

播音主持专业十二五规划教材 · 21世纪播音主持专业训练教材

播音主持语音发声 训练教程

◎ 张 涵 编著



中国传媒大学 出版社

播音主持语音发声 训练教程

◎ 张 涵 编著

中国传媒大学 出版社

图书在版编目(CIP)数据

播音主持语音发声训练教程/张涵编著. —北京:中国传媒大学出版社,2011.1
ISBN 978-7-5657-0132-0

I. ①播… II. ①张… III. ①播音—发声法—高等学校—教材
②主持人—发声法—高等学校—教材
IV. ①G222.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 256828 号

播音主持语音发声训练教程

编 著 张 涵
责任编辑 赵 欣
责任印制 范明懿
封面设计 魏 东
出 版 人 蔡 翔

出版发行 中国传媒大学出版社

社 址 北京市朝阳区定福庄东街1号 邮编:100024
电 话 86-10-65450528 65450532 传真:65779405
网 址 <http://www.cucp.com.cn>
经 销 全国新华书店

印 刷 北京中科印刷有限公司
开 本 787×1092mm 1/16
印 张 17.5
版 次 2011年12月第1版 2011年12月第1次印刷

书 号 978-7-5657-0132-0/G·0132 定 价 39.80元

版权所有 翻印必究 印装错误 负责调换

教材使用说明

普通话语音课程是播音与主持艺术专业的一门主干专业基础课。该课程以科学语言观为指导,以国家语言文字政策法规为依据,系统地讲授普通话语音知识,着重训练学生普通话发音的基本技能,培养和提高学生普通话口语的实际应用能力,为其将来从事播音与主持工作奠定坚实的语音基础。

播音发声课程是以中国传媒大学播音主持专业理论教学体系为基本纲目,结合播音主持工作的用声实际,系统进述播音主持艺术语言所依托、所必需的发声机理及训练技巧。该课程指导学生掌握积极有效的练声、练气的方法和技巧,培养学生进行艺术语言发声的能力,使学生基本掌握并熟练地驾控气息、声音、吐字及共鸣,为语言表达和专题文体播音的学习打下坚实的基础。

普通话语音课程和播音发声课程在专科中一般安排在第一学年的第一学期,在本科一般安排在第一学年,本科课时安排有可能会加倍,采取大课和小课相结合的授课方式,共 104 课时,其中大课 32 课时,小课 72 课时。建议每周开两次课,每次课 4 课时,104 课时会在 13 个教学周进行完。每一单元的大课小课的课时分配见下表:

教学进度表

	教学内容	大课课时	小课课时
普通话语音训练	第一单元 普通话语音概说	1	
	第二单元 辅音和声母	8	12
	第三单元 元音和韵母	5	16
	第四单元 声调	1	4
	第五单元 语流音变	1	4
播音发声训练	第一单元 呼吸控制	4	16
	第二单元 口腔控制	4	8
	第三单元 喉部控制	2	
	第四单元 共鸣控制	2	4
综合训练	绕口令、传统贯口、古诗词、古文训练	3	8
	60分钟练声方案	1	
合计		32	72

特别说明:古诗词、古文的训练参见《古诗词诵读》、《古文诵读》(均由中国传媒大学出版社2011年出版)。

1	教材使用说明
1	上编 普通话语音训练
3	第一单元 普通话语音概说
3	第一节 语音导论
4	第二节 汉民族方言
7	第三节 普通话的科学概念
8	第四节 北京语系的特点
10	第五节 学习普通话应注意的问题
14	第六节 音素
15	第七节 音节
18	第八节 《汉语拼音方案》
22	第二单元 辅音和声母
22	第一节 辅音和声母概说
34	第二节 声母发音训练
54	第三节 声母辅助训练
70	第三单元 元音和韵母
70	第一节 元音和韵母概说
78	第二节 单元音韵母发音训练

