

职业技术学院教材

口才训练教程

张波 主编

机械工业出版社

职 业 技 术 院 校 教 材

口 才 训 练 教 程

主编 张 波

参编 (按姓氏笔划排列)

王一知 王陇梅 王社增 孙 伟 刘梅琴

张文光 张 平 张 波 严 冰 李海彦

赵智君 林 中 胡正奎

主审 张平



机 械 工 业 出 版 社

本教程是在吸取欧美 CBE 等先进职业教育理论的基础上,以大语文观作指导,根据“按需施教”原则,利用近年来我国职业教育语文课开发成果,由十多位长期从事高校、中专语文课教学的专家编写而成的。

本教程在内容安排上注意了将口才理论“黑箱”化,而将每一能力训练点“白箱”化,即不讲为什么,少讲是什么,专练怎么做,试图纠正目前语文教学实践中用传授口才理论代替训练的偏差。

全书的训练分基础、演讲、论辩、实用策划等几部分,对心理、思维等与口头表达密不可分的能力也作了专项训练。

本书可作为高等或中等职业技术学校教材,包括 60~80 学时的内容,既可作语文课教学的一个分项,也可单独设课进行训练。

图书在版编目 (CIP) 数据

口才训练教程/张波主编. -北京:机械工业出版社,
1999.9

职业技术院校教材
ISBN 7-111-07141-7

I. 口… II. 张… III. 口才学-技术学校-教材 IV. H019

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (1999) 第 40665 号

机械工业出版社 (北京市百万庄大街 22 号 邮政编码 100037)
责任编辑:卢若薇 版式设计:霍永明 责任校对:李汝庚
封面设计:姚毅 责任印制:路琳
中国建筑工业出版社密云印刷厂印刷·新华书店北京发行所发行
1999 年 9 月第 1 版第 2 次印刷
787mm×1092mm 1/32·12 印张·285 千字
8001—13000 册
定价:15.00 元
凡购本书,如有缺页、倒页、脱页、由本社发行部调换
本社购书热线电话 (010) 68993821、68326677-2527

前 言

随着我国社会主义市场经济体制的确立与完善,现代人才与市场的关系越来越密不可分,口才作为我们走向市场和在市场中拚搏的必备素质,日益显现出不可缺少和替代的地位和作用。而随着知识经济时代的到来,这种人才经济要求人力资源必须具有高素质,口才训练作为素质教育和就业前教育内容,已被列为各级各类学校学生的必修课。

开设口才训练课,必须坚持“按需施教”原则,并有与之配套的教材。本书为原机械工业部“九五”规划教材,与其配套的教材以后将陆续出版。本书的总策划为张波和张平。

根据市场需要,本书——《口才训练教程》内容结合各校的教学实际,吸取欧美职业教育中 CBE 等先进教学理论,编写中始终贯穿“轻理论讲解,重实际目标训练”的指导思想,对理论知识大都作“黑箱”处理,即“不讲‘为什么’,少讲‘是什么’,专练‘怎么做’”。编写时参考了大量资料,从中提取精华,加之参编者都一直工作在教学第一线,有多年实际教学经验,因此,本教材既是在先进职业教育理论指导下,广泛吸取各种有关精华编写,又是实践经验的总结。同时,在编写过程中,我们也不断听取用人单位和学生意见,了解他们对本课教学的要求。教材中的一些训练题,就是针对实际需要设计的,一些选文还是由学生推荐的。总之,我们希望能做到求实创新,但是否做到了,当然只能在进行再实践后回答,若未能做到,但愿能在以后修订时弥补。

本书编写中,除参考、选取了列举于书后的“主要参考文献”和排于选文后的书籍、报刊、教材、专著中的有关资料外,还参考了其他著述和书报刊物的文章内容,由于篇幅所限,未能逐一注明,在此向已注明和未注明的教材、专著、报刊、文章的编著者和作者表示诚挚的谢意。

由于教材涉及面广,更重要的是受编者水平限制,错误和疏漏处一定存在,恳请专家、同行及广大读者批评指正。

编者

1998 年 12 月

目 录

前言		
概述	1	
一、口才训练的意义	1	
二、口才训练的程序与训练所要达到的目标	2	
三、对使用本教材的几点建议	3	
【课后练习】	3	
第一章 口语表达基础训练（一）	4	
第一节 普通话与方言辨正	4	
一、普通话	4	
二、现代汉语的方言状况	4	
三、普通话的发音方法及方音辨正	5	
四、普通话与方言词语的辨正	11	
五、保持普通话语法的规范性	12	
【课后练习】	13	
第二节 普通话的发音技巧	13	
一、气息控制	13	
二、共鸣	14	
三、吐字归音	15	
四、特殊声音的模拟训练	15	
【课后练习】	19	
第三节 态势语言	19	
一、态势语言的作用	19	
二、态势语言的组成	19	
三、态势语言的综合使用	21	
【课后练习】	21	
第四节 朗读训练	21	
一、读得正确	21	
二、读得轻重适宜	22	
三、读得高低得体	22	
四、读得停顿适当	24	
五、读得快慢适度	25	
【课后练习】	26	
第五节 朗诵训练	26	
一、语调生动	26	
二、用声自如，字正腔圆	27	
三、态势大方	29	
【课后练习】	30	
第六节 读诵综合训练	30	
【课后练习】	37	
第二章 口语表达基础训练（二）	42	
第一节 听力训练	42	
一、听懂内容	42	
二、听明观点、要点、层次	44	
三、听出弦外之音、言外之意	44	
四、辨正	45	
【课后练习】	46	
第二节 口语表达方式	46	
一、复述	46	
二、描述	48	
三、解说	49	
四、评述	51	
五、抒情	52	
【课后练习】	52	
第三节 思维与表达	52	
一、思维的敏捷性和应变性	52	
二、发散思维	54	
三、聚敛思维	55	
四、延伸思维	56	
五、逆向思维	56	
第四节 心理训练	56	
一、坚定自信心，克服怯场心理	56	
二、心理调节	57	
【课后练习】	57	
第三章 演讲训练	58	
第一节 演讲的一般知识	58	
一、演讲与其他口才表达形式的区别	58	
二、演讲的种类	58	
三、演讲的特征及要素	58	
【课后练习】	59	
第二节 演讲的一般技巧	59	
一、做好充分的准备	59	
二、巧妙提出观点	60	
三、如何选择实例	60	

