

云南省语言文字工作委员会组织编写

普通话

培训测试指南

PUTONGHUA
PEIXUN
CESHI
ZHINAN

第二版

ISBN 7-309-05555-5
定价：9.00元
四川人民出版社



四川大学出版社



云南省语言文字工作委员会组织编写

普通话 培训测试指南

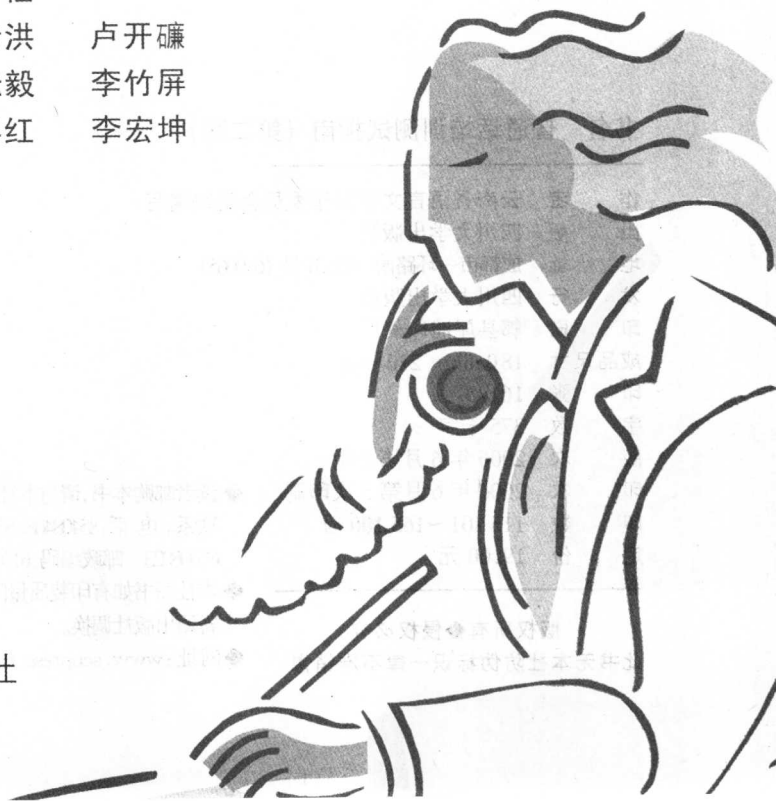
第二版

《普通话培训测试指南》组委会

委员会主任	罗嘉福	
组委会副主任	金程	
组委会成员	严希洪	卢开礪
	袁耘毅	李竹屏
	陈典红	李宏坤



四川大学出版社



责任编辑:吴 昀 张春燕
责任校对:周 颖 张振刚
封面设计:米茄设计工作室
责任印制:杨丽贤

图书在版编目(CIP)数据

普通话培训测试指南 / 云南省语言文字工作委员会组织编写. —2 版. —成都: 四川大学出版社, 2006.5
ISBN 7-5614-3342-5

I. 普... II. 云... III. 普通话-水平考试-自学参考资料 IV. H102

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 042229 号

书名 普通话培训测试指南 (第二版)

作 者 云南省语言文字工作委员会组织编写
出 版 四川大学出版社
地 址 成都市一环路南一段 24 号 (610065)
发 行 四川大学出版社
印 刷 郫县犀浦印刷厂
成品尺寸 180 mm×240 mm
印 张 16.75
字 数 375 千字
版 次 2006 年 6 月第 2 版
印 次 2006 年 6 月第 5 次印刷
印 数 115 101~165 100 册
定 价 19.00 元

◆读者邮购本书,请与本社发行科联系。电话:85408408/85401670/85408023 邮政编码:610065

◆本社图书如有印装质量问题,请寄回出版社调换。

◆网址:www.scupress.com.cn

版权所有◆侵权必究

此书无本社防伪标识一律不准销售

《普通话培训测试指南》再版说明

《普通话培训测试指南》自出版以来，在云南省普通话教学、培训与测试工作中，发挥了良好的作用。在广泛听取了学校师生和社会各界的意见后，2006年3月，在云南省语言文字工作委员会办公室的组织下，由原编写人员对全书进行了一次全面的校正和完善：

