

# PPT**演义**

中国铁路上海局集团有限公司客运培训基地

# PPT制作经验分享会

---

中国铁路上海局集团有限公司客运培训基地



# 热身小游戏

每人说一种**动物**的名称  
**不重复**

# 分享一个小故事

练书法

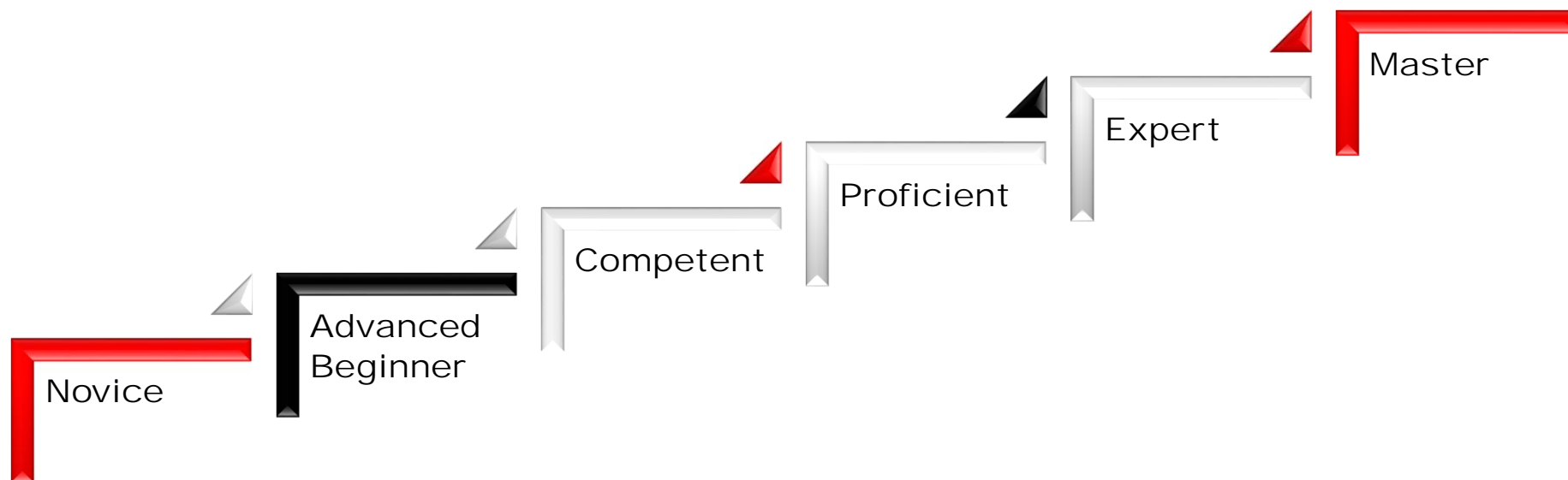
# 为啥叫PowerPoint

让你Point更有Power

每天进步**一点**

从做好每张PPT开始

# PPT的不同层级



# 我心中的大师





# PPT的任务

---

## 为什么要制作PPT

# 为什么要制作PPT

**抓住用户眼球**

**明确演讲主题**

**展现内容框架**

**获得观众认可**

# PPT的用途



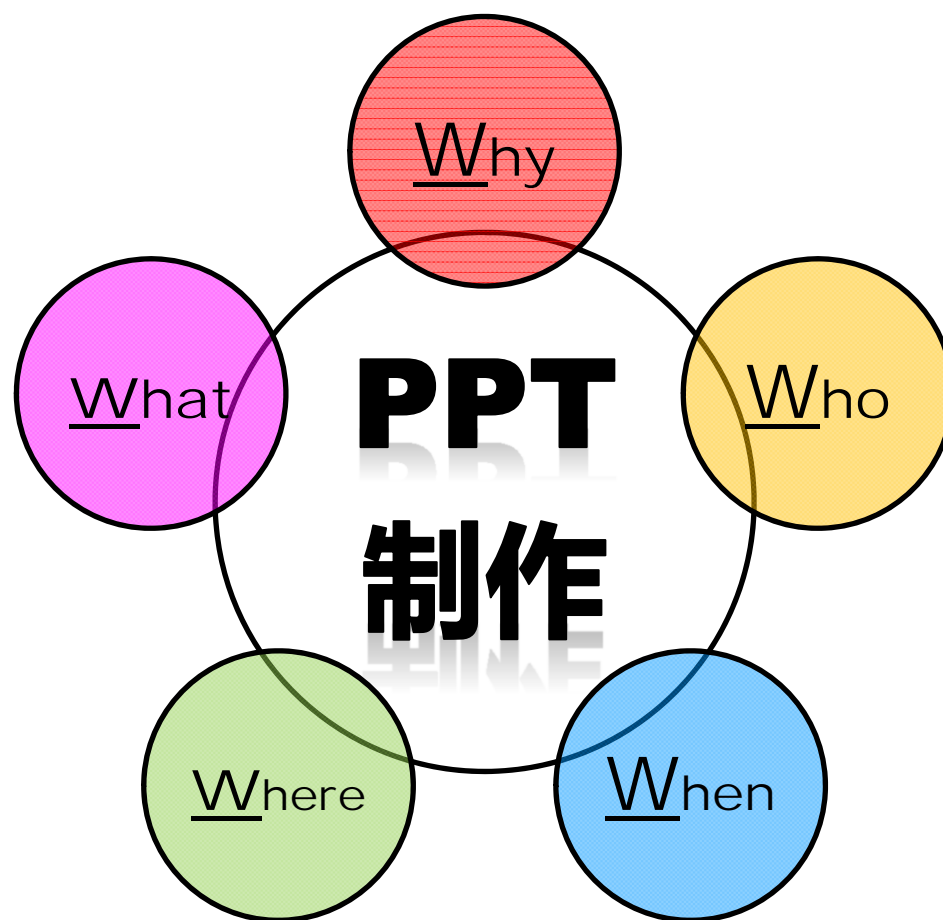
看



