

JIAOSHI LOUYU XUNLIAN JIAOCHENG



口语训练教程

具春林 尹泳一 编著



哈尔滨地图出版社

教师口语训练教程

JIAOSHI KOUYU XUNLIAN JIAOCHENG

具春林 尹泳一 编著

哈尔滨地图出版社

· 哈尔滨 ·

图书在版编目(CIP)数据

教师口语训练教程/ 具春林,尹泳一. —哈尔滨:
哈尔滨地图出版社,2006.8
ISBN 7—80717—430—7

I. 教... II. ①具... ②尹... III. 教师—口语—教
材 IV. H193.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 092191 号

哈尔滨地图出版社出版发行

(地址:哈尔滨市南岗区测绘路2号 邮政编码:150086)

哈尔滨市动力区哈平印刷厂印刷

开本:850 mm×1 168 mm 1/32 印张:9.5 字数:274 千字

2006 年 8 月第 1 版 2006 年 8 月第 1 次印刷

印数:1~1 000 定价:26.00 元

目 录

绪论	1
第一编 一般口语训练	4
第一章 一般口语交际的概说	4
第二章 发声技能训练	6
第一节 普通话训练	13
第二节 心理训练	15
第三章 听话训练技能训练	27
第四章 思维训练	43
第五章 复述训练	60
第六章 交谈训练	74
第七章 体态语训练	83
第八章 演讲训练	102
第九章 论辩训练	123
第二编 教师职业口语	140
第一部分 教学口语	140
第一章 教学口语的概说	140
第二章 教学导入语及其技能训练	145
第三章 教学阐释语及其技能训练	161
第四章 教学提问语言	177
第五章 教学总结语	194
第六章 教学应变语言	206
第七章 教学评价语言	218
第二部分 教育口语	234
第一章 说服语及其技能训练	242
第二章 表扬语技能训练	252
第三章 批评语技能训练	264

第四章	与家长沟通语技能训练·····	280
第五章	教学激励语言·····	287
第六章	教育应急语言·····	294
参考文献	·····	300

绪 论

民族要振兴,希望在教育。教育的发展,关键在教师。建设一支有良好的专业素质和专业技能的教师队伍,是当今教育改革取得时效的关键所在。提高教师的专业化水平是国际教育改革发展的潮流,我国1999年颁布的《教师法》就明文规定:“教师职业的专业性主要表现在专业情感、专业知识和职业技能三个方面。”国家教委在有关通知中明确指出:要“加强教师职业技能训练,强化教育实践环节,培养学生的教育教学能力”。高等师范院校根据基础教育改革和发展的实际,提高学生教师职业技能的整体水平,可优化成长的环境,搭建人才成长的平台,提高学生的就业竞争力,使学生迅速成长为专业教师。

根据《师范院校教师口语课程标准》的介绍,“教师口语”是一门“研究教师口语运用规律的一门应用语言学科,是在理论指导下培养学生在教育、教学等工作中口语运用能力的实践性很强的课程,本课程是培养师范类各专业学生教师职业技能的必修课”。而该门课程开设的目的,是为了“教育学生热爱祖国语言,认真学习、积极贯彻国家语言文字工作方针政策,增强语言规范意识;能用标准或比较标准的普通话进行口语交际;初步掌握运用教师职业语言进行教育教学的基本技能,并能对中小学生和幼儿的口语进行指导,以利于提高全民族的语言素质”。

教师职业的价值是通过语言交际得以实现的。关于这一点,古今中外的教育家有着很多精辟的阐述。孔子说:“故君子之教喻也;道而弗牵;强而弗抑;开而弗达。道而弗牵则和;强而弗达则易;开而弗达则思。和易以思,可谓善喻矣。”前苏联的苏霍姆林斯基说:“教师的语言修养在极大程度上决定着学生在课堂上的脑力劳动的效率。我们深信,高度的语言修养是合理地利用时间的重要条件。”捷克的夸美纽斯说:“一个能够动听地、明晰地教学的教师,他的声音就应该像油一样浸入学生的心里,把知识一道带进去。”俄国的马卡连柯说:“只有在学会了用15~20种声调来说:‘到这里来!’的时候,只有学会在脸色、姿态

