

◎ 卓燕生 / 著

21世纪高等院校规划教材

Art Broadcast & Emcee 播音与主持 艺术

内蒙古大学出版社
INNER MONGOLIA UNIVERSITY PRESS



21 世纪高等院校规划教材

播音与主持艺术

艺术语言发声与表达实用教程

卓燕生 著

内蒙古大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

播音与主持艺术/卓燕生著. —呼和浩特: 内蒙古大学出版社, 2007. 11

ISBN 978 - 7 - 81115 - 273 - 9

I. 播... II. 卓... III. ①播音 - 高等学校 - 教材②主持人 - 高等学校 - 教材
IV. G222. 2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 169841 号

书 名	播音与主持艺术
著 者	卓燕生
责任编辑	邓池君
封面设计	雷 青
出 版	内 蒙 古 大 学 出 版 社 呼和浩特市大学西路 235 号(010021)
发 行	内 蒙 古 新 华 书 店
印 刷	呼和浩特市欣欣彩虹印刷包装有限责任公司
开 本	787 × 960 / 16
印 张	18. 625
字 数	327 千
插 页	2
版 期	2007 年 11 月第 1 版 2007 年 11 月第 1 次印刷
标 准 书 号	ISBN 978 - 7 - 81115 - 273 - 9
定 价	33. 00 元

本书如有印装质量问题,请直接与出版社联系

序

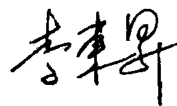
内蒙古自治区的高等教育事业起步于 20 世纪 50 年代初。经过近 50 年的发展,我区的高等教育无论从规模上,还是质量上都取得了长足的发展。特别是近些年来,全区高等院校的招生数量成倍增长,部分院校的合并使得一些高校的办学规模迅速壮大,形成了几所万人大学。与此同时,各高校对各自的专业及课程设置都做了较大的调整,以适应当今日益发展变化的高等教育事业。面向 21 世纪,在科学技术日新月异,社会对人才的知识结构、层次要求越来越高的新形势下,我们的高等教育的教学水平,特别是教材建设都应有一个更新更高的要求。

回顾 50 年来的发展,虽然我区高等教育的教学科研水平有了较大的提高,但与之相应的教材建设的现状还不尽如人意,绝大多数主干课程的教材还沿用一些传统教材,有些甚至是 20 世纪七八十年代的版本。有些院校的教材选用则有一定的随机性,在几种版本的教材之中换来换去。其间,虽然部分院校也组织力量编写了一些基础课及专业课教材,但大都是各成体系,缺乏院校间的协作与交流,形不成规模,质量亦无法保证,常常滞后于学科的发展与课程的变化。这都与我区高等教育的发展极不协调。诚然,区外部分地区高校的教学科研水平比我区要高,一些教材的质量好,我们可以直接利用,但这并不能成为我们不搞教材建设的理由。好的教材还需要相应的教育资源条件与之相对应才能取得良好的教学效果,从而达到促进教学质量提高之目的。应当承认,由于经济发展的相对落后,我区高校所招学生的基础和学校的教学条件比起全国重点名牌大学相对要差一些。因而,我们高校的教材也应从实际出发,结合自己学校和学生的特点,逐步探索、建立一套适合自治区教育资源条件的教材体系,促进自治区高校教学科研水平的提高,多出人才,出好人才。

值得欣喜的是,随着自治区教育科学水平的提高,我区高校教育领域的一些有识之士逐渐认识到,面向 21 世纪,未来高校之间的竞争就是学校的产品——学生质量的竞争。要想培养出高水平、高素质的学生,使我区的高校在这种竞争中立于不败之地,除各高校应努力提高自己的教学组织管理水平、提高教师的素质外,还

应积极主动地加强与区内外高校的协作、交流,取长补短,走联合发展的道路,使我区高等教育的整体水平能够在较短的时间内得到提高。为此,在有利于规范高校教材体系,促进高校教育质量的提高,加强各高校教学科研人员之间的协作与交流的原则下,由自治区教育厅牵头,内蒙古大学出版社组办、资助,联合全区高等院校的有关专家、学者共同组建成立一些相关专业的教材编委会,以求编写适合我区高等教育特点的教材,逐步建立、完善自治区高等教育的教学、教材体系,并开展一些与教学相关的科研工作。我们希望,通过教材编委会这种工作模式,建设一批高质量的教材,带出一支高水平的师资队伍,培养出大批高素质的人才。

