



小荧星

■ 小荧星艺术学校通用教材

# 播音与主持启蒙教程

(第一学年)



4J0576

 **SMPH**  
上海音乐出版社  
WWW.SMPH.CN

 **SLAU**  
上海文艺音像电子出版社  
WWW.SLAU.SH.CN



附CD一张

小荧星文化艺术培训学校 编著

■ 小荧星艺术学校通用教材

# 播音与主持启蒙教程

(第一学年)

上海音乐出版社  
上海文艺音像电子出版社

**图书在版编目 (CIP) 数据**

播音与主持启蒙教程 (第一学年) / 小荧星文化艺术培训学校编著 - 上海: 上海音乐出版社, 2014.9

小荧星艺术学校通用教材

ISBN 978-7-5523-0641-5

I. 播… II. 小… III. ①播音-语言艺术-艺术学校-教材 ②主持人-语言艺术-艺术学校-教材 IV. G222.2

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第195414号

书 名: **播音与主持启蒙教程 (第一学年)**

编 著: **小荧星文化艺术培训学校**

出 品 人: **费维耀**

责任编辑: **龚蓓高 嫣** (见习编辑)

音像编辑: **龚蓓高 嫣** (见习编辑)

整体设计: **薛文卿**

插 画: **薛文卿 孙 腾 余大昌**

印务总监: **李霄云**

出版: 上海世纪出版集团 上海市福建中路193号 200001

上海音乐出版社 上海市绍兴路7号 200020

网址: [www.ewen.cc](http://www.ewen.cc)

[www.smph.cn](http://www.smph.cn)

发行: 上海音乐出版社

印订: 上海书刊印刷有限公司

开本: 787×1092 1/12 印张: 10 图、文: 120面

2014年9月第1版 2014年9月第1次印刷

印数: 1-3,000册

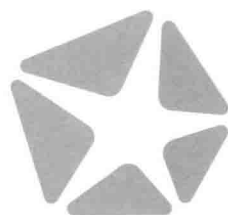
ISBN 978-7-5523-0641-5/J·0576

定价: 45.00元 (附CD一张)

读者服务热线: (021) 64375066 印装质量热线: (021) 64310542

反盗版热线: (021) 64734302 (021) 64375066-241

郑重声明: 版权所有 翻印必究



小金星

# 序

从1974年成立兴趣小组，1985年“小荧星”品牌创立，实际上，小荧星致力于少儿艺术教育已有四十年，褪去青涩，陪伴一代又一代的上海小囡成长。蓦然回首，这个艺术的摇篮，已经培育出一批又一批的青年才俊，他们活跃在世界各地的各行各业。

把孩子培养成富有艺术修养、充满创造活力的时代人才，是小荧星一贯秉承的教育宗旨。“小荧星”品牌创立以来三十载的辛勤耕耘，老师们认识到，只有让孩子们在学习艺术的过程中真正体验快乐，才能收获自信，从而激发他们的内在潜质。艺术的人生才是完整的人生，从小学会体验艺术，学会发现美，才会丰富人的心灵，从而提升一个人的修养。艺术教育的最终目的不是为了培养多少艺术从业人员，而是提高人的素养。要做到这点，少儿艺术教育必须根据少年儿童的心理与生理特点，并且将系统的、规范的教学理念，通过循序渐进的方法来指导他们的艺术活动，这样才能将少儿趣味与艺术表现融为一体，使理论与实践一致、目标与成果统一。

正是这个愿望，小荧星团队的全体优秀教师、凝聚全社会艺术精英的小荧星艺委会全体成员，根据多年的教学积累，提炼、汇集教学中最为经典、最具训练价值的内容，编写了这套适用于少年儿童艺术基础训练和各种演出需要的读物，即“小荧星艺术学校通用教材”。这套教材集“歌、舞、演”三大类，其中包括了拉丁舞、芭蕾舞、民族舞、歌舞、主持、合唱、影视共七个不同的专业。其最大亮点是教材中设置的互动环节，并创新地尝试了多媒体APP的方式，以帮助家长与孩子之间的互动，将学习、游戏、教育融为一体。