第一，修正了书中已发现的错误注音；

第二，删除了重复词语和一些训练意义不明显的词语；

第三，把开本改为异型16开；

第四，为本书的语音训练和朗读材料专门配录了磁带，凡书中标有磁带图标的，就可在磁带中找到相应的语音和朗读示范。由于磁带数目较多，所以和书分开发行。

欢迎使用本书的朋友们多提意见和建议，使《普通话培训测试指南》（第二版）日臻完善。

云南省语言文字工作委员会办公室

2006年5月

序

云南省是一个多民族、多语言、多方言的省份，普及普通话对于有效协调社会生产和生活，普及教育，发展科技文化事业，增进各民族、各地区之间的交往，增强民族凝聚力，有着无可替代的重要作用。

多年来，我省一直非常重视普通话的推广工作。在普通话水平测试中，已有80万人取得了普通话水平等级证书。普通话的普及程度在大幅度提高，越来越多的公民具备了普通话应用的能力。

目前，大力发展社会主义市场经济，以信息化带动工业化发展，给我国的经济和社会发展带来了勃勃生机。人流、物流、信息流的跨地域流通日益频繁，国家通用语言的普及为实现这种流通创造了有利条件。不过，交际中的语言隔阂和由此形成的交际障碍仍然不同程度地存在着，普通话的通用程度离现实发展的需要还有较大的距离——我省各地区不通汉语或基本不通汉语的还约有670多万人；广大农村地区，很多人基本不能用普通话进行交际；大量流动人口带着各自方言走向异地的劳动力市场；在我省的公务活动、媒体宣传和公共服务行业等公众交际语言领域中，方言还占据着一定比例。这种语言应用状况直接影响社会的高效协调运转和人民群众生活质量的提高，与发展市场经济需要，形成全国统一的生产资料和劳动力市场的需求，与信息时代信息作为资本参与生产和经营、创造价值的要求相去甚远。因此，克服交际障碍，提高全社会的语言应用能力和规范化水平，仍然是一项十分现实而紧迫的任务。

当前，落实科教兴国战略和实施西部大开发战略正处于关键时期，全面建设小康社会和加快推进社会主义现代化的宏伟目标，对我们普及普通话提出了新的更高的要求。要发展社会主义的政治、经济、文化，提高中华民族的整体素质，实现各民族、各地区的共同富裕，比以往任何时候都更加迫切地需要推广、普及民族共同语——普通话。

2001年《中华人民共和国国家通用语言文字法》的实施，为普通话测试工作奠定了坚实的法律基础，也提出了更高的要求。2003年10月，教育部、国家语言文字工作委员会发布了新的全国统一的《普通话水平测试大纲》。随着测试实践的迅速发展，学习普通话的人数在不断增长，学习的需求和目的也呈多样化的趋势，对教材的要求也越来越高，越来越具体。

为使普通话培训测试与国家新大纲接轨，满足不同水平学习者的需要，适应不同学习者的学习特点和学习目的，云南省语言文字工作委员会组织编写了这本新编《普通话培训测试指南》。

新编《普通话培训测试指南》依照新大纲的测试性质、试卷构成、评分系统和等级确

定等，针对不同水平、层次学习者的需求，提供了各种层次的学习途径，即在发音、字词、朗读、说话各个部分均设计了初、中、高级学习训练的内容和方法，读者可根据各自的基础和需要，有选择地进行学习训练。这样“各取所需，目标明确”，有利于提高应试学习效率。同时，各等级的学习内容之间层层相扣，由浅入深，系统完整，拓展训练内容还可帮助学习者进一步深造提高，是一本有关普通话系统学习和练习的较实用的教材。

新编《普通话培训测试指南》结合云南方言特点，从云南方言的实际出发，较系统地总结了云南人学习普通话的规律，针对云南人学习普通话的难点和重点，进行了细致的分析和系统训练指导，是一本地方特色鲜明的教材。

