

[当代学生口语艺术丛书]

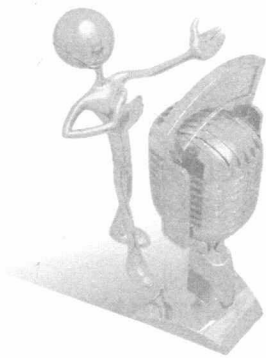
练就好口才，你就是明天的主持明星！

谢伦浩 著

学生 主持艺术



石油工业出版社



[当代学生口语艺术丛书]

学生主持艺术

谢伦浩 著

石油工业出版社

内容提要

本书分为主持理论技巧与主持艺术类型上下两篇,分别阐述了学生主持人应该掌握的语音发声、朗诵技巧、即兴表达、形象塑造等理论知识,以及现场活动、新闻类、服务类等类型节目的主持艺术,后附附录,主要编选了一些主持词便于读者参考选用。

图书在版编目(CIP)数据

学生主持艺术 / 谢伦浩著.

—北京:石油工业出版社,2015.3

(当代学生口语艺术丛书)

ISBN 978-7-5183-0526-1

I.学…

II.谢…

III.主持人—语言艺术—青少年读物

IV.G222.2-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第281831号

学生主持艺术

谢伦浩 著

出版发行:石油工业出版社

(北京安定门外安华里2区1号楼 100011)

网 址:www.petropub.com

编辑部:(010) 64257021

营销部:(010) 64523623 64255933

经 销:全国新华书店

印 刷:北京晨旭印刷厂

2015年3月第1版 2015年3月第1次印刷

710×1000毫米 开本:1/16 印张:18.25

字数:320千字

定价:26.00元

(如出现印装质量问题,我社发行部负责调换)

版权所有,翻印必究



前言

社会在进步，时代在发展，新的生存环境呼唤新的适应性人才，呼唤具有开拓精神、拥有创新品质、掌握先进技能的能力型人才，而口才表达、朗诵技巧是一切技能的基础，是所有才能的支撑。

古往今来，很多卓越的口才大师往往是胸藏百汇，舌战春蕾，振臂高呼，应者云集，挽狂澜于既倒，助巨浪以前行。他们的口才艺术具有神奇的感染力、鼓动力和说服力。

在当下信息化社会中，信息传播速度加快，口语交际增多。理论家崇论宏议，情动四海；军事家理薄中天，言之凿凿；外交家侃侃而谈，不容置喙。此外，企业家的谈判、营业员的推销、学者的交流都要有非凡的口才技巧。正因为如此，口语艺术作为宣传真理的好工具，获取信息的好途径，扩大联系的好手段，求知学习的好渠道，而受到人们特别是青少年学生朋友的喜爱和重视。其实，口语素质是可以后天习得和培养的，而尽早获得与培养又是每个青年学生刻意追求的。

为了让青少年学生们拥有一套实用的、可操作的口才技能培训方法，我们编写了《当代学生口语艺术丛书》，包括《学生口才艺术》、《学生朗诵艺术》以及《学生主持艺术》。希望这套丛



书能成为青少年学生朋友们口才培养的自助摇篮、口语艺术的立体应对、语言表达的实用技巧、人际交往的锦囊妙计。

最后，希望青少年学生朋友们都能早日口吐莲花，舌战春蕾。在人际交往中所向披靡，在万众瞩目中脱颖而出。

谢伦浩



目录

上篇 学生主持理论技巧

第一章 主持人语音发声

第一节 语音知识·····	004
第二节 语流表达·····	013
第三节 呼吸方法·····	038
第四节 共鸣控制·····	046
第五节 声音弹性和嗓音保护·····	055

第二章 主持人朗诵技巧

第一节 主持人的朗诵概述·····	064
第二节 主持人如何进行诗歌朗诵·····	076
第三节 主持人如何进行散文朗诵·····	093
第四节 主持人如何进行童话寓言朗诵·····	104

