



高等职业教育“十二五”规划教材
高职高专文秘类教材系列

普通话与口语表达

邵文文◎主编



科学出版社
www.sciencep.com

高等职业教育“十二五”规划教材

高职高专文秘类教材系列

普通话与口语表达

邵文文 主编

赵娟 李小娟 副主编

科学出版社

北 京

内 容 简 介

本书以规范的声母、韵母、声调的发音为出发点和基础,着力于从日常口语表达、演讲、朗读和朗诵以及普通话水平测试的应试技巧等方面提高读者的口语表达能力及普通话水平测试成绩。

本书理论讲解深入浅出,课后练习注重实际应用,可操作性强。

本书可作为高职高专及本科院校普通话公共课教材,也可供教师、播音员、公务人员等学习时参考。

图书在版编目(CIP)数据

普通话与口语表达/邵文文主编. —北京:科学出版社, 2011.
(高等教育“十二五”规划教材·高职高专文秘类教材系列)
ISBN 978-7-03-031640-0

I. ①普… II. ①邵… III. ①普通话—口语—语言表达—高等教育—教材 IV. ①H193.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 116497 号

责任编辑: 朱大益/ 责任校对: 马英菊
责任印制: 吕春珉 / 封面设计: 东方人华平面设计部

科学出版社出版

北京东黄城根北街 16 号
邮政编码: 100717
<http://www.sciencep.com>

北京路局票据印刷厂 印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2011 年 7 月第 一 版	开本: 787×1092 1/16
2011 年 7 月第一次印刷	印张: 14 3/4
印数: 1—3 000	字数: 332 0000

定价: 25.00 元

(如有印装质量问题, 我社负责调换<路局票据>)

销售部电话 010-62134988 编辑部电话 010-62138978-8205 (VF02)

版权所有, 侵权必究

举报电话: 010-64030229; 010-64034315; 13501151303

前 言

普通话是现代汉民族的共同语。我国幅员辽阔，人口众多，很多民族拥有自己的民族语言，即使是汉民族语言内部也存在很多方言分歧，因此推广普通话是我国经济文化持续发展的必然要求。而当今，在这个经济文化全球化、一体化时代，我们要保持自己的民族个性，拥有自己的声音，推广普通话就显得尤为重要。

口语表达与书面语表达是交际活动中两种主要的表达方式。在日常生活、学习和工作中，尤以口语表达使用最多。

本书从规范的声母、韵母、声调的普通话发音为出发点和基础，着力于日常口语表达、朗读和朗诵、说话、演讲以及普通话水平测试的应试技巧等方面，以提高读者的口语表达能力及普通话水平测试成绩，理论讲解深入浅出，课后练习注重实际应用，可操作性强。

本书编写团队的组成人员都是有着丰富普通话课程教学和测试经验的骨干教师，具体编写分工如下：赵娟负责绪论、第一章和第七章的编写，宿美丽负责第二章和第三章的编写，阮冬梅负责第四章和第五章的编写，李小姐负责第六章和第八章的编写，张婷负责第九章的编写，宋菲负责第十章的编写，邵文文负责全书大纲的拟定及统纂定稿。

尽管编者力求精益求精，但错误和疏漏在所难免，还请读者多提宝贵意见，以图改进。

邵文文

2011年5月

目 录

绪论	1
第一节 普通话概说	1
一、普通话的概念	1
二、普通话的标准	1
第二节 推广普通话	4
一、为什么要推广普通话	4
二、推广普通话工作的法律依据	5
三、推广普通话工作的方针和政策	6
四、推广普通话工作的目标	6
五、推广普通话工作的基本思路 and 措施	6
第三节 怎样学好普通话	7
一、认识到推广普通话的重要意义	7
二、认真学习普通话语音理论知识	7
三、持之以恒地坚持练习	8
四、克服不良心理	8
思考与练习	9
第一章 语音概说	10
第一节 语音的性质	10
一、语音的生理属性	10
二、语音的物理属性	11
三、语音的社会属性	13
第二节 普通话语音的基本概念	14
一、音节	14
二、音素	14
三、声调	15
第三节 普通话语音的特点	15
一、普通话声调具有区别意义的作用	15
二、元音在音节中占优势	15
三、普通话音节中没有复辅音	15
第四节 语音的记录工具	16
一、《汉语拼音方案》	16
二、国际音标	17