书中简要的语音知识和附录中的有关内容，方便读者查询普通话及其水平测试的相关政策和标准，向参加测试者和普通话学习者提供了有用的学习资料。

相信新编《普通话培训测试指南》的出版，能有效提高云南人学习普通话的成效和测试的等级，在我省普通话推广普及工作中发挥积极作用。

2004年8月

第一章 概 述	(1)
第一节 学好普通话的几个先决因素.....	(2)
第二节 方言对普通话学习的影响及克服方法.....	(3)
第三节 普通话的日常使用与普通话水平测试.....	(5)
第二章 普通话的发音基础训练	(7)
第一节 初级训练.....	(7)
一、声母 (zh, ch, sh, r — z, c, s)	(7)
二、韵母 (撮口呼韵母)	(12)
三、声调 (阳平、上声的调型; 云南方言与普通话 声调归类不同的字)	(18)
第二节 中级训练.....	(24)
一、声母 (n, l, fu, hu; 云南人容易读错的零声母字)	(24)
二、韵母 (单韵母和复韵母, 除 en, eng, in, ing 外的 前、后鼻韵母)	(29)
三、声调 (阴平和去声调值)	(46)
第三节 高级训练.....	(49)
一、声母 (j, q, x 的齿化问题)	(49)
二、韵母 (in, ing; en, eng)	(52)
三、声调 (综合检测)	(59)
附: 普通话水平测试用多音节词语.....	(65)
第三章 普通话的音变训练	(69)
第一节 初级训练.....	(69)
一、上声变调.....	(69)
二、“一”的变调	(72)
三、“不”的变调	(74)
第二节 中级训练.....	(75)
一、“啊”的音变	(75)
二、儿化.....	(77)

第三节 高级训练·····	(79)
一、固定轻声·····	(80)
二、习惯轻声·····	(81)
第四章 普通话的朗读训练·····	(86)
第一节 初级训练·····	(87)
第二节 中级训练·····	(94)
第三节 高级训练·····	(105)
附：其他朗读练习作品·····	(120)
第五章 普通话的说话训练·····	(145)
第一节 初级训练·····	(145)
一、实例讲析·····	(146)
二、练习·····	(151)
第二节 中级训练·····	(153)
一、实例讲析·····	(153)
二、练习·····	(157)
第三节 高级训练·····	(160)
一、实例讲析·····	(161)
二、练习·····	(164)
附：参考话题·····	(165)
第六章 普通话的扩展训练·····	(167)
第一节 呼吸训练·····	(167)
一、日常生活言语的呼吸方式·····	(167)
二、呼吸的控制·····	(167)
三、呼吸的锻炼·····	(168)
四、呼吸训练·····	(169)
第二节 共鸣训练·····	(169)
一、共鸣腔及其作用·····	(169)
二、口腔共鸣的控制·····	(170)
三、共鸣训练·····	(170)
第三节 吐字归音训练·····	(171)
一、什么是“吐字归音”·····	(171)
二、吐字归音的要领·····	(172)
三、吐字归音练习·····	(173)
第四节 不同语体的训练·····	(174)
一、教师用语训练·····	(174)

二、社交用语训练·····	(177)
三、公务用语训练·····	(179)
四、服务用语训练·····	(181)
五、综合口语训练·····	(184)
第五节 言语美感训练·····	(185)
第七章 简明普通话语音知识·····	(188)
第一节 基本概念·····	(188)
一、语音的基本概念·····	(188)
二、汉语拼音方案和国际音标·····	(189)
第二节 声母·····	(191)
一、声母与辅音·····	(191)
二、声母的发音部位·····	(191)
三、声母的发音方法·····	(191)
附：云南方言声母与普通话声母的比较·····	(192)
第三节 韵母·····	(193)
一、韵母及韵母的分类·····	(193)
二、单韵母·····	(195)
三、复韵母·····	(196)
四、鼻韵母·····	(196)
附：云南方言韵母与普通话韵母的比较·····	(196)
第四节 声调·····	(197)
一、调值和调类·····	(197)
二、普通话声调与云南方言声调·····	(198)
附 录	
附录一 中华人民共和国国家通用语言文字法·····	(200)
附录二 关于开展普通话水平测试工作的决定·····	(203)
附录三 普通话水平测试大纲·····	(205)
附录四 普通话异读词审音表·····	(211)
附录五 常用多音字表·····	(230)
附录六 常用字表·····	(241)
后 记·····	(255)