四、演讲者的仪表	61	四、巧说应变话	152
第三节 命题演讲训练	61	【课后练习】	153
一、观点的角度新颖,立意深刻	61	第四节 采访与主持	154
二、听众对象明确,针对性强	62	一、采访	154
三、充分准备	62	二、主持	157
第四节 即兴演讲训练	62	【课后练习】	159
一、即兴演讲的一般知识	62	第六章 朗诵会、演讲会、谈话会、	
二、即兴演讲的类型及特点	63	辩论会的组织训练	160
第五节 演讲撰稿训练	65	第一节 朗诵会的组织	160
一、内容方面	65	一、为朗诵会命名	160
二、形式方面	67	二、为朗诵会选材	160
【课后练习】	69	三、选好朗诵者	161
第六节 借鉴演讲评介	71	四、编排节目单	161
【课后练习】	85	五、选好主持人	161
第四章 论辩训练	86	六、为朗诵会配好音乐	161
第一节 论辩前的准备	86	七、朗诵比赛的成绩评定	161
一、分析论题(破题)	86	【课后练习】	161
二、准备材料	88	【训练建议】	163
三、论辩的分工	91	第二节 演讲会的组织	163
四、写好论辩设计书	91	一、明确目的	163
五、赛前需注意的细节	92	二、确定内容与方式	163
【课后练习】	92	三、确定演讲会时间和场地	163
第二节 论辩技巧	92	四、组织听众	163
一、进攻技巧	92	五、讲台的布置要美观朴实	164
二、防守技巧	96	六、选定演讲会的主持人	164
【课后练习】	98	七、演讲比赛的成绩评定	165
第三节 三种论辩赛赛制模式介绍	98	【课后练习】	167
一、新加坡模式	98	第三节 谈话会的组织	167
二、上海模式	111	第四节 辩论会的组织	169
三、北大模式	125	一、建立组织,设定辩题	169
第五章 实用口才训练	139	二、发出通知,动员宣传	169
第一节 交谈	139	三、引导组队,敦促演练	169
一、交谈基本能力训练	140	四、指导辩手制作资料卡片	169
二、交谈技巧训练	143	五、选择论辩模式	170
【课后练习】	146	六、聘请辩论比赛的职能人员	170
第二节 答辩与面试	146	七、制订比赛规则	170
一、答辩	146	八、论辩比赛的成绩评定	171
二、面试	147	附 录	173
【课后练习】	149	附录 A 礼仪常识	173
第三节 推销与自我推销	149	附录 B 思维与表达训练部分习题答案	180
一、以赞扬的角度说话	150	主要参考文献	182
二、从对方的角度说话	151	后 记	183
三、不逆向说话	151		

概 述

一、口才训练的意义

世界上只有人类才有语言。列宁说：“语言是人类最重要的交际工具”。人类学家 L. 李基通过考古发现，生活在距今 1400 万年前~800 万年前的肯尼亚腊玛古猿，已经具有说话能力。而生活在四五十万年前的北京猿人，已开始有了口头语言。劳动创造了人，人们正是在劳动中创造了语言，口语就是人类语言的基本形态。人类在产生文字以前的相当长的一段时间里，仅有一种语言交际的方式，这就是口耳相传的口语。斯大林说：“有声语言在人类历史上是帮助人们脱出动物界、结成社会、发展自己的思维、组织社会生产、同自然力量作胜利的斗争并取得我们今天的进步力量之一”，人是利用语言来交流思想的，由此可见，口头语言是多么重要。学习语言，也应当从口语开始。

直至今日，在人类交流思想、传递信息的三种传播手段中，口语的利用率依然排在文字和声光电技术之前。口语以声音为物质外壳，以意义要素为内容，是书面语得以产生和发展的依据。口语交际是面对面的，它可以表现出言语的重音、语调、停顿、断续变化和说话者个人的语音特色及说话的感染力，还可以利用身姿、手势、面部表情等伴随语言来弥补口语交际的不足和表达一些特殊态度和感情。语言使用者都能掌握口语，但不一定都能掌握书面语。书面语一般都是标准语（雅言）。口语可以是标准语，也可以是方言。本教材所训练的口语是在汉语标准语即汉语普通话训练的基础上进行的。总之，在语言发展过程中，口语不断接受书面语的积极影响，日益生动、丰富、完善。在一定范围内，口语无须借助人自身以外的任何条件，开口说出后对方就能听到并作出反馈。而作为现代化传播载体的声光电技术（广播、影视、电话、录音、互联网等）又弥补了口语传播时空受限的不足。因此，口语成了使用最广泛、便利和重要的传播手段，口才的社会功能在当代与日俱增。

