



全国高等院校
艺术通识系列丛书

张大鹏 王琦 张薇 著

普通话语音发声 训练教程



上海書店出版社
SHANGHAI BOOKSTORE PUBLISHING HOUSE



全国高等院校艺术通识系列丛书

张大鹏 王琦 张薇 著

普通话语音发声 训练教程



上海書店出版社
SHANGHAI BOOKSTORE PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

普通话语音发声训练教程/张大鹏等著. —上海:
上海书店出版社, 2011. 3
(全国高等院校艺术通识系列丛书)
ISBN 978 - 7 - 5458 - 0352 - 5

I. ①普… II. ①张… III. ①普通话—语音—高等学
校—教材②普通话—发音—高等学校—教材 IV.
①H116

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 023433 号

责任编辑 计 敏
技术编辑 丁 多
封面设计 郦书径

普通话语音发声训练教程

张大鹏 王 琦 张 薇 著

上海世纪出版股份有限公司

上海书店出版社出版

上海世纪出版股份有限公司发行中心发行

(200001 上海福建中路 193 号)

www.ewen.cc www.shsd.com.cn

上海叶大印务发展有限公司印刷

710 * 1000 开本 1/16 印张 19

2011 年 3 月第 1 版 2011 年 3 月第 1 次印刷

ISBN 978 - 7 - 5458 - 0352 - 5/H · 3

定价: 38.00 元

出版前言

“全国高等院校艺术通识系列丛书”是我们与上海戏剧学院、上海音乐学院、上海大学艺术学院等共同发起，广邀全国艺术教育界名师编写的一套大型高等艺术通识教育读本，涵盖文学、音乐、美术、舞蹈、电影、戏剧、建筑等主要学科领域。

这套丛书的定位是“艺术通识教育”，力求推出一套高品位、高质量的艺术普及读物。其间艺术名家畅谈艺术人文，让青年学子犹如游学于高等艺术学府，亲炙名师教泽。这套书可以作为艺术院校与非艺术类院校大学生的选修课教材和课外读物。

教育家蔡元培先生认为美育可以“陶冶活泼敏锐之性灵，养成高尚纯洁之人格”。对于美育的作用，《礼记·乐记》亦早有记载：“乐也者，圣人之所乐也，而可以善民心，其感人深，其移风易俗，故先王著其教也。”美育不仅能陶冶情操、提高素养，而且有助于开发智力，对于促进学生全面发展具有不可替代的作用。要尽快改变学校美育工作薄弱的状况，将美育融入学校教育全过程。我们这套丛书便是从这一理念出发，试图通过各个艺术领域的课堂，最终达到美育之功能。

这是一个开放性系列丛书，课题追求经典性、创新性、前瞻性、权威性和可读性，其中既有原创选题，也有翻译选题。在这套

丛书中,我们将以兼容并蓄、海纳百川之心态,让艺术课堂有别于传统课堂,呈现出开放、多元与包容之特色。我们将怀着“努力成为一代又一代中国人的文化脊梁”之情怀,努力使一堂堂精彩纷呈的知识传授,转化为纸上的艺苑风景线,使无缘身临其境的普通读者,也能了解当代校园艺术文化知识、思想与学术的发展,为促进高校和社会的互动,普及艺术教育,促进文化积累奉献力量。

“全国高等院校艺术通识系列丛书”将陆续出版,祈望艺术教育界和读者齐力支持,一起来努力创造一项宏大的艺术教育工程!

上海书店出版社

2010年10月

序 言

一、有声语言的训练是我们必须补上的一课

林语堂先生说：“中国人很早就讲究说话，《左传》、《国策》、《世说》是我们说话的三部经典。一是外交辞令，一是纵横家言，一是清谈。”^①《左传》大致成书于公元前403年到公元前386年之间，而在同一时代，西方对后人产生巨大影响的两部修辞学著作也相继诞生，分别是伊索格拉底的《修辞术》和亚里士多德的《修辞学》。