我坚信,在自治区教育厅的指导下,在编委会各位专家、学者的辛勤工作下,在各院校的相互理解、相互协作、相互支持下,我们一定能够克服发展过程中的困难,逐步推出一批高质量、高水平的教材,为推进内蒙古自治区高等教育事业做出重要的贡献。



2007年3月19日

前 言

《朗诵·播音·节目主持人》一书,自问世以来受到全国广大读者的欢迎,虽经5次再版印刷,仍未能满足广大读者的要求。近年来,全国一些新华书店、大专院校和国内外的出版发行部门和读者们,不断来信、来电联系订购此书。

为了进一步适应广大读者的需求,我们请作者结合最近十几年的艺术语言表达实践与教学经验,撰写了这本适应当代潮流的新著作——《播音与主持艺术》。在新书中作者介绍了练习发声、语音的几种简洁有效的方法,并以较大篇幅增加了节目主持人的篇章,这主要有:新法练声——“松静气功练声法”;“体操号令练声法”;“艺术语言发声练习中卓有成效的好方法”;“学习汉语普通话字音的分解合成法”;“艺术语言发音字正腔圆——珠玑成形法”以及珠玑旋转揉腔共鸣;字音单声道一条线和双声道、多声道立体声的对比图示、实效等等;主持人与播音员的同异之处及其各自的语言表达特点;主持日常用的10种方法;主持人怎样突出说讲式与交谈式——怎样运用好小顿挫多不失整体含义的5种技巧;节目主持中的10种交谈方式;节目主持人的基本技能练习,等等;对这些内容,书中都作了较为详细的阐述。

这里应特别指出的是,在新书中,作者还侧重于适应全国大专院校播音与主持艺术专业“高考”、“考研”的术科加试以及一些省、市、自治区电台、电视台主持人与播音员的应聘考试内容的需要,按其考试内容,新增补了《自我介绍》、《抽题主持》、《主题讨论》、《即兴评述》、《连词组意》、《栏目主持》、《成语阐释》等考试的前期准备提纲和70个题例以及大量的1分钟至5分钟(200字至1000字)的文学作品、播音例稿、主持例稿,为人们练习“高考”、“考研”的术科加试以及广电部门招聘的专业考试作好准备。

此外,大量的图表、图示、绘画,与文字说明、讲解融会在一起,有益于启发读者的形象思维,从而进一步加深对专业理论、范文、例稿的理解与感受,更有益于对艺

术语言表达技巧的掌握及运用。至于集策划、采编、播讲、才艺于一体,聚声情、新意、入境、传神于一身的直播节目,可称之为别具一格、新颖别致的不凡之作。这些“人无我有,人有我新”的独创之处,也是本书作者近 50 多年中,既从事专业实践,又兼作教学工作的宝贵经验。

如前所述,书中的新论点和新方法较多,而且大都经过几十年在教学与实践中的验证,可以说这是一本实用性很强的专著。

理论源于实践,其实用性今后要由艺术语言的表达来检验,还要经历教学工作中的成果来评估与考查。我们相信《播音与主持艺术》一书,不仅是广大读者的知心朋友,而且会热忱地为大家服务。

衷心地希望,这本书能陪伴您步入高校播音与主持艺术的殿堂!

衷心地祝愿,这本书能与您携手共进攀登广播电视艺术的高峰!

编者

2007 年 11 月



目 录

第一章 发声技巧	1
1. 发声条件.....	1
2. 气息测试的练习与呼吸方法.....	2
3. 体操号令练声法.....	4
4. 松静气功练声法.....	6
5. 艺术语言发声练习中卓有成效的好方法.....	9
6. 唇舌腭的三线集中与声音的力度	11
7. 共鸣器官及其在语言表达中的作用	12
8. 怎样练习高中低音(三腔)共鸣	13
9. 练声时的联想动作	17
10. 练声时的站姿与坐姿.....	18
第二章 语音知识	19
1. 语音的三个属性	19
2. 元音、辅音的发音要领.....	20
3. 发声器官构造图和元音、辅音的发音图示、图表	20
4. 辅音发音时的7个部位·3个阶段·5种方法.....	22
5. 汉语拼音元音(单韵母)发音图表、图示	27
6. 汉语拼音辅音充当声母时(呼读音)的分解合成图表、图示	29
7. 汉语拼音鼻韵母发音时分解合成图表、图示.....	34