欧美发达的工业化国家，人们普遍认为“能说会道”是人才必备的素质，他们认为“金钱、口才、电脑”是立国之本！在他们那里，从竞选总统到求职应聘，口才往往是他们不得不在竞争中使用的重要工具。

随着我国社会主义市场经济体制的确立，市场需要人才，人才必须走向市场。那么，今天的市场究竟需要我们培养什么样的人才呢？我国的职业教育以培养学生成为“四有”新人并具有全面素质和综合职业技能的劳动者和专门人才为目标。口才既是一个人全面素质的体现之一，又是一个人综合职业能力的构成之一。因此，在培养和训练学生口才时，我们必须首先注重优化学生的思想品德、工作态度、合作精神等，使他们具有为人民服务、为社会主义服务的思想。中华民族从古就注重口才和品德、行为的关系，祖先由此给我们留下过许多格言：言之成理；言必有中；言必信，行必果；言传身教；言而有信；言为心声；言行一致；言简意赅……。同时，也给我们许多警言：言不由衷；言不及义；言不尽意；言而无信；言过其实；言行不一；言之无物；言者谆谆，听者藐藐……。在本教材的每一个训练程序中，都始终体现了“德为先”的“教之道”。近年来，教育部组织全国各地的专家学者，对人才市场做了大量调查研究和分析，得出以下结论：用人单位聘用人才重层次，不重专

业；重面试，不重档案；择人往往依据面试取舍。口才对面试能否取得成功，往往起决定性作用。因为言语谈吐是人的门面，是一个人外部形象的一部分，更是一个人综合素质的外在展现。

发达国家经济发展对人力资源应具备的基本素质在下列五个方面的要求越来越高：

1. 随着服务业就业人员数量的增加，越来越多的人要与消费者直接打交道，人力资源必须具有良好的表达、理解能力和良好的文化教育基础。

2. 随着技术现代化进程加快，生产品种复杂多变和劳动力市场不稳定性的增加，人力资源必须具有宽专多能和良好的适应性以及进一步接受教育和培养的能力。

3. 随着工作环境中各种交往和信息量的增加，要求人力资源具有良好的理性思维和分析判断能力。

4. 随着新型工作组织和管理机制的出现，人力资源必须具有良好的经营管理能力、社交能力和合作精神。

5. 随着个人在工作岗位上处理权限的扩大，人力资源必须具有良好的责任感和敬业精神。

在以上五个要求中，可以说口才能力是贯穿始终的。

世界在迈向新世纪，中国在走向现代化。各级职业技术学校的教师要做到“按需施教”，学生要做到“按需而学”，学习口语表达，练就一副好口才，是人才走向市场必须做好的准备。

二、口才训练的程序与训练所要达到的目标

口才不同于人的相貌，它可以通过训练获得并日臻完美，经过锻炼的较强口语表达能力，甚至可以弥补一个人在其他方面的先天不足。口才训练必须重实践轻理论。现今，谈论口才的各种书籍，可以说是五花八门，但大多是传播口才技巧和理论的，当然这对我们深入研究口才，无疑会有极大帮助。但技巧和理论传授决不能代替实际训练。

本教材所安排的训练程序和训练所要达到的目标如下：

1. 练心理。欲练嘴皮，先练脸皮。口才训练要求进行心理训练，要训练学生在稠人广座中，无论面对什么情况，都能大胆从容地表达自己的思想。学会察言观色，掌握听者心理，“全国为上”、“全军为上”，使口语表达更具针对性和美感。

2. 练听力。练说首先要练听，我们可以利用听来培养语感，解决了语感问题，对学习语言会有很大帮助。善言者一定善听，只说不听，再好的口才也只能用来自言自语。善听就是能听懂别人谈话的内容，听明观点、层次，听出弦外之音、言外之意。

3. 练普通话。普通话是汉民族的共同语言，是全中国通行的口头语言。学练普通话，要掌握基本的现代汉语语音知识，克服方音，掌握正确的发音、发声技巧，经过学习，能够将普通话讲得较为准确、流利。

4. 练思维。能说会道是因为能思会想。口语传达的是人的思想，口才训练同时也需对思维进行训练，要求思维有一定的敏捷度、清晰度、深度。为适应知识经济时代的需要，特别要培养学生的创新思维能力。

5. 练态势。口语传播不是单纯的有声语言传播，它常伴有态势语言传播，通过训练，要求态势自然得体，真正做到“此时无声胜有声”。

6. 练读诵。读诵是口语表达的基础训练，读诵既能获取信息，又能传播信息。读诵首

先要求看懂原文主旨，理解作者情感。朗读要做到不多字、不丢字、不把字音读错，语流畅、字音清晰、声音洪亮、停顿正确、高低得体、重音突出。朗诵是在朗读基础上的提高，朗读是读书的一种方式，朗诵是一种艺术形式。朗诵要求脱稿、感情表达得体、态势大方、能运用一定的声音技巧，做到声情并茂、富有美感。

7. 练演讲。无论是专题演讲还是即兴演讲，都要面对听众发表自己的意见。演讲要以讲为主，辅之以一定的演。要求克服朗诵腔、读稿讲和背稿讲的弊端。演讲内容要求观点鲜明、材料典型、结构清楚，注意做到与听众在思想与情感方面相互认同，注意演讲者的声音、语言、形象、表演、时空构成上的综合展现。

8. 练交谈。交谈是口语表达中最富色彩的形式，交谈双方互为传播的主客体，双方沟通。交谈要主题鲜明、条理清楚、谈话简明扼要、把握对方心理、气氛融洽、从容不迫、不卑不亢。

