



临沂大学优秀校本教材

马 静 主 编

播音发声教程

Textbook on Broadcasting Vocalization



山东人民出版社

Shandong People's Publishing House



临沂大学优秀校本教材

播音发声教程

Textbook on Broadcasting Vocalization

马 静 主 编



山东人民出版社

Shandong People's Publishing House

图书在版编目(CIP)数据

播音发声教程/马静主编. —济南: 山东人民出版社, 2011. 10

ISBN 978-7-209-05852-0

I. ①播… II. ①马… III. ①播音—发声法—研究
IV. ①G222.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 161351 号

责任编辑: 王 晶 麻素光

封面设计: 彭 路

播音发声教程

马静 主编

山东出版集团

山东人民出版社出版发行

社 址: 济南市经九路胜利大街 39 号 邮 编: 250001

网 址: <http://www.sd-book.com.cn>

发行部: (0531)82098027 82098028

新华书店经销

山东临沂新华印刷物流集团有限责任公司印装

规 格 16 开(184mm×260mm)

印 张 25

字 数 550 千字 插 页 2

版 次 2011 年 10 月第 1 版

印 次 2011 年 10 月第 1 次

ISBN 978-7-209-05852-0

定 价 40.00 元

如有印装质量问题,请与印刷单位联系调换。电话:(0539)2925659

临沂大学教材建设指导委员会

主 任：韩延明

副主任：姜同松

成 员：（以姓氏笔画为序）

王统永 毛红旗 孔繁金 申洪源 朱晓德 任世忠 江兆林

许长谭 许汝贞 孙成通 李 琳 李洪忠 吴 峰 张立富

张问银 张根柱 陈学营 陈建国 林光哲 周光亮 郑秀文

赵 勇 赵光怀 徐东升 奚凤兰 谢 楠

君子务本,本立而道生

——《临沂大学优秀校本教材》总序

校长 韩延明

孔子曰:“君子务本,本立而道生。”大学是育人之本,大学是科学之根,大学是文化之魂。大学教师的根本,乃在于“静下心来读书求真,俯下身去教书育人”。换言之,培养高质量人才始终是大学责无旁贷的基本目标和根本任务,而人才培养的主渠道又相对集中于课堂教学。课堂教学的基本要素是教师、学生和教材。教材又称“教本”。“教本教本,教学之本”。因此,校本教材建设,是大学教学基本建设、学校品牌创建的重要内容,是固化教师教学成果、实现教师科研成果向教学内容转化的重要步骤,也是创新课堂教学、提升教学质量的重要举措。2006年8月,由我校教师主编的首批立项资助的《香樟书库》系列校本教材(10本),由山东大学出版社正式出版。2010年8月,第二批教材(10本)在多方努力和帮助下,也已顺利付梓面世。两批教材熔铸古今、博采众长,体例新颖、内容丰富,发疑锐敏、释理清晰,开阔了学生视野,拓展了教学内容,优化了课程结构,提升了学校内涵,得到了师生的普遍认可和同行专家的高度评价,为后续校本教材的编撰和出版工作奠定了坚实的基础,积累了宝贵的经验。

“十二五”时期,是我校全面建设高质量综合性品牌大学的关键时期。2010年11月26日,国家教育部正式发文批准我校由临沂师范学院更名为临沂大学;12月8日,我们隆重、热烈地举行了临沂大学揭牌庆典。2011年6月12日,我们又隆重举行了声势浩大、影响深远的临沂大学70周年校庆。2011年是我校在综合性大学办学平台上谋划新发展、实现新突破、开创新局面的关

键一年。为此,学校党委组织开展了为期四个月的“办一所什么样的大学”和“怎样办好这所大学”的解放思想、更新观念大讨论活动,提出了建设“高质量综合性品牌大学”的奋斗目标,确定了“实”的校风和“明义、锐思、弘毅、致远”的校训。在办学理念上,我们提出了要办“有德性、有实力、有创新、有特色”的大学,要办“有规律、有规划、有规矩、有规模”的大学,要办“有理念、有理论、有理想、有理性”的大学,要办“强配置、高质量、有核心竞争力、有社会美誉度、学生满意、家长放心”的受人尊重的大学。在办学实践上,我们提出要遵循三条规律、进行三个转变、实施三大战略和突出三项重点。三条规律是:高等教育发展规律、人才成长发展规律和市场经济发展规律;三个转变是:由外延发展为主向内涵发展为主转变,由教学型大学向教学研究型大学转变,由师范类学院向综合性大学转变;三大战略是:质量立校战略、开放强校战略、特色亮校战略;三项重点是:全面加强人才队伍建设、全面提高学术科研水平、全面提升社会服务能力,以期真正使临沂大学办出水平、办出活力、办出特色。