第一章 概 述

《圣经》中讲过这样一个故事：

在创世之初，天下人的口音和语言都是一样的。他们在往东迁移的时候，在示拿这个地方发现了一片平原，于是就定居下来。之后，人们通过商量，决定要建造一座城和一座通天的塔。上帝知道了这件事后，想要看看世人建造的城和塔；当上帝带着众神来到人间时，上帝和众神都惊呆了；上帝说：“看哪，他们成为一样的人民，都是一样的言语，如今既做起这事来，以后他们所要做的事，就没有不成就的了。我们下去，在那里变乱他们的口音，使他们的言语彼此不通。”于是，上帝使城市建设的人们由一样的语言变成了相互不能交流的多种语言；由于无法交流，建设工程不得不停了下来，人们也不得不分散到世界各地；那座未建成的城市被称作“巴比伦”，就是“变乱”的意思。

这个故事生动地表达了一个意思：共同的交际语言对于人类和一个国家的发展是多么的重要。

中华民族作为一个整体，从古至今从未出现过文化上的分离，原因很多，但其中最重要的一个因素就是中华民族先进文化传承的主要工具——汉语，发挥了巨大的作用。

从秦始皇的“书同文”到明清时期推行“官话”，从新文化运动的“白话文”到中华人民共和国不断强化“普通话”作为国家通用语的发展历史之中，我们可以得知，共同语与我们中华民族的富强和发展须臾不可分离。

在世界经济一体化趋势越来越明显，中华民族在国际政治、经济等各个领域的作用越来越突出，中国的社会主义现代化建设日新月异的今天，我国东部与西部、南方和北方共同的社会经济文化发展，更需要加大国家通用语言——普通话的普及力度。特别是网络时代的到来和语音技术的日趋成熟，使得日常口语交流变得格外重要。讲一口流利、标准的普通话不仅是我国人的愿望，而且许多发达国家的人民也对此表现出了很高的热情和渴求。

怎样才能学到一口标准的普通话呢？这就是下面我们要解答的问题。

第一节 学好普通话的几个先决因素

学好普通话有这样几个先决因素：

第一，要解决一个需求问题。我们说“普通话讲得好”，这其中有一个层次的区分，能达到不同的层次，就是不同程度的好。至于达到什么程度，关键是要从个体的需要去考虑。如果你学习普通话的目的只是为了外出时能交流，或在一些必须使用普通话的场合能使用普通话，那么，在学习时，只要把最突出的几个方音改过来，让别人基本能听懂就可以了。如果你是因公务而使用普通话，那你就要根据不同的岗位要求来确定自己的普通话水平目标。比如你是教师或者是窗口行业的从业人员，职业对你的普通话水平的要求就要高一些：不但要使人能听懂，还要比较流畅、发音标准，甚至做到字正腔圆、气息控制得当等等。

因此，根据自己的实际需要来确定普通话阶段性地学习到何种程度，是学习普通话的一个关键，而这一点许多人往往没有考虑清楚。如果需求不明，定位就不准，学习的难点和重点就找不准，学习起来就会缺乏动力或信心不足，由此极易产生畏难情绪，导致学习效率不高甚至学习失败。所以，要想学好普通话，就应该先有一个比较明确的需求定位。

第二，要选择合适的教材。现在市面上有关普通话的文字教材和音像教材品种日渐增多。这些教材各有所长：有的从地方方言的实际出发，按本地方言区的人学习普通话的难易程度，有针对性地按训练层次编写；有的从提高语言表达能力的角度编写；有的从艺术发声和训练的角度编写。从功能上看，有的侧重普通话水平测试，有的侧重普通话表达技巧等等。因此，学习者可根据自己的需求和普通话的现有水平进行选择。

而本教材的主要功能是结合云南方言特点，在总结和吸收了云南省 20 多年来推广普通话经验的基础上，有针对性地对云南人进行普通话分层次训练，以达到在最短的训练时间里，有效提高被训练者普通话水平的目的。

第三，要选择合理的训练路径和科学的训练方法。任何一种技能的快速掌握，都需要正确方法的指导。普通话的掌握和应用也是一种技能的学习和实践的过程，与驾驶汽车、学习舞蹈等一样，必须有科学的方法来指导训练，才能事半功倍，少走弯路，才能使学习者做到自觉克服发音上的、词语应用上的错误习惯。

根据云南省长期推广普通话的经验，中等以上学校的在校学生选择“语言基础”课或“普通话口语”课，在有丰富教学经验的教师指导下学习普通话是最好的选择。其他青少年、儿童和社会各界人士，应选择参加由省或各地、州语言文字工作委员会和普通话水平测试中心（站）举办的，有着丰富教学经验的教师执教的“普通话培训班”，这样可以在普通话应用水平的提高和普通话等级测试两方面得到最有效的训练。