9. 练论辩。论辩是口语表达的最高形式。论辩双方就同一话题针锋相对地同时立论和驳论，从而辩明是非、曲直、利弊。要求双方运用准确的语言、严密的逻辑阐明事理。

口语训练，实际就是运用语言的能力训练。口语表达能力即口才，是一个人智力和非智力因素综合的外在表现。换句话说，口才是一个人综合素质的重要组成部分和外化。因此，在口语训练的同时，我们还必须注重学习基础文化知识，培养和锻炼策划、组织能力和其他能力，了解和掌握一般的礼仪知识，只有这样，我们才能做到：站起来能说会道，坐下去能写会算，走出去能进能退。

三、对使用本教材的几点建议

1. 先易后难，循序渐进。锻炼和培养口才，要努力借鉴和学习古今中外优秀的口语表达范例，多听善听，多读善读，多思善思，练习时注意按本教材的程序由低到高、由简到繁，从读准每一个字、说清每一句话做起。

2. 结合实际、增删移换。本教材共七章（板块），教学中，教师应针对教学的实际需要，增加、删减、移动、更换训练题，如第六章的训练，就可以分解在前几章里完成。本教材所排训练程序只是沧海一粟，而所列的训练更是九牛一毛。我们旨在给出一个示范，实施时一定要根据实际需要选用，我们坚信训练方法同样是“没有最好，只有更好”。

3. 教师应注意以管理者的身份出现在训练中。CBE 职业教育理论要求教师成为 Manager 而不再是传统的 Teacher，本教材因此将过去只在教参、教案中才出现的内容展示在教材中，目的是让学生更加明白“学什么”和“怎么学”，教材里所列“课堂训练”实际上就是教法、学法建议。年轻的朋友们，愿你练出一副构成你青春风采的好口才！

【课堂训练】

阅读教材，口头回答：

1. 我们为什么要学习和训练口才？
2. 口才训练的程序和要达到的目标是什么？

【课后练习】

依据本教材所安排的训练程序，分组讨论，为每一程序设计一个训练方案。

第一章 口语表达基础训练（一）

口语表达主要是依靠声音传播信息，进行思想感情的交流，同时，口语表达中又常伴有无声的态势语言。一个人口语表达能力强弱，固然与其自身的先天条件有关，但从根本上讲，却是后天训练的结果。本章，我们将对普通话、态势语言、朗读、朗诵这样一些口语表达的基本能力，进行讲解和训练，同时还选评读诵材料并进行读诵综合训练。

第一节 普通话与方言辨正

口语的表达可以用标准语（雅言），也可以用方言。我国历史悠久，幅员辽阔，因而方言种类繁多。一方面，这使我国人民的口头语言异彩纷呈，但另一方面，也严重阻碍了国内各地人们之间的语言交流，在一定程度上甚至影响了我们的国际交流。有外国友人对此叹息说：“学了汉语也还不能与各操方言的中国人交流”，日本学者白川先生向我们进言道：“统一强大的中国应当是一个语言统一的国家”。

一、普通话

1955年，国务院确定普通话为我国的标准语。普通话就是“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为语法规范的现代汉民族共同语”。我国的宪法及有关法律、法规都要求推广使用普通话。

目前，普通话作为现代汉民族的共同语，正在全国各地广泛使用。当然，它不仅仅是方言地区人们之间的主要交际工具，也是国内各民族之间的交际工具。同时，它也是我们同外国人交往的重要工具之一。尤其是当前我国正处在一个历史变革的崭新时期，祖国发展的宏伟目标要求尽快提高全民族的科学文化水平，这其中一项重要任务，就是促进现代汉语的规范化。大力推广和积极使用普通话的重任，义不容辞地落在我们每一位有爱国热情和远大抱负的国民肩上。

普通话还有它自身的语音和语法优势。语音优势：由于音节结构中元音占优势，声调又是音节结构中不可缺少的部分，因而普通话具有显著的音乐性。语法优势：由于普通话词序比较固定，词语丰富，因而生动易学，现代说北方方言的人约占说汉语人口的70%。

【训练一】 请学生分别从语音、词汇、语法方面，讲清普通话的定义。

二、现代汉语的方言状况

方言是全民语言的分支，可分为地域方言和社会方言。本节所说的方言是指地域方言，它是全民语言的地方变体，是为某一地区的全体成员共同使用的。方言之间的差异突出表现在语音方面，同时，词汇和语法上也存在着一些分歧。现代汉语大致可分为七大方言区。