艺术教育点亮孩子们心智的火焰。希望这套教材犹如浩瀚夜空中萤火虫的闪闪光亮，照亮孩子们的艺术之路，陪伴着孩子们快乐成长。

徐浩

2014年6月

## 编辑委员会

**主 编：**沈 莹

**统 筹：**吴 亮

**执行主编：**杨 进

**编 委：**孟祥麟 邹 晟 方 勇 谢 菲 黄 晨 李 乐  
赵北阳 黄 华 汪 岩 李振申 殷 文 杨方禹  
张薇倩 沈邦平 俞恺立 沈 璋  
李 贇（特邀） 王智林（特邀）

**编 务：**张家雄 张 酉

**本册撰稿：**张家雄

# 目录

## 编者的话

## 阅读说明

### 第一单元

- 9 练一练
- 10 说一说
- 11 玩一玩
- 12 念一念
- 14 演一演
- 16 跳一跳
- 17 试一试

### 第二单元

- 21 练一练
- 22 说一说
- 23 玩一玩
- 24 念一念
- 26 演一演
- 28 跳一跳
- 29 试一试

### 第三单元

- 33 练一练
- 34 说一说
- 35 玩一玩
- 36 念一念
- 40 跳一跳
- 41 试一试

### 第四单元

- 45 练一练
- 46 说一说
- 47 玩一玩
- 48 念一念
- 51 跳一跳
- 52 试一试

### 第五单元

- 57 练一练
- 57 说一说
- 58 玩一玩
- 59 念一念
- 62 演一演
- 64 跳一跳
- 65 试一试

### 第六单元

- 69 练一练
- 70 说一说
- 71 玩一玩
- 72 念一念
- 74 演一演
- 76 跳一跳
- 77 试一试

### 第七单元

- 81 练一练
- 82 说一说
- 83 玩一玩
- 84 念一念
- 86 演一演
- 88 跳一跳
- 89 试一试

### 第八单元

- 93 练一练
- 94 说一说
- 95 玩一玩
- 96 念一念
- 98 演一演
- 100 跳一跳
- 101 试一试

- 105 后记
- 107 星星墙

当你打开电视机，看到新闻、娱乐、体育等各个节目主持人的出现，你会非常羡慕他们的风采；当你打开收音机，听到谈话节目的主持人侃侃而谈，你会为他们生动的语言和敏捷的应变能力而感到佩服。小荧星艺校开办“播音与主持”专业的主旨是通过一系列系统的学习，培养学生的语言能力、综合应变能力和舞台把控能力，从而使学生在学校的中队主题会、文艺晚会等活动中成为主角，让他们在未来人生大舞台中成为自信的人。

“播音与主持”训练能够不断激发孩子的想象力和创造力，锻炼和培养他们的观察力、理解力、注意力、感受力、适应力和肢体语言的表现力以及形象感、节奏感、幽默感……通过学习和实践，使孩子变得自信、大方，勇于展示自我。这对他们将来踏上社会与人交流、沟通等都会有很大帮助，能让他们在走出家庭、步入社会后从容面对激烈竞争和挑战。

### 本学年教学目标

培养孩子对主持的兴趣。让孩子通过学习，主动表达自己的想法，并做到吐字清晰，表达自然流畅。要拓展孩子的思路，锻炼其反应能力，让孩子学会率真自如地表达真实感受，自信主动地与他人进行情感交流。