依此可以想象出一个极为有趣的场面：公元前四世纪，希腊正值修辞学和散文的黄金时代，无数演说家正纵横捭阖、滔滔不绝地演讲或是辩论；而在遥远的东方，无数政治家、外交家在庙堂之上、江湖之中指点江山、激扬文字——两大文明古国几乎同时经历着语言的“战国时代”。在“说话”的黄金时期，说话竟然和国家、社会这些宏大的概念紧密地联系在一起。

先秦时期关于有声语言活动的记载远不止这三本书，《尚书》中说“政贵有恒，辞尚体要，不惟好异”，这可以看作关于语体的最早的记载。《礼记》中也有“言语之美，穆穆皇皇”、“情欲信，辞欲巧”的说法，都强调了语言表达技巧的重要性。

这之后，“自从科举制度兴起，‘学而优则仕’，以文章取士。口语离开了宫廷，走入了民间，日益被正统文化所冷落。偌大的中国，开始了‘重文轻语’的漫长历程”。^②关于口语的研究和记载慢慢消隐了。所谓“字斟句酌”、“锤炼推敲”更多的是反映诗文的创作，杜甫的“为人性僻耽佳句，语不惊人死不休”成了人们对文字功力的一个追求。更为重要的是，人可以因文而留名青史，却不可能靠说话而万古流芳。曹丕的话可以作为当时文人心态的一个精准注解：“盖文章，经国之大业，不朽之盛事。年寿有时而尽，荣乐止乎其身，二者必至之常期，未若文章之无穷。”那些不善文字却精于说话的人，即便是著名如柳敬亭者，也不过是留下一个名字，再没有任何关于他的详细的记载或是对他语言艺术的探究。

同时，中国人认为言语表达的最高境界是“大音希声”。即便做不到最高境界，也要“讷于言而敏于行”，多说话似乎对人性的修养、品德的澄明起不到什么作用。孔子喜欢的就是不大愿意说话的颜回；他还有一句话叫“巧言令色者，鲜矣仁”。当时人们对语言表达技巧的看法可见一斑。

^① 林语堂著：《怎样说话与演讲》，文化艺术出版社2004年11月版，第3页。

^② 张颂著：《语言传播文论（续集）》，北京广播学院出版社2002年11月版，第1页。

直到五四,白话文的出现才使得口语表达开始繁荣,开始与书面语分享文化地位。白话文在很大程度上打破了语体的僵化界限,主张“吾手写吾口”,怎么说就怎么写,既为文化普及提供了巨大的推力,也为语言本身注入了新的生命力。只是,在那样的历史背景下,口语和书面语是以对抗斗争的姿态并存着。

自从20世纪初期,广播电视出现以来,口语可以不依赖于纸质媒介保存并且广泛传播,于是,有声语言表达又开始焕发出蓬勃的生命力。

在一个信息爆炸、传播手段多样化的时代,在一个民主不断进步、社会不断发展的时代,语言表达能力成为现代社会公民不可或缺的一个能力。人们发现,标准的字音、动听的声音、丰富的语言表达技巧在生活中竟是如此的重要,它是人的魅力的一部分,是一种精美又实用的艺术样式,甚至,它可以成为一个工种,人们可以凭借演讲、主持、配音而获得鲜花和掌声。这些都还是表面现象,优秀的口语表达能力是我们这个国家辉煌的历史文化中的一部分,虽经千锤百炼之后,它的面貌已大为改变,但正是它,使得我们可以和祖先保持着千丝万缕的联系。它曾经被我们忽视过,现在,正是我们补上这一课的时候。

二、播音工作本身就是文化的传播

在这个新的时代里,大众传媒的发展——特别是广播电视的迅猛发展,在改变了人们生活方式的同时,也成为大众关注的对象。于是,传播环节的终端——播音员、主持人成为目光的焦点,乃至影响着一个节目或一个电台、电视台的整体形象。今天,播音员、主持人不仅成为社会精英、舆论领袖,甚至成为一种重要的审美形象。

广播电视节目的日渐丰富,呼唤着大量的播音主持工作人员;于是,众多的播音主持专业院校仓促上马,目标不清的考生蜂拥而至。面对市场的巨大需求,广播电视行业从基础培养开始就走向无序和肤浅,不可避免地要经历一段浮躁期。