1. 北方方言区：北方方言是现代汉民族共同语的基础方言。它以北京话为代表，分布地域最为广泛，使用人口约占汉族总人口的70%以上。现代汉语的词汇大都来自北方方言。

由于北方方言区地域跨度较大，各地语言仍存在着自身的特点，因此北方方言又分以下几种次方言：

(1) 华北、东北方言。它主要分布在京、津两市，河北，河南，山东，辽宁、吉林、黑龙江，还有内蒙古中部和东部的部分地区。

(2) 西北方言。分布在山西，陕西，甘肃，青海，宁夏及内蒙古的西部地区。

(3) 西南方言。分布在四川，云南，贵州，重庆等省市，以及湖北的大部分（除咸宁地区外），广西的西北部，湖南的西北角等地。

(4) 江淮方言。分布在安徽，江苏两省的长江以北地区（除徐州、蚌埠一带属华北方言外），镇江以西、九江以东的长江南岸沿江一带。

2. 吴方言区：分布在江苏省的长江以南、镇江以东部分（不包括镇江），以及浙江省的大部分，以上海话为代表，使用人口占汉族总人口的 8.4% 左右。

3. 湘方言区：分布在湖南省的大部分地区，以长沙话为代表，使用人口占汉族总人口的 5% 左右。

4. 赣方言区：主要分布在江西省（东北沿江地带和南部除外）和湖北省东南一带，以南昌话为代表，使用人口占汉族总人口的 2.4% 左右。

5. 客家方言区：客家人由于历史原因，从中原地带迁徙到了南方。虽然居住较为分散，但客家语言仍自成体系。其主要分布在广东省北部、南部和东部，广西壮族自治区的东南部，福建省的西部以及江西省的南部，湖南、四川两省的少数地区，旅居国外的华人不少也世代操客家方言，以广东梅县话为代表，使用人口占汉族总人口的 4% 左右。

6. 闽方言区：闽方言区又可以分为闽北方言区、闽东方言区和闽南方言区。闽北方言分布在福建省北部和台湾省的一部分地区，以福州话为代表，使用人口占汉族总人口的 1.2% 左右；闽东方言主要分布在福建省东部和台湾省，以建瓯话为代表；闽南方言分布在福建省南部，广东省东部和海南省的一部分，以及台湾省的大部分地区，以厦门话为代表。闽南方言使用人口占汉族总人口的 3% 左右。散居在南洋群岛的几百万华侨及华裔也以闽方言为母语。

7. 粤方言区：分布在广东省的大部分和广西壮族自治区的东南部地区，以广州话为代表。它也是香港、澳门同胞的主要交际工具。南洋及其他一些国家的华侨不少人也说粤语。其使用人口占汉族总人口的 5% 左右。

【训练二】 将学生分成若干组。请学生分别用各自家乡的方言讲述：自己所讲的是哪种方言及耳闻目睹的有关方言的故事。

以上各大方言与普通话比较，差异最大的是闽、粤、客家方言，吴方言次之。北方方言及湘、赣等方言与普通话距离较小。我们了解和研究汉语方言，其目的就是要找出方言与普通话的对应规律，以便于推广普通话。

回顾历史，厚重的华夏文化由黄河流域推向全国，北方方言地区自然而然形成了全国政治、文化的中心。这一地位随着时间的推移而日渐牢固。因此，北方方言成了普通话的基础方言。但由于南方经济的飞速发展，南北经济水乳交融，为了经济的进一步发展，要求人们的口头语言走向规范。

三、普通话的发音方法及方音辨正

(一) 声母

一个音节起头的音叫声母。普通话共有二十一个辅音声母 b、p、m、f、d、t、n、l、g、k、h、j、q、x、zh、ch、sh、r、z、c、s。

1. 声母的分类及发音要领：发音时，气流受到阻碍的位置叫做发音部位。按发音部位的不同，普通话声母可以分为七类：

(1) 双唇音：是指双唇阻塞气流而形成的音，有 b、p、m 三个。

(2) 唇齿音：发音时下唇接近上齿阻碍气流而形成的音，有 f。

【训练三】 请读准下列词语，体会并区别声母是 b、p、m、f 字的发音：

北风吹、波涛汹涌、国门、芬芳、牧民、菠萝

山坡、摩擦、沸腾、模具、奋发、偏颇

(3) 舌尖音：发音时舌尖顶住上齿龈阻碍气流而形成的音，有 d、t、n、l。

【训练四】 请读准下列词语，将声母是 d、t、n、l 的字分别划出来：

带劲、坦克、通顺、能力、奈何

劳苦、道路、鞋钉、理论、玲珑

(4) 舌根音：发音时舌根接触软腭而形成的音，有 g、k、h。

【训练五】 请读准下列词语，注意区别声母 g、k、h：

巩固、改革、酷爱、开垦、慷慨

航海、欢呼、怒吼、洪水、搁浅

(5) 舌面音：发音时舌面前部和接触硬腭前部阻碍气流而形成的音，有 j、q、x。

【训练六】 请读准下列词语，注意区别声母 j、q、x：

经济、坚决、轻巧、亲切、机关

前进、先锋、行为、长啸、希望

(6) 舌尖后音：发音时舌尖向后缩、卷起，接触硬腭前部阻碍气流而形成的音，有 zh、ch、sh、r。

【训练七】 请读准下列词语，找出声母是 zh、ch、sh、r 的字：

花枝招展、庄稼、迟到、超额、施展

冉冉升起、试行、让步、弱智、昌盛

(7) 舌尖前音：发音时舌尖向前平伸，抵住或接近上齿背阻碍气流而形成的音，有 z、c、s。

【训练八】 练习下列词的发音，注意区别声母 z、c、s：

总结、最好、茶叶、苍劲、洒脱

桑树、赞扬、葬送、司法、参与

2. 声母辨正：为了使方言地区的人学习普通话声母的正确读音，首先要掌握几组容易混淆的声母的发音要领。

(1) 分辨 n 和 l：要读准 n 和 l，主要应控制软腭的升降。这两个都是舌尖抵住上齿龈发出的音，其不同之处主要是有无鼻音。可用堵塞鼻孔后的发音进行练习。如觉得发音困难，就是 n 音。因为发 n 音时软腭下降，气流振动声带后从鼻孔通过，若堵上鼻孔就发不出鼻音了。假如堵上鼻孔发音不困难，此时软腭呈上升状，气流是从舌头的两边出来的，那就是 l 音。西南地区、南京和宁夏部分地区的人要特别注意区分 n 与 l 发音的区别。