8. 声调——普通话的四声(调值)	38
9. 汉语拼音文字五度标记与录声仪调值的对比实效	40
10. 怎样寻找字音的韵味美	49
11. 怎样练习珠玑成形	53
12. 字词“珠玑成形”、“字开词合”的练习与运用	55
13. 珠玑旋转揉腔共鸣——四声与珠玑成形的并用(多声道立体声)	72
14. 关于吐字归音的要领及技巧	77
15. 关于“啊”在读念中的变化规律	79
16. 关于前 a、中 a、后 a 在拼音中的运用	81
17. 关于“七、八、一、不”在读念中的变化规律	83
18. 关于零声母的阅读与书写	84
19. 关于“省写”字母的阅读	85
20. 轻声字的表达与标记符号的书写、运用	87

第三章 基础知识	89
1. 理解·感受·表达(怎样备稿)	89
2. 再谈播音与主持的准备工作	90
3. 快速阅读与思维预势的并用	93
4. 字感·词感·句感·语感·声感	97
5. 唇舌点击快速读念	99
6. 形象感受的练习	100
7. 逻辑感受的练习	100
8. 情绪借助(移情)的练习	101
9. 情景再现的练习	102
10. 假设意境的练习	103
11. 思维定势与思维预势的练习	103
12. 常用的标记符号	104



第四章 播音艺术	105
1. 新闻播音.....	105
2. 评论播音.....	124
3. 通讯播音.....	126
第五章 朗诵艺术	129
1. 诗歌朗诵.....	129
2. 散文朗诵.....	140
3. 故事朗诵.....	151
第六章 主持艺术	160
1. 什么是节目主持人.....	160
2. 主持人与播音员的同异之处.....	160
3. 主持人与播音员在语言表达上的特点和技巧.....	161
4. 节目主持中常用的 10 种方法	163
5. 节目主持中常用的 10 种交谈方式	165
6. “播·说·聊·谈”在节目主持中的应用	166
7. 谈谈怎样承办主持节目和栏目.....	169
8. 从人才市场和供需要求谈主持与播音艺术.....	184
9. 主持人与播音员应聘必备与需备的条件.....	189
第七章 高考·考研·应聘需备	192
1. 专业课考试内容——面试:自我介绍	192
2. 专业课考试内容——面试:抽题主持	202
3. 专业课考试内容——面试:主题讨论	215
4. 专业课考试内容——面试:即兴评述	232
5. 专业课考试内容——面试:栏目主持	242
6. 专业课考试内容——面试:连词组意	256
7. 专业课考试内容——面试:成语阐述	266



第八章 新编主持·播音·朗诵名词术语解释·····	275
附录:担任论文指导老师的体会·····	282
参考书目·····	284
后记·····	285



第一章 发声技巧

人体发声是人的生理功能对物体振波的一种感应。这种感觉到的声音是由物体振动而产生振波,通过空气的媒介传到人的耳朵里,经耳膜的作用,同大脑皮层的听觉神经接触,才能使人听到声音。它包含着客观上的物理现象与主观上的生理现象。然而,一切发声的表现技巧都与呼吸和对发声器官的运用有着密切而又不可分离的关系。因此,对艺术语言发声的练习应引起足够的重视。

1

1. 发声条件

主持人和播音员发声需具备的条件是:以声带为声源,以口腔、鼻腔、胸腔等为共鸣腔,以唇、齿、舌等为咬字器官,以气息为动力。具备并能很好地掌握、运用这些条件,才能发出不同的、得以美化和扩大了动听悦耳的声音。

下面对人体发声器官作一简要的介绍:

(1)口腔:是主要的咬字器官。它是由唇、颊、舌、上腭、下腭、口底、牙齿等构成的。上腭又叫口盖,前半部有骨质的叫硬腭、后半部无骨质的叫软腭。在软腭后中部有一个小舌。唇、颊内有唇肌、笑肌和嚼肌等。舌分为舌体和舌根两部分,舌体(前舌面、舌面中部)占整个舌头的 $\frac{2}{3}$,位于口腔,舌根(后舌面)占整个舌头的 $\frac{1}{3}$,位于咽腔。

(2)鼻腔:是呼吸道的门户,它可以起到使吸入的空气温暖、湿润、清洁的作用。鼻腔从前鼻孔起至后鼻孔止。鼻腔后部连着鼻咽,是呼吸的通道。



(3)咽:是空气和食物的通道。空气从这里经过仍继续得到加温、加湿和清洁的作用。咽可分为鼻咽、口咽、喉咽三部分。鼻咽位于软腭上,鼻腔后。口咽位于软腭下,舌骨上,它上接鼻咽,前通口腔,下接喉咽。喉咽是咽的下段,自舌骨到食管开口处为止,上通口咽。

(4)喉:是空气进出的通道。它位于颈的前部,由软骨、筋膜、肌肉、粘膜所构成,上与喉咽相连,下接气管。喉的支架主要由软骨组成,有会厌软骨、甲状软骨、环状软骨和一对披裂软骨。会厌在喉的上部,呈叶状。声带左右各一片凸入喉腔。

2. 气息测试的练习与呼吸方法

(1)关于气息的运用,概括起来讲有三种方法:

①胸式呼吸:又称浅呼吸;

②腹式呼吸,又称横膜式呼吸;

③胸腹式联合呼吸:又称胸部与横膈并用式的呼吸。

怎样练习胸腹式联合呼吸呢?