《国家中长期教育改革和发展规划纲要(2010~2020年)》明确提出:“提高质量是高等教育发展的核心任务,是建设高等教育强国的基本要求”。我认为,就今天的高校而言,思路决定出路,就业决定专业,能量决定质量,质量决定力量。办学质量始终是一所高校的声誉之源、立校之本、发展之基,是高校命脉之所在。提高教学质量,理应是高校矢志不渝所追求的永恒主题和永远高奏的主旋律,这就是我们多年来常讲的“教学为本,质量立校”。而办学质量又始终贯穿于实现“培养人才、发展科学、服务社会和文化遗产创新”四项大学基本职能的各个具体环节之中,其中既有人才培养的质量问题,也有科技成果转化和社会服务的质量问题,但人才培养质量是核心和旨归。为适应我校在综合性大学办学平台上提高人才培养质量的实际需要和21世纪信息时代对教材提出的新的更高要求,根据我校人才培养方案和精品课程建设规划,我们又很快启动了第三批立项教材的编撰工作。在临沂大学教材建设指导委员会的组织、指导与协调下,教材编著者们在多年知识积累和教学经验的基础上夜以继日地辛勤劳作,如今第三批教材(15本)的编辑工作已顺利完成,即将出版面世。这批教材是我校由临沂师范学院更名为临沂大学后的首批立项资助教材,既是我校校本教材建设工作步入规范化、系列化、制度化、科学化轨道的一个重要标志,也是认真贯彻落实国家教育部、山东省教育厅关于高等院校教学质量建设工程精神、促进学校内涵发展的一项重大举措,为中国共产党成立

90周年和临沂大学建校70周年献上了一份厚重的贺礼。

教材即教学材料的简称。广义言之，它是指依据教学大纲和教学实际需要为师生选编的教科书、讲义、讲授提纲、参考书目、自学手册、课外练习、网络课程、图片、教学影片、唱片、录音、录像以及计算机软件等；狭义言之，它是指一门课程的核心教学材料——教科书。教材是教学内容和教学方法的载体，是教师实施课堂教学的依据和工具，是学生最基本的学习参考资料，是师生互动、教学相长、顺利完成教学任务的必要基础，也是教学内容和课程体系改革成果的具体体现。教材建设水平是衡量一所高校教学质量与学术水平的重要标志之一。教材质量影响教学质量，教学质量影响人才培养质量。深化教育教学改革、全面推进素质教育，必须大力加强高校教材建设。临沂大学历来十分重视教材建设工作。几年前，为了督导教师选用优质教材、提高教学质量、强化教学管理、优化教学环境，学校曾严格规定：全部本科教材必须使用国家教育部、山东省教育厅统编教材或获奖教材，禁止使用教师自编教材，从而保证了教材质量，为规范、提升、完善本科教学工作奠定了良好的基础。

古人云：“临渊羡鱼，不如退而结网。”近年来，伴随着我国高等教育大众化的迅猛发展和高校本科教学工作水平评估的深入推进，临沂大学实现了超常规、跨越式、突破性发展，其中之一便是卓有成效地开展了“四大建设”，即“深化课程建设，优化专业建设，亮化学科建设，强化师资队伍建设”，使专业学科建设水平与教师教学水平不断提高，课程开发能力不断增强，课堂教学改革与课外实践革新不断深入，相继涌现出一大批质量上乘、优势明显、特色突出的优质课程和爱岗敬业、教书育人、乐于奉献的优秀教师，因而启动校本教材编写的条件日渐成熟。