和声音的运用上能作出 20 种风格的韵调的时候,我就变成了真正有技巧的人了。”我国的语文特级教师于漪说:“教师的语言要善于激趣,巧于启智。要用新鲜、优美、风趣的语言步步引导,激发学生求知的兴趣,带领他们不断进入求知的新境界……”教育家的话告诉我们这样一个道理:教师的语言素质是教师基本技能,是从师的基础性的条件。

教师的职责是教书育人,教师从事的是天底下最光荣伟大的事业,所以教师的语言不同于一般意义的语言,教师的语言是人类最美的语言、最富有感染力的语言,所以说强调教师的语言能力有着特殊的意义。教师的职业语言应该能够以准确生动严密的逻辑激发学生的兴趣;启迪学生的智慧,陶冶学生的心灵。教师的教学语言,不仅要全面正确地把课程的内容传达给学生,还要力求产生极大的感染力,使学生徜徉在知识的海洋中。从而使学生对人类进步的文化知识,产生浓厚的兴趣,使学生受到科学文化的熏陶,塑造热爱文明、热爱人类进步事业的精神品格,形成健康美好的情感和奋发向上的人生态度。教师的教育语言应该能够给学生教育的享受。要能够启迪学生的心灵,能消除成长中的疑惑,帮助学生认识纷繁芜杂的社会现象,增强对不良文化影响的抵抗力,帮助他们奠定精神的底子。

教师职业语言的素质的培养,必须依托教育学、语言学、心理学、发声学、朗读学、交际学、美学等学科的相关的理论知识。经过科学系统训练才能形成专业能力,才能以此为基点,从事教育教学工作。

编写的体例:

教师职业语言技能的培养要通过三个步骤来完成,即普通话训练、一般口语交际训练、教师职业口语训练。由于目前各高师院校比较重视普通话训练,为学生顺利通过普通话水平测试,很多院校开始普通话培训课程,所以对普通话训练不另设一部分内容,只在一般口语训练中提出基本的要求,本书由一般口语训练和教师职业口语训练两部分组成。

一般口语训练包括:发声训练、普通话训练、思维训练、心理训练、听话训练、复述训练、演讲技能、论辩技能、谈话训练、态势语训练。本部分训练旨在训练学生掌握扎实的口语基本技能,为教师职业口语训

练打下坚实的基础。

教师职业口语训练包括两个方面:教师教学口语训练和教师教育口语训练。教学口语训练包括:教学导入语、教学提问语、教学阐释语、教学应变语、教学总结语训练。教师教育口语训练包括:说服语、劝说语、批评语、表扬语、激励语、与家长沟通语、应急语训练。这一部分内容从课堂教学和思想教育两大角度,大致勾勒了教师职业口语的概貌,及其运用的规律。

编写的原则如下:

理论与实践结合原则。理论部分简明扼要,深入浅出。广泛征引典型的案例,进行诠释说明,从正反两方面选择典型案例,案例贴近学生的学习生活,生动形象且有说服力。以期让学生调动生活积累、学习积累对口语交际的基本理论形成深刻的认识。口语训练的实践,是本教程的重点内容,训练的内容主要通过案例分析、创设情境设计语言方案来训练学生的口语技能。

科学性、实用性、和示范性结合的原则。科学性表现在教材编写的体例,以及教材内容的内在的逻辑性,形成以训练为主要内容,以理论指导为纲的内容体系。实用性,指教材训练的可操作性,及其目标落实的可预测性较强。示范性,表现在案例的典型性,以及训练目标的确定性。

教师职业口语训练涉及的内容庞杂,要依托很多学科的理论知识,考虑到学生的繁复的学业负担以及课程的学时设计要求,本教材只是概述地介绍了主要理论,抓住重点进行训练,希望在有限的教学时间内,有效地训练学生的职业口语技能。有不严谨之处还请专家同仁们提出宝贵意见。

(第一编一般口语训练,具春林执笔,第二编教师职业口语,尹泳一执笔)

