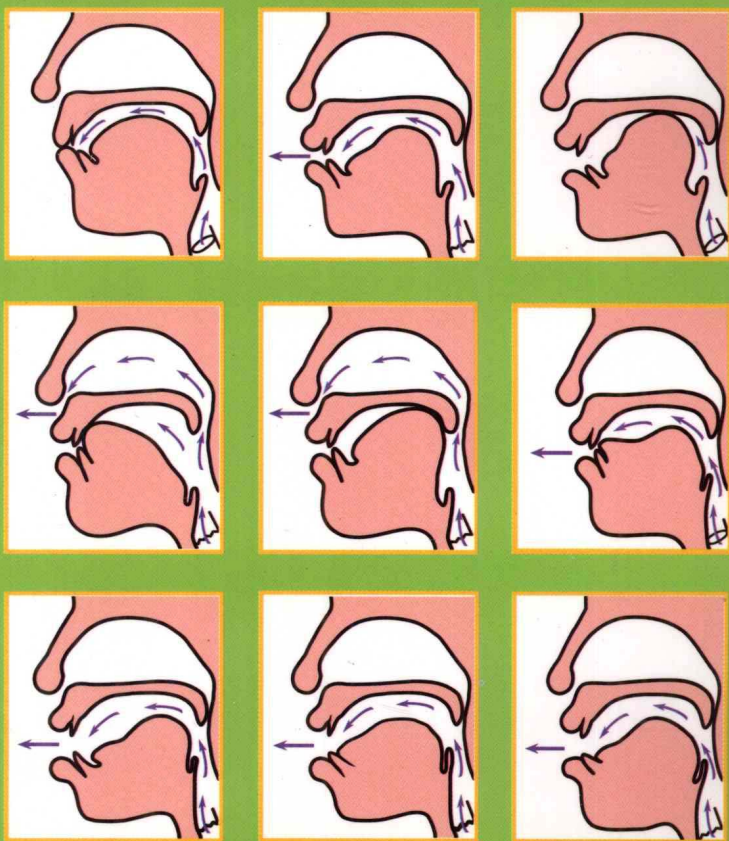


增补版

汉语普通话语音 图解课本 (教师用书)



金晓达 刘广徽 编著

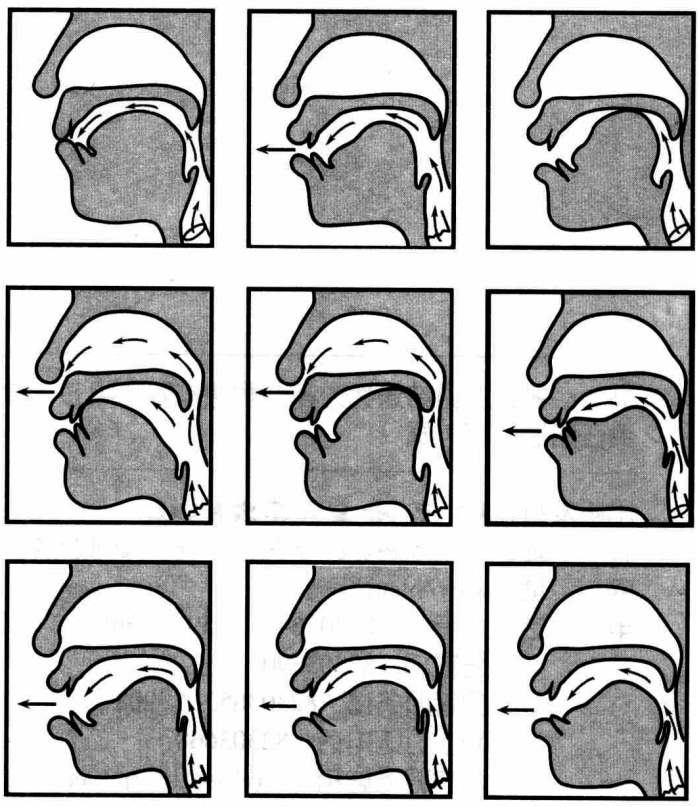


北京语言大学出版社
BEIJING LANGUAGE AND CULTURE
UNIVERSITY PRESS

ding dao ou
u o
ka o
j
e

增补版

汉语普通话语音 图解课本 (教师用书)



刘广徽 金晓达 编著

图书在版编目 (CIP) 数据

汉语普通话语音图解课本教师用书: 增补版 / 金晓达,
刘广徽编著. —北京: 北京语言大学出版社, 2009. 4
ISBN 978-7-5619-2307-8