在教材编写程序上，我们要求：严格按申报、立项、审批、编撰、出版发行、推广使用、论证评价等环节和程序进行。明确了教材建设的重点和选题范围：解决教学急需的，填补学科、专业、课程空白的新教材；体现我校教师在某一学科、专业领域独具优势或特色的专业基础课和选修课教材；针对我校作为沂蒙老区唯一一所本科高校这一特点，结合地方社会政治、经济、科技、文化需求所开设的地方课程教材，并高度重视红色文化的育人价值和教材建设。

在教材编写原则上，我们强调：一是注重知识性与思想性相辅相成；二是注重学术性与可读性融为一体；三是注重科学性与学科性彼此糅合；四是注重理论性与实践性相得益彰；五是注重统一性与多样性有机结合；六是注重现实

性与前瞻性有效拓展。我国著名教育家张楚廷教授曾提出教材编写“五最准则”，即最佳容量准则、最广泛效用准则、最持久效应准则、最适于发展准则、最宜于传授准则，我深表赞同。

在教材编写内容上，我们提出：既重视对国内外该课程领域经典的基本理论问题进行透彻的解析，又对当前教育所面临的新现象、新理论、新方法给予必要的回应；既考虑如何有利于教师的课堂教学与辅导，又兼顾如何有助于学生的课后复习和思考；既能反映我校特色和课程体系改革的基本方向，又要展示我校教材建设及学术研究的最新成果，适应我校创建精品课程、优质课程和品牌课程的实际需要。

在教材教法改革上，我们倡导：秉持综合素质教育理念，坚持课堂讲授与讨论相结合、教师讲授与学生自学相结合、理论学习与案例分析相结合、文本学习与网络学习相结合，“优化课内，强化课外”。既重视教师启发式、研讨式、合作式、案例式等教学方式方法的科学运用，又重视学生学习能力、实践能力、创新能力与创业能力的培养和训练，力图为学生知识、能力、素质的全面协调发展创造条件。可喜的是，这些方面都在教材编写中得到了充分体现。所有教材都是在试用了多年的成熟讲义的基础上经编著者们精心修改和指导委员会严格审定后出版的，确保了教材的思想性、科学性、系统性、适用性、启发性和相对稳定性。

临沂大学系列“优秀校本教材”的编撰出版，包含了编著者们的辛勤劳作和指导委员会成员的认真审阅。然而，由于此项工作尚处于尝试、探索阶段，又是我校成为综合性大学后的首批立项教材，因而疏漏、偏颇甚或错误之处在所难免，正所谓“始生之物，其形必丑”，敬请各位同仁和同学批评指正，以期再版时予以修订。

古人云：“书山有路勤为径，学海无涯苦作舟”。在漫漫求学路途上，千辛万苦、呕心沥血，“书”总会一直忠诚地陪伴着学习者，承前启后、继往开来，输送知识、启迪智慧，成为学习者解疑释难的知心朋友和指点迷津的人生导师，引领学习者最终进入学与习、学与思、学与行、学与创相结合的学人境界。在此，摘录俄国著名文学家托尔斯泰的一句名言与同学们共勉：“选择你爱的，爱你选择的！”选择你爱的教材，爱你选择的教材；选择你爱的专业，爱你选择的专业；选择你爱的母校，爱你选择的母校！衷心希望同学们像《临沂大学校歌》中所唱的那样：“笃奉明义锐思，抱负致远弘毅”，“德为重，才为本，弘道为要

义”，“明朝家国天下，我们一肩担起”。

恰逢我国第 27 个教师节来临，心潮澎湃、感慨万千！教师是光荣的：今岁种明岁栽岁岁育松柏，春开花秋结果年年献桃李；教师是辛苦的：滴滴汗水诚滋桃李芳天下，点点心血乐育英才泽神州。衷心感谢老师们多年来对学校建设和发展作出的重大贡献，深情祝福老师们身体健康、工作顺利、生活幸福、事业大成！

草于临沂大学明静轩

2011 年 9 月 10 日

CONTENTS | 目 录

君子务本，本立而道生

——《临沂大学优秀校本教材》总序 韩延明 /1

第一章 播音发声概说 /1

- 第一节 什么是播音发声学 /1
- 第二节 播音工作的创作特征 /4
- 第三节 播音发声的特点 /6
- 第四节 播音员声音的要求 /8
- 第五节 播音发声的训练 /10