播音员、主持人的最根本任务应该是信息的传播、思想的沟通和情感的交流,他们最重要的传播手段应该是有声语言和副语言。然而,在浮躁的社会大氛围影响下,人们常常把播音员、主持人的个人形象放在首位,花瓶似的综艺节目主持人理所当然;甚至有个别人认为,新闻主播只要长得漂亮就可以,至于播得如何并不重要,实在不行,还可以找电台的人来为她配音。如此这般下去,播音员、主持人不会有长期和辉煌的艺术生命,而只会陷入速生速灭的怪圈。当然,我们也不是说形象完全不需要,我们需要的是“美的形貌和美的德行的统一”,二者权衡应以后者为重,二者兼备可相得益彰。而且,学校的教育对形貌的改变空间不大,教育能够改变的是一个人的语言方式、知识结构、人文修养以及对社会的价值观和方法论。

有声语言不仅仅是一种交流的工具,它还是文化的载体,是历史的缩影;那些优秀的有声语言作品总是能够赋予文字更多的信息,承载更多说不清、道不明的人类情愫,是一种重要的艺术表现形式。播音员、主持人,以及一切以“说话”为工作方式和那些爱好有声语言的人们,都应该向语言的审美层次进发,肩负起文化传播的重任。

我们认为,教育应把“知与行”放在第一位,把人文教育和职业素养融入每一门课程中去,那么,在目前的相对大而全的教育背景下,培养播音员、主持人,就需要把有声语言作为学生的主专业,通过大量的实践,使他们能够熟练掌握各种语体在多种语境中的应用技巧,并且始终以文化传播为己任,让他们用充满智慧和关怀的语言与人交流。

三、主持人语言教育的现状

播音与主持艺术是一门交叉学科,它依托于四大支柱,即语言学和应用语言学、传播学和新闻学、文学和美学、表演学。当主持专业成为一个备受青睐、广为关注的专业之后,众多院校便也依托于这几大支柱,开办了自己的播音与主持艺术教育专业。

现在的主持人语言教育基本模式主要有以下两种:

以传统的播音教育为主,这种语言教育模式的理论前提是播音涵盖主持。专业主干课程主要分为语音发声、基础表达、广播播音主持和电视播音主持四部分,按照由浅入深的线性结构进行;并辅以演讲与辩论、文艺作品演播、即兴口语表达、广告配音等专业课程以及体育解说、影视配音等教学通道。中国播音学已经形成了科学的、系统的教学模式,在理论和实践上都十分成熟。所以多数学校中的播音主持专业大都采用这种模式,只是教学的定位和能力不同,导致语言教学的地位不同罢了。比如有的学校定位为“具有一定播音能力的新闻工作者”,这就是立足于学校的优势学科——新闻学,再辅以播音的部分技能训练;还有的学校定位为“文化型的播音员主持人”,这就是扎根于学校厚重的文化底蕴,在学生的综合素质培养中加入语言能力的训练。

另外一种是以表演台词教育为主,这种语言教育模式是从教学定位和教学资源出发,借鉴表演台词的优点,培养类型节目主持人——如综艺节目主持人。这些学校的教学基本上是按照表演的台词教学方式进行的,语言方面的课程主要是声韵调的基础训练、短文、人物单白、对白训练等。

这两种模式各有优劣,不好做横向比较。而在当前电视节目推陈出新、职业要求不断提高的社会背景下,两种模式都面临着竞争激烈、亟须改革的现实:

1. 播音作为一门独特的行业技能,如何适应时代发展的需要,在语言表达中体现出时代特色。
2. 主持作为一种传播信息的艺术能力,如何在传媒工具和节目类型的嬗变中找到新的发展方向。
3. 两种教育模式在复杂的市场需求中如何探索出新的路子。

四、本书的体例和创新

正如前文所述,播音学从历史的曲艺传承当中寻找精华,在传统的中国文化中吸收养分,立足于语言学的发展,把握住新时代的脉搏,到今天,已经有了一个完整、科学并不断创新的体系。

因此,作为有声语言学习基础的语言和发声部分,我们依然沿袭了传统的教学

模式,只是调整了细部的环节,融入了一些新的信息。包括:

1. 加入语音教学中易错点的总结和纠正,提高语音教学的针对性。这些常见的问题是在不同教育场合、多种教育层次中发现并总结的,这些问题不仅存在于普通人群中,即使是在已学习语言多年的人群中也是常常出现的。因为这些问题不仅仅是个别发音习惯的问题,还涉及发声器官的控制、音节变化的影响、气息的强弱控制等要素,而这些要素是交织在一起的,彼此作用和影响,某一方面不注意就可能出现问题;另外,语音最终是要体现在语流当中的,要提高发音的准确性,就需要遵循一定的练习程序,所以我们重视每一阶段的综合训练,将问题放在语流当中解决,避免语音孤立、僵硬。

2. 加大词语的练习力度。在长期的教学当中我们发现,双音节词语作为现代汉语普通话的基本表意单位,对发音的准确性和语流的流畅度起到非常重要的作用。因此,我们特意在本教材中加大了词语的练习力度,主要包括以下几个方面:第一,加强准确性的练习,比如声母当中的双音节词我们基本上都选用的是同声词语;第二,我们加大韵母的双音节词练习,不仅仅是为了提高发音的准确性,还可以通过不同韵母的发声方式,有针对性地解决发声方面的问题,比如前响复合韵母对打开口腔的作用、三合复韵母对枣核形吐字的作用等。同时,我们还在附录中加入了普通话测试中的部分词语表,为课下练习提供大量材料。

3. 特别加入了常见易错双音节词语部分,加强读音的准确性。汉语中包含大量的多音多义字词,变化纷繁复杂,不仅仅有一般的规律性音变,还有口语与书面语的变化、词性的变化、古今异读的变化、人名地名的特殊性,等等,还有很多几乎已经约定俗成但却是错误的读音。准确地读准这些字音不仅仅是我们的职业要求,也是我们维护语言纯净的无可替代的责任。

4. 正如前文所述,播音学的教学体系已经较为科学、完善,在实际的操作过程中,对纠正语音发声也是非常有效的。不过,播音学也是口耳之学,光有理论的指导、丰富的材料还远远不够,需要教学者具备较好的听力、细致的耐心、行之有效的办法,需要学习者自己用心倾听、不断地张口练习。教学者之于学习者的作用就好比钢琴之于歌唱者的作用,是标准音、是伴奏、是引领。基于此,本教材的侧重点就放在了有效的练习上,因此我们减少了一些过于复杂、对实际练习的指导作用较低的理论的阐述。如发声部分,我们仅分为气息控制和口腔控制两大部分,在实际操作中再具体问题具体分析,根据情况适当融入喉部控制和共鸣控制,但不再做更细的理论阐述和专项练习。

5. 本教材融合文体和语体两种练习,以各种文体材料为基础,以语体的自如表达为目标,使得语音发声练习始终围绕着自然的表达和交流展开,始终注重语言在规范与创新间平衡发展。这些文体训练材料综合了各家的长处,种类多样、形式经典,可以全面提高学习者的表达能力。

当然,本书只是诸多播音教材中的“新人”,它既不是最好的,也不会是最后的,它沿袭了播音学的主要教学方式,也融入了我们教学生涯的最初的智慧;它继承了

播音学当中的精华,以简单有效的方法尽可能全面地提高语言的表达能力——实际上,这也是我们语言教育的最终目标,就是希望审美的语言不仅仅属于某一个职业、某一类人群,而是应该“飞入寻常百姓家”,提高我们每一个人的语言水平,光大我们“语同音”的伟大事业。

本书由三位作者合力编写,其中,语音练习——王琦,气息控制——张薇,序言、口腔控制、综合练习——张大鹏,附录由王琦和张大鹏共同编排。正如张颂老师曾经说过的那样,在这个领域,不是声音太多了,而是声音太少了,希望我们的教材能够适合广大播音爱好者,也希望得到大家的批评指正。套用一下王小波的话——追求语言艺术的道路还会有人在走着……想到这件事,心里就很高兴。