I. 汉… II. ①金…②刘… III. 普通话—语音—教学参
考资料 IV. H116

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 053516 号

书 名: 汉语普通话语音图解课本教师用书·增补版
责任印制: 陈 辉

出版发行: **北京语言大学出版社**
社 址: 北京市海淀区学院路 15 号 邮政编码: 100083
网 址: www.blcup.com
电 话: 发行部 82303648 / 3591 / 3651
编辑部 82303390
读者服务部 82303653 / 3908
网上订购电话 82303668
客户服务信箱 service@blcup.net
印 刷: 北京中科印刷有限公司
经 销: 全国新华书店

版 次: 2009 年 4 月第 1 版 2009 年 4 月第 1 次印刷
开 本: 787 毫米 × 1092 毫米 1/16 印张: 8.75
字 数: 172 千字
书 号: ISBN 978-7-5619-2307-8/H·09033
定 价: 21.00 元

凡有印装质量问题, 本社负责调换。电话: 82303590

增补版编者说明

《汉语普通话语音图解课本》(教师用书)出版后,受到教师们的热烈欢迎,为了进一步满足汉语语音教学的需要,我们又对原书内容进行了增补。

增补的主要内容有:(1)对语音教学的认识;(2)《汉语普通话语音图解课本(学生用书)》(以下简称《图解课本》)的编写框架;(3)发音教学应注意的一些问题;(4)韵律教学应注意的一些问题;(5)语音测试应注意的一些问题。

(1)对语音教学的认识。这部分内容主要包括:语音教学的重要性,语音教学与其他课程的关系,语音教学内容和教学阶段的划分,以及语音教学方法等内容。

在这一部分我们阐述了对语音教学的总体看法。语音教学绝不仅仅是入门阶段的教学任务,它包括发音教学和韵律教学两大部分。对于母语非汉语的本科生来说,一年级应设语音课,二年级应设正音课,三年级应设朗读课,四年级应设演讲课。

(2)《图解课本》的编写框架。这部分内容主要包括:《图解课本》的定位,所包含的知识点和技能训练项目的纲目,编写框架,以及适用对象。

(3)发音教学应注意的一些问题。这一部分是针对学生在发音上的问题而编写的。通过多种语言与汉语的语音比较,普通话与汉语一些方言的语音对比,对不同母语学生的常见语音错误作了对比分析,并提出相应的纠音方法。

(4)韵律教学应注意的一些问题。在《图解课本》中韵律教学大部分是以暗线形式出现的,与发音教学融在一起,脉络条理不明显,也略去了一些音理讲解。为方便教师教学,在这一章节中我们对韵律教学的内容进行了梳理,增加了理论方面的阐述。

随着汉语日益走向世界,汉语教师队伍迅速扩大,但很多新教师对韵律教学却不太熟悉。因此我们对韵律教学的基本内容、教学要点以及相关的基础知识和理论依据作了一些介绍。

在本书编写过程中,我们吸收了许多最新研究成果,结合教学进行了大胆尝试,并提出了具体的操练办法。例如:1)吴宗济先生(2004)的研究表明,“基本调群单元,特别是二字调具有一定稳定性”,“一组一组的字调和**短语连调**、在句子中由于受到逻辑重音或/和表情重音的调节,而不得不有所变化时,它们的‘拱度’(调型)基本上是很

少变形的，而基调（调阶）却有了抬高或压低若干程度的变化。”并进而提出“移调”理论。根据“移调”理论我们提出了从字调到短语连调再到句调的教学思路。2) 根据轻重音的有关研究成果，我们将轻重音表现方式列为教学重点并编写了大量练习用于轻重音操练。3) 根据非线性音系学关于汉语的节律类型是音步趋于等长的有关研究成果，我们在《图解课本》中编写了大量短语连调练习和短句练习，进行节律操练。4) 根据词边界和停延理论的有关成果，我们将节拍群内词群之间采取“音断气不断”的发声方法以及节拍群的读法纳入教学。5) 根据调域的有关成果，将调域及调域变化纳入教学，绘制了教学示意图，提出了具体的课堂操练办法和步骤。6) 根据自主音段—节律理论（简称AM理论）关于句末调的成果，对疑问句和陈述句句调提出具体的操练步骤和办法。

总之，长期以来，在语音教学中重“发音”、轻“韵律”的现象十分严重，我们希望与同行们共同努力，研究韵律教学，共同找出克服“洋腔洋调”的好办法。

(5) 语音测试应注意的一些问题。这部分内容是为了便于新教师规范语音考试而编写的，仅供参考。

本书编写过程中，我们参阅了许多学术专著和论文，引用了许多最新的科研成果，向多年来在语音本体研究方面辛勤探索的学者们表示崇高的敬意和衷心的感谢。我们的努力在于尽快地把这些最新的科研成果转化为教学实践，尽可能用通俗的语言使许多没有专门学过汉语语音的教师能够掌握和利用这些科研成果，并在自己的教学实践中得到应用。因我们水平有限，本书难免存在很多缺憾，欢迎各位学者和广大同行批评指正。