在学习过程中，一定要按照老师讲授的方法去体会和练习。对于一些最基本的发音训练，要细心感受，力求准确。以往有许多学生或学员，总认为基本发音训练简单、枯燥，而不予重视。这就像学驾驶汽车，只想怎么开快车，而忽视了方向盘和排挡的基本操作训练，其结果就是关键时候会出问题。

所以，学生在教师指导下掌握语音训练的方法，接受教师针对学生在讲普通话时的特点而进行的个别指导，是学好普通话的重要途径。

第四，要有一个良好的心态。人们在普通话的学习、测试，以及日常的使用过程中，如果心理状态调试不到位，会直接影响到普通话的学习和使用。

最常见的问题就是存在“没问题”和“太难学”这两个极端。认为“没问题”和“没多大问题”的人，一般都是普通话水平在二级乙等（关于普通话等级见本章第三节）以上者。由于平时对普通话较关注及自己摸索着学习，他们自我感觉语感还不错，从而在继续学习中产生“轻敌思想”，导致在提高过程中效果不理想。

认为“太难学”的人，一般为普通话水平在二级乙等以下者。他们平时用方言交流，由于很少使用普通话，所以，一开口就觉得找不到音了，由此产生一讲普通话就紧张的心理。这种紧张的情绪也叫做消极心理，会影响普通话学习中对自己水平和能力的正确评价，进而影响学习效果。

正确的、良好的心理状态应该是在得到老师的个案分析后，客观地认识自己的长处和短处，然后抓住主要的、最影响自己普通话口语面貌的问题各个击破。在这个过程中，要不断看到进步，不断增强信心，最后，达到自己理想的普通话运用程度和水平。

另外，任何技能的学习，至少有这样三个阶段：初步学会—基本掌握—熟练运用。但在每个学习阶段的后期都会出现一个“平台现象”，有“好像再努力也就只能这样”的感觉，普通话的学习也不例外。在这几个阶段的平台时期，需要心平气和并充满信心地认真总结和消化上一个阶段的学习成果，在教师的指导下，不断地去实践、去体味，有了一定的积累后，就会产生一个质的飞跃。这其中，良好心理状态的培养是至关重要的。

第二节 方言对普通话学习的影响及克服方法

方言是一种语言的地方变体，是共同语的分支。中国是一个方言众多的国家，不同地方的方言共同丰富了中华民族文化，但同时也带来了一定的交流障碍。从专家研究的成果看，我国的汉语方言从语言特征上可以分为七大方言：北方方言、吴方言、湘方言、赣方言、客家方言、闽方言和粤方言。北方方言是我国最大的汉语方言，其内部又可分为四个次方言：华北、东北次方言，西北次方言，西南次方言，江淮次方言。

云南汉语方言属于西南次方言。西南次方言区包括：四川、云南、贵州及湖北大部分、广西西北部和湖南西北角等。所以，云南话与贵州话、四川话等有许多共同的特点，比如声调相近、古入声字的分合情况基本相同等。

正因为云南话属于北方方言，所以，云南人听东北、西北、华中、华北等地的人讲话基本能听懂，云南话在其他北方方言区也能进行基本的交流。但要想准确无误地、流畅地进行交流，方言就很难做到了，这就需要借助中华民族的共同语——普通话来完成。

普通话是以北京语音为标准音，以北方话为基础方言，以典范的现代白话文著作作为语法规范的现代汉民族的共同语，也是我们中华民族相互交流的通用语言。

通过以上的分析，我们是否可以这样说，云南人学习普通话，并达到较高的等级，理

论上是不难做到的。那为什么有许多云南人总达不到普通话的高等级呢？

这是由于在学习过程中，有几个环节还注意得不够。因为普通话以北方方言为基础方言，云南方言是北方方言中的一支，所以，在词汇方面差异不大，语法的差异就更小。云南方言与普通话最明显的差异是语音，可以说，云南人学习普通话重点中的重点应是语音的学习。首先，你要对你所讲的家乡话（方言）在有经验的教师指导下进行梳理。通过梳理，搞清你的方言中有哪些音与普通话是相同或相近的，哪些音是不同或差异较大的。第二，要找到发音的差异之处，进行对比练习。第三，要注意阶段性。可分不同阶段来对自己的普通话水平提出要求，难点分散练。第四，要坚持不懈。在教师的指导下，有针对性地学习，这样才会收到事半功倍之效。