【训练九】 请读准下面的词语，指出带下划线字的声母：

熔炉、新生、大连、水生、蓝色、闹革命

农奴、暖和、恼怒、老路、无奈、无赖

(2) 分辨 z、c、s（舌尖前音）和 zh、ch、sh（舌尖后音）：这两组声母在一些方言区的发音中是易混的。比如东北地区方言容易把“四（sì）”和“十（shí）”以及它们的同音字的

发音混淆，把“吃(chī)饭”说成“cǐ饭”。上海话、苏州话、广东话、汉口话、成都话、重庆话将zh、ch、sh读成z、c、s或接近z、c、s的音。天津、西安等地也有把普通话里部分带声母zh、ch、sh的字读成z、c、s音的现象。在发音上，zh、ch、sh是舌尖后音，发音时舌尖要上翘，抵住前硬腭；而z、c、s是舌尖前音，发音时舌尖不翘，抵住上齿背即可。

【训练十】

(1) 练习下面划线字的发音：

羞水、潮水、斩除、铲除、清晨、青草
做了、错了、一字、一次、主力、阻力
短暂、车站、掐了、糟了、一成、一层
姓岑、姓陈、姓程、鱼翅、鱼刺、商业、桑叶
扫地、诗人、私人、木柴、洗澡、沼泽
迟到、磁器、种植、积攒、踌躇、珊瑚

(2) 标出下列字的声母：

糟一招一焦 醋一处一去 增一争一蒸 僧一生一声

(3) 分清f(唇齿音)和h(舌根音)：在普通话里这两个音的区分是明显的，但在有些方言的发音中却有相混的现象，如湘方言、粤方言、客家方言。f和h的区别只在气流受到阻碍的部位上。f是上齿和下唇的阻碍，h是舌根和软腭的阻碍。

【训练十一】 读准下列词语，并指出第一个字的声母：

方一地 荒一地 发一生 花一生 废一话 会一话 芬一芳 黄一昏

(二) 韵母

1. 韵母的发音要领：普通话韵母的情况比较复杂。它的主要组成部分为元音，有的也包括辅音。根据其内部结构，可以分为单韵母、复韵母、鼻韵母三类。

(1) 单韵母：单韵母是由单元音构成的韵母。它的发音单纯、响亮，必须颤动声带来完成。单韵母由六个舌面元音、三个特殊舌尖元音及一个特殊舌面元音构成。

舌面元音是a、o、e、i、u、ü，在发音时，主要是舌面起作用，由舌位的高低、前后和嘴唇的圆不圆来决定。它们发音时的具体要求如下：

发a音时，口腔大开，舌头前伸，前舌面下降到最低度，嘴唇呈自然状态。发o音时，口腔半闭，舌头后缩，后舌面升至半高程度，嘴唇拢圆。发e音时，口腔半闭，舌头后缩，后舌面升至半高程度，嘴角向两旁展开。o、e两音的区别只在于发音时嘴角的圆、扁。

【训练十二】 读下列词语，然后分别将韵母是a、o、e的字找出来并归类：

马达、博大、墨盒、喇叭、教学法、广播站
特色、山坡、水波、合格、原则性、阿弥陀佛

发i音时，口腔开度很小，舌头前伸，后舌面上升接近硬腭，气流的通路狭窄但不发生摩擦，嘴角尽量向两旁展开成扁平状。

发u音时，口腔开度很小，舌头后缩，后舌面上升接近软腭，气流的通路狭窄但不发生摩擦，嘴唇撮圆成一小孔。

发ü音时，口腔开度很小，舌头前伸，前舌面上升接近硬腭，但气流通过时不发生摩擦，嘴唇撮圆成一小孔。ü和i的发音区别只在于嘴唇的圆、扁。

【训练十三】 读下列词语，然后分别将韵母是i、u、ü的字找出来并归类：

机器、图书、女孩、集团、急剧

互助、务虚、邮局、去掉、戏曲

应注意在发 e 音时还有一个特殊的舌面元音 ê 存在。发 ê 音时，口腔半开，舌头前伸，前舌面伸至半低程度，嘴角向两旁展开。普通话中，叹词“诶”就发 ê 音。

练习舌面元音的发音，要特别注意 o 与 e，ü 与 i 的相同和不同之处。

舌尖元音的发音主要是舌尖起作用，由舌尖活动的前后和嘴唇的圆与不圆来决定。-i 和 er 是舌尖元音，由于 -i 有两种发音，所以舌尖元音就成了三个。这是三个特殊的元音。

一种发 -i 的方法是舌尖前伸，对着上齿背形成狭窄通路，气流通过时不发生摩擦，嘴唇向两旁展开。这时的 -i 只与声母 z、c、s 相拼，如：资、次、司及它们的同音字的音。另一种发 -i 的方法是舌尖上举，对着硬腭形成狭窄通路，气流通过时不发生摩擦，嘴唇向两旁展开。这时的 -i 只与声母 zh、ch、sh 相拼，如：知、吃、诗及它们的同音字的音。

舌尖元音 -i 在单写作韵母时，用前面的小横以示与舌面韵母 i 的区别。在拼写时，i 前的小横则不写出。

发 er 音时，舌面升到中间高度，同时舌尖卷起，对着硬腭，嘴唇略微展开。这时，除舌面外，舌尖起了很重要的作用，因此将其归入舌尖元音。它是一个特殊的元音，汉语拼音用两个字母表示，而发的只是一个音。普通话中单独用 er 作韵母的只有：“而、耳、儿、尔、二”等几个字。