第一编 一般口语训练

第一章 一般口语交际的概说

一般口语训练,研究的是人们日常交际中,口头语言交际行为的一般规律,具有较强的生活实践性。

一般口语训练的目标是:掌握科学的语言策略,提升语言表达能力,提高交际的效果,赢得和谐人际关系。

一般口语交际是职业口语交际的基础,只有练就较高的一般口语的水平,才能顺利地提升职业口语的水平。所以在教师职业口语的训练之前,必须做一般口语训练,且贯穿于教师职业口语训练的始终。

一般口语交际的基本要求:

一、语言规范

语言规范指语音规范和词汇、语法规则两方面内容。口语交际要讲普通话,要避免方言语调现象,以及不和词汇语法规则的语言现象。不规范的语言,会造成费解、甚至歧义,直接影响人们之间的交际活动。

二、态度明确

口语交际,无论是日常的交流中的嘘寒问暖、闲聊、待客还是比较正式场合的商谈、演说,都需要向对方传达明确的态度,否则表达似是而非、含混不清,必然造成交流的困难。

三、思路清晰

口语交际多是即兴的语言交流,所以语言流变性大,这就要求思路一定清晰,要有清楚的思维轨迹,不要信口开河,漏洞百出。

四、观点新颖

交流中不要人云亦云,应声附和,要力陈己见。这样交际才能传递

有意义的信息。

五、态度谦和

和谐的人际关系建构,主要是通过语言交际为媒介的。所以口语交流中要赢得他人的信任必须注意交际中的情感态度,要通过自然的表情、谦和的态度,打消对方的疑虑,创设和谐的交际氛围。

第二章 发声技能训练

在口语交际过程中,很少有人想到发声的问题。以为说话声音是否动听,主要原因是个人嗓音决定,取决于先天的声带素质。这种错误的观念导致很多人不注意科学发声,尤其是一些教师,为了让班级所有的学生都能清楚地听到讲课内容,音量过大、讲话过多,不仅没有充分地发挥自身嗓音的特点,而且由于长期不正确的发声状态造成了嗓音沙哑、咽喉疼痛、容易疲劳、甚至失音等问题,为数不少的教师都或轻或重地存在着声带的病变的问题,轻者咽炎,重者声带小结和息肉。所以掌握科学的发声方法,是非常必要的。

掌握科学的发声方法,首先要认识发音器官,熟悉发音器官的各个部位及其功能,才能练习科学发声。

严格地说,人体专门用来发声的器官只有声带,但是实际上,人们仅仅靠声带震动发声是不可能的。声带是长在喉头内的两片带状的纤维质的肌膜。要依靠人体各种发音器官的配合才能发出各种声音。人体的发音器官可分为三个部分:肺和气管、喉头和声带、口腔和鼻腔。肺和气管是发声的动力器官,喉头和声带是语音的发源地,口腔和鼻腔以及咽头都是语音的共鸣腔扩音器。

口语表达声音响亮、清晰,音色圆润、优美、持久取决于科学地进行气息控制和呼吸。发声技能训练通常通过用气发声、共鸣控制和吐字归音训练三个环节进行。

一、用气发声训练

“气乃音之本”,“气动则声发”。呼吸是发生的动力,通过训练要使学生掌握有控制的胸腹式联合呼吸的科学发声方法,使声音坚实圆润。

(一)吸气训练

基本要领:

