练

5、 感同身受：情景模拟法的设计与演练

◇练习中的点评反馈技巧

6、 直观冲击：视频冲击法的设计与演练

◇授之以鱼不如授之以渔：视频下载和剪辑工具方法

7、 冲突强化：案例分析法的设计与演练

8、 参与体悟：游戏体验法的设计与演练

9、 层层设悬：问题研讨法的设计与演练

◇引导技术在培训中的运用

10、 行为改变：现场演练法的设计与演练

◇行为教育的精髓

11、 不同培训主题的教学方法选择

【现场实战演练】《培训行为配置表》设计运用

【单元小结】教学方法运用的原则

第二部分：言之有乐

一、 掌控自如互动技巧

1、 好课程的双重标准：内容好、氛围好

2、 培训是一门心理学：《论语》中的授课智慧

3、 成人学习心理需求与三大期望

◇互动讨论：营造轻松课堂氛围的快乐元素

4、 让保持学员良好的情绪状态的四项原则

5、 课堂中最常用互动方法：约定回应、异声提醒、变讲为问

6、 让课堂从此不再沉闷、从根本上解决学员注意力不集中的互动技巧

◇五分钟一调节：小菜四小碟 ◇十分钟一调动：主菜三大系

二、 处变不惊控场艺术

1、 培训师的自控八字要诀

2、 培训师的外控：内静——外动

3、 应付困难的局面

◇自身的困难：出错了怎么办？忘词了怎么办？莫名的紧张怎么办？

◇应对各种不同学员

过于安静的学员、打瞌睡的学员、开小会的学员

好表现的学员、遭遇高手、恶意挑衅

◇视频案例：温总理剑桥大学演讲中的应变自如

【单元小结】内训师应变力的计算公式

第三部分：言之有果

一、标准化课程教案

- 1、培训教材的编写原则
- 2、培训师手册编写技巧
- 3、学员教材编写的技巧
- 4、辅助材料准备的技巧
- 5、课程教案资料包的整理：
 - ◇课程纲要设计表/内容配置表/行为配置表
 - ◇全景式课程模型图 ◇学员版标准课件
 - ◇讲师版标准课件 ◇讲师手册 ◇随堂资源库

二、课程评估

- 1、如何认识培训评估
- 2、如何进行培训评估
- 3、如何收集、分析评估信息
- 4、培训评估整合模型
- 5、培训效果评估工具
- 6、培训成果转化

【试讲评估成果检验】内训师综合大比武

参训学员自选课程精彩章节或知识点进行分享，评审团结合 TTT 表达艺术、TTT 编导艺术、TTT 授课艺术三个维度实战技能进行综合计分。

结尾篇：慧于心才能秀于口——优秀培训师的心态修炼

- 1、内训师的三大心门修炼之随喜心——亲和、热情、幽默
 - ◇思考：如何才能获得学员的热情？
- 2、内训师的三大心门修炼之同理心——接纳、尊重、赞美
 - ◇小组讨论：把学员当成谁？
- 3、内训师的三大心门修炼之敬畏心——正心、正修、正念
 - ◇互动竞猜：池塘中的荷花开了多少？
- 5、作为内部培训师可以获得什么？◇《孟子》中的表达智慧：君子三乐
- 6、内训师六度成长空间

【课程小结】内训师综合能力的三层较量