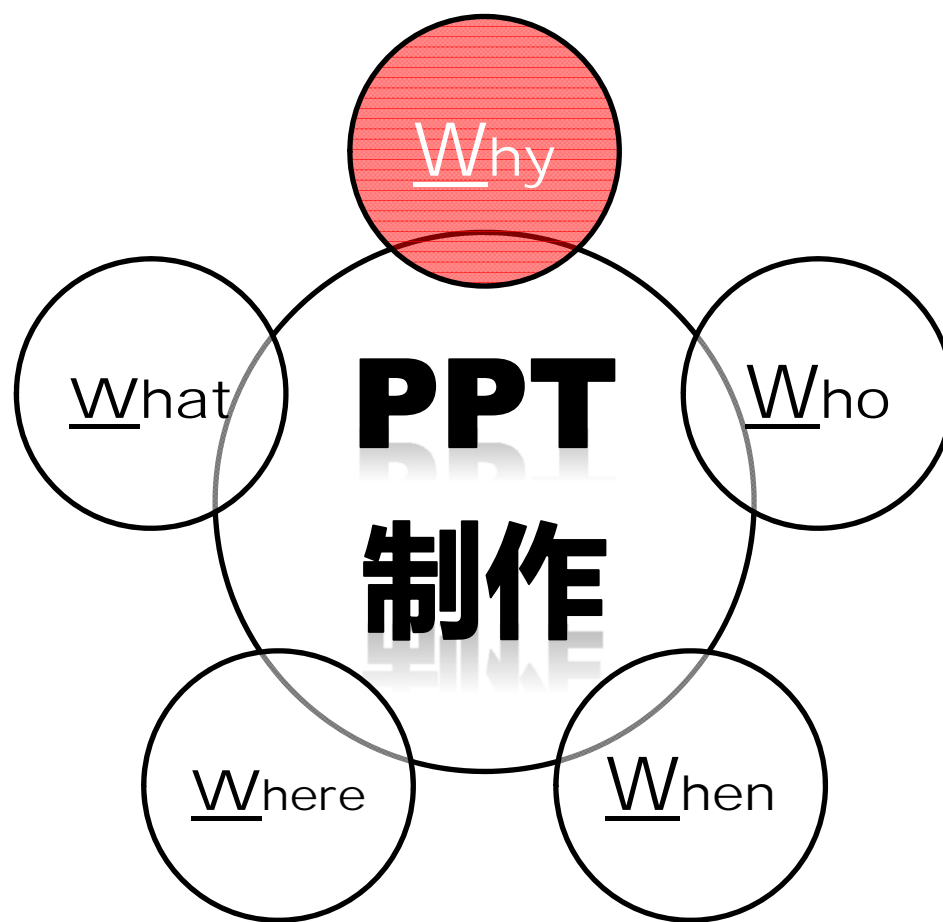
讲

# PPT准备前的5个W

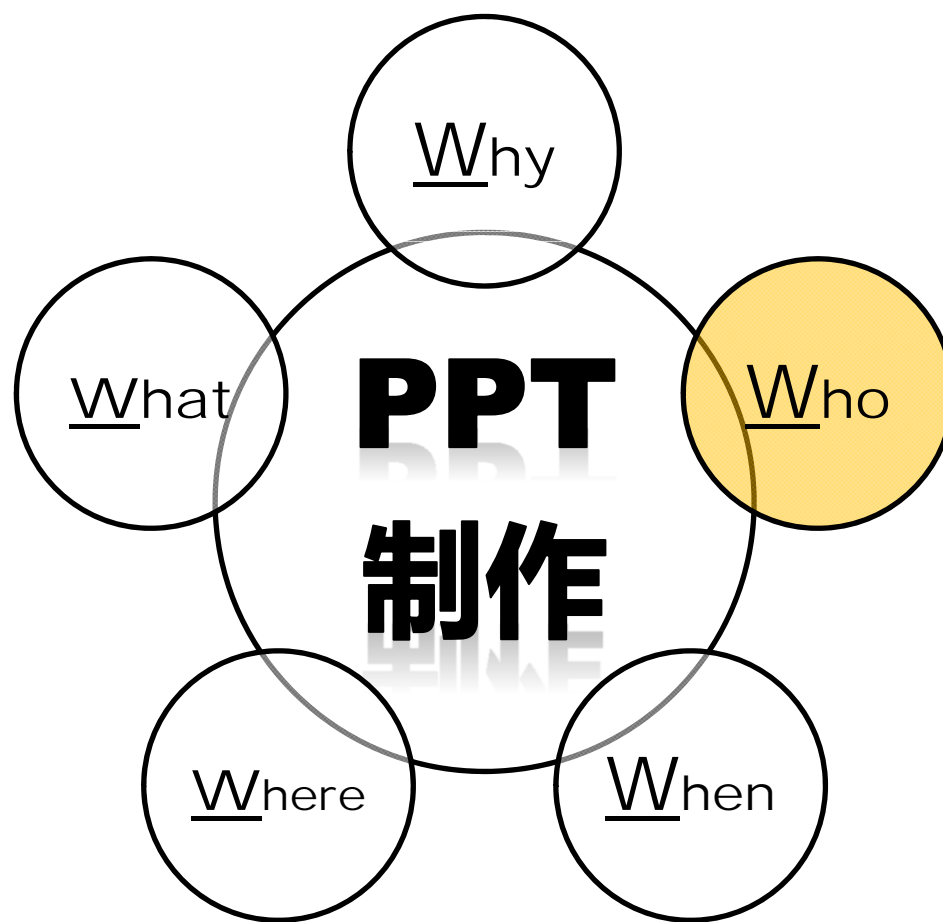
5↑W



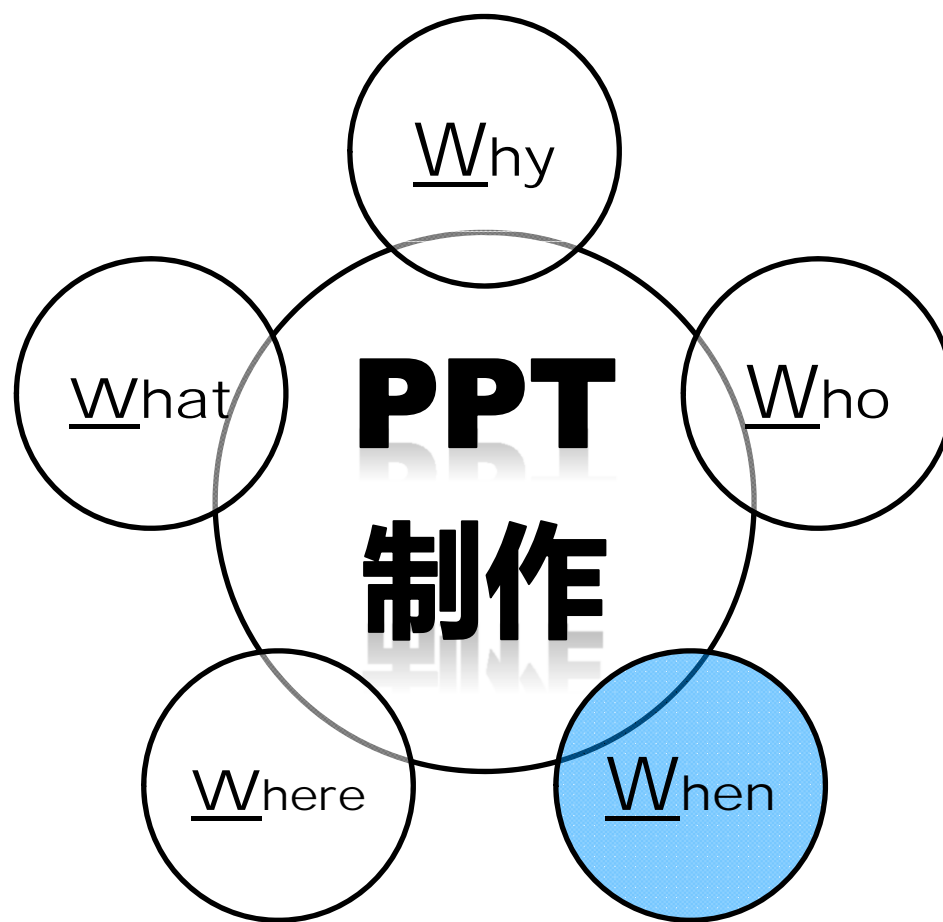
# 5↑W-Why



# 5↑W-Who

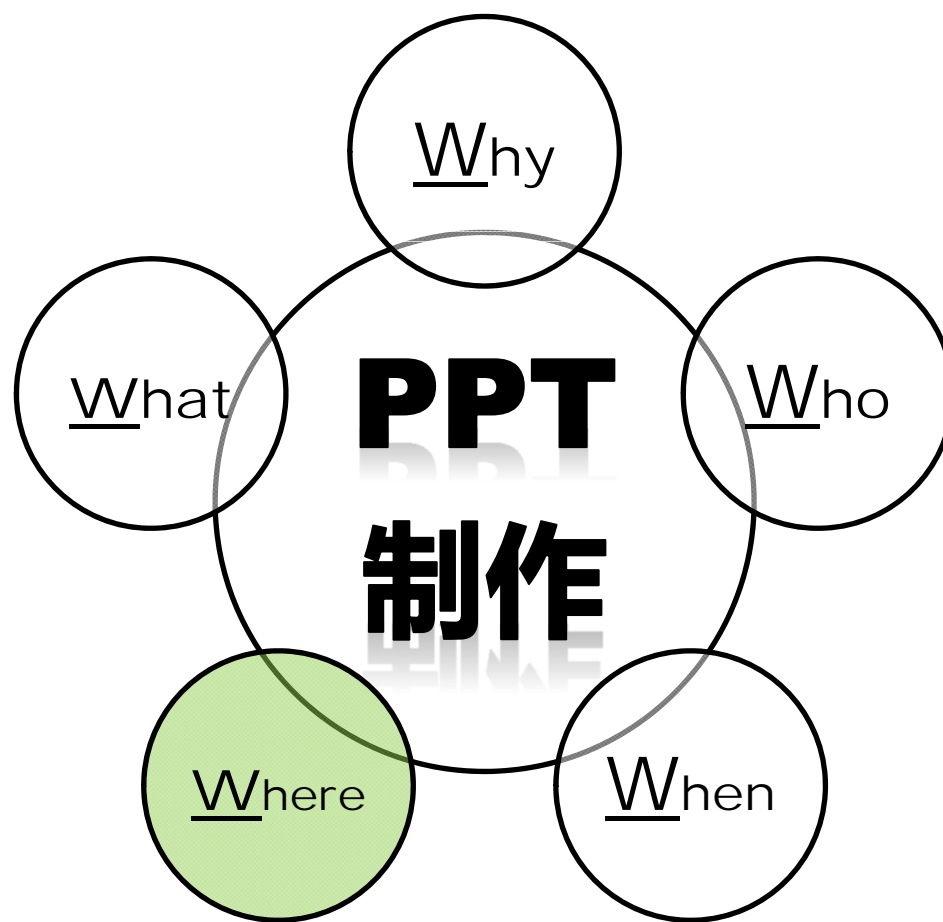


# 5↑W-When

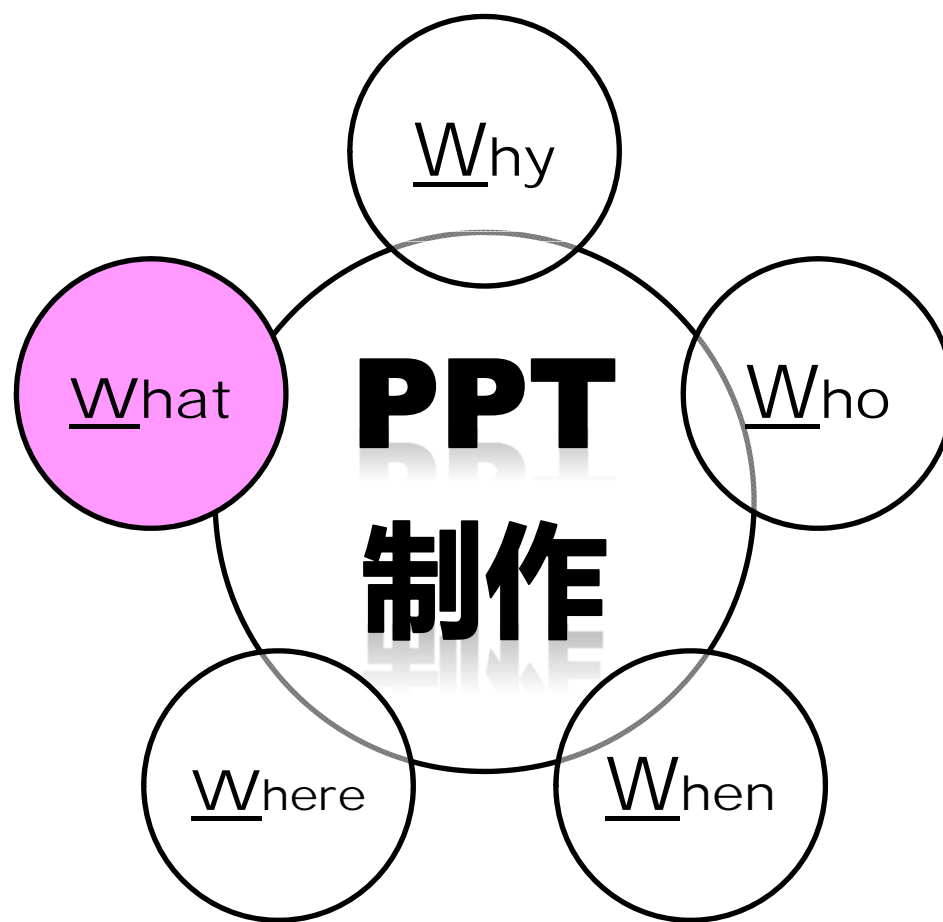




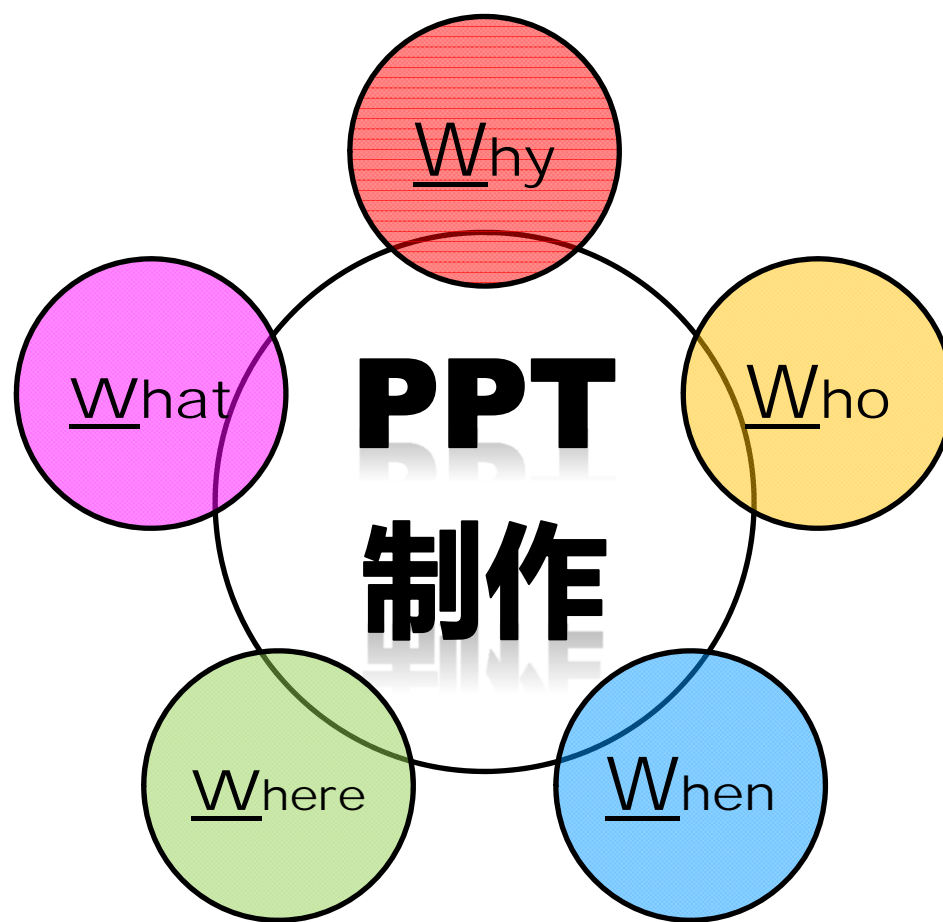
# 5↑W-Where



# 5↑W-What



## 5个方面



# 贯穿PPT的一根金线——逻辑主线

**新手**

找模板	加文字、图片等	调动画	演练
-----	---------	-----	----