(1)要扩展两肋 放松双肩,吸气时双臂可以自由活动,扩张胸腔,使气容量增大。

(2)吸气要深 有吸向肺底的感觉,横膈下降,胸腔容量加大,气息量增。

(3)小腹内收 吸气时,腹部的肌肉向小腹的中心位置(丹田)收缩,使得气息集中丹田,达到控制气息的目的。

训练方法

(1)站立或卧式 数“一”吸气,数“一”呼气;数“一、二”吸气,数“一、二”呼气;数“一、二、三”吸气,数“一、二、三”呼气……以此类推。

注意:吸气时气息要下沉,不能耸肩,鼻吸口呼,双臂可以自由摆动。

(2)坐式练习 坐在椅子上,小腹稍内收,缓缓吸入气息,体会两肋展开的过程。

注意:要坐在椅子的前半部分,避免躯干弯曲,力量松懈。

(3)闻花香练习 仿佛前面摆放一盆怒放的鲜花,香气袭人,深吸一口气,将气吸到肺底,要吸得深入、自然、柔和。感觉两肋逐渐展开,腰带周围胀满。

注意:胸部要自然挺起,两肩下垂,小腹微收。五脏六腑皆有舒畅的感觉。控制一两秒钟,再徐徐呼出。

(4)抬重物 仿佛身前放一重物,要深吸一口气,憋足一股劲,要抬起重物。做吸气练习。此时,腹部所产生的感觉和有控制的胸腹式联合呼吸的吸气最后一刻的感觉相似。气息自然下沉,腹肌收缩,腰带周围有涨满的感觉。

(5)半打哈欠 不张大嘴地打哈欠。进气最后一刻的感觉同和有控制的胸腹式联合呼吸的吸气最后一刻的感觉相似。

(二)呼气练习

基本要领:

(1)吸气要平稳 呼气时要把体内的气流拉住,平稳地呼出。

(2)要有控制 呼气时,要控制腹肌向丹田收缩的力量,使呼吸持久。

(3)要有变化 要随表达的内容和情感的变化调节呼气的快慢、强弱。

(4)学会补气。

训练方法:

(1)情境模拟训练 仿佛吹掉桌子上厚厚的灰尘;或者撮起双唇吹

响空瓶子;或者模拟叹息声——“唉”。

要求,气息均匀而缓慢地流出,呼气时间为 25 秒为合格。

(2)数数练习 一口气从 1 数到 30。声音要自然,无紧张气竭的感觉。

(3)喊人练习 仿佛见 80 m 以外的熟人,高呼其名字,声音要洪亮,人的名字最好是响亮的音节组成。喊人的时候尽量将每个音节发音饱满,这样可以锻炼呼气肌肉群的调节能力。比如“张——强——”“王——红——”“田——力”等。

(4)齿缝放气练习 徐徐吸满气后,保持气息一到两秒钟,然后嘴张一缝隙,发出“咝——”的声音,均匀放气,尽量延长放气的时间。放气时始终要保持自然的状态,不能前松后紧。

(5)弹发训练 吸足气,反复弹发“哈”“霍”“咳”音,先慢后快。体会丹田的控制能力。

(三)有控制的胸腹式联合呼吸训练

训练要领:

吸气呼气时肌肉群的工作状态是关键,呼气时,吸气肌肉群要保持工作状态,吸气时,呼气肌肉群要保持工作状态。这样才能控制好气息。此时,两肋打开,小腹自然内收,横膈膜下降,气沉丹田。

训练方法:

(1)急吸慢呼训练 急吸一口气,屏住气息一到两秒钟,然后慢慢呼出。吸气时两肋突然张开,呼气时要延长时间。

(2)补气练习 读短小的诗词。

《早发白帝城》

李白

朝辞白帝彩云间,千里江陵一日还。

两岸猿声啼不住,轻舟已过万重山。

《黄鹤楼送孟浩然之广陵》

李白

故人西辞黄鹤楼,烟花三月下扬州。

孤帆远影碧空尽,唯见长江天际流。

先用一口气读一句,再用一口气读两句,最后用一口气读完。注意呼气时要从容发声。中间带进少量的气息的方法补气。

(3)读长句练习 如“中国特色社会主义是欣欣向荣的伟大事业,它的建设者需要的是面向世界、面向未来、面向社会主义的先进文化和健康信息。适应了这种需要,就是顺应了社会发展规律,就是在为祖国服务,就是在为中国人民造福,就是坚持了社会效益和经济效益的统一”。

注意:要吸足气,朗读的过程中,在适当的地方补气。补气注意要自然贴切,控制好气息,避免气短,受挤压之感。

二、共鸣训练

发音体之间的共振现象称作共鸣。发声的共鸣控制训练指的是“以口腔为主的三腔共鸣”,即口腔、胸腔、鼻腔的三腔共鸣的方式。三腔共鸣使声音响亮圆润而有弹性。

(一)口腔共鸣训练

基本要领:喉部放松,声音通畅,体会声音挂于前额的感觉。

训练方法:

