第1课 · 我在网上，也好好说话 | 老师结课质检单

学生：_____

一对一赛前冲刺 | 60 分钟一次课 | 限时 2 分钟 | 目标区间 1:45–1:55

A 区 · 当堂硬指标（8 项）

序	指标	数值	达标	验法
1	完整版时长	1:45–1:55	□	秒表 + 第 3 遍录像
2	句末停顿	14 处，各停 1 秒	□	击掌验，不抢拍
3	重音	8 处，与关键词同时发生	□	录像可见，逐处点数
4	语速稳定	第 1 遍与第 3 遍秒数差 ≤ 3 秒	□	两遍秒数并排记
5	三层层次	起—事—收，三段听感明显不同	□	抽一段换调对比
6	开场	0 秒自我介绍	□	第一句即「今天，我想和大家聊聊“说话”这件事。」
7	眼神方向	3 向、6 落点（中—左—右—中—左—中）	□	录像可见，各停 1 秒
8	收势	停 1 秒 → 退半步 → 鞠躬 30° → 站定 1 秒	□	不边说边收

B 区 · 环节自检（6 处）

环节自检	过关线	已核
本环节自检 · 2.1　0–8′	三层结构写定，不再换；合上讲稿，每层说得出 2 个以上关键词。	□
本环节自检 · 2.2　8–22′	14 处句末全部停满 1 秒、不抢拍；一字一拍时拍子均匀、吐字不含混；8 处重音已标定。	□
本环节自检 · 2.3　22–38′	起、事、收三段听感明显不同；3 个定点动作与 6 个眼神落点定死；过渡句已定稿、此后不改词。	□
本环节自检 · 2.4　38–46′	稿内实际念错的字当场改对，放回整句念三遍不含混；纠音字未超 7 个，未排独立正音段。	□
本环节自检 · 2.5　46–58′	三遍跑满，第 1 遍全程未被打断；第 3 遍已录像，秒数落在 1:45–1:55。	□
本环节自检 · 2.6　58–60′	用稿要点列当面点过；秒数已报给孩子；作业与打卡方式已交代；4 样交付物交齐，无「回头补」。	□

学生签名：_____　　授课老师：_____　　日期：_____