**专家**

理清逻辑主线	讲稿整理	选择模板 制作PPT	演练
--------	------	---------------	----



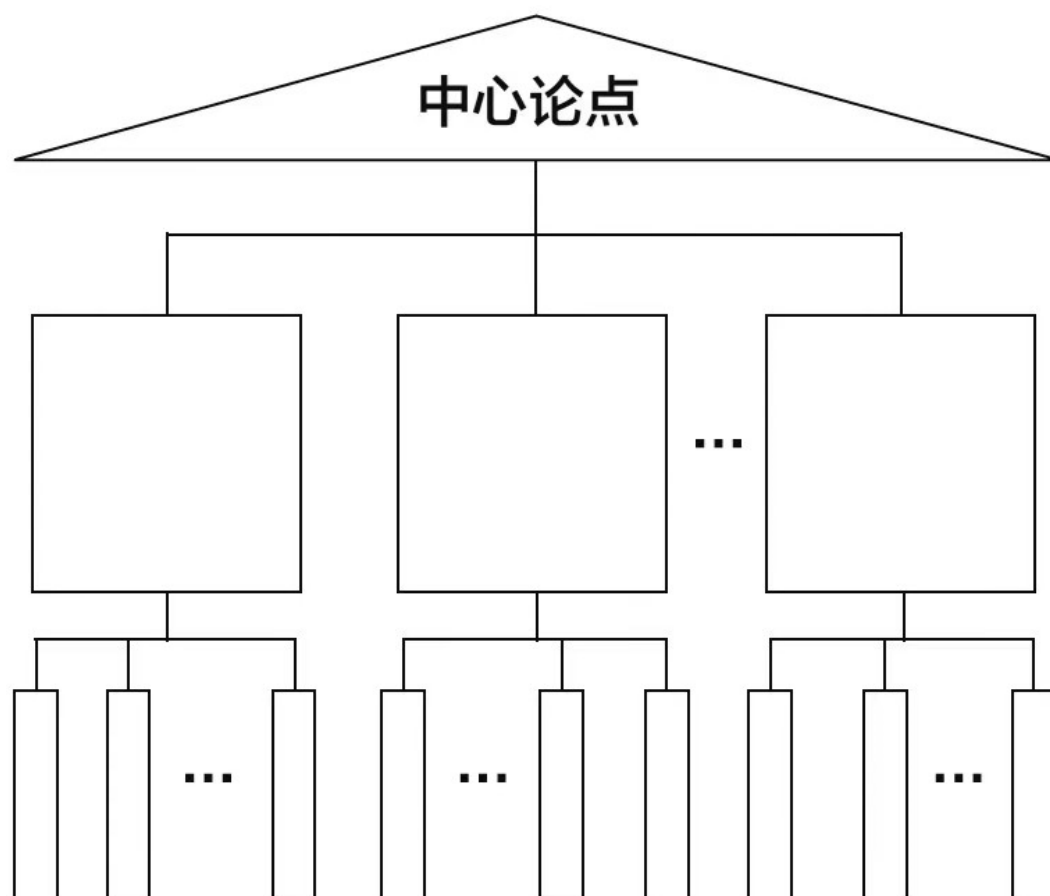
# 推荐软件



# 金字塔结构与展示

---

# 金字塔的结构

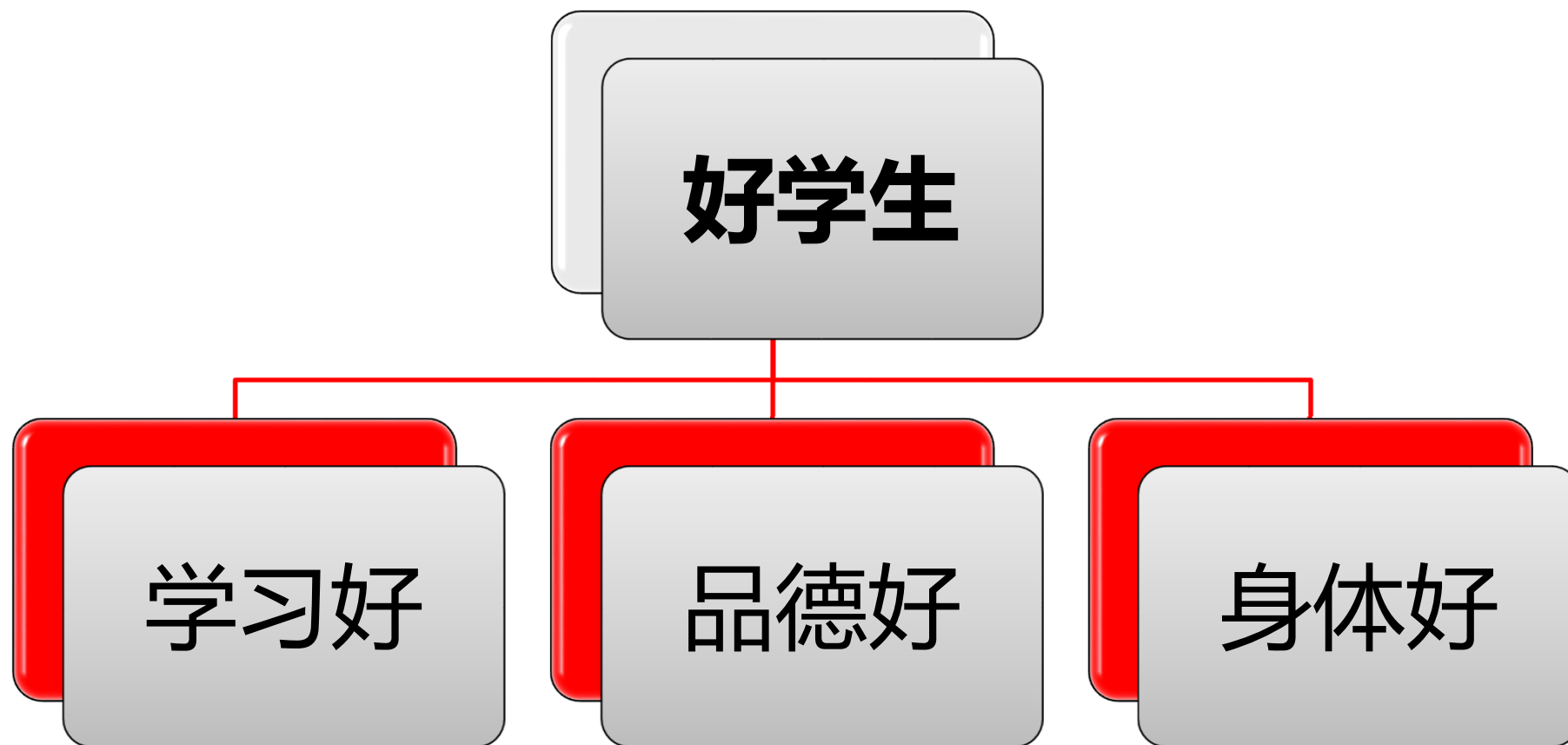




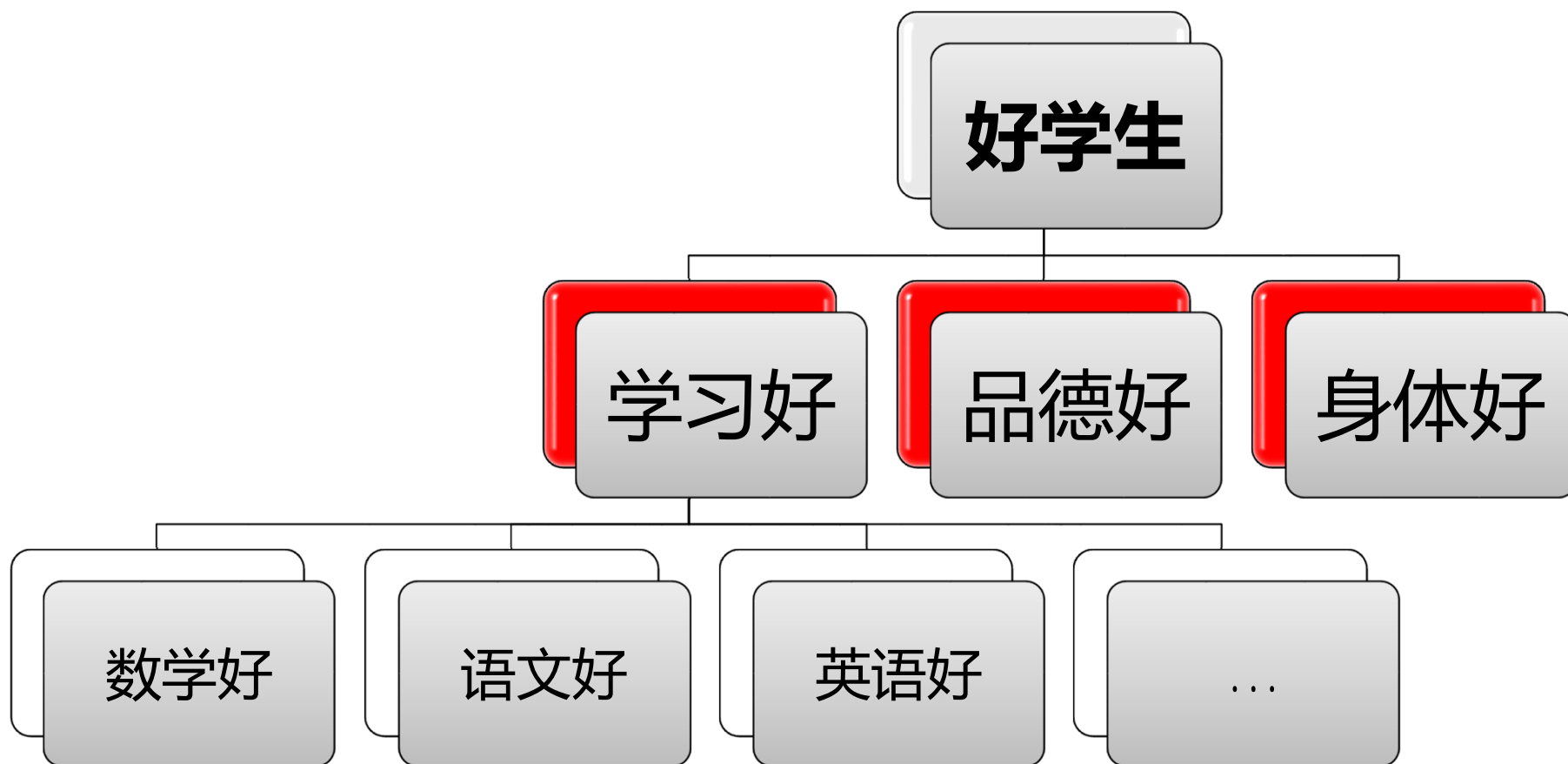
# 好学生的标准

---

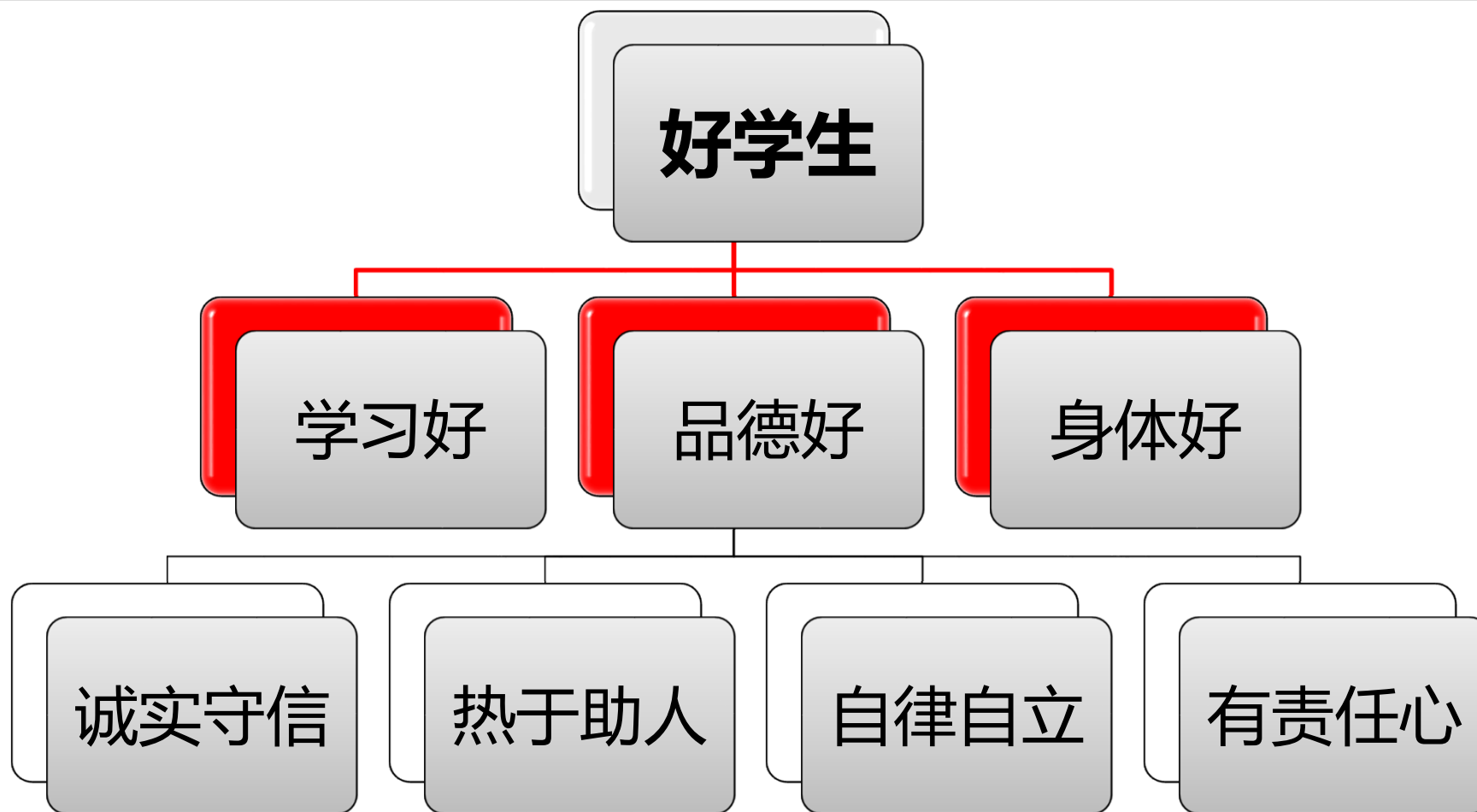
## 好学生的标准(1/4)



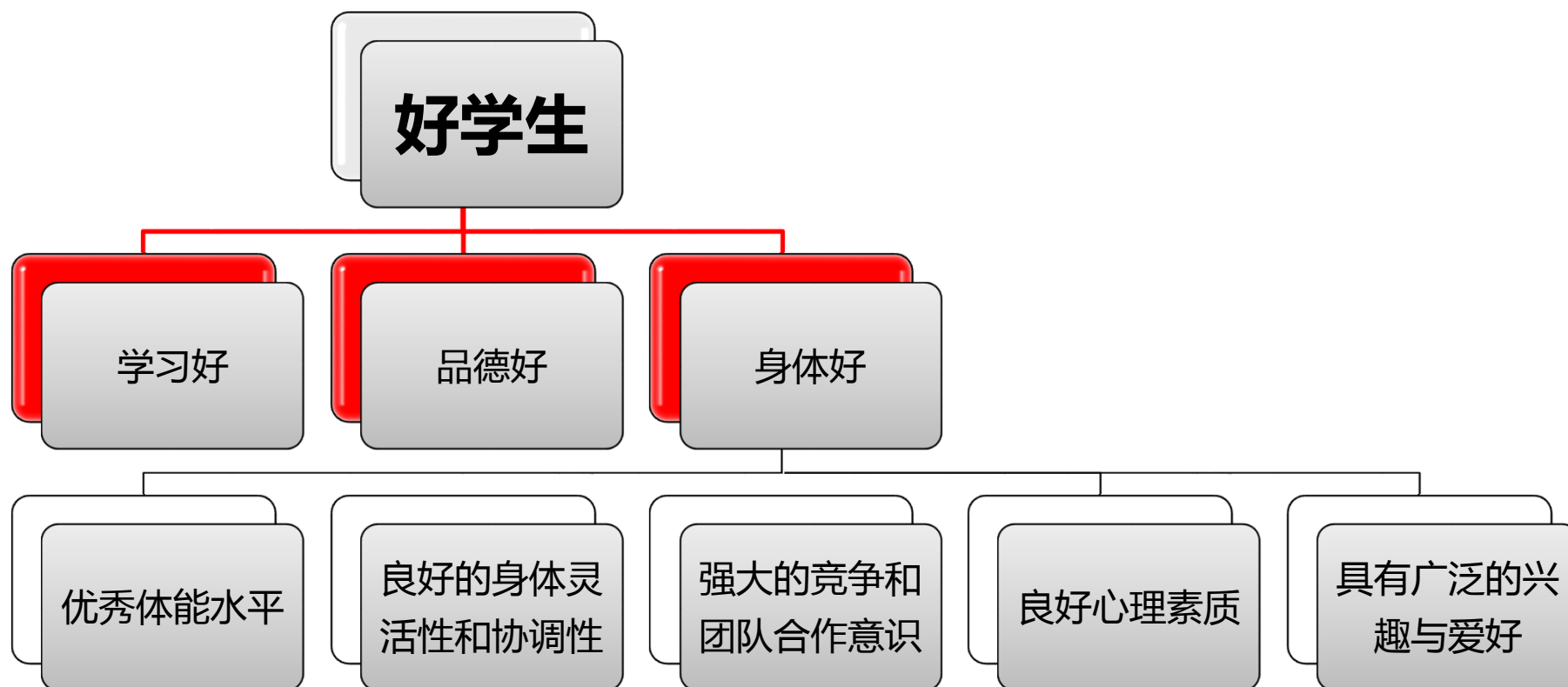
## 好学生的标准(2/4)



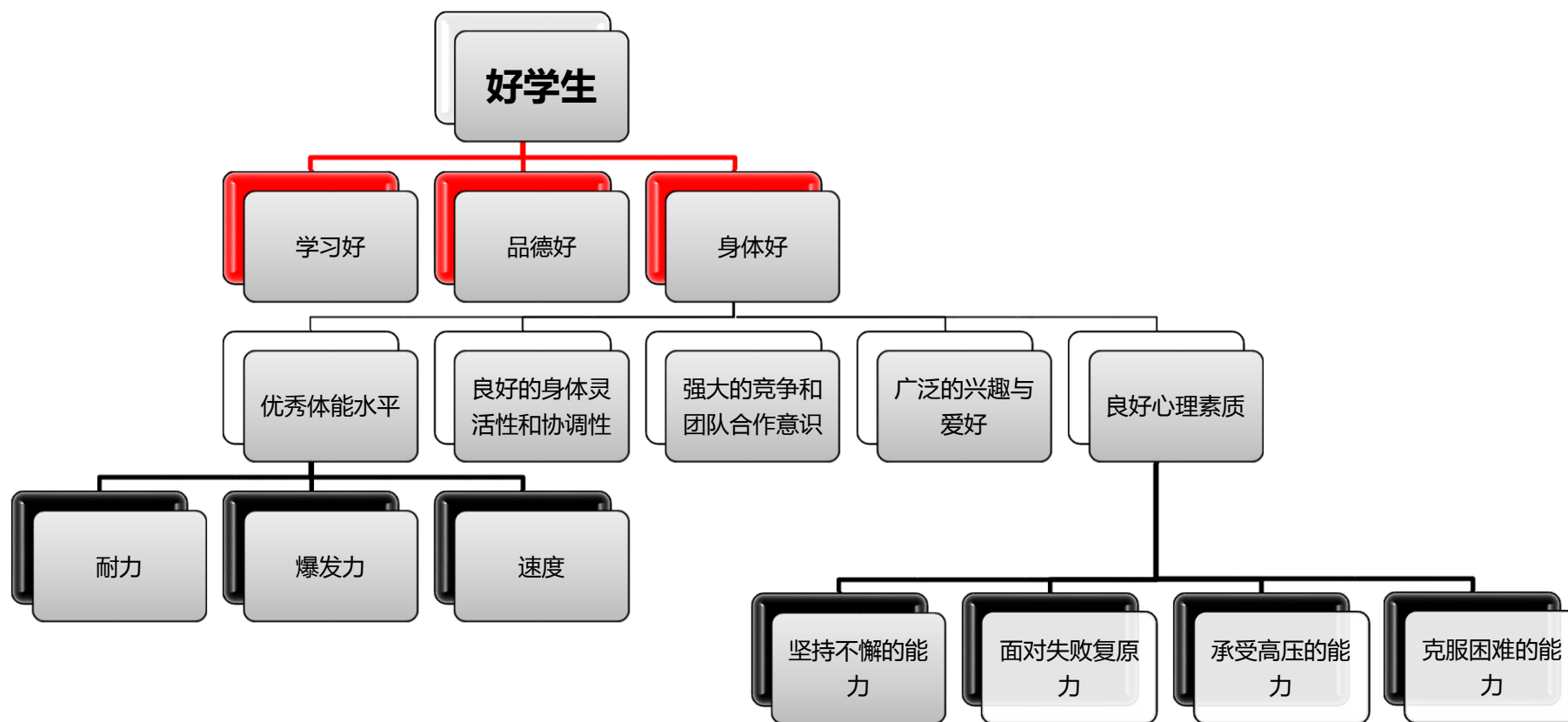
## 好学生的标准(3/4)



