

抖音直播起号 · 7 天实操清单

新手从 0 到开播、涨粉、往私域导流的每日行动清单

星火新世代传媒 出品 · 免费资料

照着这份清单走 7 天,你能搭起一个**能开播、能涨粉、能导流私域**的账号。每条做完打个勾 ☒,稳步推进,别贪快。

Day 1 账号定位

目标:想清楚你是谁、给谁看、凭什么被关注

- ☐ 确定垂直赛道(才艺 / 带货 / 知识 / 情感 / 生活…),只做一个方向
- ☐ 写一句话人设:你是谁 + 能给观众什么
- ☐ 昵称 / 头像 / 简介统一,主页清爽
- ☐ 想好账号的「记忆点」(一句口头禅 / 一个标签)

避坑:别什么都播,垂直度直接决定系统给不给你推荐。

Day 2 对标拆解

目标:找 5-10 个同赛道账号,扒清楚他们怎么火

- ☐ 收集同赛道、体量相近的对标账号
- ☐ 逐个拆解:开场话术 / 直播节奏 / 选题 / 封面 / 互动
- ☐ 把好用的结构整理成自己的脚本框架

避坑:抄结构、不抄内容,一定要做出差异化,照搬会被判搬运。

Day 3 直播脚本

目标:写出一份能照着播的开播脚本

- ☐ 设计前 30 秒留人开场(钩子 + 利益点)
- ☐ 准备 3-5 个互动话题 / 福利节点
- ☐ 规划流程:留人 → 互动 → 价值 → 引流

避坑:没有脚本的直播 = 尬场,新人尤其要先写后播。

Day 4 测试开播

目标:先播起来,把流程跑通比什么都重要

- ☐ 检查设备 / 灯光 / 网络 / 背景
- ☐ 短时段试播,熟悉操作和节奏
- ☐ 全程录屏,播完复盘自己的表现

避坑:别等「准备好了」才开播,先开播、再优化,行动出数据。

Day 5 互动留人

目标:提升观众停留和互动,系统才会继续推你

- ☐ 练话术:欢迎 / 引导关注 / 福利钩子
- ☐ 设置互动节点:扣 1 / 抽奖 / 答疑 / 连麦
- ☐ 引导关注 + 加粉丝团

避坑:只顾自己说、不和观众互动,人来了也留不住。

Day 6 数据复盘

目标:看懂核心数据,知道下一步改哪

- ☐ 看 4 个数:停留时长 / 互动率 / 转化 / 涨粉
- ☐ 找出观众掉得最多的时间点
- ☐ 列出下次直播要改的 3 个点

避坑:不看数据 = 盲目努力,复盘才是涨得快的关键。

Day 7 私域引流

目标:把直播间的人沉淀到微信,这是变现的开始

- ☐ 设计加微钩子:免费资料 / 专属福利 / 诊断名额
- ☐ 直播话术自然引导(用暗语 / 主页,别违规报号)
- ☐ 提前准备好私域承接话术,加上就能接住

避坑:公域直接发微信号容易限流,一定要用「引导」而不是「硬发」。

下一步

这只是起号的第一步。**想系统学「起号 → 直播变现 → 私域成交」的完整打法**,我们有更深的实操课程、配套资料和 1 对 1 答疑陪跑。

- 想要《私域成交话术包》?加你的对接老师微信免费领;
- 想要免费账号诊断 / 了解课程?直接私信对接老师。

—— 方法给到位,剩下的就是开干。星火陪你一起做起来 ——