92	第三节 复元音韵母发音训练
105	第四节 鼻韵母发音训练
120	第四单元 声调
120	第一节 声调的性质
121	第二节 普通话的调值和调类
123	第三节 声调的组词训练
160	第五单元 语流音变
161	第一节 轻声的变读
165	第二节 儿化韵
172	第三节 上声的变读
176	第四节 去声的变读
177	第五节 “一”字的变读
178	第六节 “不”字的变读
179	第七节 “啊”字的变读
182	第八节 词的轻重格式
189	下编 播音发声训练
191	第一单元 呼吸控制
191	第一节 呼吸器官机理和胸腹联合呼吸法
202	第二节 呼吸控制训练

217	第二单元 口腔控制
217	第一节 口腔机能及咬字器官配合要领
222	第二节 吐字归音
227	第三节 口部操
230	第三单元 喉部控制
230	第一节 喉部机能
234	第二节 声带的保健与训练
242	第四单元 共鸣控制
242	第一节 共鸣器官机制
248	第二节 共鸣控制训练
250	附录一 绕口令
262	附录二 传统贯口
267	附录三 60分钟练声方案
269	主要参考书目
270	后 记



上编



普通话语音训练



教学目的与要求:本课程共分理论大课与实训小课两部分。理论大课用时4周,16课时;实训小课用时9周,36课时;总用时13周,52课时。

课程重点与难点:汉语普通话语音体系的22个辅音、21个声母的发音部位和发音方法及发音要领及技巧;元音舌位的分布,对韵头、韵腹、韵尾的认识,10个单元音、13个复元音、8个前鼻音、8个后鼻音的发音要领及技巧;4个声调的调类和调值及实际发音要领技巧;轻声、儿化、上声变化,“一”“不”变化、“啊”变、轻重格式等音变规律。

主要理论教学内容:大课理论教学分5个单元进行:

第一单元普通话语音概说:语音导论,汉民族方言,普通话的科学概念,北京语系的特点,学习普通话应注意的问题,音素,音节,《汉语拼音方案》。1课时。

第二单元辅音和声母:辅音和声母概说,辅音发音的三个阶段,辅音的发音特点,辅音的分类,辅音与声母的异同,零声母,双唇音、唇齿音、舌尖中音、舌根音、舌面音、舌尖后音、舌尖前音的发音原理及技巧。8课时。

第三单元元音和韵母:元音的性质,元音的特点,元音的分类,元音和韵母,单元音韵母、复元音韵母、前鼻音韵母、后鼻音韵母的发音原理及技巧。5课时。

第四单元声调:关于声调,调值和调类,阴阳上去四个声调的发音要领及技巧。1课时。

第五单元语流音变:轻声的变读,儿化韵,上声的变读,去声的变读,“一”字的变读,“不”字的变读,“啊”字的变读,词的轻重格式。1课时。

主要实训教学内容:分组小课实训共9周,36课时,分4个单元进行。具体切分如下:辅音和声母小课训练,12课时;元音和韵母小课训练,16课时;声调小课训练,4课时;语流音变小课训练,4课时。

小课实训分专业小课组在小课教室同时进行,由专业小课教师分组带训,主讲教师统筹督导。

专业小课教师根据大课讲述的理论原理和方法,针对每个学生在普通话发音上存在的不同情况和问题实施单兵教练,以提高发音的正确性和准确性为基点,以声韵母及声调训练为领帅,辅之以大量单字、双音节词、三音节词、四音节词,着重训练学生普通话语音发音的基本技能。

第一单元 普通话语音概说

教学目的:通过本单元的讲授,使学生基本了解汉语普通话语音的基本概念,认识到作为一名播音员、主持人学习掌握普通话语音知识的重要性,能从整体上理解和把握本课程的内容和要求。

教学要求:掌握语音基本知识、汉民族八大方言、普通话的科学概念、北京语系的特点、学习普通话应注意的问题、音素、音节、《汉语拼音方案》等。

重点难点:音素和音节概念的确立。

课时安排:大课 1 课时。

第一节 语音导论

语音是什么?回答这个问题似乎并不困难。照一般的理解,语音无非就是人在说话时发出的声响。但是,倘若我们站在语音学的角度总体透视和把握人类的语音现象,去科学地揭示其本质和内涵,上述的解释就显然不够了。一旦步入语音学这方天地,你就会自觉地从不同侧面去审视“语音”这种既简单又复杂、实践性极强的文化现象和理论体系。