①双肩放松;②两肋张开;③横膈下降;④小腹收缩。

(2)一口气延续时间的测试:吸气后于呼气时开始发单音——ê、w、ü、y、ai、ei、ao、ou 等均可(中间不许偷气、蓄气、歇气、换气),同时启动秒表,当气和声结束时,掐住秒表,检验其延续时间。一般来讲,男、女声都应达到 25"—30",但也有人可达 45"—58"。

(3)一口气说完一个绕口令:先练短的再练中、长的,然后练较长的,如:

①八老爷和芭蕉树(11"—13")

巴老爷有八十八棵芭蕉树,

来了八十八个把式要在巴老爷八十八棵芭蕉树下住。

巴老爷拔了八十八棵芭蕉树,

不让八十八个把式在八十八棵芭蕉树下住,

八十八个把式烧了八十八棵芭蕉树,



巴老爷在八十八棵树边哭。

②一树枣儿(14"—17")

出东门,过大桥,
大桥底下一树枣儿。
拿着杆子去打枣儿,
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、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,一气说完才算好。

③喇嘛和哑巴(25"—30")

打南边来了个喇嘛,
手里提拉着五斤鳎目;
打北边来了个哑巴,腰里别着个喇叭。
南边提拉鳎目的喇嘛,要拿鳎目换北边别喇叭的哑巴的喇叭,
哑巴不乐意拿喇叭换提拉鳎目的喇嘛的鳎目,
喇嘛非要拿鳎目换别喇叭的哑巴的喇叭。
喇嘛抡起鳎目抽了别喇叭的哑巴一鳎目,
哑巴摘下喇叭打了提拉鳎目的喇嘛一喇叭。
也不知是提拉鳎目的喇嘛抽了别喇叭的哑巴几鳎目,
还是别喇叭的哑巴打了提拉鳎目的喇嘛几喇叭。
只知道,喇嘛炖鳎目,哑巴嘀嘀嗒嗒吹喇叭。

(4)一口气播一段 230 字以上的新闻选段(50"—60")

“211 工程”介绍

据《中国教育在线》报道:

1993 年 2 月 13 日中共中央、国务院印发的《中国教育改革和发展纲要》及国务院《关于〈中国教育改革和发展纲要〉的实施意见》中,关于“211 工程”的主要精神是:为了迎接世界新技术革命的挑战,面向 21 世纪,要集中中央和地方各方面的力量,分期分批地重点建设 100 所左右的高等学校和一批重点学科、专业,使其到



2000 年左右在教育质量、科学研究、管理水平及办学效益等方面有较大提高,在教育改革方面有明显进展,力争在 21 世纪初有一批高等学校和学科、专业接近或达到国际一流大学的水平。//概括为:“211 工程”就是面向 21 世纪,重点建设 100 所左右的高等学校和一批重点学科……

注:练习时从“1993 年……一流的大学的水平。”能达到一口气播完即可。

以上新闻选段是作为练习时运用的,目的在于延长一口气在播报中的时间,并非在实际工作中都按这个标准要求。

3. 体操号令练声法

它是把练习体操时的号令用在练声上,对寻找、巩固、拓展、运用高、中、低三腔共鸣,成效显著。下面依序介绍:

(1) 号令前的准备:将臂肘^①紧贴胸腔,手心向上半握拳,使身心处于入静、放松、自如的状态。

(2) 号令时的动作:

①吸气:两个上臂肘仍贴在胸腔上,两个前臂肘向左右平行展开的度数是 $40^{\circ} \rightarrow 80^{\circ} \rightarrow 120^{\circ} \rightarrow 160^{\circ}$,同时跟着号令吸气,尽量把气吸得深些再深些,使气吸入肺泡的底部,吸入丹田。

②呼气:把左、右手自然向下垂,手面呈勺形,然后再按号令把气送出。呼气时两臂从左右向回收的度数是 $160^{\circ} \rightarrow 120^{\circ} \rightarrow 80^{\circ} \rightarrow 40^{\circ}$ 。