下面我们就把云南方言的特点，以及云南人学习普通话时要注意的、较有代表性的语音问题作一个简要说明。

云南方言，特别是方音的特点既是地方特色的一个标志，同时也成为云南人学习普通话时所要注意的难点和重点。例如：

声母方面，在云南 126 个县（市）中，有近一半的县（市）zh, ch, sh 读成 z, c, s, 另一半虽然 zh, ch, sh 与 z, c, s 能区分，但发音的部位较普通话稍前。

韵母方面，云南近 2/3 的地方齐齿呼和撮口呼不分。普通话读撮口呼韵母的字在云南方言中大多读为齐齿呼（普通话 u 韵和以 u 开头的韵母，在云南方言中都读为 i 韵和以 i 开头的韵母）；有一半多的地方 in, ing, ün 不分，有约 2/3 的地方，没有卷舌元音，故儿化韵没有卷舌等等。

声调方面，普通话的轻声词在云南全省基本都不读轻声；云南方言的四声中，阳平、上声、去声与普通话相应声调差异最大，其中普通话的阳平和上声成为云南人学习普通话的难点。

词语方面，云南方言在日常生活中，地域词语使用较多；在较正式的场合，规范词语使用较多。另外，受教育程度及生活环境对个人词语使用也有比较明显的影响。在普通话的使用中，地域特色明显的词语，大家都容易注意，而一些看似普通话词语，但在方言中其意义略有差异的词语往往被忽视。像“太”，在云南方言中使用频率很高，普通话中许多用“很”的地方，云南方言大都用“太”。云南人在讲普通话时，就可能不自觉地移用过来，如：“这个音很难发准”常会被说成“这个音太难发准了”。在普通话中，“很”和“太”有一定的程度差异和使用习惯的区别，云南人使用普通话时若不加以区分，就会造成表达与理解上的偏差。

句式方面，云南方言经常使用一些特殊的语气助词，最有代表性的就是“啍”，可构成疑问句“啍×××”。这一点大家都比较注意，使用普通话时，绝少出现。云南人在讲普通话时容易出现的是“噶”，构成祈使句“×××噶”。如普通话说“过马路要小心！”，云南人容易说成“过马路要小心噶！”，这一点也应特别注意。

通过上面的简要分析，我们可以了解到，云南人在学习普通话时——

- 声母要着重掌握 zh, ch, sh, r;
- 韵母要着重掌握撮口呼、in 韵及儿化韵卷舌问题；
- 声调要分清阳平和上声；

- 词语要注意分辨相近含义的词语的不同用法；
- 语句要注意句末语气词的正确使用。

这些是云南人学习普通话中所需要解决的普遍、共性的问题。如果具体到每个地、州或每个县，那又有许多小片区的地域方言、方音问题。但不管是共性的问题还是个性的问题，在结合云南方言学习普通话时，我们一定要注重掌握正确的学习方法。

我们建议在学习中：

第一，要用排除法。结合自己的方言、方音特点，按声母、韵母、声调三大方面与普通话进行比照，明确共同点或相似点，找出最大差异有针对性的来学习，使问题迎刃而解。

第二，要用对比法。一是对比语音的差异，找出不同点而采取相应的方法进行调整、纠正；二是对比字音归类，找出那些普通话和云南方言归类不同的字，按类记忆。

第三节 普通话的日常使用与普通话水平测试

一般人不会太注意普通话在平时使用时与普通话水平测试之间有什么不一样，这与大家对普通话口语与普通话水平测试的认知程度有关。

普通话的日常使用同方言的日常使用一样，是一种口语表达方式，是即兴说话。它的长处是较自由，能上口，说话人边想边说，自然，感情丰富，还可以借助体态语来辅助表达意义。普通话的日常使用大多是常速语流或快速语流，容易产生音变。专家的研究认为：“口语表达不等于口语本身。口语表达属于言语范畴，它是口语的具体运用；而口语本身则属于语言范畴。”^①