声音,是物质运动的一种特殊表达方式。运动着的物体振动后会产生“声”;声波传入人耳引起耳膜振荡,刺激听觉神经,于是“客体”的人就“听”到了声音。

物质世界,千姿百态;物质运动,千差万别。人类社会的分分秒秒都在同各种各样的音响打交道:风声、雨声、歌声、笑声、喇叭声、喊叫声等等。这些大大小小、高低强弱、品色斑杂的声音汇织成了大自然和人类社会的生命乐章。只要有运动着的物质和介质存在,就会有永恒的音响,“万籁俱寂”不过是人们的主观臆想,事实上是不存在的,何况人的听觉仅限于 16~20000 赫兹之间,听不到的次声波和超声波同样也是一种客观存在呢!

声音,与人类朝夕相伴、互存共生。但是上面列举的声音现象并非全都是语音。语音首先是一种物质,发声是物质运动的特殊表现形式。

语音的内涵必须同时兼顾两个方面:其一,语音是在人的发音器官各部位的联合运作下完成的,它的形成和变化势必要受到生理机能的限制;其二,语音在具体运用中反映出特定的社会内容,不能游离具体的语言环境。两者相辅相成、互为条件,不可偏颇。

人的咳嗽声,虽然也是由人的发音器官发出的,但不负载社会意义,不过是为了某种生理需要、解除喉头发痒的负担而已。汽车鸣笛声、上下课铃声、军营的熄灯号、收音机报时,还有信号灯、旗语、电码、烽火、手势语等虽然也都具备了某种意义要素,而且在特定条件下作为交际信号也能发挥特有的效果,但这些声音不是发源于人的器官,所以也不便和语音相提并论,只能被视为人类运用语言的辅助手段而已。

由此我们不难得出这样的结论:语音,是由人的发音器官发出的、负载一定社会意义的声音。

第二节 汉民族方言

语言是一种具有交际职能的工具,是全民族、全社会共享的财富。作为语言表现形式的语音自然也应当为全民族、全社会所共有、共享、共同理解、共同使用。

我们祖国幅员辽阔、人口众多,在 960 多万平方公里土地上有 56 个民族,共计 13 亿人口,这在客观上就决定了我国必定是一个语言十分复杂的国家。仅就汉藏语系中的汉语来说,根据现已掌握的方言材料,联系其形成和发展的缘脉,国内语言学界通常将汉语切分为七大方言区。分述如下:

一、北方方言

北方方言(北方话或叫官话):以北京话为代表,是现代汉民族共同语的基础方言。其分布地域最广、使用人口最多。它以黄河流域为中心,东北至哈尔滨,西南至昆明,直线距离约 3200 多公里;东起南京,西至酒泉甚至乌鲁木齐,直线距离也不下 2000 公里。北方方言几乎纵横大半个中国,覆盖了汉族居住区的四分之三,使用人口约占汉民族总人口的 70% 以上。按照方言层次理论,汉语的几大方言都可以再细分成若干个次方言。北方方言就大致可分为东北、华北次方言区(北方话)、西北次方言区(西北话)、西南次方言区(西南话)、江淮次方言区(下江话)。

北方方言总的语音特点是:(1)古浊声母今改读为清声。(2)声调一般分阴平、阳平、上声、去声4个,少数地区有5个或6个声调;入声字消失,分别归入舒声各调,个别地区保留的入声,韵尾大多收喉塞音。(3)鼻音韵尾只有n和ng两个。(4)多数地区不分尖团音。(5)许多地区有翘舌音zh、ch、sh。(6)多数地区有儿化韵。北方方言的多数词汇进入了普通话,成为普通话语词构建的基础。

二、吴方言

吴方言(江南话或江浙话):历史上一概以苏州话为典型代表,主要分布在上海市、江苏省的长江以南、镇江以东地区(不包括镇江)和浙江省的绝大部分地区。吴方言的使用人口约占汉族总人口的8.4%左右。