思考与练习	17
第二章 声母	22
第一节 声母概说	22
一、根据发音部位分类	22
二、根据发音方法分类	23
第二节 声母的发音	24
一、双唇音	24
二、唇齿音	24
三、舌尖前音	25
四、舌尖中音	25
五、舌尖后音	26
六、舌面音	27
七、舌根音	28
第三节 声母辨正	29
一、舌尖前音 z、c、s	29
二、舌尖后音 zh、ch、sh、r	29
三、舌面音 j、q、x	30
思考与练习	30
第三章 韵母	35
第一节 韵母概说	35
一、韵母的分类	35
二、韵母的结构	36
第二节 韵母的发音	36
一、单韵母	36
二、复韵母	39
三、鼻韵母	43
第三节 韵母辨正	46
一、单韵母的 e 和 o	46
二、复韵母的动程和舌位	47
三、鼻韵母的动程和唇形	47
思考与练习	48
第四章 声调	55
第一节 声调概说	55
一、调类和调值	55



二、调号·····	56
三、标调法·····	56
第二节 声调辨正·····	56
一、改变调值·····	57
二、区分调类·····	57
三、区别入声字·····	57
第三节 声调训练·····	58
一、分类训练·····	58
二、对比训练·····	59
思考与练习·····	61
第五章 音变·····	66
第一节 变调·····	66
一、上声变调·····	66
二、去声变调·····	67
三、“一、不”变调·····	67
四、形容词重叠式的变调·····	68
第二节 轻声·····	68
一、轻声的作用·····	69
二、常用轻声词·····	69
第三节 儿化·····	70
一、儿化的作用·····	70
二、儿化的变读规律·····	71
第四节 语气词“啊”的音变·····	73
一、“啊”的变读规律·····	74
二、语气词“啊”的音变规律简表·····	74
思考与练习·····	75
第六章 朗读与朗诵·····	87
第一节 朗读概说·····	87
一、朗读的含义·····	87
二、朗读的要求·····	87
第二节 朗读技巧·····	90
一、重音·····	90
二、停顿·····	91
三、语速·····	92
四、语调·····	93



第三节 朗诵概说	94
一、什么是朗诵	94
二、朗诵前的准备	95
三、朗诵的发音	96
第四节 不同文体的朗诵	97
一、诗歌	97
二、散文	98
三、小说	99
四、剧本	100
思考与练习	101
第七章 说话	108
第一节 说话概说	108
一、说话的概念	108
二、说话的要素	108
三、说话的基本类型	109
第二节 普通话水平测试中的“命题说话”	109
一、“命题说话”的要求	109
二、话题的准备	111
思考与练习	115
第八章 演讲	117
第一节 演讲概说	117
一、演讲的性质	117
二、演讲的分类和要素	119
三、演讲者的素质构成	119
第二节 演讲技巧	120
一、演讲的语言表达技巧	120
二、演讲的态势语技巧	122
三、演讲稿的写作	124
第三节 几种常用演讲类型	127
一、命题演讲	127
二、即兴演讲	128
三、论辩演讲	130
思考与练习	131



第九章 实用口语	135
第一节 常用社交口语类型	135
一、介绍	135
二、寒暄	136
三、交谈	137
四、赞美	138
五、拒绝	139
六、道歉	140
第二节 求职面试口才	141
一、求职面试的特点	141
二、求职面试前的准备	142
三、求职面试语言表达技巧	143
思考与练习	144
第十章 普通话水平测试及应试指导	146
第一节 普通话水平测试概说	146
一、什么是普通话水平测试	146
二、普通话水平测试的性质	146
三、普通话水平测试的内容和范围	146
四、普通话水平测试的等级标准	146
五、普通话水平测试的对象和达标等级	147
六、普通话水平测试的意义	148
第二节 普通话水平测试应试指导	148
一、读单音节字词	148
二、读多音节词语	150
三、朗读短文	151
四、命题说话	152
第三节 普通话水平测试样卷	153
一、读单音节字词	153
二、读多音节词语	153
三、朗读短文	153
四、命题说话	154
思考与练习	154