普通话口语测试体现出了这两个层面：第一，测试语言运用的能力水平；第二，测试普通话的口语表达能力。

可以这样说：普通话水平测试是语言运用能力和口语表达能力的综合性测试，它分为一、二、三级，每个级别内又分为甲、乙两个等次。一级甲等为普通话的最高等级，三级乙等为普通话的最低等级，这是国家语委颁布的普通话水平测试等级标准，是划分普通话等级的全国统一标准。

普通话水平测试是国家认可的一种技能考试（《普通话水平测试大纲》定性为“标准参照性考试”）。

根据《云南省国家通用语言文字条例（草案）》的规定，考试的对象和等级要求是：

1. 广播电视播出机构的播音员、节目主持人和影视话剧演员的普通话应达到一级水平，其中省级电台、电视台播音员和节目主持人的普通话应当达到一级甲等水平。
2. 学校及其他教育机构的教师的普通话应当达到二级以上水平（母语为非汉语的少数民族教师的普通话水平可以降低一个等级标准），其中语文教师和对外汉语教学教师的普通话应当达到二级甲等以上水平，普通话教师和语音教师的普通话应当达到一级水平。

^① 陈建民：《汉语口语》前言，北京：北京出版社，1984年。

3. 公共服务行业的播音员、解说员、导游员、话务员以及新闻记者的普通话应当达到二级以上水平。

4. 国家机关工作人员的普通话应当达到三级甲等以上水平。

5. 师范院校毕业生、非师范院校与口语表达密切相关专业毕业生的普通话应当达到二级以上水平；鼓励非师范专业的大中专学生通过测试取得普通话水平等级证书。

普通话水平测试的内容包括五个部分：

第一部分——读单音节日词 100 个（不含轻声、儿化音节），其中 70% 的字出自《普通话水平测试用普通话词语表》“表一”，30% 出自“表二”。主要考查受试者普通话声韵调读音的标准程度。

第二部分——读多音节词语 50 个，其中主要考查受试者对声母、韵母、声调和变调、轻声、儿化读音的标准程度。

第三部分——选择判断。其中包含普通话词语辨识、量词选择、语句判别三个内容，主要考查受试者普通话语法的规范程度。由于云南方言属于北方方言，这一部分内容在现阶段的云南测试题中不出现。

第四部分——朗读短文。有 400 个音节，主要考查受试者使用普通话朗读书面作品的水平；重点测查连读音变、停连、句调、语气、流畅程度。

第五部分——命题说话。要求在 3 分钟内，从给定的两个话题中选定一个话题，连续说一段话。这部分主要考查受试者在无文字凭借的情况下说普通话的水平，即语音的标准程度，词汇、语法的规范程度和自然流畅程度。

从这五个部分的考试内容我们可以看出：第一部分到第四部分，考查的是受试者的普通话口语语言能力和水平；第五部分考查的是受试者的口语表达能力和水平，也就是言语水平。

普通话水平测试不同于书面考试，它是一种口试，要想考出理想的成绩，应考策略上的准备是必不可少的。

- 要掌握读单字、词语的方法。在普通话水平测试时，第一题读单字和第二题读词语，不能用日常说话的语速和方法来读，以中速为佳。读单字时，字与字之间的间隔时间要均匀，字音要尽可能地清晰、准确，声调要按要求读完全，不能出现连读和音变。读词语时，词语与词语之间间隔要均匀，注意双音节词语的连读音变，注意读准轻声和儿化词语。还有一个常被忽视的地方，就是双音节词语的最后一个字的声调要读完整，特别是上声字作末尾音节的词。

- 要掌握短文的朗读方法。普通话水平测试中的短文朗读要以语音清晰、句调正确、语气贴切、停连恰当、语速适中、整体流畅为要求，不允许快速度或一个字一个字地读，也不允许对读错的句子或自己认为没读好的句子重读。

- 要会说话。普通话水平测试的最后一题是选一个话题说 3 分钟的话。要注意的是，这是对受试者口语表达能力的测试，需要受试者边想边说，不能有文字的依据，更不能写好了稿子来读。另外一个要注意的环节是说话时要扣题，这是能否得高分的一个关键。

总之，只有在了解充分、结合需要、训练得法、讲求应考策略的基础上，才可能学好普通话，考出自己理想的等级。

第二章 普通话的发音基础训练

普通话的发音基础训练分为初级、中级和高级训练。

初级训练的目标是掌握相对标准的普通话语音，普通话语音的标准度达到或基本达到二级乙等。这一等级允许朗读和自由交谈时，个别调值不准、声韵母发音有不到位现象，有使用方言词、方言语法的情况，方言语调不太明显。