吴方言的主要语音特征是:(1)比较完整地保留了成套的古浊声母,而且界线十分清楚;(2)多数地区没有翘舌声母,一律读为平舌音;(3)有短促的带喉塞音性质的入声韵尾;(4)声调一般有7到8个,上声不分阴阳。

三、湘方言

湘方言(湖南话):以长沙话为代表,是除西北角外洞庭湖以南的湖南省大部分地区人们所使用的语言。湘方言的使用人口约占汉族总人口的5%左右。

湘方言语音的主要特点是:(1)部分地区保存了成套的古浊声母;(2)在开口、合口韵前,n、l不分,“南”、“兰”同音;(3)在撮口、齐齿呼前,有n、ng的区别;(4)f、h不分,“灰”、“飞”同音;(5)多数地区入声自成一类,声调短促;(6)声调一般有6到7个。

四、赣方言

赣方言(江西话):以南昌话为代表,通用于除江西东北沿江和南部外的江西省大部分地区,也包括湖南省东南部一角。赣方言的使用人口约占汉族总人口的2.4%左右。

赣方言的语音特点是:(1)浊塞音多读为送气的清塞音;(2)有些地方保留了古入声字的韵尾;(3)有n声母而没有l声母,“南”被读作“兰”。

五、客家方言

客家方言(客家话):所谓“客家”是对原有的当地“土著”居民而言的,以广东梅州话为代表,主要分布在今广东、广西、福建、台湾、江西等省的100多个县,其中以广东

的东部和北部、福建西部、江西南部、广西东南部最为集中。台湾的新竹、苗栗一带及湖南、四川也有客家话的分支,在海外也有布传。客家方言的使用人口约占汉民族总人口的4%左右。

客家话的语音特点是:(1)只有平舌音z、c、s,没有翘舌音;(2)韵母没有撮口呼;(3)保留古韵尾p、t、k;(4)有6个声调,平声、入声均分阴阳。

六、粤方言

粤方言:当地人叫“白话”,分布在广东东部、西南部和广西东南部的100多个市县以及海外某些华侨居住地(主要是美国和南美、南太平洋等地),美国纽约“唐人街”中的汉语基本上都是粤语。同时它也是香港、澳门同胞的主要语言。粤方言的使用人口约占汉民族总人口的5%左右。

粤方言是语言学上的专有名词,并非完全等同于“广东方言”或“广州话”,因为粤方言的分布已越出了现今的广东省界。同时,广东境内尚有客家方言、潮汕方言等几种与粤方言相差较大的方言存在。

七、闽方言

闽方言(福建话):现代闽方言的主要分布区域跨越四省,包括除闽西客家方言区外的福建省绝大部分地区,还包括广东东部的潮汕地区、海南岛和雷州半岛的大部分地区、浙江南部的温州一带、舟山群岛和台湾省的大多数汉人居住区。闽方言的使用人口约占汉民族总人口的4.2%左右。由于北方移民入闽的路线不同,闽方言内部形成了古闽语的两大支派,即闽北方言区和闽南方言区。前者以福州话为代表,后者以厦门话为代表。福建倚山面海,地处东南一隅,历史上较少与外界往来,受北方方言的影响相对少些,较多地保留了古汉语的特点。

闽北方言的主要特点是:(1)闽北方言里没有声母f;(2)没有翘舌音;(3)辅音韵尾有ng、k;(4)有7个声调。

闽南方言的主要特点是:(1)有鼻声母的异化现象;(2)韵母没有撮口呼;(3)辅音韵尾有m、n、ng、p、t、k,构成多种入声调;(4)声调有7个。此外还有一些无从考证的读音,所以用普通话填词的歌曲都很难用闽方言演唱。