目 录

序言 / 001

第一部分 语音 / 001

第一节 语音概述 / 001

第二节 声母 / 002

- 一、什么是声母 / 002
- 二、发音部位 / 002
- 三、发音方法 / 003
- 四、声母发音训练 / 004
- 五、声母辨读训练 / 018

第三节 韵母 / 032

- 一、什么是韵母 / 032
- 二、韵母的分类 / 033
- 三、韵母发音训练 / 033
- 四、韵母按四呼分类及训练 / 067
- 五、绕口令训练 / 069

第四节 声调 / 076

- 一、声调及其特征 / 076
- 二、声调的发声 / 077

第五节 语流音变 / 083

- 一、不的变调及啊的音变 / 083
- 二、轻声 / 084
- 三、儿化 / 085
- 四、轻重格式 / 087

第二部分 调节发声状态 / 089

第一节 气息控制 / 090

- 一、动力系统 / 090

- 二、声源系统 / 091
- 三、共鸣部位 / 092
- 四、声源系统、动力系统、共鸣系统的协调配合 / 093
- 五、怎样使声音有感染力 / 094
- 六、训练方法和训练材料 / 097

第二节 口腔控制 / 113

- 一、打开口腔 / 113
- 二、唇舌力度 / 116
- 三、吐字归音 / 137
- 四、吐字归音训练材料 / 150

第三部分 综合训练 / 154

- 第一节 诗歌练习 / 154
- 第二节 散文练习 / 199
- 第三节 小说练习 / 218
- 第四节 新闻稿件 / 234

第四部分 附录 / 243

- 附录一：前鼻韵母 en、in 和后鼻韵母 eng、ing / 243
- 附录二：上声 / 259
- 附录三：“一”、“不”的变调 / 266
- 附录四：轻声练读 / 269
- 附录五：儿化练读 / 280
- 附录六：容易误读的字词 / 283

参考文献 / 290

致谢 / 291

第一部分 语 音

第一节 语音概述

中国是世界上人口最多的国家,汉语是世界上使用人数最多的语言。我国幅员辽阔,民族众多,由于历史、社会、地理、经济等原因,汉语中的方言纷繁复杂,形成了各自的地域语言特点。我国可以大致分为八个方言区:吴、粤、赣、湘、闽北、闽南、客家话和北方方言。这些方言古老而生动,具有与古汉语千丝万缕的联系和不可替代的地域文化特点。但随着社会的进步和政治、经济、文化的发展,要求地域之间必须进行广泛和无障碍的交流,一种普遍通用的共同语便必须确立,并将日益发展、壮大,这就使普通话顺应现实发展确立了自身的历史地位。有学者还把“语同音”看成是和“书同文”同等伟大的文化工程。

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。

普通话是规范化的现代汉语,“共同”必须建立在规范的基础之上。在语言的三要素:语音、词汇、语法方面,普通话都进行了严格的规范,学习普通话的过程是有章可循的,本册的重点是讲解语音的学习,这也是播音员、主持人,以及一切需要以有声语言为交流工具和表现手段的人学习的起点和基础。

语音是语言的外部呈现,是人们进行交流、表达思想感情的重要手段,是语言的本质。普通话的语音有自己的特点,这些特点也可以看作是为什么选取普通话作为汉民族共同语的原因:

1. 音节结构简单,容易掌握。汉语普通话中的音素相对较少,而有些方言中还有人声字,如上海话中不但保留了古汉语的全部入声字,而且还保留着所有吴方言中最繁多的人声韵母 18 个。

2. 音节中响亮的元音占主导地位,使语音富有音乐感。汉语普通话中含有 a、o、e 等开口呼的音节占多数,口腔开度大,自然增加了共鸣腔体体积,发声时圆润响亮。

3. 声母中除 m、n、l、r 四个浊辅音外,其他都是清辅音,这样就使语音听起来柔和、悦耳。清辅音在音长和音强方面都远远小于浊辅音,这样就减少了噪音的产生,发声中,增大了元音的发声动程。

4. 汉语普通话中阴阳上去四个声调高低起伏、贯穿音节,有抑扬顿挫之美感。这四个声调无论是顺序还是逆序,读起来都有一种音乐般的旋律变化。同时,普通话的声调也相对简单,加上轻声只有五个调类,而有些方言中包含有十几个声调,学习起来就难多了。