本书在出版过程中得到北京语言大学出版社以及侯明、上官雪娜、王磊等编辑的大力支持和热情帮助，对此表示衷心的感谢。

编者

2008年6月于北京语言大学

编者说明

本书是与《汉语普通话语音教学示意图》配套的教师用书。

随着推广普通话和对外汉语教学事业的迅猛发展，教师队伍也在迅速扩大。尽管绝大多数汉语教师能说一口标准的普通话，但是他们往往不知道怎样指导学生，学生才能学会。一个中国人可以很容易地判断一个外国人的普通话说说得标准不标准，正如我们可以很容易地判断一个人是否感冒了一样。但是，作为一个汉语教师，不能只是简单地判断他的声韵母、声调和语调是否正确，还要准确地判断错出在哪里，以及应该如何纠正，就像医生一样，要诊断出得了什么类型的感冒，应该吃什么药，怎么去治疗。这也是一名语言教师应具备的基本功。作为多年从事对外汉语教学的老教师，我们根据自己的教学经验编写了这本书，在文字上尽量通俗易懂，作为“见面礼”奉献给各位新教师。

《汉语普通话语音教学示意图》不是教材，它是以“知识点”的方式展现的挂图，本书也按同样体例编写。为了方便教师备课和查阅，正确讲解语音要点，科学地指导学生发音，本书每个“知识点”由两部分组成：上边是挂图，与《汉语普通话语音教学示意图》相同；下边是“发音要点”和“教学旨要”。语音教学的“知识点”之间既有联系又相对独立，“教学旨要”部分因受版面的限制，无法全面系统地进行阐述，因此有的地方显得零乱、重复，有的地方又“意犹未尽”。在使用过程中我们建议大家先按发音方法归类阅读，例如：可以把送气音和不送气音的“知识点”归为一类，先浏览一遍，从宏观上进行整体把握，再分“知识点”阅读，这样就能更准确地把握“知识点”。

目前，汉语语音研究方面的科研成果不断涌现，在汉语普通话教学实践中，广大教师创造出了多姿多彩的教学方法。在编写过程中，我们尽量采纳最新研究成果，例如利用语音实验的方法讲解送气音的“送气段”。对一些曾长期使用，但有缺陷的方法作了限制性介绍。例如：“吹纸法”在讲授送气音的单音素教学中，可以形象地显示“强送气”。但是在音节拼读过程中就会显露出弊端：与 a、i 相拼时还可以，与 o、u 相拼，特别是与 u 相拼时，有的学生把纸吹得哗哗作响，发的音还是 bu、du、gu。这是因为发元音时声门都不关闭，都送气，尽管从肺中呼出的气流相同，但是 u 的口形使气流的速度变快，同样可以把纸吹动。送气音与不送气音的主要区别在于“送气段”，“强送气”只是第二位的。

“吹纸法”没有抓住二者的主要区别，有缺陷，它的优点是简单，易操作，因此在教学中如果采用这种方法，要注意它的局限性。

本书在编写过程中得到众多同行的关心和帮助，在此表示衷心的感谢。

在出版过程中得到北京语言大学出版社以及侯明、上官雪娜等编辑的大力支持和热情帮助，对此表示衷心的感谢。

编 者

2006年2月于北京语言大学

目 录

一. 对语音教学的认识	1
1. 语音教学的重要性	1
2. 语音课与其他课程的关系	1
3. 语音教学内容和教学阶段的划分	2
4. 语音教学的方法	3
二. 《图解课本》的编写框架	5
1. 《图解课本》的定位	5
2. 教学内容编写纲目	5
3. 编写框架	6
4. 适用教学对象	7
三. 发音教学应注意的一些问题	8
(一)《汉语拼音方案》教学	8
1. 关于汉语拼音的读音	8
2. 关于汉语拼音的拼写规则	9
(二)声母教学与纠音	10
1. 声母的教学	10
2. 学习普通话声母常见的错误及其纠正方法	11
(三)韵母教学与纠音	14
1. 韵母的教学	14
2. 学习普通话韵母常见的错误及其纠正方法	15
(四)音节教学	20

四. 韵律教学应注意的一些问题	23
1. 韵律教学	23
2. 声调教学	23
3. 短语连调教学	26
4. 语流音变	27
5. “一”“不”变调和“啊”的音变	28
6. 轻声	28
7. 儿化	29
8. 关于词重音问题	30
9. 双音节连读(简称二字组)	34
10. 三音节连读(简称三字组)	36
11. 四音节连读(简称四字组)	37
12. 部分单音节词在语流中的读法	38
13. 词组的轻重音	40
14. 关于语调	42
15. 停延	43
16. 句重音	46
17. 句调	47
五. 语音测试应注意的一些问题	52
1. 口试	52
2. 笔试	53
3. 试讲	53
附录	54
1. 《图解课本》备课参考资料	54
2. 汉语拼音方案	59
六. 语音示意图及教学旨要	63
发音器官示意图	64
声母 b[p]	65