# 好学生的标准(4/4)



# 继续深挖



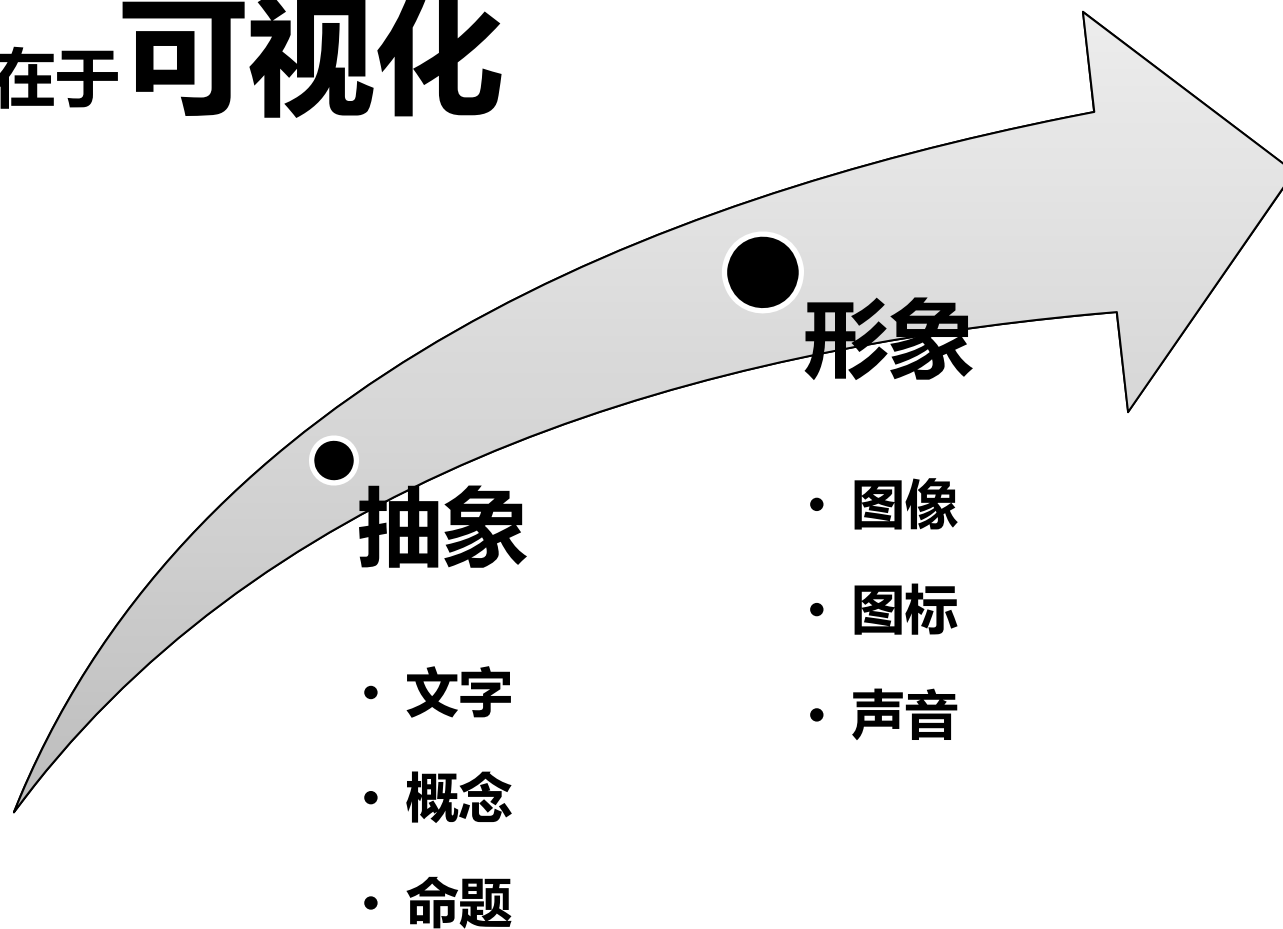
# 优秀的TTT标准

---

思考题

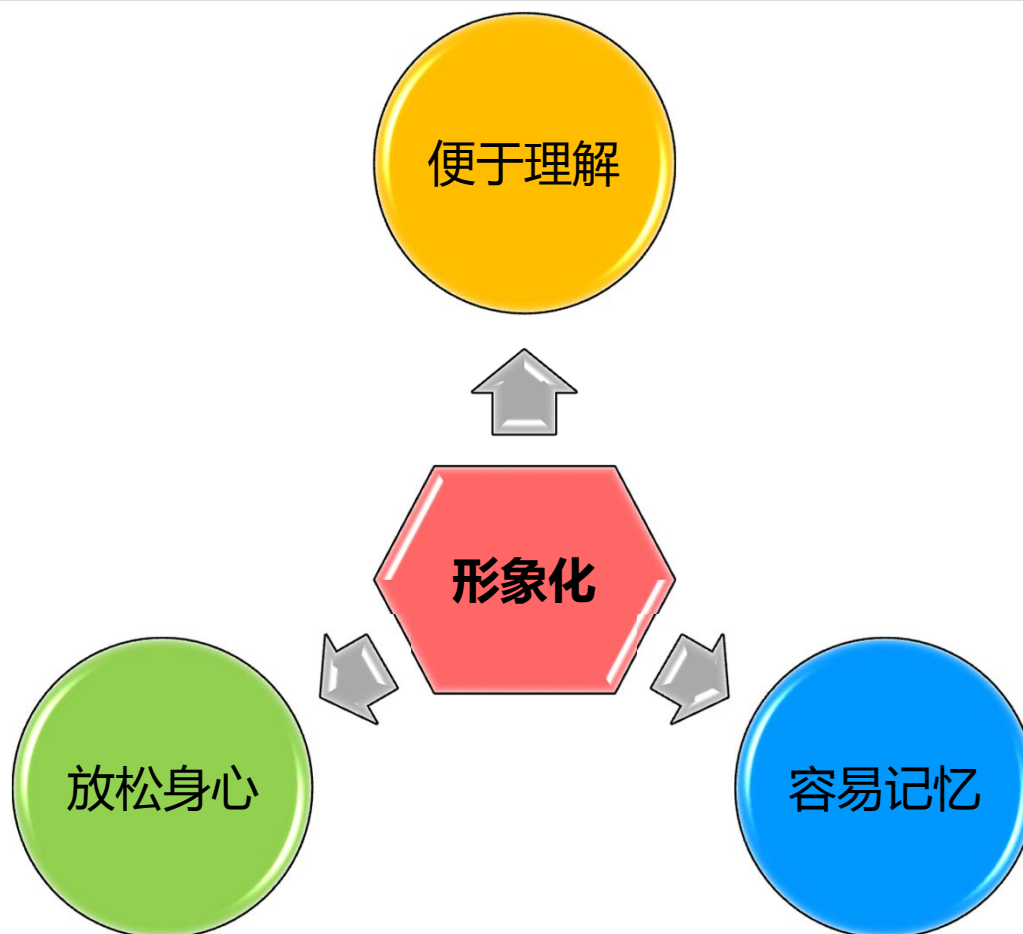
# PPT的本质

## ■ 本质在于**可视化**





# 形象化的好处



# 形象化实例

---

# 学会珍惜时间

- 学会珍惜时间。相信每一个人都听到过这么一句话，叫“笨鸟先飞”，也相信每一个人都能相信这句话的意思，曾有一段时间，我耳边也常想起这句话。
- 每当我听到这句话，都会想起达尔文的一句名言——“我不认为半小时是微不足道的，很小一段时间”。时间对我们来讲都是宝贵的，达尔文的这句话是千百万个珍惜时间人的心声，半小时时间固然是短暂的，但时间的海洋正是由这一点一滴的半小时汇聚而成。

# 珍惜时间



**我不认为半小时是微不足道的很小一段时间。**

——达尔文

# 珍惜时间



我不认为半小时是微不足道的很小一段时间

——达尔文

# 标准差(方差)

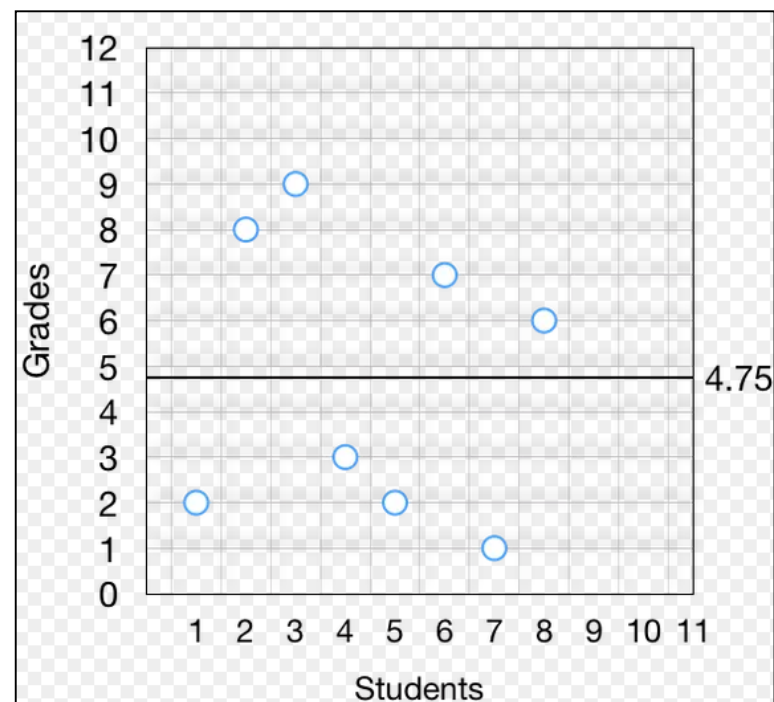
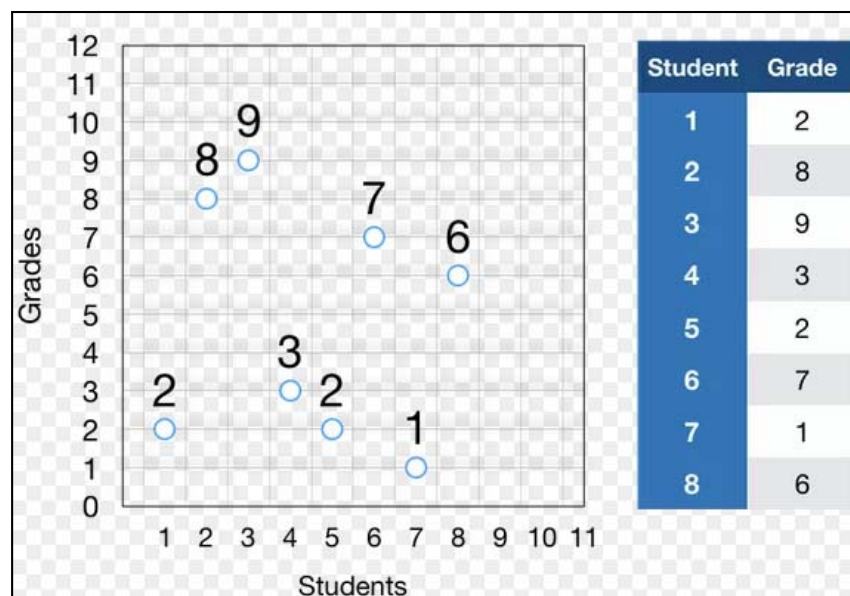
## ■ 公式

$$S^2 = \frac{\sum (X - \bar{X})^2}{n} = \frac{n \sum X^2 - (\sum X)^2}{n^2}$$
$$S = \sqrt{\frac{\sum (X - \bar{X})^2}{n}} = \sqrt{\frac{n \sum X^2 - (\sum X)^2}{n^2}}$$

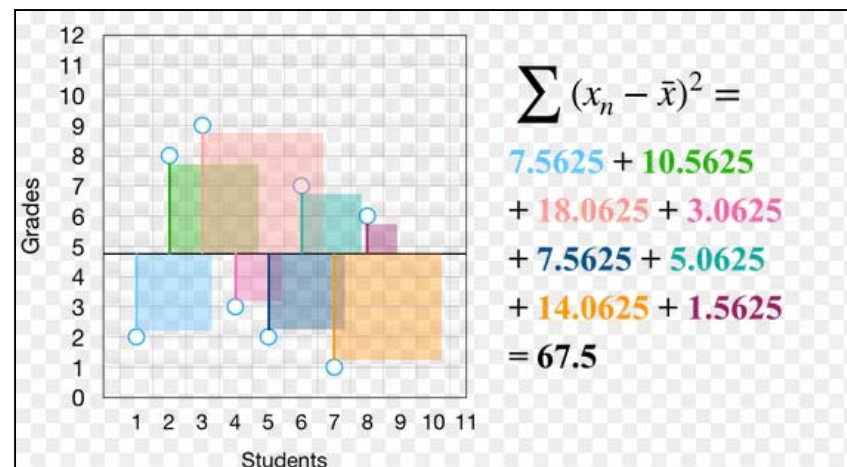
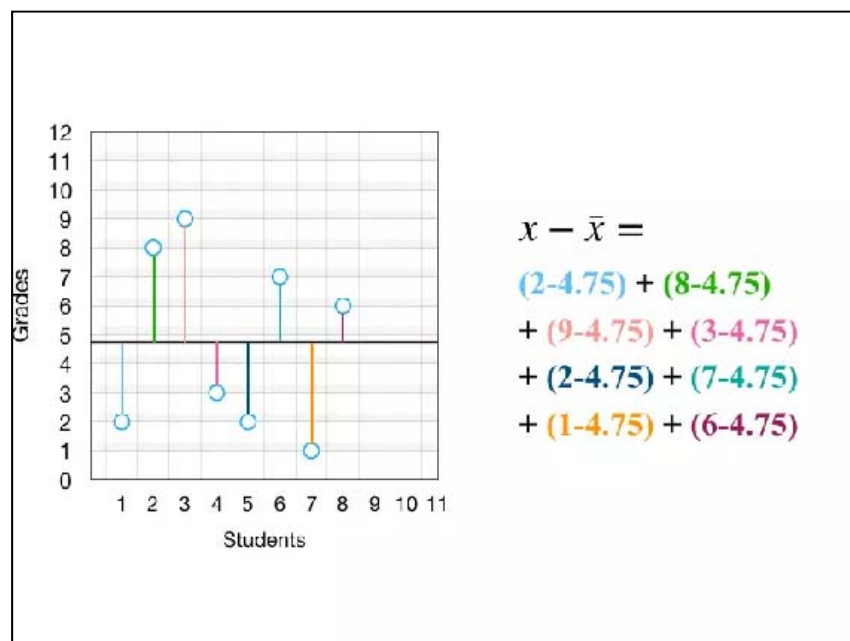
## ■ 实例可视化

● **3, 2, 8, 9, 2, 7, 6, 1**

# 标准差计算可视化(1/3)

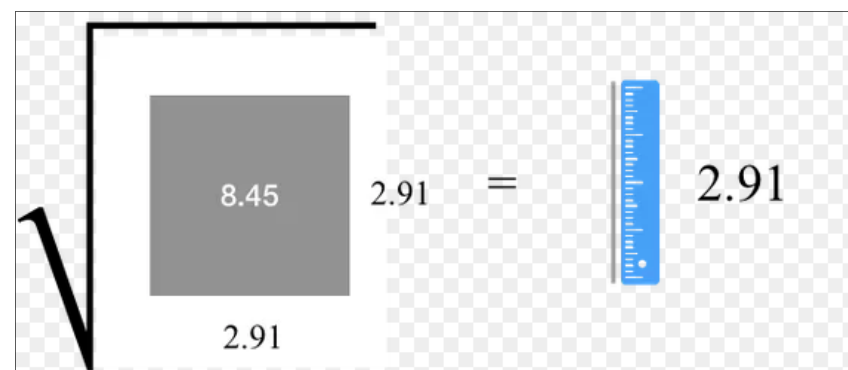
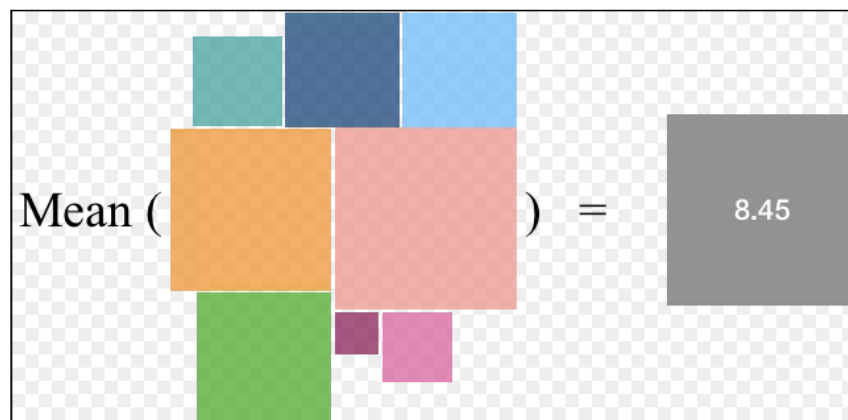


# 标准差计算可视化(2/3)





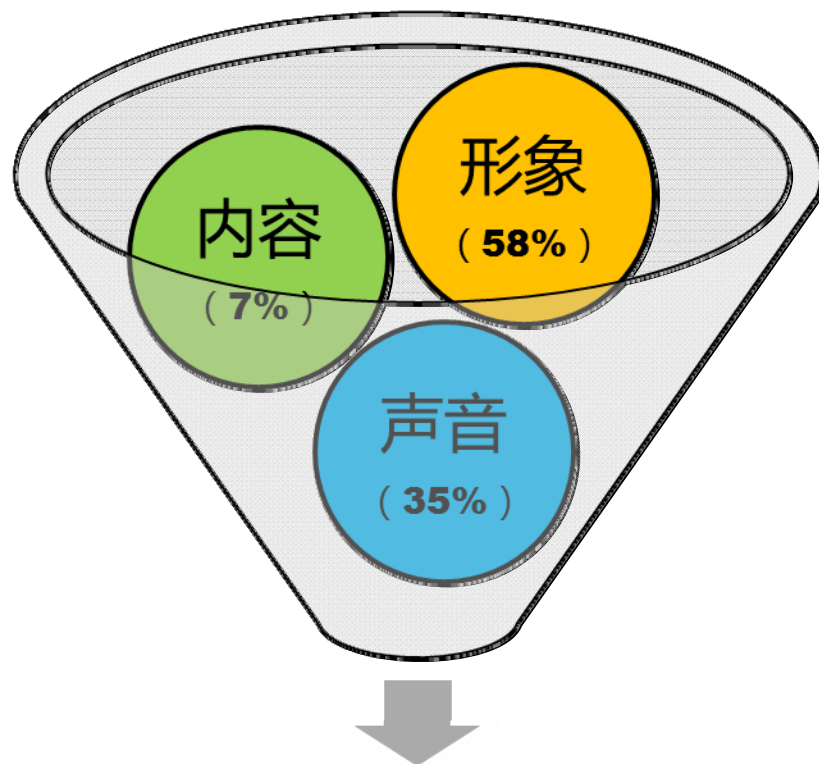
# 标准差计算可视化(3/3)