附录	155
附录 A 普通话水平测试用朗读作品	155
附录 B 普通话异读词审音表	183
附录 C 中华人民共和国国家通用语言文字法	222
参考文献	225

绪 论

第一节 普通话概说

中国是一个统一的多民族国家，普通话是全国各民族的通用语言，也是世界上使用人口最多的一种语言。学习和推广普通话，是我国的一项基本政策，对于提高国家的经济文化水平及公民的个人素质都有极其重要的影响。那么究竟什么是普通话呢？其标准又是怎样的呢？下面将首先解答这两个问题。

一、普通话的概念

《中华人民共和国国家通用语言文字法》规定：普通话是现代汉民族共同语，是全国各民族通用的语言。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。

“普通话”一词，早在清末就出现了，但其正式的概念及定义，是经 1955 年召开的全国文字改革会议和现代汉语规范问题学术会议提出，并于 1956 年 2 月 6 日，经国务院增补确定的，从此也便确立了普通话作为现代汉民族共同语的地位。

其实，我国自古以来就有共同语，但名称和具体使用并不相同。春秋时的共同语叫“雅言”；在汉代，共同语被称为“通语”；晋至唐宋，各有两三种使用范围较广的语言，但没有明确称呼；元代，“大都话”实际上即为当时的共同语；明清以来，共同语被称为“官话”，实际与今天的“普通话”越来越接近了；辛亥革命后，“国语”成为共同语的称呼；经过历史的演变，现代汉民族共同语演变为“普通话”并被广泛应用。

二、普通话的标准

任何一种语言都具有三个基本要素：语音、词汇、语法。“普通话”的定义中也分别从语音、词汇和语法这三个方面提出了普通话的标准。

（一）以北京语音为标准音

在语音方面，“以北京语音为标准音”是指普通话以北京话的语音系统为标准，但并不是说普通话就等于北京话。北京话中还有很多土音就不是普通话，如老北京人把连词“和(hé)”说成“hàn”，把“告诉(gàosu)”说成“gàosong”等。北京话中还有很多异读音现象，如有人把“侵略”一词念做“qīnlüè”，也有人念成“qīnlüè”；有人把“附近”一词念做“fùjìn”，也有人念成“fǔjìn”。另外，北京话中有太多不必要的儿化也不是普通话，如把“小王”说成“小王儿”，把“后天”说成“后儿”等。这都是普通话



与北京话的明显区别。因此，要学好普通话，当前应该以 1985 年公布的《普通话异读词审音表》以及最新版的《现代汉语词典》为语音规范。

（二）以北方话为基础方言

除了普通话这一共同语之外，各地还有方言。方言是指局部地域使用的语言，因此在使用上具有地域的限制。现代汉语总共有七大方言，具体情况如下：

1. 北方方言

北方方言是分布地域最广、使用人数最多——约 73% 的汉族人口——的方言，以北京话为代表。它是普通话的基础方言。

北方方言又可分为四个次方言：

（1）华北、东北方言，通行于京、津两市及黑龙江、吉林、辽宁、内蒙古的一部分、河北、河南、山东等地区。

（2）西北方言，通行于山西、陕西、甘肃、内蒙古、宁夏一部分、青海一部分及新疆等地区。

（3）西南方言，通行于四川、贵州、云南、湖北大部、湖南、广西北部等地区。

（4）江淮方言，通行于长江中下游，包括安徽、江苏、江西等部分沿江地区。

2. 吴方言

吴方言通行于江苏省长江以南、镇江以东，南通小部分，上海及浙江大部分地区，使用人数约占汉族人口的 7.2%，以上海话为代表。

3. 闽方言

闽方言通行于福建、海南、广东东部、雷州半岛、温州一部分、台湾汉族聚居区，使用人数约占汉族人口的 5.7%。闽方言又分为闽南方言和闽北方言，闽南方言以厦门话为代表，闽北方言以福州话为代表。