第三章 主持人即兴表达

第一节 言语技巧·····	114
第二节 逻辑思维·····	123



第三节 心理谋略·····	133
第四节 编讲故事·····	140

下篇 学生主持艺术类型

第四章 现场活动类主持

第一节 晚会主持·····	154
第二节 赛事活动主持·····	167
第三节 班会主持·····	176

第五章 新闻类节目主持

第一节 新闻播报·····	186
第二节 新闻评述·····	196
第三节 现场报道·····	208

第六章 服务类节目主持

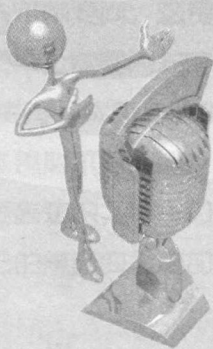
第一节 社教科普类节目主持·····	218
第二节 生活服务类节目主持·····	226
第三节 校园服务类节目主持·····	236

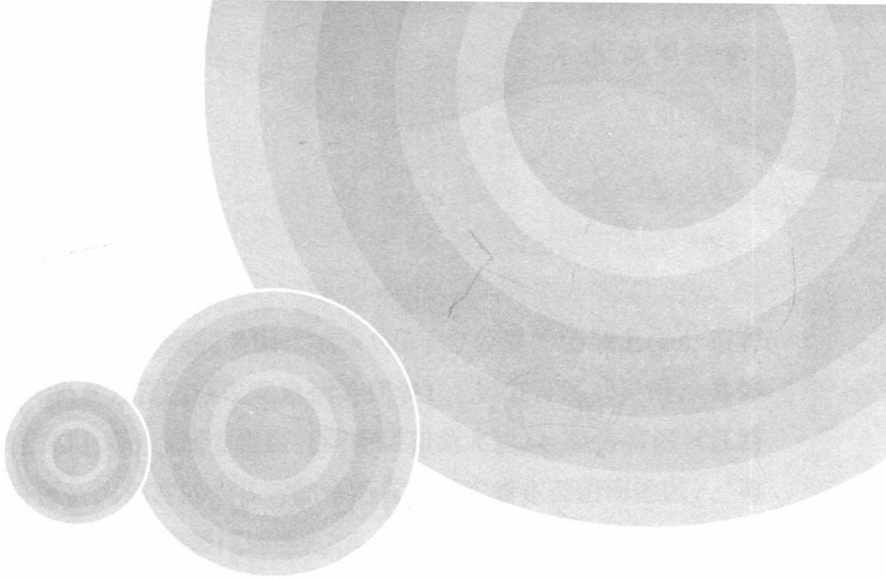
附录

第一部分 文艺晚会类主持词·····	248
第二部分 主题活动类主持词·····	270

上篇

学生主持理论技巧





第一章 主持人语音发声

电视里主持人悦耳动听的声音，主持人抑扬顿挫的话语，宛如一场听觉盛宴，有人不禁要问，这是天生的吗？能够后天学习吗？我们能否也像电视荧幕上熠熠闪光的主持人一样，用声音塑造美的感受呢？事实上，主持人优美动听的声音，除了先天的嗓音条件外，后天的科学训练是必不可少的。其中，语音发声就是最基础的内容，学习普通话语音知识，讲一口标准流利的普通话；掌握科学的发声方法，让自己的声音变得更加优美，是主持人、演讲家们必须具备的基本能力。

所以，在这本书的一开始，就让我们共同学习这项基本技能吧。即便不去主持节目，在日常生活中运用标准的普通话和科学的用声方法与人沟通交流，也能帮助我们提升个人魅力和自信心呢！“用心吐字，用爱归音”，让我们进入语音发声的学习。



第一节

语音知识

普通话是我们现代汉民族的共同语言，也是我们的官方语言，国家新闻出版广电总局也明确规定，主持人在节目中非特殊需求，必须使用规范的普通话语言。所以，讲好普通话，是成为主持人的第一步。



要点梳理

什么是普通话

我们常常在说要说好普通话，那么普通话究竟是什么？可能有很多同学并不清楚。实际上，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为语法规范的现代汉民族共同语言。

通过上面这个概念，或许我们就能明白为什么通常情况下北方人的普通话说得比南方人要好一些，但这并不意味着北京人或者北方人说的话就是标准普通话，北京人说话时的儿化音、东北人说话时较浓的东北口音，这些都不属于标准普通话的范畴，普通话只是建立在这个基础之上，但有着自身的语音规范。而南方人受语言环境的影响，通常普通话要差一些，但通过后天培训，完全可以练就一口标准流利的普通话。