# 如何设计PPT

## 技巧总结

# PPT演讲者三个要素



**PPT演讲者三个要素**

# PPT演讲者的注意要领

## 态度

我能做好演示文稿

我的内容很有价值

我的观众是上帝

我要让观众很有收获

## 形象

情绪感染

我很高兴来做演示文稿

我要用热情感染我的观众

衣着得体

我很专业

我很有精神

## 声音

运用声调技巧

停顿

感情

目光接触

节奏快慢

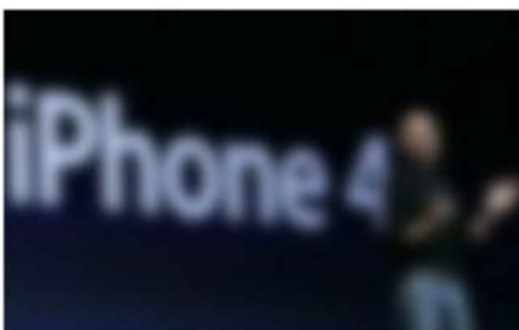
加强

# PPT中的图片

## ■ 高清无版权问题



无关的logo



模糊



水印

# PPT中的动画

## ■ 拒绝**无关**动画和**浮夸**动画



# PPT中的标题

## ■醒目清晰

### ●一个**引人入胜**的主标题

- ◆一“网”情深、“骑”乐无穷、一见钟“琴”、心語新苑
- ◆周杰伦“[无与伦比](#)”、王菲的“[菲比寻常](#)”
- ◆W(H)ealth New Year、[甘其食](#)

### ●一个**清晰明了**的副标题

- ◆打开天窗说亮话



# PPT中的字体

## ■ 基本原则

- 无论用那种字体，必须保证**最后一排**的观众能**看清**

◆ [建议](#)

## ■ 字体的选择

- **英文**比较适合用 Arial 字体，而不是 Roman 字体

◆ [对比](#)

- **中文**比较适合用**黑体**，而不是宋体，**忌用斜体**

◆ [对比](#)

- **重点**——中文**变大加粗**，英文**斜体加粗**

◆ [对比](#)

阿里巴巴普惠体



# PPT中的段落规范

## 错误的设置

演示文稿主要用于产品演示、工程介绍、企业论坛、电子演讲等，制作的演示文稿可以通过计算机屏幕或者投影机播放；还可以在互联网上召开面对面对面会议、远程会议或在Web上给观众展示。

## 正确的设置

演示文稿主要用于产品演示、工程介绍、企业论坛、电子演讲等，制作的演示文稿可以通过计算机屏幕或者投影机播放；还可以在互联网上召开面对面对面会议、远程会议或在Web上给观众展示。

# PP中的标点符号

■ KISS原则 —— **尽量少用**

**Keep It Simple and Stupid**

# PPT中的文字

尽量简洁✓

复制粘贴✗

# 演示实例

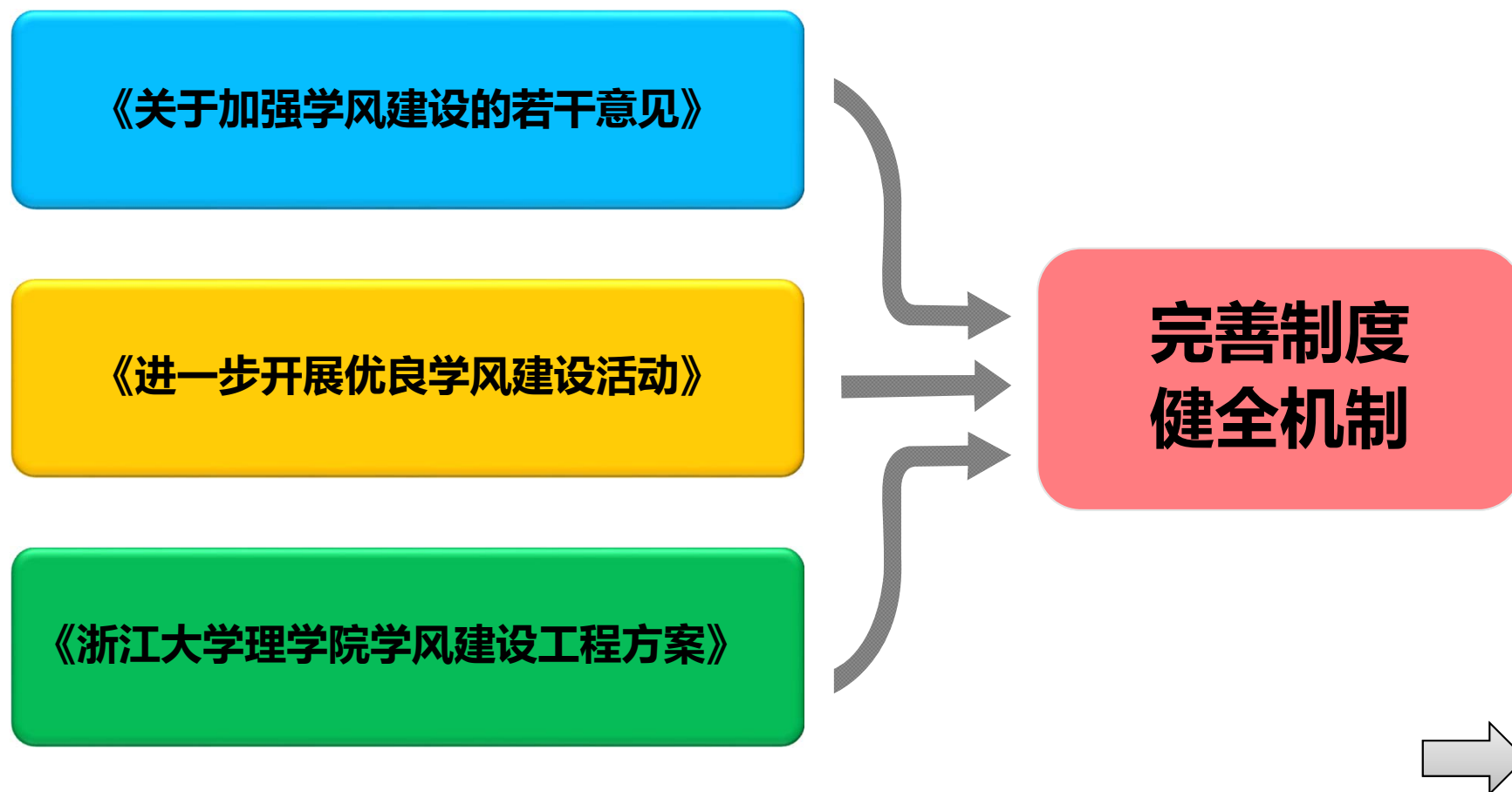
---

如何简练文字

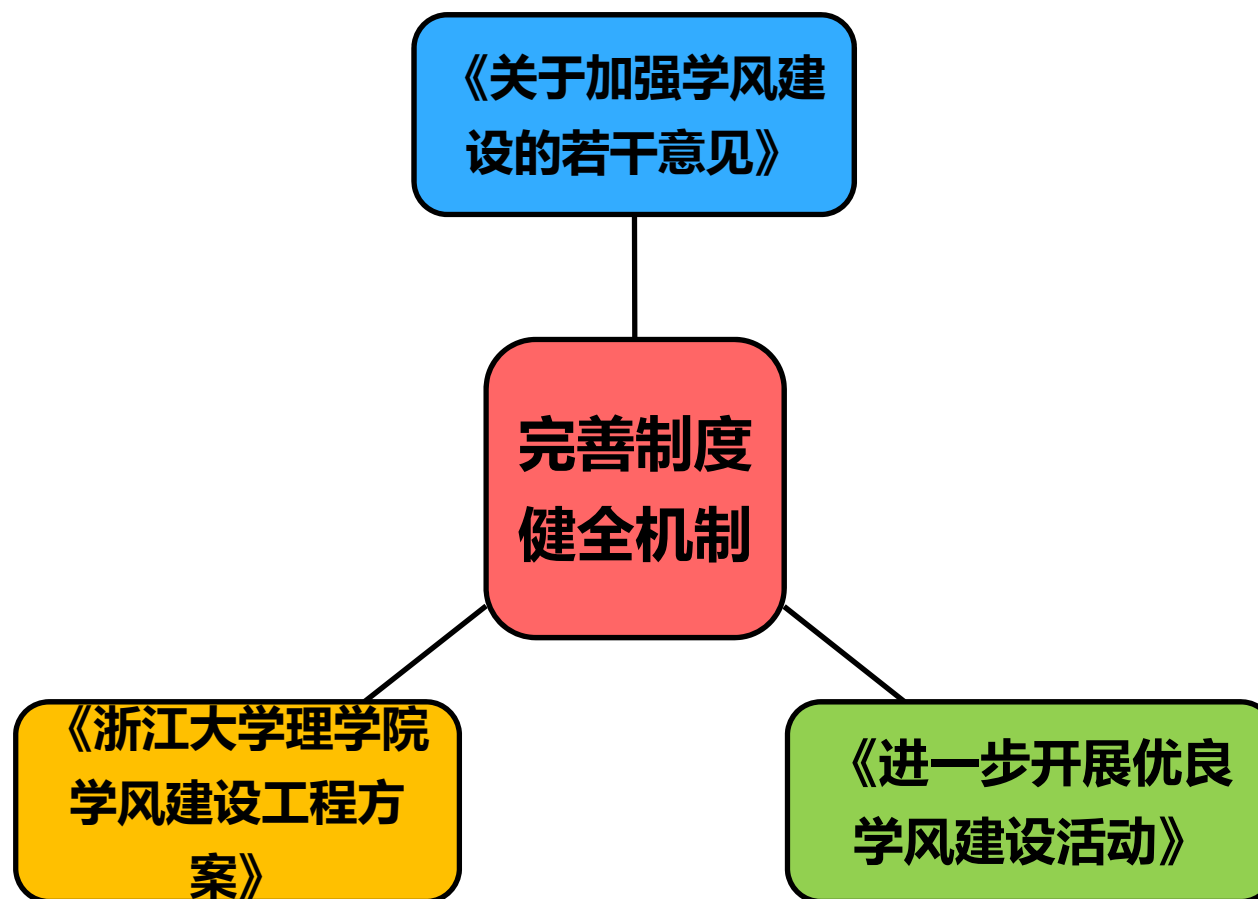
## 完善工作制度，加强管理机制

- 学校始终把德育教育放在育人的首位，把培养和造就社会主义事业合格建设建设者和可靠接班人作为战略任务，坚持从我校学生思想道德教育现状的实际出发，坚持让学生得到健康成长的机会和空间，坚持要服务学生、教育学生的方针，采取一系列有效的措施，提高学生的思想道德修养、心理素质和文化素质。
- 召开了“加强大学生思想政治教育会议”和“德育工作会议”，并制定了《关于加强学风建设的若干意见》等文件
- 此后，又修订、颁发了《关于进一步开展优良学风建设活动的意见》、《浙江大学理学院学风建设工程方案》，获得了大家的一致认可。

## 工作成效(1/2)



## 工作成效(2/2)



# PPT中的留白

- 留白是一种技术
- 留白是一种美德
- 留白是一门艺术
  - 图片的使用
- 留白与图片使用演示

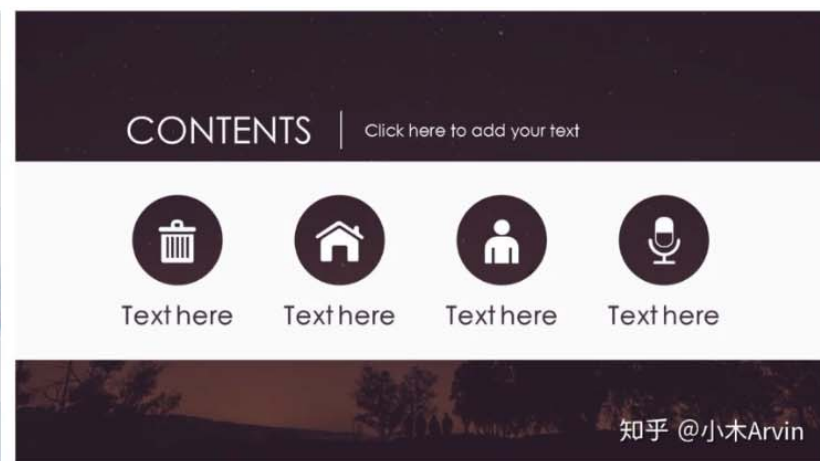
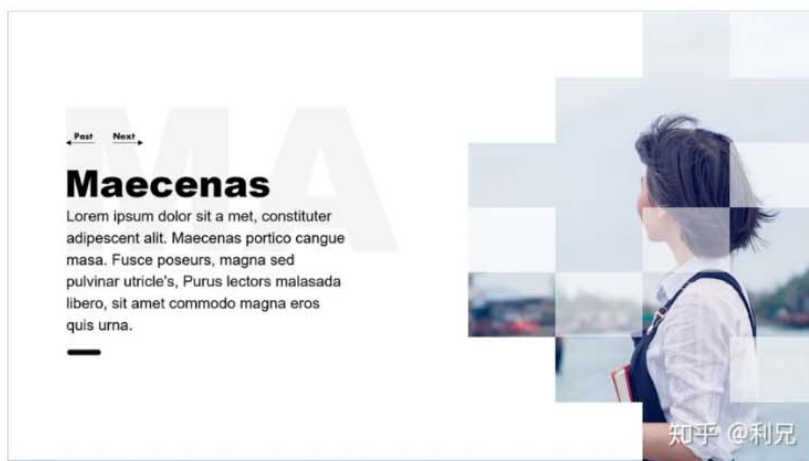
White Space



# PPT中的表格—对比

	经典条件反射	操作条件反射
反应类型	S-R型	R-S型
强化的性质	强化伴随着条件刺激 强化不是奖赏	强化伴随着反应 强化是奖赏
反应的主动性	被动	主动
学得了什么	刺激与信号的关系	特定的反应
适合于解释	信号学习，情绪学习	简单的技能学习