### 主要教学内容

#### 1.语言基础训练

- (1) 口腔操，
- (2) 气息练习，
- (3) 词组练习，
- (4) 声母绕口令，
- (5) 韵母绕口令。

## 2.艺术语言

带有动态的儿歌表演以及有对话的寓言故事。

## 3.元素练习

注重感受力及表现力的表演练习，如模拟系列、无实物练习。

## 4.即兴能力

注重反应力、想象力及语言组织能力的练习。

## 5.形体训练

体态仪表、身体协调、节奏训练。

## 给家长的建议

孩子在学习“播音与主持”的过程中，最需要家长的支持。家长可以与孩子互动，帮助他们巩固练习，以培养孩子的兴趣。

### 1.营造语言环境

语言是“播音与主持”学习中最基础的内容之一。良好的语言环境能让孩子更快地说一口标准的普通话。因此，家长在家中要尽量用普通话与孩子沟通，给孩子创造良好的语言环境。

### 2.与孩子互动

孩子的进步与家长是分不开的。家长在日常生活中应该多和孩子沟通、交流。这不仅能拉近与孩子的距离，了解孩子的想法，而且能培养孩子的语言表达能力。课后，家长可以帮助孩子完成回家作业，也可以和孩子一起学习，比比谁的进步更大，孩子的进步与家长是分不开的。家长还可以和孩子一起看书，带孩子出去旅行等。

### 3.贵在坚持

学习“播音与主持”的道路是很长的，“坚持”非常重要。作为一种综合能力的培养，它需要长时间的积累和训练。有些家长和孩子可能会在学习过程中看不到自己的进步而选择放弃。要知道，学习主持绝不会是速成的，需要生活中点点滴滴的积累。“台上一分钟，台下十年功。”只有保证学习时间，坚持上课，才能取得更大的进步！

- 1.本教程中出现的部分儿歌、绕口令以及寓言故事会有示范的音频配以字幕。其中标有“”表示本教程所附CD中含有该内容的音频。标志“”则表示可以通过“荧星棒”APP手机应用，扫一扫该标志，即可观看视频（应用下载方法见后页）。
- 2.每个单元中都有“小雄哥哥的小贴士”和“小雄哥哥的提示”，旨在提醒家长在帮助学生练习时应注意的问题，避免产生错误。
- 3.“试一试”环节让学生们用学到的方法和知识诠释作品。可由教师或家长根据学生完成的情况，在“星星墙”贴上小荧星专用贴纸，以作鼓励。
- 4.期中和期末时，家长可以帮助学生记录半年来的学习成果和感受，并拍摄视频保存。