4. 粤方言

粤方言通行于广东大部分地区，广西东南部及香港和澳门等地，使用人数约占汉族人口的 4%，以广州话为代表，习惯上被称为“粤语”或“广东话”，当地人称之为“白话”。

此外，东南亚、南北美洲、欧洲各国、澳大利亚、南非等的华侨、华裔近 90% 的人都来自粤方言区，所以国外的“唐人街”里流行的汉语多为粤方言。

5. 客家方言

客家方言通行于广东梅州地区及零星分布于江西南端和福建西部，使用人数约占汉族人口的 3.6%，以广东梅城话为代表。



6. 赣方言

赣方言通行于江西大部分地区以及福建西部、湖南部分县市，使用人数约占汉族人口的 3.3%，以南昌话为代表。

7. 湘方言

湘方言通行于湖南大部分地区，使用人数约占汉族人口的 3.2%，以长沙话为代表。

山东方言属于北方方言中的华北、东北方言，其内部又有很多差异，根据声母发音、声调等的区别，可以将山东方言分为东区和西区，东区又分为东莱区和东潍区，西区分为西齐区和西鲁区，如图 0-1 所示。

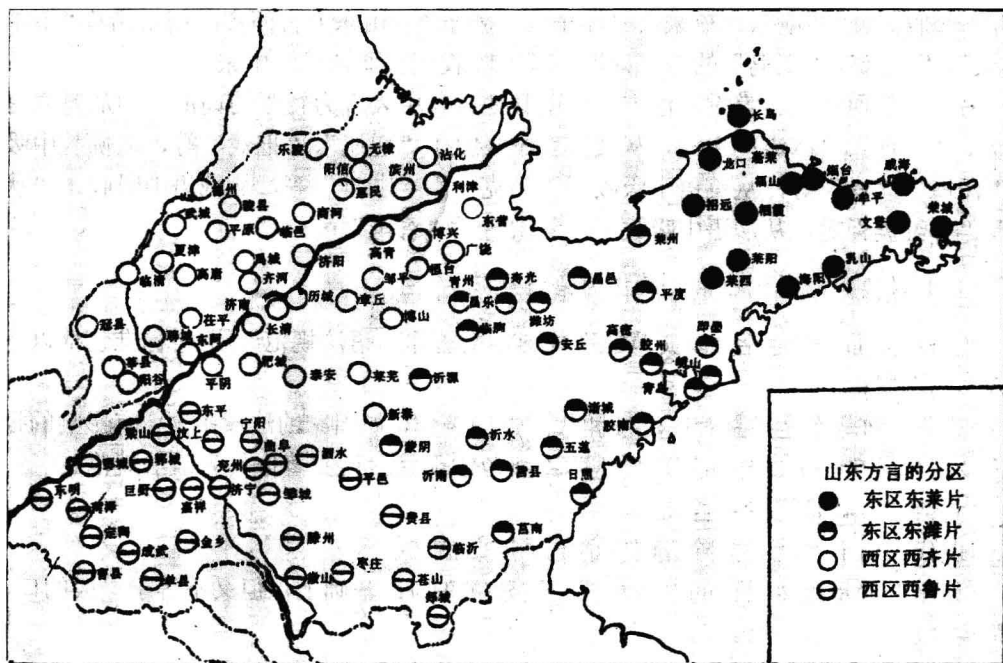


图 0-1 山东方言图

东莱区包括 15 个县市：威海、荣城、文登、乳山、烟台、牟平、海阳、长岛、蓬莱、龙口、福山、招远、栖霞、莱阳、莱西。

东潍区包括 25 个县市：莱州、平度、即墨、青岛、崂山、胶州、高密、昌邑、寒亭、寿光、潍坊、青州、昌乐、临朐、安丘、诸城、胶南、五莲、日照、莒县、莒南、沂水、沂南、蒙阴、沂源。