(3) 练习时的体姿:以站姿、坐姿交替练习都很实用。但初始时还是以站姿练习易于掌握。

(4) 气息的冲击点:可依序从下(胸腔)至中(口咽腔)而上(鼻头腔)进行。当气息冲击部位的肌肉和骨骼振颤,并有麻酥酥的感觉,这种现象说明已经找到了共鸣,如若让气息在各共鸣点上加大冲击力,则共鸣音会越来越强。这也为练习、

^① 臂肘是指上臂和前臂相接之处。



运用三腔共鸣打下了基础。

(5)练说不练唱:艺术语言涵盖的艺术门类多种多样,但播音、主持、朗诵、配音等艺术,是以说话来进行表现,既不能唱着播,也不能唱着说。体操号令与说联系得更为紧密。

(6)要扬其所长:当代波兰著名戏剧革新家耶日·格格托夫斯基在其所著的《迈向质朴戏剧》一书中曾写道:“中国古典戏曲,基本上是最有效的,而可以用于任何姿势中”“在站立的时候,把两手放在两侧肋骨的最下部分。”“在两手所放的地方开始吸气(因此推动两手向外)……这就是说当吸气的时候,腹部和肋骨下部首先扩大,然后通过胸腔,在匀调状态中连续下去”^①(由于把两手放在两侧肋骨最下部分,不如用两个臂肘更有利于肢体的放松,所以作了修改来扬其所长)。

体操号令练声法,如若是自己练习时,可采取无声心理暗示的号令来练习,也可先录好号令,边播放录音边练习。如若是两人以上的练习,有人在现场发号施令,其余的人跟着练习即可。

(7)体操号令发声练习节拍图示:

单数 每小节 4/4 拍 16 字×2=32 字

吸气:1 2 3 4 | 5 6 7 8 | 2 2 3 4 | 5 6 7 8 ||
呼气:3 2 3 4 | 5 6 7 8 | 4 2 3 4 | 5 6 7 8 ||

单数 每小节 4/4 拍 32 字×2=64 字

吸气:1 2 3 4 | 5 6 7 8 | 2 2 3 4 | 5 6 7 8 ||
3 2 3 4 | 5 6 7 8 | 4 2 3 4 | 5 6 7 8 ||
呼气:1 2 3 4 | 5 6 7 8 | 2 2 3 4 | 5 6 7 8 ||
3 2 3 4 | 5 6 7 8 | 4 2 3 4 | 5 6 7 8 ||

^① [波兰]耶日·格拉托夫斯基著,魏时译:《迈向质朴戏剧》,北京:中国戏剧出版社 1984 年版,第 104 页。



双数 每小节 2/4 拍 32 字×2=64 字

吸气: 1 2 3 4 | 5 6 7 8 | 2 2 3 4 | 5 6 7 8 ||
 3 2 3 4 | 5 6 7 8 | 4 2 3 4 | 5 6 7 8 ||
 呼气: 1 2 3 4 | 5 6 7 8 | 2 2 3 4 | 5 6 7 8 ||
 3 2 3 4 | 5 6 7 8 | 4 2 3 4 | 5 6 7 8 ||

三个数 每小节 3/4 拍 15 字×2=30 字

吸气: 1 2 3 | 4 5 6 | 7 8 9 | 10 11 12 | 13 14 15 ||
 呼气: 16 17 18 | 19 20 21 | 22 23 24 | 25 26 27 | 28 29 30 ||

四个数 每小节 4/4 拍 16 字×2=32 字

吸气: 1 — — — | 2 — — — | 3 — — — | 4 — — — ||
 5 — — — | 6 — — — | 7 — — — | 8 — — — ||
 呼气: 2 — — — | 2 — — — | 3 — — — | 4 — — — ||
 5 — — — | 6 — — — | 7 — — — | 8 — — — ||

4. 松静气功练声法

气功与练声是否互相关联,过去许多老艺术家有着亲身体会,如今更进一步得到证实。《老年日报》2003 年 6 月 7 日周末版,以整版的篇幅刊发了专访——文艺“老兵”李默然。其中写道:听李默然侃侃而谈,一定会被他那清晰洪亮、极富感染力的嗓音所震撼。嗓音保持如此完美,难道有什么秘诀?他说:“职业造成的。秘诀谈不上,只不过年轻时候练过几年气功,使我受益匪浅。实际上,这就是演员发声的基本功。其实气是声音的底座,有气才能有声。直到现在,我的底气还是特别足。”从上面老艺术家这段谈话里,不难看出,气功与练声,特别是与练习底气,有着密切的关系。