第二章 普通话概说 /18

- 第一节 语言是人类最重要的交际工具 /18
- 第二节 普通话与方言 /21

第三章 普通话水平测试 /28

- 第一节 测试的名称、性质、方式 /28
- 第二节 测试内容和范围 /29
- 第三节 试卷构成和评分 /29
- 第四节 应试人普通话水平等级的确定 /32
- 第五节 国家语言文字工作的方针、政策 /33

第四章 语音的基本知识 /42

- 第一节 语音的含义 /42
- 第二节 语音的属性 /42

第三节 语音的概念 /48

第四节 语音的符号 /50

第五章 字音准确的基础——声母 /57

第一节 什么是声母 /57

第二节 声母的作用 /58

第三节 声母的分类 /58

第四节 声母的发音 /61

第五节 声母辨正 /67

第六节 声母练习 /70

第六章 字正腔圆的依据——韵母 /78

第一节 什么是韵母 /78

第二节 韵母的作用 /79

第三节 韵母的分类 /79

第四节 韵母的发音 /80

第五节 韵母辨正 /94

第六节 韵母练习 /97

第七章 字音高低升降形式的体现——声调 /108

第一节 什么是声调 /108

第二节 声调的性质 /108

第三节 调值和调类 /109

第四节 声调的发音 /110

第五节 声调辨正 /111

第六节 声调练习 /115

第八章 音节的结构与拼合 /127

第一节 音节的结构 /127

第二节 声韵调的拼合规律 /128

第三节 音节的拼读和拼写 /130

第九章 语流音变 /135

第一节 轻声 /135

第二节 变调 /142

第三节 儿化 /144

第四节 语气助词“啊”的变读 /149

第五节 叠字形容词的变调 /151

第六节 语流音变的方言辨正 /152

第七节 语流音变练习 /153

第十章 轻重格式 /165

第一节 双音节的轻重格式 /165

第二节 三音节的轻重格式 /166

第三节 四音节的轻重格式 /167

第四节 轻重格式练习 /168

第十一章 普通话语音综合训练 /207

第一节 单音节发音训练 /207

第二节 双音节发音训练 /209

第三节 绕口令训练 /211

第四节 诗词朗读训练 /223

第五节 短文播读训练 /229

第十二章 播音发声的制声机理 /236

第一节 播音发声的物理基础 /236

第二节 播音发声的心理基础 /241

第三节 播音发声的生理基础 /242

第十三章 呼吸控制 /249

- 第一节 呼吸控制训练的作用 /249
- 第二节 呼吸控制的原理 /252
- 第三节 气息控制的正确状态 /257
- 第四节 呼吸控制训练 /260

第十四章 口腔控制 /277

- 第一节 口腔控制训练的要求 /277
- 第二节 播音发声对吐字的要求 /278
- 第三节 咬字和咬字器官 /279
- 第四节 吐字归音 /283
- 第五节 口腔控制训练 /289

第十五章 喉部控制 /302

- 第一节 喉部控制的意义 /302
- 第二节 喉部的构造 /303
- 第三节 喉的发育 /304
- 第四节 制声机理 /305
- 第五节 喉部控制要领 /308
- 第六节 喉部控制训练 /309

第十六章 共鸣控制 /315

- 第一节 共鸣在发声过程中的作用 /315
- 第二节 共鸣器官 /316
- 第三节 播音共鸣的特点与控制 /320
- 第四节 共鸣控制训练 /321

第十七章 声音的弹性 /325

- 第一节 什么是声音弹性 /325
- 第二节 声音弹性的表现特点 /325

第三节 如何获得声音的弹性 /326

第四节 声音弹性训练 /328

第十八章 情、声、气的结合 /343

第一节 情、声、气的含义 /343

第二节 播音对情、声、气的要求 /344

第三节 情、声、气之间的关系 /344

第四节 情、声、气的结合 /345

第五节 情、声、气的结合练习 /346

第十九章 播音发声综合训练 /376

播音发声概说

播音员、主持人是以有声语言为表达手段的广播电视新闻工作者，播音员的创作必须通过声音体现。“工欲善其事，必先利其器”，因而，播音员应该注意锻炼自己的声音，学会驾驭自己的声音，使声音成为得心应手的创作手段。