闽方言虽然受外界语言的影响不大,可它却随着几百万华侨薪传海外,散居在南洋群岛的华侨和苗裔祖祖辈辈都把闽语奉为自己的“母语”。

类比各种方言与普通话的距离,闽方言的距离最远、差别最大;粤、吴方言次之;湘、赣方言再次;北方方言中的东北、华北次方言比较接近于普通话。

第三节 普通话的科学概念

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共同语。它是1955年全国文字改革会议和现代汉语规范问题学术会议确定的,1982年载入宪法,在全国范围通用的中华人民共和国的标准语言。所谓“普通”,可以理解为“普遍”、“通用”的意思。它是全国通用的语言,而不是仅供某一个地区或部分群众使用的方言;是在某一种地域性方言的基础上经过科学加工后形成的规范化了的语言,不是人为拟构出来的,也不是几种方言简单勉强地杂糅拼凑起来的既非此又非彼的东西。

《中华人民共和国宪法》第19条规定:国家推广全国通用的普通话。普通话是以汉语授课的各级各类学校的教学用语;是以汉语传送的各级广播电台、电视台和汉语电影、电视剧、话剧必须使用的规范用语;是我国党政机关、团体、企事业单位干部在工作中必须使用的公务用语;是不同方言区以及国内不同民族之间人们的交际用语。

2000年10月31日,第9届全国人民代表大会常务委员会第18次会议通过的《中华人民共和国国家通用语言文字法》第19条规定:凡以普通话作为工作语言的岗位,其工作人员应当具备说普通话的能力。

《中华人民共和国广播电视管理条例》第36条规定:广播电台、电视台应当使用规范的语言文字。广播电台、电视台应当推广全国通用的普通话。

国家语言文字工作委员会、国家教育委员会、广播电影电视部于1994年10月30日联合颁发了(国语〔1994〕43号)《关于开展普通话水平测试工作的决定》。其中规定:掌握和使用一定水平的普通话,是进行现代化建设的各行各业人员,特别是播音员、节目主持人、教师、影视话剧演员以及国家机关工作人员必备的职业素质。因此,有必要对上述岗位的从业人员进行普通话水平测试,并逐步实行持等级证书上岗制度。

普通话是汉民族的共同语,是规范化的现代汉语,是全国通用的语言。共同的语言和规范化的语言是不可分割的,没有一定的规范就不可能做到真正的共同。普通话的规范指的是现代汉语在语音、词汇、语法各方面的标准。普通话水平测试是推广普通话工作的重要组成部分,是使推广普通话工作逐步走向制度化、科学化、规范化的重要举措。推广普通话,促进语言规范化,是汉语发展的总趋势。普通话水平测试工作的健康开展必将对社会的语言生活产生深远的影响。

第四节 北京语系的特点

每一种语言都有自己的特点。归纳整理某种语言所有的音素和各音素之间的组合规律构成了该语言的语音系统,简称为“语系”或“音系”。北京语系是北方方言的主干,又是现代汉语语系的主脉。普通话语音特点主要体现在北京语系的特点上。

北京语音较之其他方言更为简捷、清晰,音乐性和表现力都具有十分明显的优势。

一是,北京语音比起任何方言、古音都简约易学,清晰度高、辨识度强。语音的最小单位是音素。如果不做过细的分解,北京语音的音素只有 32 个,其中元音音素 10 个,辅音音素 22 个,它们分别在现代汉语音节中充当声母和韵母。北京语音的基本音节约计 400 个,即便给每个音节冠以声调,总数也不过 1300 多个。

北京语音除特殊的“轻声”外,音节的声调只有阴平、阳平、上声、去声四种,不像粤、吴、闽方言那样包括入声字在内有七八种之多。音节带有声调是汉语的一大特点和魅力。如果只有 400 个音节而没有声调,那么,汉语中的同音语素就会成倍增加,其交际功能会大受影响;相反,有了四个声调,汉语的构词能力就大大增强了。简单地说,普通话的语词和句子无非就是这些带有声调的 1300 个音节不同形式的往复排列组合而已。

北京语音的音节结构形式严整、认记方便,声母和韵母以不同质的相互间隔和联结,使得音节界限清晰而又容易形成节奏明快的语流,听起来富有节律性。除了少量以元音音素起头的零声母音节,绝大多数都是以辅音音素起头的有声母音节。辅音音素除了 ng 外,其余的都可以充当音节的声母。元音音素可以充当韵尾的只有 i 和 u(o)两个。北京语音的音节不存在复辅音现象,不像现代英语那样,两个以上辅音联结成的辅音群可以任意出现在元音的前后。