方言

我国是一个多民族聚居的大国，在960万平方公里的疆域上，分布着七大方言区——北方方言区（以北京话为代表）、吴方言区（吴语，具体包括江苏、浙江和上海）、湘方言区（湖南话和湖北话）、赣方言区（江西话）、客家方言区、闽方言区（福建和台湾省及广东省东部沿海地区）、粤方言区（广东、香港地区和澳门地区）。

各方言区之间的方言带有明显的地域色彩，只是在局部地区使用，在一定的地区通行。但是，我们要知道，方言的使用是一把双刃剑，一方面能够便于本地区居民沟通交流，另一方面，在公共场所使用方言是一道屏障，相互交流的两人如果使用方言会给不懂方言的第三方带来巨大压力，容易让对方产生被忽视的感觉，所以我们要从小养成讲普通话的好习惯。

普通话学习难点分析

普通话语音里有一些系统的难点音是很多人都会出现的问题，下面将一些典型问题列举出来，同学们可以根据这些进行对照，看自己是否也出现了这类问题。

1. 前后鼻音不分——-n与-ng不分，常把后鼻音-ng发成前鼻音-n，有时也把前鼻音-n发成后鼻音-ng。比如，“邻居”（línjū）发成“零居”（língjū），把“朋友”（péngyǒu）发成“盆友”（pényǒu）。

2. 平翘舌音不分——z、c、s与zh、ch、sh不分，常把z、c、s等平舌音读成zh、ch、sh等翘舌音，或将zh、ch、sh等翘舌音读成z、c、s等平舌音。比如，把“姿势”（zīshì）发成了“姿四”（zīsì），“自主”（zìzhǔ）发成了“智主”（zhìzhǔ）。

3. 鼻边音部分——n与l不分，常把n和l搞混淆，有的人无论是n还是l通通发n的音，有的人则相反，鼻音全发成边音，事实上两个发音有很大区别的。比如把“那个”（nàgè）发成“辣个”（làgè），把“落下”（làxià）发



成“那下”(nàxià)。

4. 唇齿音与舌根音不分——f与h不分，常把声母是f的音发成声母是h的音，或把声母是h的音发成声母是f的音。比如“福气”(fúqì)发成“胡气”(húqì)，“蝴蝶”(húdié)发成“符蝶”(fúdié)。

5. 尖音问题——j、q、x发音靠前。所谓尖音是指以j、q、x为声母的字音发音靠前，使得该音听上去非常尖锐，俗称“尖音”，又叫“女国音”，因为女性发音爱靠前，所以出现这种情况的较多。但并不意味着男性没有，很多男性也存在这种情况，是普通话语音中常见的问题。

6. 儿化不到位——儿化不是独立音节，是附着性词尾。表达时常常出现要么与前音节脱节、独立成音节，要么不完整、动程发送不到位。



技巧点拨

讲好普通话的要点

要想说好普通话，就要达到3个层次的要求：第一，说标准的普通话。第二，说好听的普通话，也就是训练发声技巧，说普通话时字正腔圆。第三，说生动的普通话，做到抑扬顿挫、悦耳动听。

普通话学习过程中的注意事项

1. 要克服心理障碍。普通话并不难学，难的是我们对心理状态的调整和改善。许多同学在学习普通话时害怕自己发音生硬别扭出丑，这样的心理障碍常常使学习进步缓慢。针对这种情况，要及时调节心理状态，放下心理包袱，大胆地开口讲话。

2. 要创造良好的语言环境。任何语言都离不开语言环境，要尽可能为自己创造一个有利的普通话环境，在好的语言环境的感染下，能够让我们的普通话水平突飞猛进。



3. 同时也要注意良好的学习方法。我们学习普通话的目的是能听懂普通话、能说标准的普通话。这就要求我们改变多年对方言的听说习惯，建立一种全新的听说能力，这并非一朝一夕的事情。一方面我们要下苦功夫，踏踏实实努力学习；另一方面也应该采用恰当的学习方法，事半功倍。



训练材料

为了帮助同学们检测目前的普通话水平，特设置以下练习，可以帮助同学们进行初步检验，为日后的学习做铺垫，同时也可以将其作为日常练习材料。

in、en与ing、eng对比训练



单音节字

in—ing	津——京	频——凭	林——零
	民——明	彬——冰	您——宁
en—eng	奔——崩	盆——烹	闷——蒙
	分——风	跟——更	真——蒸



双音节词

in—ing	心情	拼命	民兵	禁令	进行
ing—in	灵敏	迎亲	听信	影印	清贫
en—eng	深耕	神圣	真正	人称	本能
eng—en	诚恳	粉尘	缝纫	胜任	正门