学习普通话,语音的正确掌握至关重要。语音的学习需要从发音实践和听力辨别两个方面努力。要想学好普通话,必须掌握一定的语音知识,为语音发音实践锻炼提供依据和形成指导;同时多听、多练、多思考,发音光靠机械地练习是难以取得好的成效的,一定要在练习的过程中不断动脑,对比找出问题,然后再反复练习,找到最佳状态,形成习惯。

第二节 声 母

一、什么是声母

汉语音节分为声、韵两部分。声就是声母,它指的是一个汉语音节中开头的辅音部分。普通话声母一共有 21 个。

在普通话中,每一个音节中韵母是基础组成部分,有些音节可以没有声母,但绝不能没有韵母。那些没有辅音声母的音节,整个音节就由单元音或复合音自己独立担当,我们把这些没有辅音声母的音节叫零声母音节,把没有辅音声母叫零声母。

二、发音部位

发音部位指发音时气流在口腔中受到阻碍的部位。按发音部位的不同,可以把 21 个辅音声母分为七个部位:

1. 双唇阻:上唇与下唇闭拢成阻。上下唇中部着力。双唇阻声母有 b、p、m。
2. 唇齿阻:上齿与下唇接触成阻。上门齿与下唇内侧碰触。唇齿阻声母有 f。
3. 舌尖前阻:舌尖与上门齿背接触或接近成阻。发音时,舌尖平伸,向上门齿背接触或接近。舌尖前阻声母有 z、c、s。
4. 舌尖中阻:舌尖与上门齿龈接触成阻。发音时,舌尖抵住上齿龈。舌尖中阻声母有 d、t、n、l。
5. 舌尖后阻:舌尖与硬腭前部接触与接近成阻。发音时,舌尖稍稍后拉,向硬腭前部翘起接触或接近。舌尖后阻声母有 zh、ch、sh、r。
6. 舌面阻:舌面前部与硬腭前部成阻。发音时,舌尖下伸至下齿龈处,舌面向上抬起,舌面前部接触或接近硬腭前部。舌面阻声母有 j、q、x。

7. 舌根阻：舌根与软腭交界处接触或接近成阻。发音时，舌体向后缩，舌根抬起与软腭接触或接近。舌根阻声母有 g、k、h。

三、发音方法

发音方法指发音时，气流克服阻碍的方法。声母的发音分为成阻、持阻、除阻三个阶段。

成阻即构成阻碍。是指发音器官部位从静止状态到形成阻碍的发音状态，发音部位要准确。

持阻即持续阻碍。是指持续阻碍形成的发音状态的阶段，要有一定的持续控制力。

除阻即解除阻碍。是指解除发音部位形成的阻碍而成音，除阻阶段要干脆利落，快速完成辅音声母发音。

按发音方法的不同，可把 21 个声母分为五种：

1. 塞音：发声时，形成阻碍的发音部位两点紧闭，阻碍气流通过，当气流充盈口腔，成阻部位突然打开，气流冲破阻碍爆发破裂成声，短促有力。塞音声母有 b、p、d、t、g、k。

2. 擦音：成阻阶段发音部位两点靠近，形成狭窄缝隙，持阻阶段气流由发音部位两点间挤出，造成摩擦声，除阻阶段摩擦音结束。擦音声母有 f、h、x、s、sh、r。

3. 塞擦音：塞擦音是塞音和擦音两种发音方法的结合，先塞后擦。成阻部位先接触闭合堵住气流，随后成阻部位打开形成一条缝隙，气流从缝隙中挤过摩擦成声。塞擦音声母有 j、q、zh、ch、z、c。

4. 鼻音：成阻阶段发音部位两点紧闭关闭堵住气流，持阻阶段声带颤动软腭下垂鼻腔通路打开，使气流向上从鼻腔中通过发出鼻音。鼻音声母有 m、n，以及鼻辅音 ng。

5. 边音：普通话中，声母边音只有一个 l。成阻阶段舌尖抬起和上齿龈后部接触，舌两边留有空隙；持阻阶段声带颤动气流沿舌的两边流出，除阻阶段发音部位两点分开舌自然下落。