(1)从容地发复韵母 ai,ei,ao,ou,体会声束沿着上腭中线前滑,挂在前额的感觉。

(2)竖起后咽壁,发韵母 a,o,e,i,u,读时体会上下贯通的共鸣的感觉。

(二)胸腔共鸣训练

基本要领:气息下沉,胸部放松,体会音高的变化引起的胸部亮点的变化。

训练方法:

(1)音高练习 选一句话,在本人的音域范围内,由低到高,再由高到低说,体会胸腔共鸣的加强。

(2)加强胸部亮点的练习 弹发“哈”的音,由低到高弹发,然后再由高到低弹发,体会胸部亮点的上移和下移。

(三)头腔共鸣训练

交替发口音和鼻音,a——ma——a——ma,发口音时,体会口腔共鸣,发鼻音时体会鼻腔共鸣。

(四)三腔共鸣训练

训练方法:

(1)拔音练习 读单韵母 a, i, u, 由本人最低音拔向本人最高音, 体会共鸣状态的变化。

2. 绕音练习 上绕音: 由低向高螺旋形向上读 a, i, u

下绕音: 由高向低螺旋形向下读 a, i, u

体会共鸣状态的变化。

(3)夸张四声练习 选择韵母音素较多的成语或词语, 做夸张四声的练习, 如: 阳——光——明——媚, 山——明——水——秀, 高——山——流——水等。

(4)绕口令联系

①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。巴老爷要拔八十八棵芭蕉树, 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, 巴老爷在八十八棵芭蕉树边哭。

②老罗拉了一车梨, 老李拉了一车栗, 老罗人称大力罗, 老李人称李大, 老罗拉梨做梨酒, 老李拉栗去换梨。

③张伯伯, 李伯伯, 饽饽铺里买饽饽, 张伯伯买了个饽饽大, 李伯伯买了个大饽饽。拿到家里给婆婆, 婆婆又去比饽饽。也不知是张伯伯买的饽饽大, 还是李伯伯买的饽饽大。

绕口令练习要补气自然, 声音洪亮, 体会共鸣。

三、吐字归音练习

基本要领: 声母发音时, 要求响亮, 清晰、有力, 要快速弹出。韵母发音时, 要拉开立起, 圆润饱满, 归音到位, 字尾要弱收。

训练方法:

(1)吐字练习 将声母和单韵母 a, i 相拼, 使字字皆弹发有力响亮。

(2)归音练习 按照四声顺序读韵母, 归音要到位, 要拉开、立起、弱收, 使吐字呈“枣核形”。

(3)成语四声练习

按照四声顺序进行吐字归音综合调控练习

高朋满座 山河锦绣 山盟海誓 光明磊落 心明眼亮
 花红柳绿 风调雨顺 瓜田李下 花团锦绣 经年累月
 千锤百炼 中流砥柱 幡然醒悟 阴谋诡计 逍遥法外
 鸡鸣狗盗 诸如此类 山穷水尽 深谋远虑 三足鼎立
 按声母顺序四声交错排布进行吐字归音综合调控练习
 不以为然 排山倒海 摸爬滚打 反弹琵琶 斗志昂扬
 囤积居奇 鸟语花香 龙腾虎跃 高山流水 快马加鞭
 和风细雨 继往开来 奇耻大辱 响彻云霄 壮志未酬
 成竹在胸 束手无策 日新月异 在所不辞 所向披靡