以上十个单元音韵母，在汉语拼音方案中只用了六个字母，有的一个字母代表了几个韵母。要注意它们在发音时的不同特点。

(2) 复韵母：复韵母是由复元音构成的，它指的是在发音时舌位唇形发生变化的元音。普通话中共有 ai、ei、ao、ou、ia、ie、ua、uo、üe、iao、iou、uai、uei 十三个复韵母。

【训练十四】 读下列词语，然后分别将韵母是 ai、ei、ao、ou、ia、ie、ua、üe、iao、uai、uei 的字找出来并归类：

白菜、海带、北纬、配备、报道、高潮、亚油酸

收购、椰子、节约、决定、雪豹、优秀、足球赛

悠久、牛头、威信、秀美、汇兑、多面手

追随、歪斜、要害、劳动、自觉、座谈、亚非拉

(3) 鼻韵母：普通话中有十六个鼻韵母，它们是 an、ian、uan、üan、en、in、uen、ün 和 ang、iang、uang、eng、ing、ueng、ong、iong。鼻韵母由元音及鼻辅音韵尾构成，它们又可分为舌尖鼻韵母和舌根鼻韵母各八个。带有舌根鼻音的韵母必须有后鼻音辅音 ng，如“翁”(weng)，“拥”(yong)，“央”(yang)，“昂”(ang)。

【训练十五】 读下列词语，然后分别将韵母是 an、ian、uan、üan、en、in、uen、ün、ang、iang、uang、eng、ing、ueng、ong、iong 的字找出来并归类：

展览、灿烂、根本、振奋、亲近、辛勤、春笋

昆仑、训练、平均、群众、勋章、帮忙、钢钉

风筝、评定、情形、从容、隆重、欣赏、通讯

新鲜、干劲、英俊、笼统、沦丧、疼痛、佯攻

2. 韵母辨正

(1) 分清鼻音韵尾 n 和 ng 的发音：有些方言区 en、eng，in、ing 不分。an 和 ang，ian 和 iang，uan 和 uang 也有混同现象。于是把“天坛”读成了“天堂”，“平凡”读成了“平

房”。再如西北某些方言中，往往把前鼻音韵尾 n 全读成后鼻音韵尾 ng，所以“我们”的“们”(men)读成了“盟”(meng)的音，“人民”的“民”(min)读成了“名”(ming)的音。在练习发 n 音时，舌尖要抵住上齿龈。而发 ng 音时，舌根要抵住软腭。

【训练十六】 读准下面的词语，指出划线字的韵母：

长征、长针、红心、红星、反问、访问

人民、人名、吩咐、丰富、诊治、整治、北京、天津、亲近、清静、赞颂、葬送

(2) 分清 i 和 ü 的发音：在湘方言区、客家方言区、粤方言区及昆明、四川北部一带，将 i 和 ü 都读成 i。在练习时，先发 i 的音，然后在保持舌位不动的情况下，慢慢把嘴唇拢成圆形，就发出了 ü 音。

【训练十七】 试读：

意(yi) 见—预(yü) 见、通信(xin) —通讯(xun)

名义(yi) —名誉(yü)、季节(jijie) —拒绝(jüjue)

(3) 分清 o 和 e 的发音：东北不少地方的方言把 o 韵母的一些字读成了 e 韵母。西南不少方言把 e 韵母的一些字读成了 o 韵母。

o、e 的发音状况大致相同，只是 o 在发音时唇形圆，e 在发音时唇形不圆。

【训练十八】 试读：

破格(poge)、墨盒(mohe)

传播(chuanbo)、祝贺(zhuhe)

(三) 声调

声调就是字音的高低、升降。汉语是有声调的语言。声调有区别语义的作用。例如：“踢”和“提”的发音一样，由于声调的不同，意思就不同了。

普通话的语音有四个声调，合称“四声”，即第一声“阴平声”，第二声“阳平声”，第三声“上声”（“上”在这里作为声调的名称，读“赏”shǎng 音），第四声“去声”。此外还有一个“轻声”。

每个声调都有一个声调符号，简称“调号”，它用线条形状来描写各个声调的发音特点。

学习单韵母的四声调：

第一声“阴平声”：āōēiūǖ

第二声“阳平声”：áóéíúú

第三声“上声”：ǎǒěiǔǚ

第四声“去声”：àòèìùù

【训练十九】 试读：

悠扬美妙、光明磊落、英雄本色、优柔寡断、声扬海外

亲朋骨肉、买卖公平、酸甜苦辣、中流砥柱、聪明美丽

深谋远虑、花红柳绿、春暖花开、江山多娇、人民团结

豪情昂扬、党委领导、理想美好、日夜变化、创造世界

(四) 音变

说话不是孤立地发出一个一个的音素或音节，而是连续发出许多的音素或音节，形成语流。在这一过程中，音素之间或音节之间就相互影响，产生语音的变化，也就是音变。普通话里常见的音变现象有：轻声、变调、儿化等。

1. 轻声：在词或句子里，许多音节常常失去原有的声调而变读成一个较轻、较短的调

子，这就是轻声。

一些词或词组靠轻声音节与非轻声音节区别意义和词性。如：shetou 舌头/shetóu 蛇头——区别词义；duitou 对头（名词，意“冤家”）/duítóu 对头（形容词，意“正确”）——区别词性。