# PPT中的表格排版

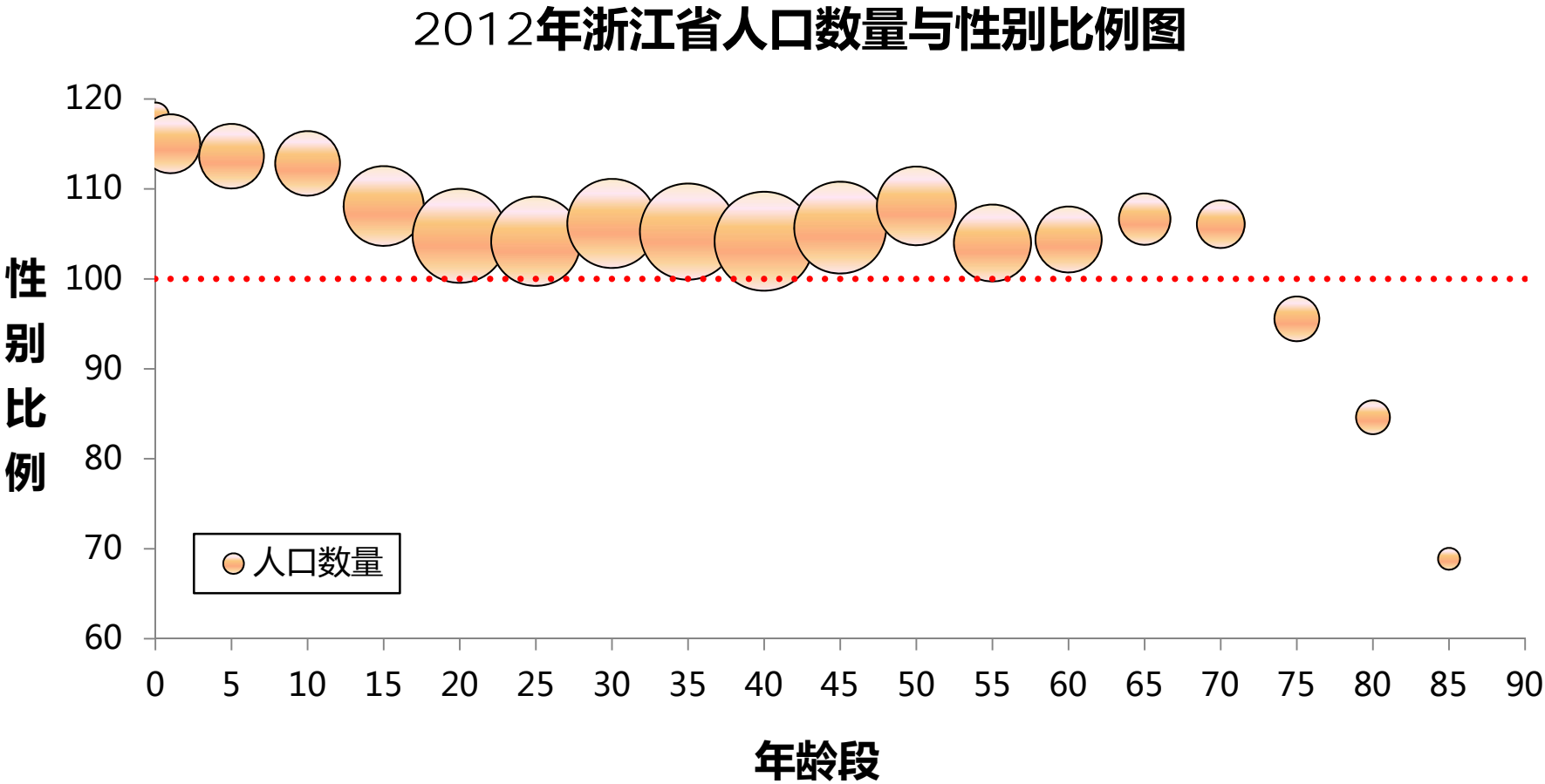


# PPT中图表的运用

浙江省年龄、性别的人口统计表（2012年）

年龄段	性别	人口数量	年龄段	性别	人口数量
0岁	小计	443261	50-54岁	小计	3497645
	男	240036		男	1817064
	女	203225		女	1680581
1-4岁	小计	1990898	55-59岁	小计	3338440
	男	1065018		男	1701943
	女	925880		女	1636497
5-9岁	小计	2377561	60-64岁	小计	2476958
	男	1264707		男	1265067
	女	1112854		女	1211891
10-14岁	小计	2377355	65-69岁	小计	1520657
	男	1260411		男	784795
	女	1116944		女	735862
15-19岁	小计	3591687	70-74岁	小计	1320843
	男	1865826		男	679934
	女	1725861		女	640909
20-24岁	小计	4950650	75-79岁	小计	1167148
	男	2533298		男	570340
	女	2417352		女	596808
25-29岁	小计	4466744	80-84岁	小计	679706
	男	2279194		男	311543
	女	2187550		女	368163
30-34岁	小计	4459956	85-89岁	小计	300824
	男	2296739		男	122710
	女	2163217		女	178114
35-39岁	小计	5172500	90-94岁	小计	78008
	男	2652552		男	27374
	女	2519948		女	50634
40-44岁	小计	5475518	95-99岁	小计	13298
	男	2793988		男	4192
	女	2681530		女	9106
45-49岁	小计	4726043	100岁及以上	小计	1191
	男	2428602		男	308
	女	2297441		女	883

# 浙江省“剩男”与“剩女”图



数据来源：2012年第六次全国人口普查汇总数据

# PPT中材料的嵌入

■ 图片压缩

■ 动画嵌入

■ 视频嵌入

■ 字体嵌入



# PPT的整体编排

## ■尊重用户视觉习惯

从上到下，从左到右



```
graph TD; A[从上到下，从左到右] --> B[先图画后文本]; B --> C[先标题后段落]; C --> D[先看最突出显示的];
```

先图画后文本

先标题后段落

先看最突出显示的

# PPT中的模版使用

## ■ 系统模版

- 文档导入
- 修改模版
- 替换模版

## ■ 自定义模版

- 选好背景图片
- 编辑模版段落文字
- 重命名模板
- 备注个人信息

## ■ 收费模版

- 演示实例

## ■ 使用PPT的SmartArt

## ■ 自带的自选图形填充

## ■ PPT自带的颜色设计

# 在线模板库



rapidbbs.cn



yanj.cn

OfficePLUS.cn

officeplus.cn



# PPT素材

visualhunt

visualhunt.com

 Vecteezy

vecteezy.com



streetwill.co

pixabay

pixabay.com

<https://www.iconfont.cn/>

阿里巴巴矢量图标库

# PPT字体库



font.chinaz.com



qiuziti.com



zhaozi.cn



dafont.com



# PPT色彩的运用

- 色系搭配
- 对比色和邻近色
- 配色方案的使用



# PPT配色方案



[colorschemedesigner.com](https://colorschemedesigner.com)

《配色表》

[tool.c7sky.com/webcolor/](https://tool.c7sky.com/webcolor/)

中国传统色彩|SDC优设网配色工具

<https://color.uisdc.com/>

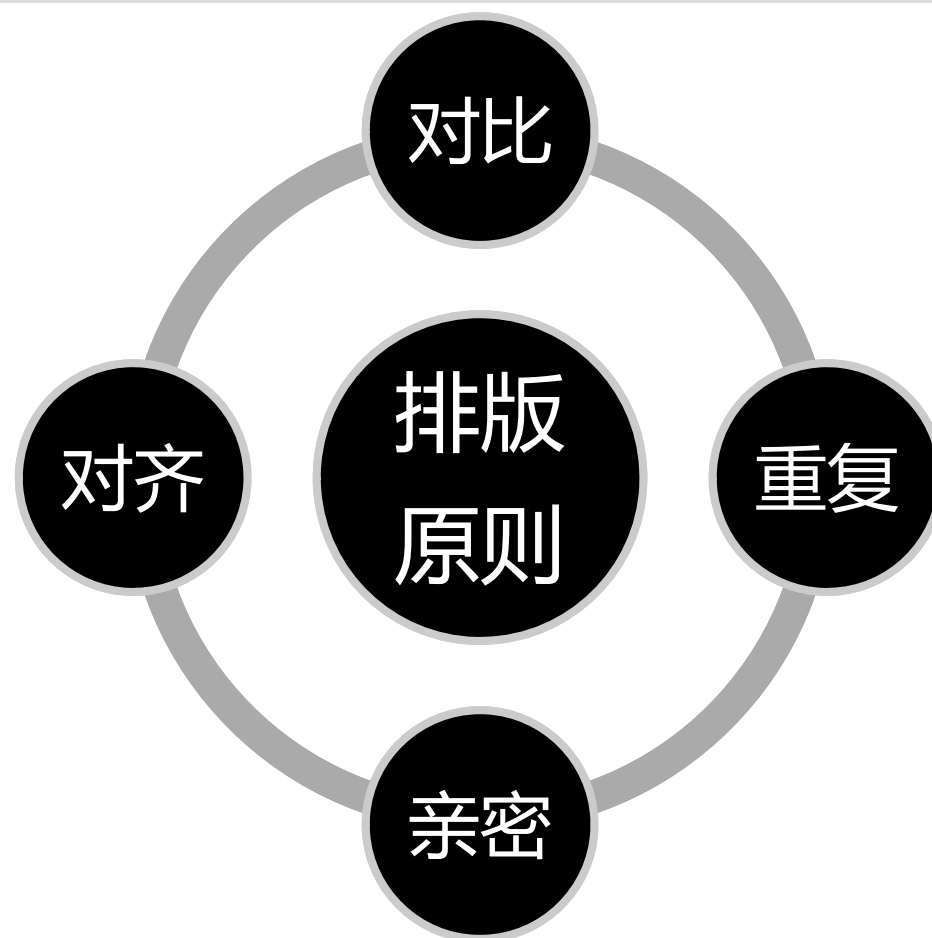


[58pic.com/peise](https://58pic.com/peise)

# 排版实操案例

---

# PPT整体排版



# 对比原则的关键

---

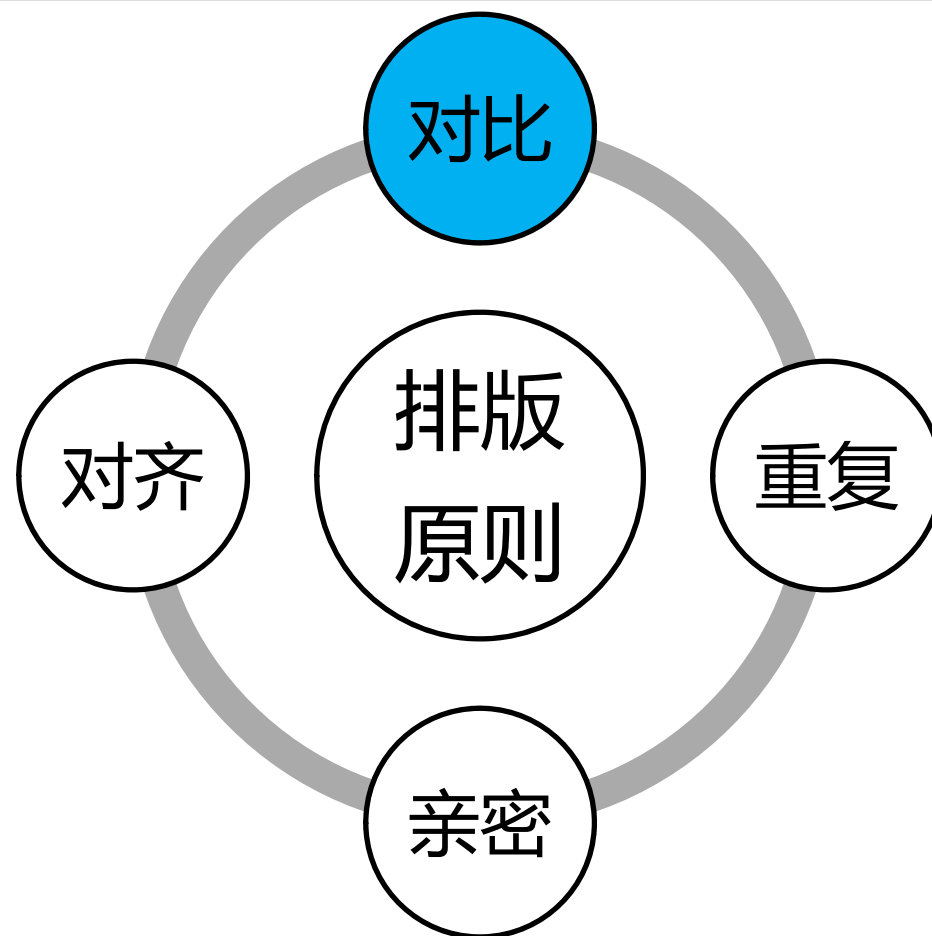
- 是通过视觉上的区分对比来突出一些元素的特点性质，吸引观众的目光，区分内容的层级。

# 对比原则的关键

- 通过视觉上**区分对比**来突出一些元素的特点性质
- **吸引**观众的**目光**，**区分**内容的**层级**
- 对比的真正意义——**吸引视线**



# PPT整体排版—对比



# 基层团组织建设概况

- 全年推优40余人，培训积极分子72人。
- 全年推荐出50名发展对象参加发展对象培训班。
- ××支部和××研究生支部获得校级五四红旗团支部荣誉称号。
- ××和××研究生团支部为校级“五四红旗团支部”争创单位。
- 团内评奖：优秀团员26名、优秀团干部18名、先进团支部4个。
- 学院团委获得浙江大学2017年基层团组织建设先进单位。