“荧星棒” APP——学习的好帮手上线啦！

亲爱的小朋友们，想不想用你手中的手机或平板电脑来帮助你学习呢？快快挥舞起我们的“荧星棒”，施展魔法，让老师们从课本里来到你的身边吧！

### “荧星棒”小档案

什么是“荧星棒”？

荧星棒是一款专门为小荧星学员及教材使用者设计的应用软件，可以安装在任何一台苹果或安卓2.0版本以上操作系统的手机和平板电脑上，为小朋友们带来神奇的体验哦！

神奇功能一：随身教参魔法棒

小朋友们可以通过“荧星棒”APP，随时随地观看与教材同步的视频内容，让学习更轻松！

神奇功能二：才艺交流小舞台

加入读者俱乐部，小朋友们可以登上“荧星棒小擂台”，上传交流学习成果，获得专业点评、粉丝鼓励，让成长看得见！

### 下载安装

方法一：用设备扫描二维码下载。

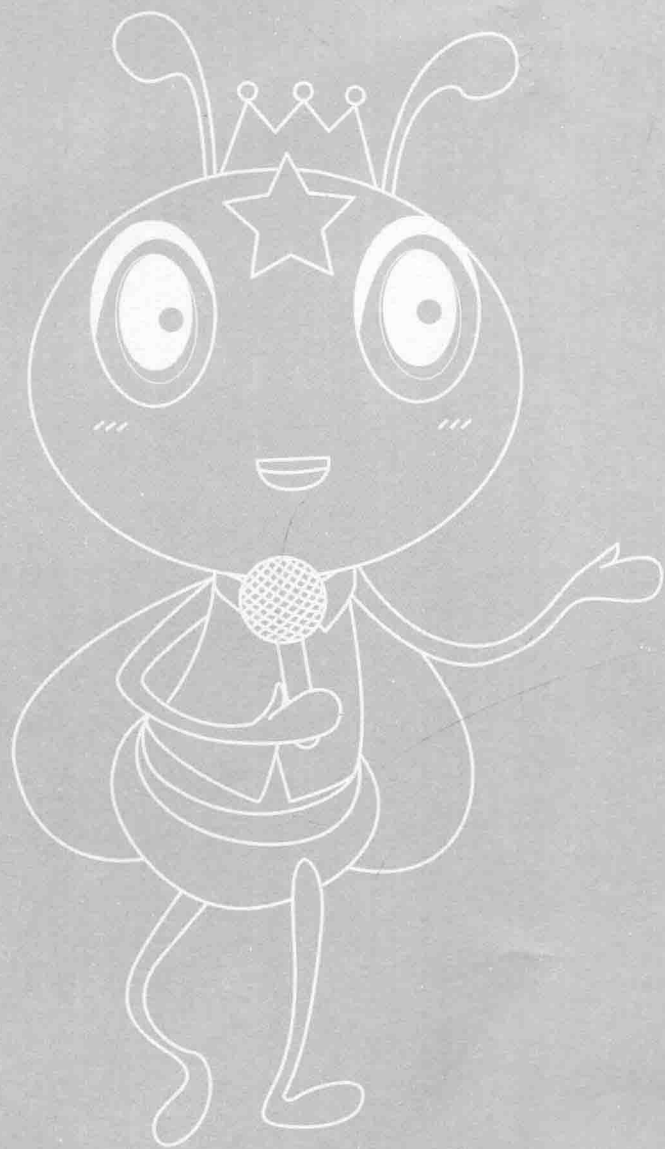
方法二：苹果系统设备可进入AppStore搜索“荧星棒”下载。

方法三：进入小荧星官网<http://www.littlestar.cn/>下载。



小荧星的伙伴们，准备好了吗？让我们一起寻找“”，挥动荧星棒，开始神奇的才艺学习之旅吧！





小雄哥哥  
的话

DI YI DAN YUAN

# 第一单元

欢迎来到主持的殿堂。

作为主持人，先要学会说一口标准、流利的普通话；

要有一定的表演功底，敢于当众表现自己；

要有一定的即兴语言组织和表达能力，

在舞台上控制自己的体态、仪表和情绪。

主持人需要的是综合能力的体现。

本单元将从简单的基础练习出发，练习主持的基本要素。

在语言的字音方面，学习平翘舌音。

跟着“小雄”哥哥，

一起踏上“主持”这条有趣而又艰苦的道路吧！



liàn yí liàn

# 1. 练一练

## 基础练习

### (1) 口腔操

在练习普通话之前，练习口腔操，使口腔各个部位的肌肉得到锻炼。在练习普通话时，发音能更准确。

唇的练习：

喷： 也称作双唇后打响，双唇紧闭，将唇的力量集中于后中纵线三分之一的部位，唇齿相依，不裹唇，阻住气流，然后突然连续喷气出声，发出P、P、P的音。

嘟、咧：将双唇闭紧尽力向前噉起，然后将嘴角用力向两边伸展。先嘟后咧反复进行。

### (2) 气息练习

说话与歌唱一样，都需要充足的气息支撑。呼吸是说话的基础，气息是说话的动力。让我们一起练好气息吧。

呼吸练习：吸气时将小腹完全放松，边吸边向外膨胀，自然缓慢地将气息吸进小腹，小腹鼓则为吸气，小腹收则为呼气。



小贴士

口腔操和气息练习是基本功。  
希望你能每天练习。

shuō yì shuō

## 2. 说一说

即兴语言表达能力的强弱会直接影响主持人的现场把控能力。  
让我们先从提问与回答开始，锻炼表达能力吧！

### 提问与回答



#### “小雄”哥哥的提示

回答老师提出的问题，表达自己的想法。可以是真实的想法，也可以充分发挥想象。

- 例：(1) 人为什么是站着走路的？  
(2) 如果你会飞，你会飞去哪里？



#### “小雄”哥哥的作业

你可以自选一二个题目，在家中与爸爸妈妈或同学进行相互问答。能完成作业的孩子可以贴上一颗“小星星”，以资鼓励。