西齐区包括 42 个县市：济南、历城、章丘、长清、平阴、济阳、沾化、利津、广饶、博兴、桓台、淄博、邹平、高青、滨州、无棣、乐陵、阳信、惠民、商河、泰安、莱芜、新泰、新汶、肥城、临邑、德州、陵县、平原、禹城、武城、齐河、夏津、临清、高唐、茌平、东阿、聊城、阳谷、梁山、莘县、冠县。



西鲁区包括 27 个县市：临沂、郯城、苍山、费县、平邑、枣庄、滕州、微山、泗水、曲阜、邹城、宁阳、兖州、济宁、东平、汶上、郛城、巨野、嘉祥、金乡、成武、单县、鄄城、东明、菏泽、定陶、曹县。

普通话是在方言的基础上形成的，并仍然在和方言相互融合。了解方言的情况有助于加深对普通话的了解，从而为普通话的学习提供帮助。

在词汇方面，普通话“以北方话为基础方言”，是指北方方言区的基本词汇是普通话词汇的基础和主要来源。具体来说包括以下三方面的含义：

首先，在七大方言区中，北方方言区是最大的方言区，所以普通话的基本词汇来源于此。当其他方言区的词汇与北方方言词汇不同时，以北方话为标准。

其次，并不是所有的北方方言词汇都吸收到普通话中去，一些地域性强的北方土语词并不吸收，如“后晌”、“夜来”、“棒子”、“腓子”是山东方言西齐区用来指称“下午”、“昨天”、“玉米”、“肥皂”的方言词汇，并不吸收到普通话词汇中来。

另外，普通话也会吸收其他方言区或其他语言中表现力较强的词汇，如从粤方言中吸收了“雪糕”、“冰激凌”等，从吴方言中吸收了“尴尬”、“把戏”等，从佛教中吸收了“忏悔”、“塔”等，从英语中吸收了“巧克力”、“咖啡”等，从俄语中吸收了“伏特加”、“苏维埃”等，从法语中吸收了“蒙太奇”、“香槟”……

（三）以典范的现代白话文著作作为语法规范

在语法方面，普通话“以典范的现代白话文著作作为语法规范”，这个标准包括以下四个方面的含义：

“典范”的著作是指具有广泛性和代表性的著作，如国家的法律条文，有影响的报刊社论及现代著名作家的作品等。要排除不典范的现代白话文著作作为语法规范。

“白话文”就是排除文言文。

“现代白话文”就是排除五四以前的早期白话文。

“著作”就是指普通话的书面形式，它建立在口语基础上，但又不等于一般的口语，而是经过加工、提炼的语言。

第二节 推广普通话

普通话是现代汉民族的共同语，“推广普通话”已经写入《宪法》，相关部门也为普通话的推广制定了一系列方针、政策、目标、措施等，为普通话的普及创造了有利条件。

一、为什么要推广普通话

语言是最重要的交际工具和信息载体。我国是多民族、多语言、多方言的人口大国，推广普及普通话有利于消除语言隔阂，增进各民族各地区的交流；有利于维护国家统一，增强中华民族凝聚力；有利于社会主义经济、政治、文化建设和社会发展。

随着改革开放和社会主义市场经济的发展，社会对普及普通话的需求日益迫切。推



广普通话,营造良好的语言环境,有利于促进人员交流,有利于商品流通和培育统一的大市场。

语言文字能力是文化素质的基本内容,推广普通话是素质教育的重要内容。推广普通话有利于贯彻教育面向现代化、面向世界、面向未来的战略方针,有利于弘扬祖国优秀传统文化和爱国主义精神,提高全民族的科学文化素质。

信息技术水平是衡量国家科技水平的标志之一,而语言文字规范化、标准化是提高中文信息处理水平的先决条件,所以推广普通话和推行《汉语拼音方案》有利于推动中文信息处理技术的发展和运用。