# 基层团组织建设概况

**72名**  
培训积极分子

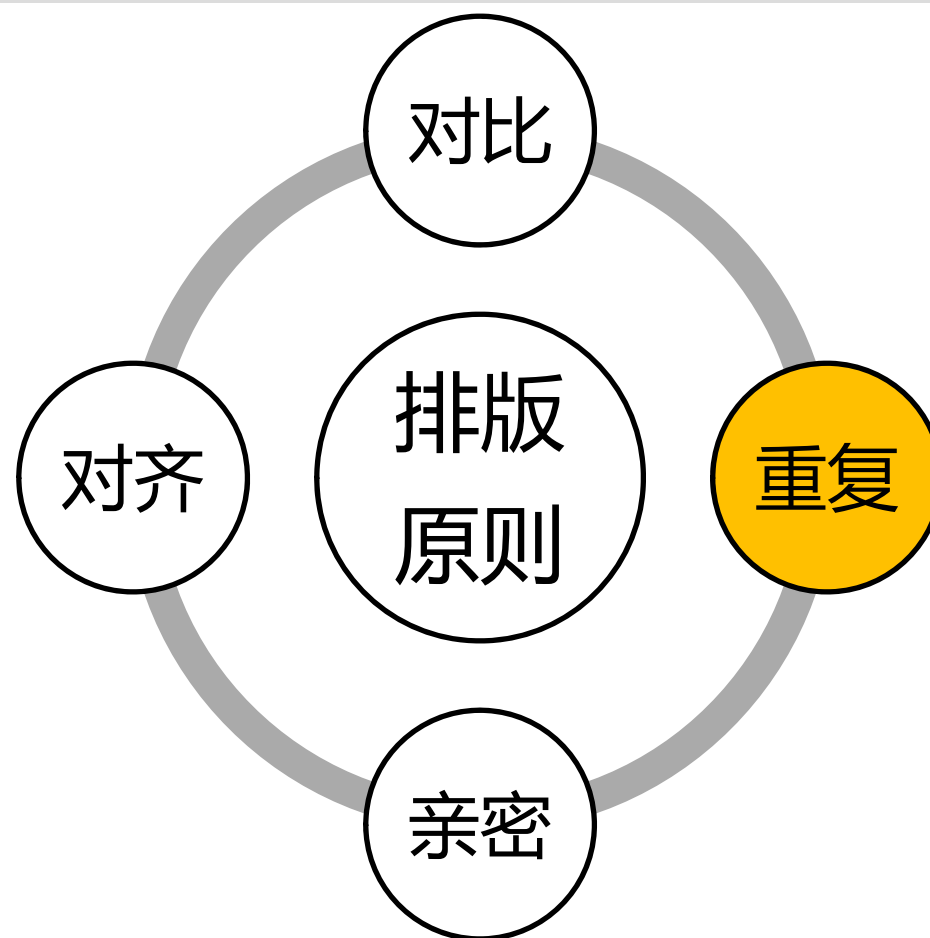
**50名**  
发展对象

**26名**  
优秀团员

**18名**  
优秀团干部

## 对比原则

# PPT整体排版—重复



# 生活垃圾的现状

- 截止2015年，我国人均生活垃圾年产量为440公斤，全国城市垃圾的年产量达1.5亿吨，且每年以8%到10%的速度增长，全国历年垃圾存量已超过60亿吨。

# 巨量的生活垃圾

■ 截止2015年，中国的生活垃圾如下：



440公斤  
人均年产量



1.5亿吨  
城市年产量



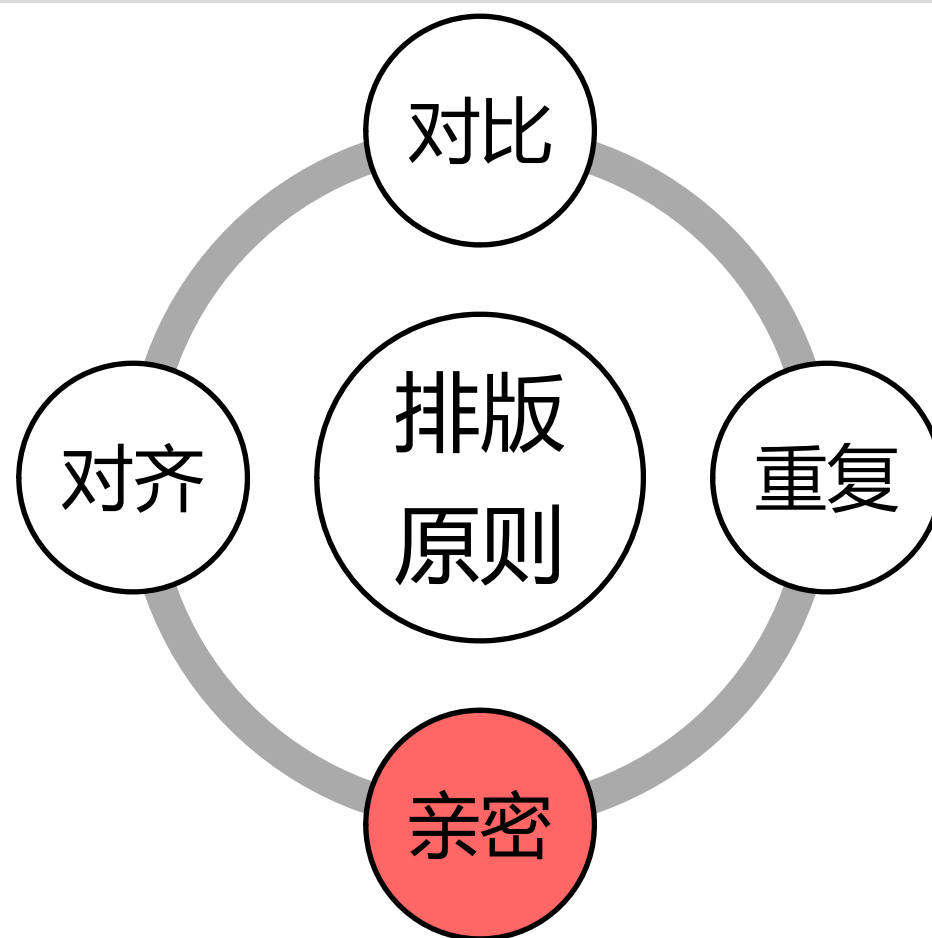
8%~10%  
年增速



60亿吨  
历年存量

## 重复原则

# PPT整体排版—重复



# 营销学发展史的两位重要人物

## ■ 杰罗姆·麦卡锡

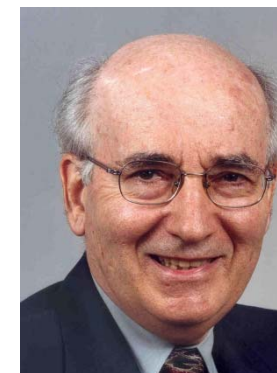
● 1964年



- 提出产品 ( product)、渠道、(place)价格(price)、促销(promotion)4P营销组合，帮助企业决定生产什么、如何定价、如何分销，以及如何促销。
- 著有《基础营销学》

## ■ 菲利普·科特勒

● 1967年



- 在4P营销组合的基础上，融合了经济学、社会学、组织行为学和数学等内容
- 著有《营销管理》并每三年更新一次，成为营销学的“圣经”。



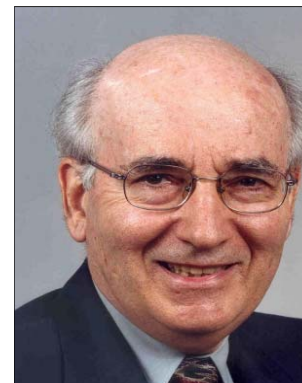
# 营销学史上两位重要人物



杰罗姆·麦卡锡

代表作《基础营销学》

- 提出产品(product)、渠道(place)、价格(price)、促销(promotion)4P营销组合
- 帮助企业决定生产什么、如何定价、如何分销及如何促销

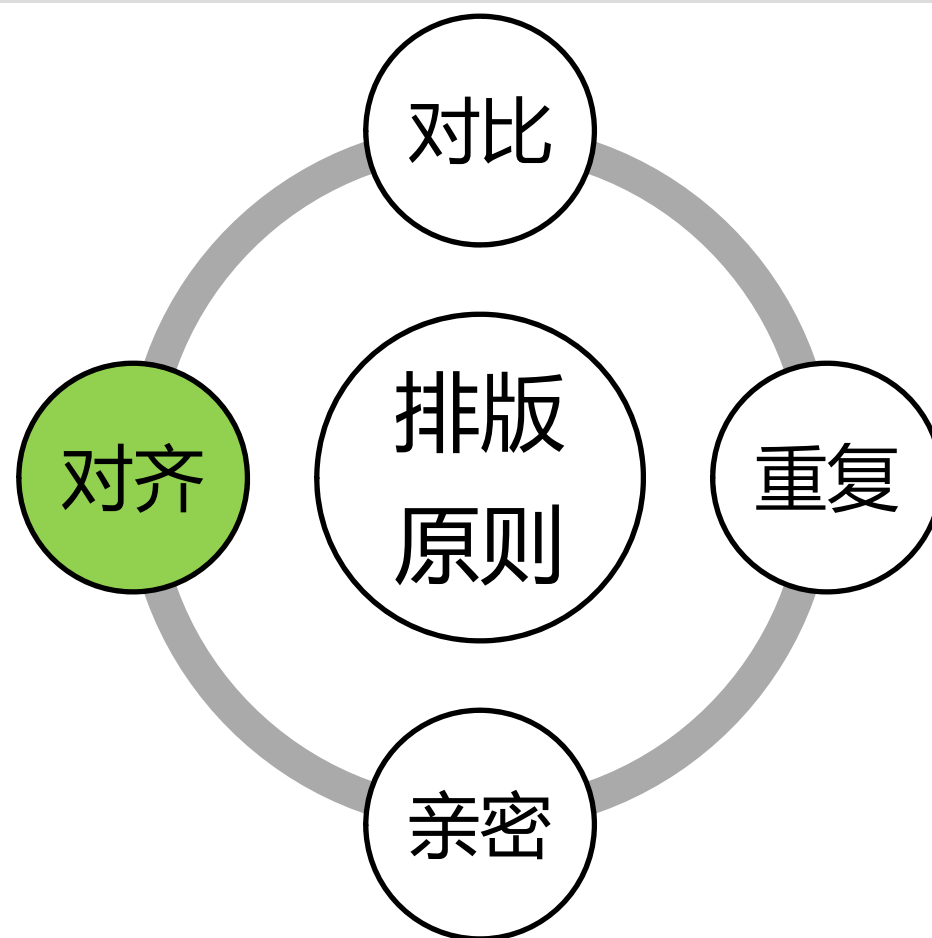


菲利普·科特勒

代表作《营销管理》

- 在4P营销组合的基础上，融合了经济学、社会学、组织行为学和数学等内容
- 著有《营销管理》，每三年更新一次，成为营销学的“圣经”。

# PPT整体排版—重复



# 贫困的误区

- 你永远赚不到超出你认知范围之外的钱，除非你靠运气，但是靠运气赚到的钱，最后往往又会靠实力亏掉，这是一种必然。你所赚的每一分钱，都是你对这个世界认知的变现，你所亏的每一分钱，都是因为对这个世界认知有缺陷。这个社会最大的公平就在于：当一个人的财富大于自己认知的时候，这个社会有100种方法收割你，直到让你的认知和财富相匹配为止。

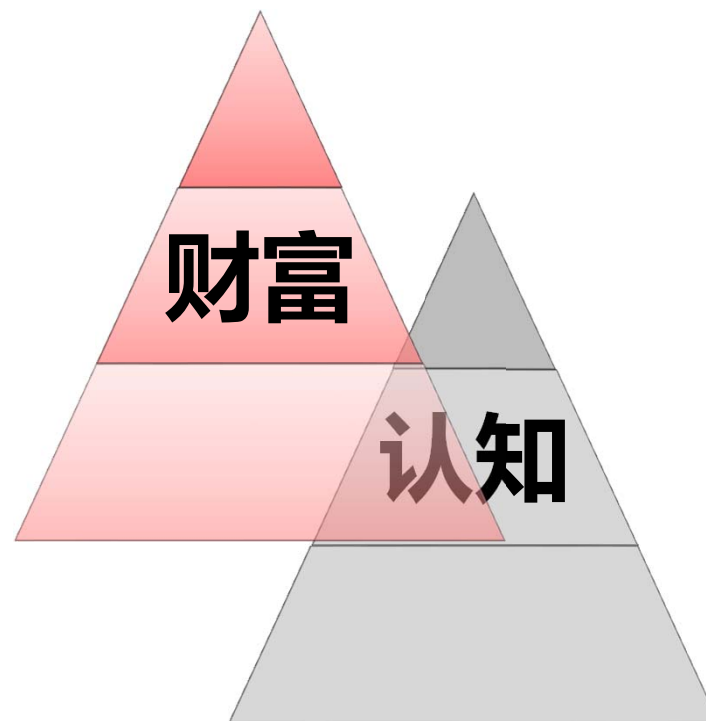
# 文字与段落对齐

## ■ 认知和财富匹配

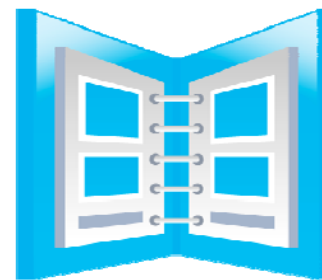
- 靠**运气**赚到的钱，最后又往往靠实力**亏掉**
- 当人拥有的财富**大于**自己认知时，社会有多种方法收割你，直到你的认知和财富**相匹配**为止

## ■ 认知高度决定财富厚度

- 你所赚的每分钱，都是你对这个世界的认知**变现**
- 你所亏的每分钱，都是你对这个世界的认知存在**缺陷**



# 图片对齐

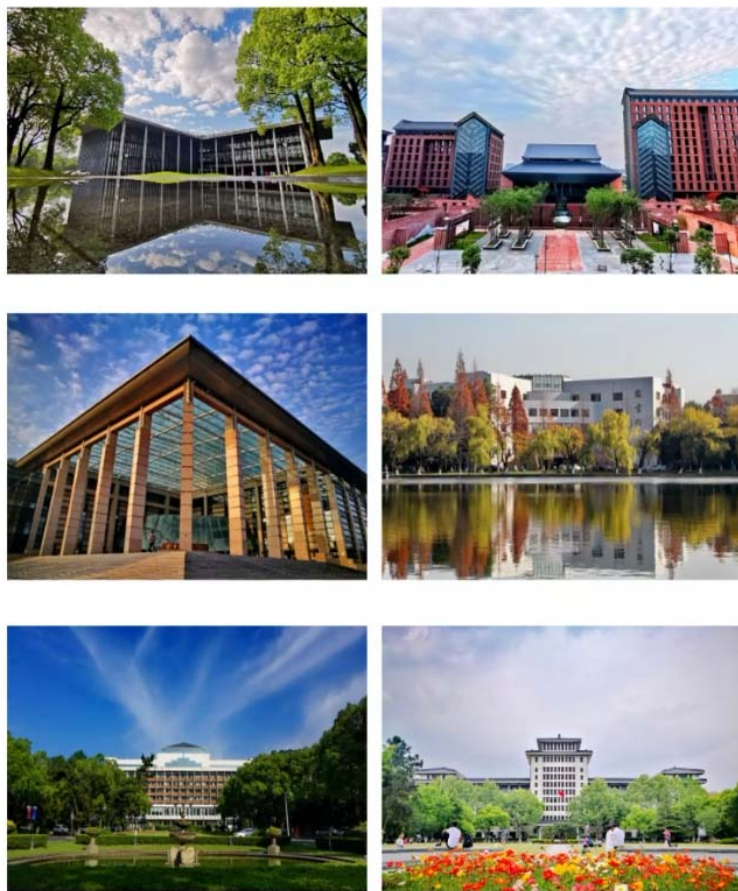


# 分级原则

让听众按照**一定的顺序**

**高效且自然**地获取和理解信息

# 浙江大学图书馆



- 浙江大学图书馆的文献资源建设以学校世界一流大学建设目标需求为导向，搜集反映各有关学科经典文献、代表学科发展先进水平的文献资源为“双一流”教学科研与拔尖创新人才培养提供专业和较为充分的文献资源保障。截至2020年12月31日，全馆实体馆藏总量已达670.3万册(不含之江、舟山、海宁及院系资料室)，包括线装古籍18万余册。近年来，浙江大学图书馆还大力加强网络化和数字化文献资源的建设，目前引进的中外文数据库已覆盖学校所有学科范围共订购各类文献数据库(含子库) 742个，中外文电子图书229.6万册，中外文电子期刊430.5万册，中外文学学位论文987.2万册。种类丰富、品质优良的各类型文献资源为全面提高学校教学科研和学科建设水平提供了有力保证。

## GPT摘要

---

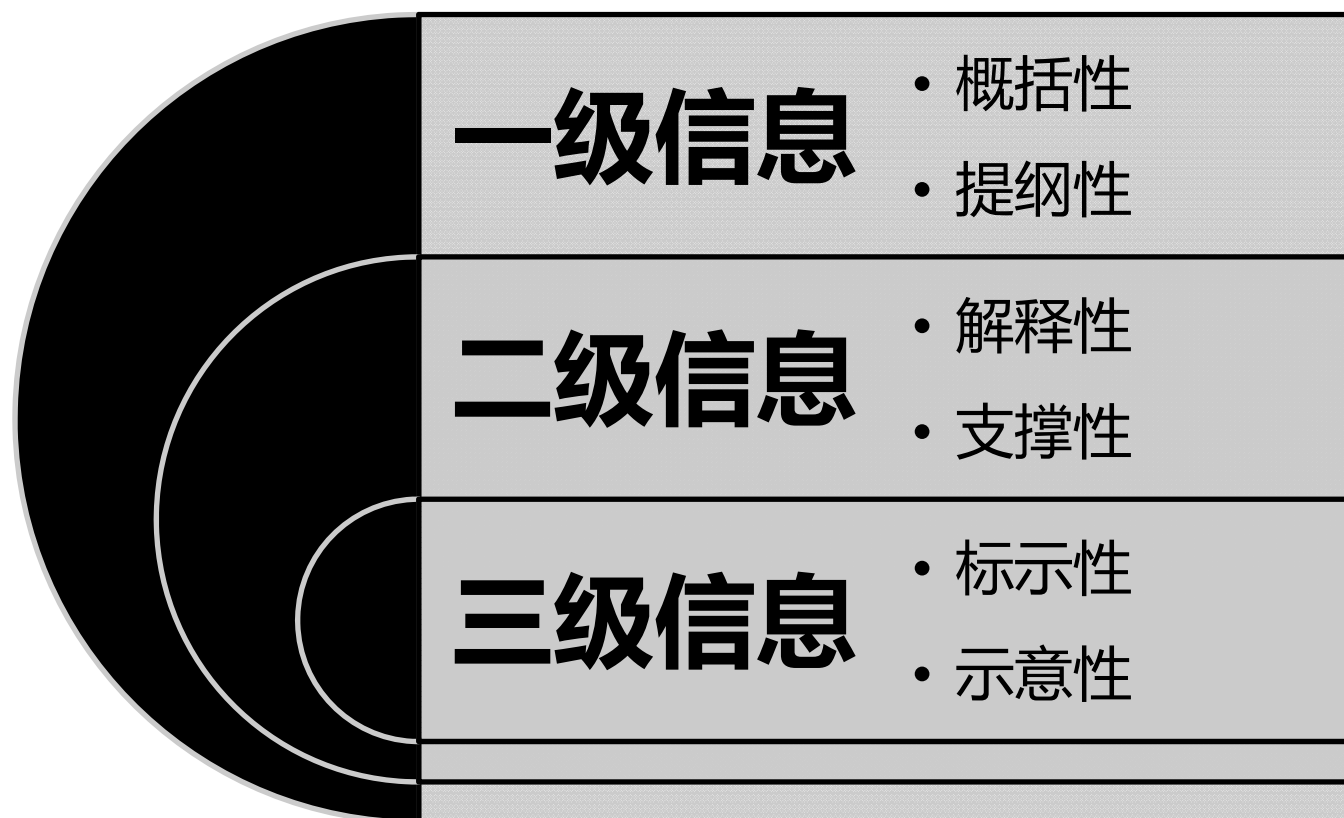
- 浙江大学图书馆以世界一流大学建设目标需求为导向，搜集反映各学科经典文献、代表学科发展先进水平的文献资源。全馆实体馆藏总量达670.3万册，加强网络化和数字化文献资源建设，引进中外文数据库742个，中外文电子图书229.6万册，中外文电子期刊430.5万册。文献资源种类丰富、品质优良，为提高学校教学科研和学科建设水平提供有力保证。