中级训练的目标是掌握比较标准的普通话语音，普通话语音的标准度达到或基本达到二级甲等。这一等级的要求是朗读和自由交谈时，声韵调发音基本标准，语调自然，表达流畅，少数难点音有时失误，语调、语法极少有误。

高级训练的目标是掌握标准的普通话语音，普通话语音标准度达到一级乙等或一级甲等。这一级的要求是在朗读和自由交谈时，语音标准，表达流畅，偶有字音、字调失误。

第一节 初级训练

云南人学习普通话，口语要达到或基本达到二级乙等，主要应做到声母平翘舌音基本能区分，韵母要有撮口呼，阳平、上声调型基本把握，能掌握云南人学普通话中易读错声调的字。

一、声母 (zh, ch, sh, r — z, c, s)

(一) 学习重点简析

普通话里有舌尖后音 zh, ch, sh, r (因发音时舌尖要微微上翘又称为翘舌音) 和舌尖前音 z, c, s (因发音时舌尖平伸又称平舌音) 两组声母，它们的发音部位不同，区别明显。在云南方言中，有大约 1/2 的地方方言能区分翘舌音和平舌音，只是翘舌音的舌位略靠前。这些方言区的人在发普通话的翘舌音时，注意把舌尖后翘一点，发音就基本标准了。还有一部分人平翘舌音不分，二者混淆不清，在学习普通话声母时，应找准发音部位，掌握发音方法，通过练习，正确发音。

(二) 发音体验

这里着重介绍舌尖后音 zh, ch, sh, r 的发音要领。

zh, ch, sh, r 是舌尖后音，是云南人学习普通话声母的一个难点。发音时舌尖上翘接触或接近硬腭前端，留一条窄缝，软腭上升，堵住鼻腔通路，气流从窄缝通过。zh, ch 是塞擦音；sh, r 是擦音 (具体的语音知识见第七章第二节)。

发这组音时要注意：一是发音部位不能靠前；二是舌尖不能过于后卷，或是接触硬腭的面积过大，听起来部位靠后，似“大舌头”；三是嘴唇不能拢圆，呈自然唇状态。

〔听辨音练习〕

(1) 本音练习：

zh—zh	ch—ch	sh—sh	r—r	z—z	c—c	s—s
zh—z	z—zh	ch—c	c—ch	sh—s	s—sh	
sh—r	r—s	z—c	c—s	s—zh	z—sh	
ch—sh	sh—zh	z—ch	sh—r	c—zh	r—sh	
zh ch sh r—z	c s	z c	s—zh	ch sh r		

(2) 单字比较练习：

草—吵 cǎo chǎo	春—村 chūn cūn	自—志 zì zhì	找—枣 zhǎo zǎo
闸—杂 zhá zá	灾—摘 zāi zhāi	窄—宰 zhǎi zǎi	暂—占 zàn zhàn
脏—张 zāng zhāng	知—资 zhī zī	止—子 zhǐ zǐ	总—肿 zǒng zhǒng
忠—宗 zhōng zōng	昼—奏 zhòu zòu	租—朱 zū zhū	最—缀 zuì zhuì
三—山 sān shān	少—扫 shǎo sǎo	社—涩 shè sè	森—深 sēn shēn
是—寺 shì sì	说—缩 shuō suō	思—诗 sī shī	岁—睡 suì shuì
苏—书 sū shū	桑—伤 sāng shāng	拆—猜 chāi cāi	冲—聪 chōng cōng
词—迟 cí chí	串—窜 chuàn cuàn	摧—吹 cuī chuī	彻—册 chè cè

(3) 词语比较练习：

资源—支援 zī yuán zhī yuán	战时—暂时 zhànshí zànshí	栽桃—摘桃 zāitáo zhāitáo
花纸—花子 huāzhǐ huāzǐ	迟了—辞了 chíle cíle	八层—八成 bācéng bāchéng
粗布—初步 cūbù chūbù	木柴—木材 mùchái mùcái	肃立—树立 sù lì shù lì
收集—搜集 shōu jí sōu jí	诗人—私人 shīrén sīrén	桑叶—商业 sāngyè shāngyè