另外,随着我国在国际政治、经济链条中地位的攀升,越来越多的外国人开始学习汉语,学习普通话,因此推广普通话有利于外国人了解中国,从而在他们眼中还原一个真实的中国,增强我国民众的民族自豪感。

总之,推广普通话是我国语言文字工作的一个重要部分,有利于我国先进生产力和先进文化发展的需要,符合全国各族人民的根本利益,对于促进我国政治和谐、经济发展、文化繁荣,增强民族自豪感都有重要的意义,是坚持以人为本,落实全面、协调、可持续发展的科学发展观,为构建和谐社会和全面建设小康社会服务的具体行动。

二、推广普通话工作的法律依据

《中华人民共和国宪法》第十九条规定:“国家推广全国通用的普通话。”

《中华人民共和国国家通用语言文字法》第二条规定:“国家通用语言文字是普通话和规范汉字。”第三条规定:“国家推广普通话,推行规范汉字。”第四条规定:“公民有学习和使用国家通用语言文字的权利。国家为公民学习和使用国家通用语言文字提供条件。地方各级人民政府及其有关部门应当采取措施,推广普通话和推行规范汉字。”第五条规定:“国家通用语言文字的使用应当有利于维护国家主权和民族尊严,有利于国家统一和民族团结,有利于社会主义物质文明建设和精神文明建设。”第十条规定:“学校及其他教育机构以普通话和规范汉字为基本的教育教学用语用字。”第十一条规定:“汉语出版物应当符合国家通用语言文字的规范和标准。”第十二条规定:“广播电台、电视台以普通话为基本的播音用语。”第十三条规定:“提倡公共服务行业以普通话为服务用语。”第十四条规定:“广播、电影、电视以国家通用语言文字为基本的用语用字。”第十八条规定:“国家通用语言文字以《汉语拼音方案》作为拼写和注音工具。初等教育应当进行汉语拼音教学。”第十九条规定:“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。以普通话作为工作语言的播音员、节目主持人和影视话剧演员、教师、国家机关工作人员的普通话水平,应当分别达到国家规定的等级标准;对尚未达到国家规定的普通话等级标准的,分别情况进行培训。”第二十条规定:“对外汉语教学应当教授普通话和规范汉字。”

《中华人民共和国民族区域自治法》第三十七条规定:“招收少数民族学生为主的学校(班级)和其他教育机构,有条件的应当采用少数民族文字的课本,并用少数民族语言讲课;根据情况从小学低年级或者高年级起开设汉语文课程,推广全国通用的普通话和规范汉字。”第四十九条规定:“民族自治地方的自治机关教育和鼓励各民族的干部互



相学习语言文字。汉族干部要学习当地少数民族的语言文字，少数民族干部在学习、使用本民族语言文字的同时，也要学习全国通用的普通话和规范汉字。”

《中华人民共和国教育法》第十二条规定：“学校及其他教育机构进行教学，应当推广使用全国通用的普通话和规范字。”

《中华人民共和国义务教育法》第六条规定：“学校应当推广全国通用的普通话。招收少数民族学生为主的学校，可以用少数民族通用的语言文字教学。”

《中华人民共和国义务教育法实施细则》第二十四条规定：“实施义务教育的学校在教育教学和各项活动中，应当推广使用全国通用的普通话。师范院校的教育教学和各项活动应当使用普通话。”

《扫除文盲工作条例》第六条规定：“扫除文盲教学应当使用全国通用的普通话。”

《幼儿园管理条例》第十五条规定：“幼儿园应当使用全国通用的普通话。”

《民族乡行政工作条例》第十四条规定：“民族乡的中小学可以使用当地少数民族通用的语言文字教学，同时推广全国通用的普通话。”

《广播电视管理条例》第三十六条规定：“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。”

三、推广普通话工作的方针和政策

为了适应改革开放、经济建设和社会发展的需要，1986年国家把推广普通话列为新时期语言文字工作的首要任务，1992年确定推广普通话工作方针为“大力推行、积极普及、逐步提高”，在强化政府行为，扩大普及范围，提高全民普通话应用水平方面提出了更高的要求。