另外，根据除阻时气流强弱的不同，普通话声母的发音又可分为送气音与不送气音。

1. 送气音：发音时，呼出气流较强的为送气音。普通话里有 6 个送气音：p、t、k、q、c、ch。

2. 不送气音：发音时，呼出气流较弱的为不送气音。普通话里有 6 个不送气音：b、d、g、j、zh、z。

最后，根据声母发音时声带颤动与否，普通话声母的发音又可分为清辅音和浊辅音。

1. 清辅音：发音时，声带不闭拢，不颤动，气流较强。普通话中有 17 个清辅音声母：b、p、f、d、t、g、k、h、j、q、x、zh、ch、sh、z、c、s。

2. 浊辅音：发音时，声带闭拢，气流冲过振动声带，气流较弱。普通话中有 4 个浊辅音声母：m、n、l、r。

四、声母发音训练

(一) 双唇阻

b——双唇不送气清塞音。双唇自然闭合，气流蕴积，唇中部集中力量突然打开，爆破成音，气流较小。

b 音常见问题及纠正方法：

- ① 双唇不要紧裹，不宜外翻，也不可全唇用力。
- ② 爆破音不宜太重，容易造成字头过重。
- ③ 双唇阻的发音要注意将力量集中在双唇的中央，不要向两边咧嘴角。

单音节：

跋 摆 壁 保 拨 班 奔 帮 泵 别 变 被 步 表 冰

双音节：

把柄 白斑 颁布 摆谱 包办 搬兵 宝贝 帮办 报表
蚌埠 卑鄙 背包 辨别 冰雹 标本 病变 播报 奔波
臂膀 禀报 标兵

常见易错双音节：

鲑鱼 龋牙 婢女 瘠薄 刨花 背包 奔头 绷脸 复辟
屏弃 摒弃 颠簸 占卜 鳔胶 褒奖 贲门 焙烤 傩相
堡子 簿籍

四音节：

百川归海 杯水车薪 暴殄天物 笨手笨脚 闭目塞听
别有用心 宾至如归 病入膏肓 拨乱反正 补偏救弊

p——双唇阻送气清塞音。双唇自然闭合，气流蕴积，唇中部集中力量突然打开，爆破成音，气流明显且较强。

p 音常见问题及纠正方法：

- ① 双唇不要紧裹，也不可全唇用力。

② 送气量尽量减少,以防“喷话筒”或造成字头过重。

③ 软腭挺起,以防造成明显的喉塞音。

单音节:

怕 破 痞 派 胚 培 攀 喷 旁 瞥 骗 贫 铺 剽 坪

双音节:

劈啪 批判 爬坡 品牌 偏僻 拼盘 匹配 平铺 偏旁
皮袍 乒乓 琵琶 平反 澎湃 排炮 瓢泼 批评 婆婆
翩翩 评判 品评

常见易错双音节:

滂沱 泡桐 劈叉 炮制 喷香 娉婷 剽悍 撇嘴 苜蓝
膀胱 扒糕 蟠桃 坯布 霞帔 纰漏 脾脏 翩跹 嘌吟
瞥见 姘头

四音节:

便便大腹 心宽体胖 朋比为奸 蓬荜生辉 疲于奔命
骈拇枝指 品头论足 平头正脸 破旧立新 剖腹藏珠

m——双唇阻浊鼻音。双唇自然闭合,气流蕴积,声带颤动,口不张,气流向上送入鼻腔,双唇打开,气流同时从鼻腔、口腔而出。

m 音常见问题及纠正方法:

- ① m 音发音时双唇不要紧闭,不能用力过猛。
- ② m 音不可发音过长,造成韵母前的哼鸣。

单音节:

马 摸 卖 美 卯 眸 满 忙 梦 眯 灭 渺 谬 民 命

双音节:

马球 麻木 买卖 麦芒 满面 蒙昧 盲目 冒名 美貌
牧民 命名 渺茫 明媚 密码 美妙 秘密 弥漫 磨灭
民盟 满目 茫茫

常见易错双音节:

抹布 埋怨 愚氓 闷热 蒙骗 模样 蚂蚱 脉脉 鳗鱼