## 提炼GPT摘要

■ **浙江大学图书馆**以世界一流大学建设目标需求为导向，搜集反映各学科经典文献、代表学科发展先进水平的文献资源。全馆实体馆藏总量达670.3**万册**，加强网络化和数字化文献资源建设，引进中外文数据库742**个**，中外文电子图书229.6**万册**，中外文电子期刊430.5**万册**。文献资源种类丰富、品质优良，为提高学校教学科研和学科建设水平提供有力保证。

# 信息分级



# 浙江大学图书馆

**文献资源种类丰富、品质优良  
为学校教学科研和学科建设水  
平提供有力保证**

# 浙江大学图书馆

文献资源种类丰富、品质优良  
为学校教学科研和学科建设水平提供有力保证

实体馆藏  
670.3**万册**

中外文电子图书  
229.6**万册**

中外文数据库  
742**个**

中外文电子期刊  
430.5**万册**

# 浙江大学图书馆

文献资源种类丰富、品质优良  
为学校教学科研和学科建设水平提供有力保证

实体馆藏  
670.3**万册**

中外文电子图书  
229.6**万册**

中外文数据库  
742**个**

中外文电子期刊  
430.5**万册**



# 浙江大学图书馆

文献资源种类丰富、品质优良  
为学校教学科研和学科建设水平提供有力保证

实体馆藏  
**670.3万册**

中外文电子图书  
**229.6万册**

中外文数据库  
**742个**

中外文电子期刊  
**430.5万册**



# 极简原则

Less is More

# 简洁的信息更具说服力

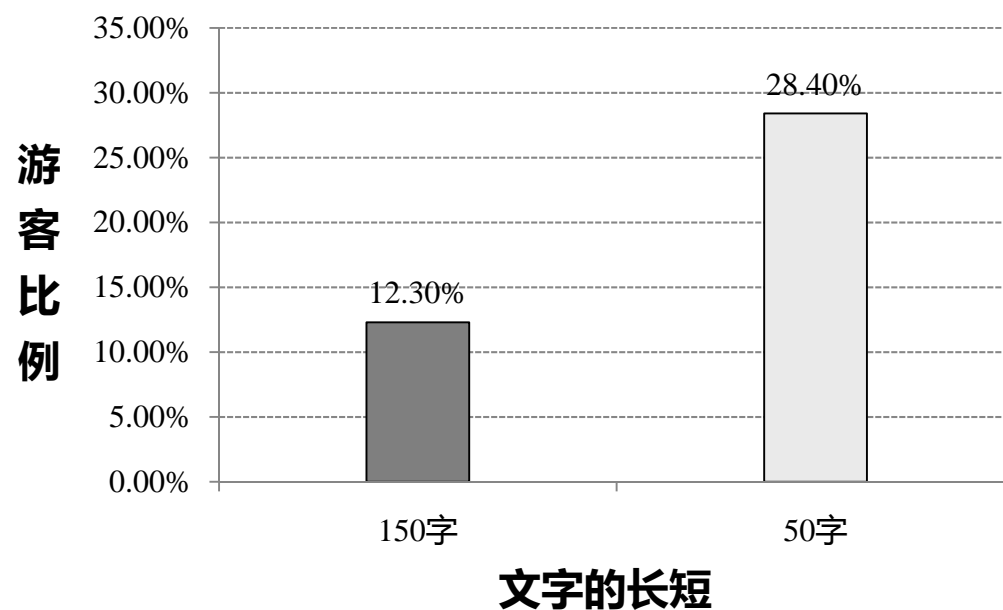
## ■ 对于孩子的教育

- 很多家长认为10分钟的说教要比1分钟强10倍

## ■ 解说牌上文字数量

- 150字 VS. 50字

## ■ 信息呈现**简**法则





# 简化原则的再思考

凡事都应该尽可能的简化  
但不能过于简单






——爱因斯坦

# PPT工具

## ■ PPT的插件工具

● iSlide  iSlide

## PPT工具排行榜

- 1  **Mind Show** PPT生成AI工具
- 2  **Tome** 高级感排版生成
- 3  **Microsoft 365 Copilot** 未来的办公工具
- 4  **Flourish Flourish** 数据可视化
- 5  **闪击PPT** 国产自动化AI生成PPT工具
- 6  **Gamma** 自动化美化工具

小红书号: 2652351916

# 分享结束

---

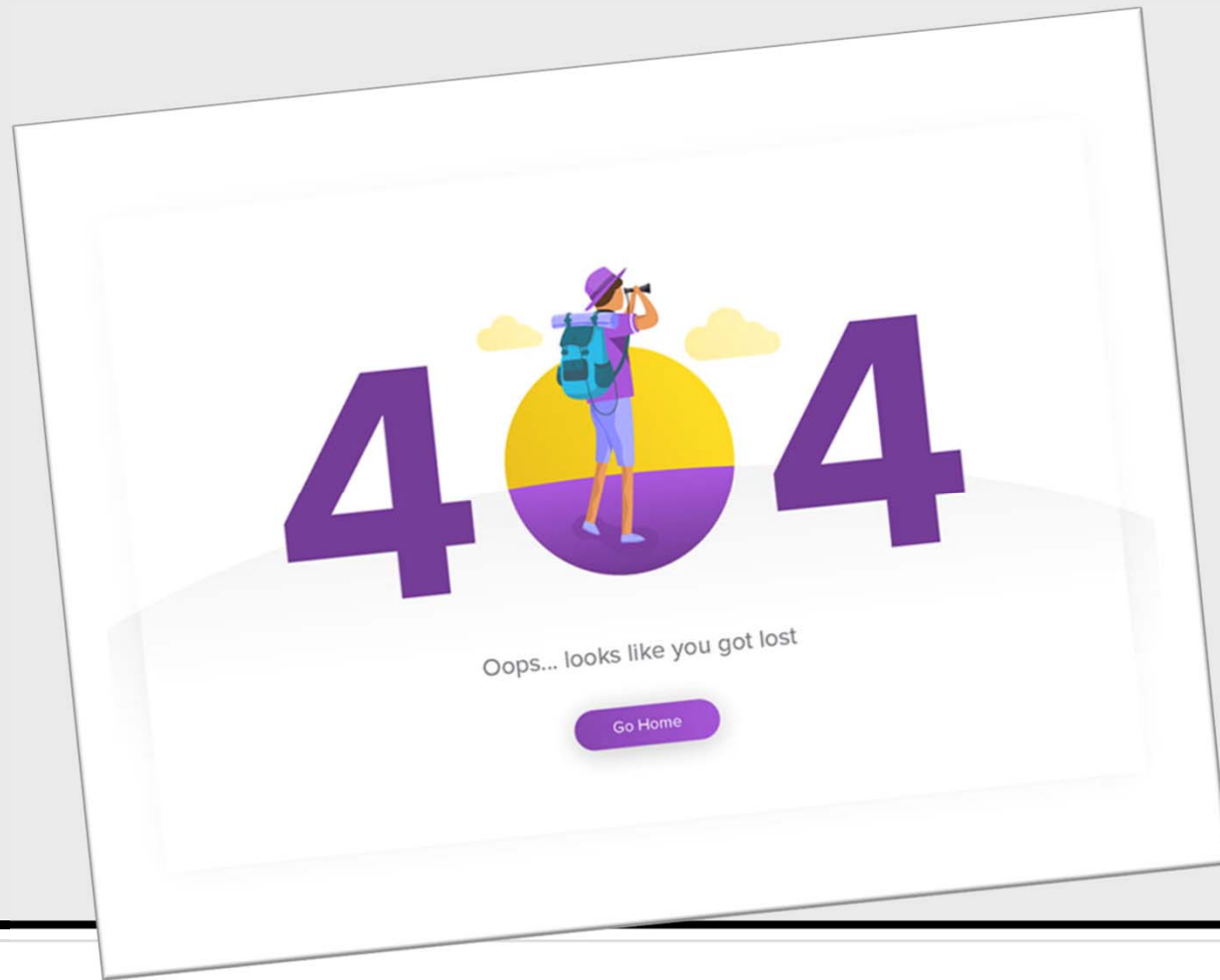
谢谢聆听！

欢迎提问！



以下为**世界尽头**超链接

不要再往下翻



GO HOME

# 周杰伦 “无与伦比”



# 王菲的“菲比寻常”



# 甘其食的包子





## 英文两种字体对比

---

the quick brown fox  
jumps over the lazy dog

---

the quick brown fox  
jumps over the lazy dog



## 中文两种字体对比

**那只敏捷的棕毛狐狸  
跃过那只懒狗**

那只敏捷的棕毛狐狸  
跃过那只懒狗



# 两类字体对比

## 非衬线字体的特点



我很干练

代表性字体：黑体/思源黑体系列/阿里巴巴普惠体/时尚  
中黑简体/造字工房尚黑体/微软雅黑

### 适用场景

方正、干练、刚毅、男性、运动、简洁

## 衬线字体的特点



我很优雅

代表性字体：宋体/思源宋体系列/方正书宋体/造字工房  
俊雅锐宋体/方正风雅宋体/方正小标宋

### 适用场景

文化、艺术、生活、美食、女性、养生



## 中英文重点对比

---

这是**重点**

---

This is *key point*

# 你看得清楚吗？

- 这是12号字体，你看得清楚吗？
- 这是14号字体，你看得清楚吗？
- 这是16号字体，你看得清楚吗？
- 这是18号字体，你看得清楚吗？
- 这是20号字体，你看得清楚吗？
- 这是24号字体，你看得清楚吗？
- 这是28号字体，你看得清楚吗？
- 这是32号字体，你看得清楚吗？
- 这是36号字体，你看得清楚吗？
- 这是40号字体，你看得清楚吗？

我们是来演讲！  
不是来做视力检查！

# 大标题用36号以上

■一级标题用32号字体

●二级标题用28号字体

◆三级标题用24号字体

▲四级标题用20号字体



# 演示实例

---

留白是一门艺术

# 激情爱的理论——第一版

- 加拿大温哥华北部的千山万壑中有一座卡皮兰诺吊桥，建在湍急的河流上面230英尺的空中，非常危险。但这座桥并不像人们想象的那样是“索命桥”——几乎没有人在这里自杀，相反却上演乐许多罗曼蒂克的故事而被认为是“爱情桥”。



# 激情爱的理论——第二版

- 加拿大温哥华北部的千山万壑中有一座卡皮兰诺吊桥，建在湍急的河流上面230英尺的空中，非常危险。
- 索命桥→爱情桥

# 激情爱的理论——第三版

---

- 加拿大温哥华有座卡皮兰诺吊桥，建在河流上方230英尺
- 索命桥→爱情桥

# 激情爱的理论——第四版

- 加拿大温哥华有座卡皮兰诺吊桥，建在河流上方230英尺

索命桥



爱情桥

# 演示实例

图片选择是一门艺术

# 激情爱的理论——最终版

■ 加拿大温哥华有座卡皮兰诺吊桥，建在河流上方230英尺

索命桥



爱情桥



# 进化的最高境界——第一版

■ 爱情是人类进化中**最伟大**的适应器

● 择偶最重要的因素——**爱**

◆ 美日女性调查结果

# 进化的最高境界——第二版

■ 爱情是人类进化中**最伟大**的适应器

● 择偶最重要的因素——**爱**

## 调查结果

89%的美国女性和82%的日本女性表示

即便对方拥有**完美**的配偶条件

但如果双方没有**爱**，也不会结婚的

# 进化的最高境界——第三版

■ 爱情是人类进化中**最伟大**的适应器

● 择偶最重要的因素——**爱**

## 调查结果

89%的美国女性和82%的日本女性表示

即便对方拥有**完美**的配偶条件

但如果双方没有**爱**，也不会结婚的





## 对比色和邻近色

---

前景色与背景色运用邻近色

---

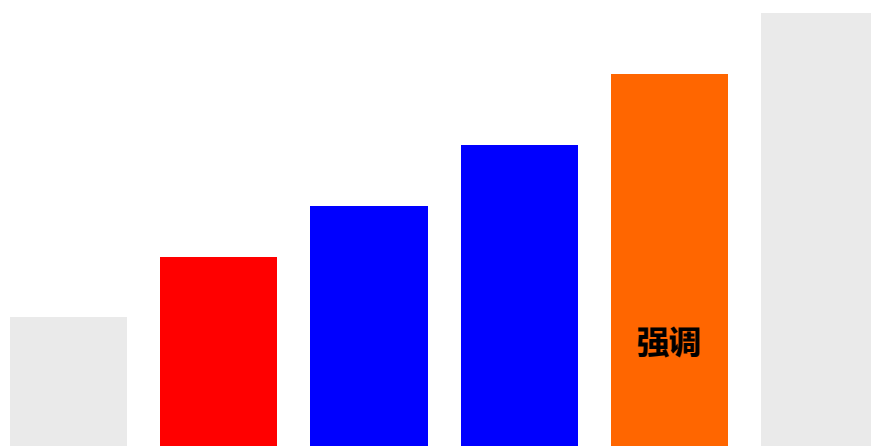
前景色与背景色运用对比色



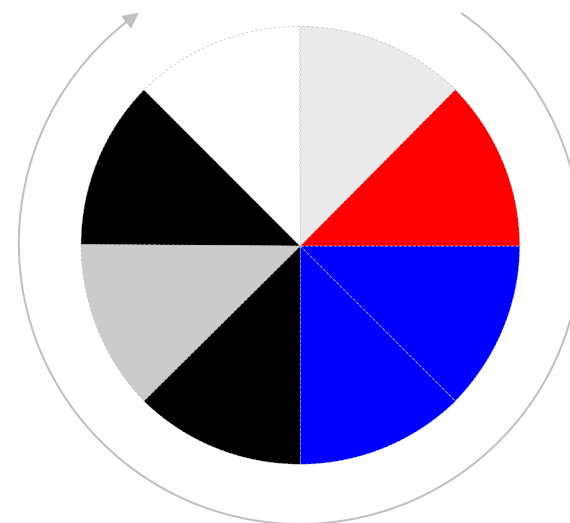
# 配色方案的选用



## ●图表应用



## ●标准配色



# 色系搭配

冷色系



暖色系



撞色



巧用取色器

# 群体特征和需求

■ 行业外群体

视觉元素为主

■ 客户群体

内容与形式并重

■ 内部群体

内容数据为主

■ 特定群体

数据为主