【训练二十】 读下列词组，并分别注出每个词的词性、词义：

shengqi 生气 shengqi 生气

dayi 大意 dayi 大意

普通话中大多数的轻声都同词汇、语法上的意义有密切关系。因此读作轻声有多种情况。

【训练二十一】 按括号里的提示，读出下列九组词中应该读作轻声的音节：

- (1) 去吗多好啊！（吧、吗、呢、啊等语气词）
- (2) 慢慢地，读过，飞着（的、地、得、着、了、过、们等助词）
- (3) 石头，孩子，那儿（子、儿、头等名词后缀）
- (4) 五个（某些量词）
- (5) 天上，桌子里（方位词）。
- (6) 回来，出去（趋向动词）
- (7) 看看，说说（重叠动词的末一个音节）
- (8) 请他，找你（人称代词作宾语时）
- (9) 大夫，葡萄，清楚，商量（一些口语中常用词的第二个音节）

由于社会的原因，在一些词语中本应读作轻声的字被改变读法，将应轻读的音节读作重音，比如“漂亮”中的“亮”，“朋友”中的“友”。这种错位读法不符合普通话注音规范，必须给予纠正。

2. 变调：音节与音节连续发音时，其中有些音节的声调起一定的变化即变调。普通话里最常见的变调现象有上声的变调，去声的变调和“一、七、八、不”的变调。

(1) 上声的变调

① 上声（即三声）字在非上声字前面时，变读成半上音。

【训练二十二】 读准下列词语：

在阴平字前：老师、首都、小说

在阳平字前：语言、小船、主持

在去声字前：土地、感谢、晚饭

在轻声字前：尾巴、里面、比方

② 两个上声字相连，前面上声字变读得近乎阳平（即二声）。

【训练二十三】 读准下列词语：

野草、水果、友好、选举、橄榄、冷水

(2) 去声的变调：去声字在非去声字前一律不变。如果在去声字前则由全降变为半降。

【训练二十四】 读准下列词语：

电话、照相、化验、报废、扩大

(3) “一、七、八、不”的变调

① “一”的变调：“一”的本调是阴平（即一声）。单念或在词句末尾时表示序数、基数或跟着别的数词时，例如一、始终如一、第一、一九九八年念本调。它的变调有三种：在去声字前读阳平，在非去声字前读去声，夹在重叠动词中读轻声。

【训练二十五】 读准下列词语：

一架、一个、一样

一根、一条、一本

看一看、走一走、听一听

② 目前，“七、八”的读音趋于不变调。

③ “不”的变调：“不”单念、在词句末尾或在非去声字前读去声。但在去声字前变为阳平，如夹在词语中间，则读成轻声。

【训练二十六】 读准下列词语：

不对、不愿、不是

差不多、挡不住、去不去

在汉语里，变调现象是普遍的。但是，用汉语拼音方案拼写音节时，习惯上不写变调而只标原声调。

3. 关于“儿化韵”：在普通话中为了区别一些词的词义，区分词性和表示感情色彩，常常进行韵母的“儿化”，即在音节的末尾附加一个卷舌的动作，使卷舌元音“er”成为该音节的韵尾。一些方言没有“儿化韵”，在练习“儿化韵”的发音时，容易简单地在韵母音节的后面加上一个“儿”字音。如把“面条儿”读成“面条”+“儿”，这是不对的。“儿化韵”里的“儿”不是一个单独的音节，而是在一个音节的末尾音上附加的卷舌动作，使那个音节因儿化而发生音变。“面条儿”的正确读法应是“miantiaor”。在练习时要细心体会。

带了“儿化”韵母音节的汉字，在书写时要加上“儿”字。但用汉语拼音表示时，只在原音节后加“r”来表示卷舌作用就可以了。如“眼珠儿(yanzhur)”，“猫儿(maor)”。

【训练二十七】 读下列词语：

牙刷儿、开花儿、干活儿、小车儿、台阶儿

小刀儿、纽扣儿、土堆儿、小船儿、书本儿

干劲儿、脚印儿、金鱼儿、树枝儿、花瓶儿

四、普通话与方言词语的辨正

语言的状况是靠词汇来反映的。现代汉语的词汇无比丰富。从纵的方面来看，它的词汇是由本来就相当丰富的古代汉语、近代汉语的词汇扬弃发展而来的。从横的方面来看，它主要是以北方方言的基本词汇为基础，同时吸纳了其他方言及国内外不同民族语言中有用的词汇来丰富自己的。如“垃圾”来自上海话，“旗袍”来自满族语等，“干部”、“卡拉ok”等来自日语和西语，“坦克”、“沙发”来自英语，“芭蕾”、“英特纳雄耐尔”来自法语，“布尔什维克”则来自俄语。

方言词与普通话词语的异同可以从三个方面来考察。

第一，异音同义。这种情况在方言词里占有较大的比例。如“街”，普通话读“jie”音，而东北与西南地区方言读成“gai”音；“郝”字表姓氏，普通话读“hao”音，而山西、内蒙古和四川、贵州等部分方言地区却读成“he”或“kuo”音；“鞋”在普通话读“xie”音，而在山西、内蒙古的部分地区，以及南方有的方言区如四川、贵州等地读作“hai”的音。

第二，同音异义。如在普通话中用“长”表示物件的长度，对人则用“高”来表示，而在吴方言中却用“长”描述人的个子高。方言的这种用法有时也渗透到普通话中来，如说某人身材高，可用“身材颀(qi)长”来形容。普通话用“婆婆”称丈夫的母亲，而在四川、重庆、贵州等地区则用它来称祖母。

普通话某些词的儿化与否，其意思的差别也很大。比如“闲话”一词指的是背后讥讽、