第一节 什么是播音发声学

一、播音的含义

广义的播音，也就是播音的泛概念。播音就是广播电视等大众媒介播出的声音。比如，“中央人民广播电台，现在开始播音”，“本台今天全天的播音到这里结束”中播音的概念都包含这样的意思。这里所说的播音是指广播电视节目中声音的三要素：言语、音响和音乐。

狭义的播音就是“播音员和主持人运用有声语言和副语言，通过广播和电视等传播媒介所进行的传播信息的创造性活动”。有声语言是播音员、主持人创作的主要手段，它是播音创作中用以塑造形象、传达信息的主要工具。它具有具体形象性，能够唤起受众的想象和联想；具有亲切真实感，能够充分发挥广播电视媒体的“温暖特性和陪伴功能”；具有轻松愉悦性，让受众感到轻松愉快，激起人们的欣赏兴趣；具有悦耳相关性，每句话、每个字都应该悦耳动听，富于节奏感和音乐美。播音的狭义概念当中不包含音响和音乐。不过，它却包含了另一个因素，即副语言。《中国语言学大辞典》中对副语言进行了解释。狭义的副语言指有声现象，比如，说话时的气喘、嗓子沙哑或尖溜溜、吃吃笑、整句话带有鼻音、某个字音拉得很长、压低嗓音打喳喳、结结巴巴说话不连贯等，这些伴随话语而发生或对话语有影响的，具有某种意义，但是这种意义不是来自词汇和语法或语音一般规则的现象。广义的副语言是指无声而有形的现象，即是说话者语言表达的同时或单独使用的手势、身势、面部表情、对话时的位置和距离等。这些无声而有形的现象也能表示某种意义，但是一般情况下要配合语言以加强表达的作用。

播音既要求准确地表达稿件内容、精神实质，又要求与受众交流，它是严肃、郑重的转述，是一种质朴的再创作。广播、电视的传播特点决定了播音的语言应该规矩、工整，即具有规整性。规整性强调严谨性、规范性，不追求渲染性、夸张性。它不仅包括普通话语音结构的规整，声带、口腔、唇舌等生理结构方面的不可变因素调节的规整，同时还有吐字归音、呼吸调节、发声状态等控制能力方面的可变因素调节的规整。

不同的国家都有播音员用标准读音去播音的要求，并以此为荣耀。日本广播协会（NHK）声称是代表了标准的日语，英国广播公司（BBC）中的播音，号称代表着最标准的英语。

二、播音发声学

播音发声学研究的是如何通过科学理论的指导，通过听、辨、记的手段，提高自我调节发音动作的能力，提高发声效率和发声质量。

播音员、主持人是以声音为主要物质手段来进行交流的，如果播音员、主持人没有悦耳动听的声音、标准的发音，节目的美学价值就会大受影响。好的声音不仅能够表达出主持人丰富多变的思想感情，而且会声声入耳、娓娓动听，同时，还能够使观众的注意力倾注到节目之中去。

如果我们把创作有声作品比作一幅画的话，那么，嗓音与吐字就像笔和颜料，用它们来描绘出幽静的“小桥流水”或气势磅礴的“高山飞瀑”，它们运用得如何，往往决定有声作品的成败。

播音员应勤于磨炼声音。播音发声的基本功扎实不扎实，不仅直接影响播音质量，甚至会影响一个播音员的播音寿命。由于嗓子出问题而离开播音岗位的人屡见不鲜。一个声音训练有素的播音员的播音寿命应该是 60 岁左右。

播音发声讲究音色优美动听。播音发声是指规范化、艺术化的有声语言。从声音的走向来看，属于中部通道，以口腔、鼻腔共鸣为主，音量有一定幅度的变化，发音能力强且持久；从口腔控制来看，在音色允许的范围内，应灵活地运用吐字归音技巧，以利于吐字的清晰度；从气息角度来看，要会使用胸腹联合式呼吸法，具有自如地控制气息的能力。