绕口令练习

1. 小金到北京看风景，小京到天津买纱巾。

看风景，用眼睛，还带一个望远镜；

买纱巾，带现金，到了天津把商店进。



买纱巾，用现金；看风景，用眼睛，
巾，金，精，津，睛都要分得清。

2. 陈是陈，程是程，

姓陈不能说成姓程，姓程也不能说成姓陈，
禾旁是程，耳朵是陈，程陈不分，就会认错人。

z、c、s与zh、ch、sh对比训练



单音节字

z——zh	早——找	自——治	栽——摘
	在——寨	赃——张	赞——站
c——ch	次——翅	催——吹	错——绰
	撮——戳	财——柴	蚕——缠
s——sh	撒——衫	丧——尚	骚——烧
	伞——陕	腮——筛	髓——水



双音节词

z——zh	作者	增长	自治	宗旨
	总之	阻止	最终	作战
zh——z	正在	指责	制造	中子
	种族	著作	推测	沼泽
c——ch	财产	促成	残春	操持
	彩超	草场	存储	曹冲
ch——c	场次	储藏	纯粹	揣测
	成才	差错	唱词	尺寸
s——sh	散射	丧失	私事	所属
	虽说	随时	损伤	宿舍
sh——s	上诉	神色	收缩	输送



绕口令练习

1. 早晨早早起，早起做早操，人人做早操，做操身体好。
2. 山前有个崔粗腿，山后有个崔腿粗，
二人山前来比腿。
不知是崔腿粗比崔粗腿的腿粗，
还是崔粗腿比崔腿粗的腿粗。
3. 公园有四排石狮子，每排是十四只大石狮子，
每只大石狮子背上是一只小石狮子，
每只大石狮子脚边是四只小石狮子，
史老师领四十四名学生去数石狮子，
你说共数出多少只大石狮子和多少只小石狮子。

n与l对比训练

单音节字

能——棱 农——龙 你——里 鸟——了
尿——料 牛——刘 年——连 碾——脸
念——恋 娘——良 您——林 宁——凌
怒——路 暖——卵 女——吕 虐——略

双音节词

无奈——无赖 闹灾——涝灾 留念——留恋
恼怒——老路 老农——老龙 牛年——流年
女客——旅客 浓重——隆重 黄泥——黄鹂
泥巴——篱笆 脑子——老子 男鞋——蓝鞋
大怒——大路 内线——泪腺 一年——一连
难住——拦住 水牛——水流 无奈——无赖
南宁——兰陵 男女——褴褛 小牛——小刘



绕口令练习

1. 念一念，练一练，n、l的发音要分辨。

l是边音软腭升，n是鼻音舌靠前。

你来练，我来念，不怕累，不怕难，齐努力，攻难关。

2. 有座面铺面朝南，门口挂个蓝布棉门帘。

摘了蓝布棉门帘，看了看，面铺面朝南；

挂上蓝布棉门帘，看了看，面铺还是面朝南。

3. 牛郎年年念刘娘，刘娘年年恋牛郎，

牛郎念刘娘，刘娘恋牛郎，郎念娘来娘恋郎。

f与h对比训练

单音节字

发——哈 烦——寒 方——夯 粉——很

冯——横 扶——壶 父——户 斧——虎

防——杭 愤——恨 饭——汗 夫——呼

双音节词

发生——花生 公费——公会 斧背——虎背

复员——互援 防止——黄纸 废话——绘画

船夫——传呼 分发——昏花 犯病——患病

分钱——婚前 仿佛——恍惚 翻阅——欢阅

乏力——华丽 附注——互助 幅度——弧度

绕口令练习

1. 一条裤子七道缝，横缝上面有竖缝，缝了横缝缝竖缝，缝了竖缝缝横缝。

2. 粉红墙上画凤凰，红凤凰，黄凤凰，红粉凤凰花凤凰。

3. 买混纺，卖混纺，红混纺，黄混纺，粉红混纺，黄粉混纺，红粉混