4. 朗读诗文进行吐字归音综合调控练习

谈 生 命

冰心

我不敢说生命是什么,我只能说生命像什么。

生命像向东流的一江春水,他从最高处发源,冰雪是他的前身。他聚集起许多细流,合成一股有力的洪涛,向下奔注,他曲折地穿过了悬崖峭壁,冲倒了层沙积土,挟卷着滚滚的沙石,快乐勇敢地流走,一路上他享受着他所遭遇的一切;有时候他遇到巉岩险阻,他愤激地奔腾了起来,怒吼着,回旋着,前波后浪地起伏催逼,直到他过了,冲倒了这危崖,他才心平气和地一泻千里;有时候他经过了细细的平沙,斜阳芳草里,看见了夹岸红艳的桃花,他快乐而又羞怯,静静地流着,低低地吟唱着,轻轻地渡过这一段浪漫的行程;有时候他遇到暴风雨,这激电,这迅雷,使他心魂惊骇,疾风吹卷起他,大雨击打着他,他暂时浑浊了,扰乱了,而雨过天晴,只加给他许多新生的力量;有时候他遇到了晚霞和新月,向他照耀,向他投影,清冷中带些幽幽的温暖;他只想憩息,只想睡眠,而那股前进的力量,仍催逼着他向前走……

终于有一天,他远远地望见了大海,啊!他已到了行程的终结,这大海,使他屏息,使他低头,她多么辽阔,多么伟大,多么光明,又多么黑暗!大海庄严地伸出臂儿来接引他,他一声不响地流入她的怀里。他消融了,归化了,说不上快乐,也没有悲哀!也许有一天,他再从海上蓬蓬的

雨点中升起，飞向西来，再形成一道江流，再冲倒两旁的石壁，再来寻夹岸的桃花。然而我不敢说来生，也不敢信来生！生命又像一棵小树，他从地底聚集起许多生命力，在冰雪下延伸，在早春润湿的泥土中，勇敢快乐地破壳出来。他也许长在平原上，岩石上，城墙上，只要他抬头看见了天，啊！看见了天！他便伸出嫩叶来吸收空气，承受日光，在雨中吟唱，在风中跳舞。他也许受着大树的荫遮，也许受着大树的覆压，而他青春生长的力量，终使他穿枝拂叶地挣脱了出来，在烈日下挺立抬头！

他遇着骄奢的春天，他也许开出满树的繁华，蜂蝶围绕着他飘翔喧闹，小鸟在他枝头欣赏唱歌，他会听见黄莺轻吟，杜鹃啼血，也许还听见枭鸟的怪鸣。他长到最茂盛的中年，他伸展出他如盖的浓荫，来荫庇树下的幽花芳草，他结出累累的果实，来呈现大地无尽的甜美与芳馨。秋风起了，将他的叶子由浓绿吹到绯红，秋阳下他再有一番的庄严灿烂，不是开花的骄傲，也不是结果的快乐，而是成功后的宁静和怡悦！

终于有一天，冬天的朔风，把他的黄叶干枝，卷落吹抖，他无力地在空中旋舞，在根下呻吟，大地庄严地伸出臂儿来接引他，他一声不响地落在她的怀里。他消融了，归化了，他说不上快乐，也没有悲哀！也许有一天，他再从地下的果仁中破裂了出来，又长成一棵小树，再穿过丛莽的严遮，再来听黄莺的歌唱，然而我不敢说来生，也不敢信来生。宇宙是一个大生命，我们是宇宙大气中之一息。江流入海，叶落归根，我们是大生命中之一叶，大生命之一滴。在宇宙的大生命中，我们是多么卑微，多么渺小，而一滴一叶的活动生长合成了整个宇宙的进化运行。

要记住：不是每一道江流都能入海，不流动的便成了死湖；不是每一粒种子都能成树，不生长的便成了空壳！生命中不是永远快乐，也不是永远痛苦，快乐和痛苦是相生相成的。等于水道要经过不同的两岸，树木要经过常变的四时。在快乐中我们要感谢生命，在痛苦中我们也要感谢生命。快乐固然兴奋，苦痛又何尝不美丽？

提示：《谈生命》是世纪老人冰心在仙逝前不久发表的一篇运用比喻、象征手法，表达浓郁的哲理意蕴的“生命体验”散文。文章揭示生命由生长到壮大再到衰弱的过程和一般规律，以及生命中的苦痛与幸福相生相伴的共同法则，表达了生命不止奋斗不息的意志和豁达乐观的