播音发声讲究善于运用声音的对比，比如，高低、强弱、长短、明暗、宽窄、前后、虚实等，在这些对比中能够显示声音驾驭的自如性。声音的自如性不仅表现在声带、口腔、唇舌等生理结构方面的不可变因素中，同时还有吐字归音、呼吸调节、发声状态等控制能力方面的可变因素中。它们的有机统一体现出声音的弹性。同时，播音还要求面对不同内容、不同体裁的稿件，能够用不同的声音形式、气息状态，适应不同工作环境的不同要求，并根据这个不同要求去播音，这就要求播音员有相当强的语言支配能力。

播音发声是日常发声的科学化和艺术化。日常发声是自然的、原始的，播音发声则是系统化的。它们的共同特点是忌假声，以真声发音为主。

播音发声提倡“回归自然”，并不是指使用原生态、不经艺术加工的原始语言，而是艺术化“回归自然”。生活中的“嗯、啊、吗、呢”等语气词大量地进入广播、电视语言，在所谓的自然中，播音语言有的沙哑，有的苍老，有的不圆润，有的不结实，有

的缺低音，有的没共鸣，字词的准确与否，语句的流畅与否可以不管不顾，凭着自己的感觉，毫无内心依据，也不符合普通话的音韵规律，这并不是自然、生活化，而是应该摒弃的语言杂质。无视播音语言规整性的自然主义是不会为广大观众所接受的。

由于大量的节目主持人进入了广播、电视播音领域，主持人节目越来越多地强调主持人的主持个性，而忽略了对语言能力的规范和要求。那些没有语言功底，没有语气变化，没有控制的自然发声，甚至连普通话都不如一般受众的主持人会时常出现在广播和电视中，这种现象会对受众有一个不好的引导，因为，一般的受众都会认为播音员、主持人的语言是活的字典，是标准的发音，并以其发音为榜样和模板。

广播电视节目鲜明的交流性和直观性特征决定了主持人的一言一行都在观众的关注之下。主持人说话时的双唇动作都会被受众注意，牙齿的整齐与否、唇角的上提对称与否都会引起受众的热议。可见主持人的语言功力不足，更会受到受众的关注。更重要的是语言的功力不够，会直接干扰受众对内容的接受和理解。因而，进行播音发声的学习是播音员、主持人更好地进行创作的前提。

发声学习的目的在于改进所发声音的音质，加强发音器官的发声能力，使它变为受意识支配和监督的自觉机能。

发声能力包括两层意思：第一层意思是根据自己的声音条件合理地发声。每个人的音域是由声带的状况决定的，针对表述内容，根据自己的嗓音条件，合理安排高音区和低音区的关系，力求低音区听得清晰松弛，高音区不觉得尖锐紧张，注意保持自己音色的圆润和统一，不人为地拔高或压低。第二层意思是播音员、主持人要掌握较为正确的发声方法。有了正确的发声方法，不仅表述时声音的持久力强，而且音色圆润、洪亮、穿透力强。

要提高发声能力必须提高声音的辨别能力。实验表明，识别声音的能力要优先于发音能力，一旦掌握了发音能力，又会对语音识别能力产生促进作用。在言语学习过程中，对自己会发的音就易于识别，对自己不会发的音就不易识别。如果对声音的好坏，发音位置的高低前后，呼吸的深浅，色彩的明暗都觉察不出来，在自己进行练习的时候就会无所适从。大脑能够将平时练习熟练化的发音动作记录贮存下来，随时与发音时的动作进行核对修正。这样发声就进入了更高的自由状态，讲话时不必考虑发音动作，而能将注意力集中在所传达的内容上。

三、播音语言与其他艺术语言的差异

张颂先生曾经对播音语言和其他语言形式进行了比较。“朗读语言的规整性与朗诵语言的吟咏性，话剧语言的夸张性，电影语言的自然性，相声语言的诙谐性，评书语言的描摹性，播音语言的明晰性，教师语言的讲解性，可以说是‘八仙过海，各显神通’……这种在比较中突出特色的做法，也可能失之于简单，但总会造成区分，使人体体会到它们的不同。”

（一）播音语言与声乐的区别

两种艺术语言的表达都必须有气息的支持，这一支持的力量来自腰部的肌肉，但是它们所需要的气息流量以及气息穿透的方向还是有差异的，声乐需要的气息量要高于播