国家大力推广普通话，同时也规定各民族语言平等共存，各民族都有使用和发展自己语言的自由。国家鼓励各民族互相学习语言。使用少数民族语言进行教学的学校开设的汉语课程应当教授普通话，少数民族自治地方需要使用汉语的场合要使用普通话。

在正确处理普通话与汉语方言的关系方面，坚持社会语言生活主体化与多样化相结合的原则，一方面使公民普遍具备普通话应用能力，另一方面尊重方言的使用价值和文化价值。推广普通话不是消灭方言，因为方言在一定的地域范围内能继续发挥增进乡情、亲情的作用，在艺术领域能继续发挥繁荣民俗文化的作用。所以推广普通话是使公民在使用方言的同时也掌握国家通用语言，并在正式场合和公共交际场合自觉地使用普通话。

四、推广普通话工作的目标

21世纪中叶以前，普通话在全国范围内普及，交际中没有方言隔阂。经过未来三四十年的不懈努力，我国国民语文素质大幅度提高，普通话的社会应用更加适应社会的经济、政治、文化发展需要，形成与中等发达国家水平相适应的良好语言环境。

五、推广普通话工作的基本思路和措施

推广普通话工作要紧紧围绕社会需求，从社会主义初级阶段的国情出发，遵循语言自身发展规律，依法强化政府行为，坚持“一个中心，四个重点领域，三项基本措施”



的工作思路。

“一个中心”即以城市为中心。城市是一个地区的经济、政治、文化中心，科技、教育发展水平相对较高，对周边地区具有带动和辐射作用。搞好城市的普及普通话工作，对推动全社会普及普通话具有重要意义，对加强城市文化建设、提高市民整体素质、树立城市良好形象也具有深远影响。

“四个重点领域”即以学校为基础，以党政机关为龙头，以广播电视等新闻媒体为榜样，以公共服务行业为窗口，带动全社会普及普通话。

推广普通话工作侧重以“四个重点领域”最终带动全社会普及普通话，也就是通过努力，使普通话首先成为“四种语言”，并最终成为“国家通用语言”。所谓“四种语言”是指：第一，学校及其他教育机构以普通话为基本的教育教学用语，普通话水平达标的教师才能上岗；第二，机关团体、企事业单位以普通话为基本的公务用语，在公务活动中自觉使用普通话并不断提高普通话水平，使普通话成为机关团体、企事业单位的工作语言；第三，广播电影电视等有声传媒要以普通话为基本用语，使普通话成为新闻媒体的宣传语言；第四，提倡文化、商业、旅游、邮政、通信、交通、铁路、民航、金融、保险、卫生等行业以普通话为服务用语，使普通话成为公共服务行业的服务语言。最终，全国不同民族、不同方言区的人员在公共场合都能自觉使用普通话，使普通话成为国家的通用语言。

“三项基本措施”具体是指：第一，对城市、行业和单位的语言文字工作实行“目标管理、量化评估”；第二，对特定岗位人员进行普通话水平测试；第三，开展“全国推广普通话宣传周”活动——经国务院批准，自1998年开始，每年9月的第三周为“全国推广普通话宣传周”，通过各种活动，推动普通话的普及。

第三节 怎样学好普通话

对于大学生来说，学好普通话有利于个人素质的提高，为今后踏入社会、走上工作岗位做好充分准备。那么，如何学好普通话呢？应该注意从以下四个方面着手。

一、认识到推广普通话的重要意义

只有在思想上切实认识到推广普通话的重要意义，才能在行动上去主动学习、努力学习普通话，也就是说从“要我学”，上升到“我要学”的层次。

二、认真学习普通话语音理论知识

学习普通话必须兼顾语音、词汇、语法三个方面，而其中，普通话与方言的最大分歧突出表现在语音方面。所以，学习普通话，重点在于了解和掌握普通话与本地方言的发音区别，明确本地方言的发音问题，并运用普通话的语音知识来指导练习，掌握正确的发音。

学好语音理论很重要，它是提高语音标准程度的前提。具体来说，除了要掌握普通