在英语里,元音有长短之分,能够区别词义,如:[li:v]leave(离开)和[liv]live(住,生活),意思不同;在音节组合时,有的辅音不发音。这些在北京语音的组合中都不起作用,i 就是 i,它的音值除了在外化形式上的特殊需要外,书写形式与实际读音完全一致。

北京语音的发音方法和发音部位都是普通的、常见的,没有特殊的难以掌握的喉塞音、鼻化音、边擦音一类的音素。北京语音还没有尖团音之分,《汉语拼音方案》只规定了舌面辅音 j、q、x 可与舌尖前高元音 i 成拼,而原则上不允许舌尖前辅音 z、c、s 与 i 成拼。所以,也可以说北京语音里只有团音,没有尖音。

听人说话,口语中元音比辅音要响亮得多,声调给人的听觉刺激则更强一些。从

听觉效果来看,是声调居先,元音第二,辅音更次。而北京语音又恰恰是带有声调、以元音为主的语音体系,所以它比起其他不具备声调、辅音较多的方言、古音、少数民族语和外来语,都简明清晰、说来易学、听来易懂,也便于计算机的语言合成。

二是,北京语音富有音乐性,抑扬交替、舒展明快、朗朗上口,最响亮的元音在音节组合中成为语言链的中流砥柱,由复合元音构成的音节更居优势,乐音比例大,没有短促音。

元音,是北京语音中的主要成分。汉语的音节可以没有辅音,但不能缺少元音。汉语的音节最多有4个音素,元音音素竟可多达3个,如:liáoliàng(嘹亮)、yuánshuài(元帅)。有的音节干脆只由元音充当,如:ā(阿)、ài(爱)。在400个基本音节中,开口呼音节几乎占到全部音节的半数,其中用a这个最响亮、最高亢、最有色彩的音素做主要元音的音节约有160个,占全部音节的40%以上。在全部音节中,由复元音组成的音节有159个。正是由于北京语音的元音多、开口呼多,所以听起来就显得清爽、明朗、悦耳、丰满,便于吟咏和入乐。

在阴、阳、上、去四种声调中,高音成分偏多。阴平调自始至终在五度高音区盘桓,阳平调的归音可以指向五度,去声调则从五度开始,上声调也最终必须达到四度,高、扬、转、抑都有显著的区别,这些都属于语言学上的“舒声”,以其舒展、晓畅、柔和、婉转著称。构词中的“双声”、“叠韵”和“叠字”等手法,也是对北京语音律动感和音乐美特点的充分运用,再配之以四种声调,使人听来仿佛不是在说话,而是在歌唱。比如:“心明眼亮”(阴阳上去)、“战火连天”(去上阳阴)、“三三两两”(阴阴上上)、“狼吞虎咽”(阳阴上去)。

北京语音的声母虽有清浊之分,但颤动声带的浊辅音只有m、n、l、r四个,b、d、g、k都已先后转化为清音了。浊音发音要求声带颤动,脑体共鸣,这是古代语音用以区别词性、词义的手法之一。现代汉语中清声与浊声的比例为4:1,清声的优势也从另一方面强化了音节的清越明亮(不是低沉顿挫)之感觉。

三是,北京语音口语中有明显的“轻声”和“儿化”现象,它们可以协助区分词义和词性,这又使得北京语词的界限更加清楚,表现力更加精微、细腻、丰富、生动。如:花瓣儿、饭馆儿,若读成huābàn、fànguǎn就失去北京话的味道了。轻声的使用几率也是其他方言所不及的。虚词、助词、词尾等轻声与重读词的配合使用,使北京语音的句势更透出轻松活泼、和谐悦耳、情感浓郁之色彩。

总之,北京语音既清越又柔美,节奏明快洒脱,韵律婉转流宕,连读起来可如流水行云、宛然入耳,亦可大气磅礴、铿锵激越。在播音、主持、朗读、演讲、台词教学或日常口头交往中,如能张扬其特色和魅力,就可以使优美的书面文字锦上添花、声文并茂、美不胜收。