声母 p [pʼ]	66
声母 m [m]	67
声母 f [f]	68
声母 d [t]	69
声母 t [tʼ]	70
声母 n [n]	71
声母 l [l]	72
声母 g [k]	73
声母 k [kʼ]	74
声母 h [x]	75
声母 j [tɕ]	76
声母 q [tɕʼ]	77
声母 x [ç]	78
声母 zh [tʂ]	79
声母 ch [tʂʼ]	80
声母 sh [ʂ]	81
声母 r [ʐ]	82
声母 z [ts]	83
声母 c [tsʼ]	84
声母 s [s]	85
单韵母 a [A]	86
单韵母 o [o]	87
单韵母 e [ɤ]	88
单韵母 ê [ɛ]	89
单韵母 i [i]	90
单韵母 u [u]	91
单韵母 ü [y]	92
单韵母 -i ₁ [ɿ]	93
单韵母 -i ₂ [ɺ]	94
单韵母 er [ər]	95
复韵母 ai [ai]	96
复韵母 ei [əi]	97

复韵母 ao [au]	98
复韵母 ou [əu]	99
复韵母 ia [iA]	100
复韵母 ie [iɛ]	101
复韵母 ua [uA]	102
复韵母 uo [uo]	103
复韵母 üe [yɛ]	104
复韵母 iao [iau]	105
复韵母 iou [iəu]	106
复韵母 uai [uai]	107
复韵母 uei [uəi]	108
an [an] 与 ang [aŋ]	109
en [ən] 与 eng [eŋ]	110
in [in] 与 ing [iəŋ]	111
ian [ian] 与 iang [iaŋ]	112
uan [uan] 与 uang [uaŋ]	113
uen [uən] 与 ueng [uəŋ]	114
üan [yan] 与 ün [yn]	115
ong [uŋ] 与 iong [iuŋ]	116
b [p] 与 p [pʼ]	117
三种 a 的发音比较图	118
单韵母唇形比较图	119
前后鼻韵母区别示意图	120
普通话声调调型示意图	121
轻声音高示意图	122
双音节连读调型示意图	123
调域变化示意图	125
主要参考文献	127

一. 对语音教学的认识

1. 语音教学的重要性

语音教学是第二语言教学的第一步，也是第二语言教学的基础。语音的好坏直接影响一个人的语言水平和交际能力。赵元任先生非常重视语音教学，在他编写的教材《国语入门》中，大部分是语音教学的内容，然后才慢慢转入其他。近年来出现了汉语语音教学滑坡的现象，针对这种现象，林焘教授指出：“语音好不好，是教学方向问题。赵元任先生有句很著名的话……‘一失音成千古恨’，一开始没学好，一辈子改不过来了。洋腔洋调了，有时候正音就很难办，来不及了。”（焦立为，2001）

学习一种外语最好去目的语国家，这已是一种共识。形成这种共识的原因有两点：1) 便于学习标准语音；2) 便于建立目的语思维（以听力和口语为主要表征，目的语文化背景体验属更深层次范畴）。目前，国内有许多机构开展对外汉语教学工作，凡重视语音和目的语思维教学的都能取得较好效果，有些机构倒牌子也是倒在这两点上。学习语言的学生语音不好不能算是合格的毕业生，这一点在学生求职应聘过程中尤为明显。

语音教学是保证汉语教学质量的重要一环，不论从正确把握汉语教学方向的角度，还是从对学生负责，培养合格人才的角度，无论课堂教学还是教材编写，都不应忽视语音教学。

2. 语音课与其他课程的关系

语音是语言的物质外壳，是由人类发音器官发出的，能负载一定意义的，能为人们所理解的声音。随着一个人语言水平的提高，负载其他语言要素的语音也必须同步提高。在汉语教学中就表现为，讲授汉字需要讲授声、韵母和声调；讲授词和词组，需要讲授语流音变和词重音；讲授句型和语法需要讲授正确的语调；讲授语段和篇章（各种文体），需要讲授用相应的语气语调来诵读。语音和其他语言要素之间的关系密不可分，相互依存，进退与共。

语音教学必须融于听、说、读、译各类课程之中，在教学中使学生的语音水平与其他语言技能一起提高。但是目前“两张皮”的现象比较严重，例如：在对外汉语初级课本中一般都有“是”字句，但是在一些课本中却没有说明“是”字应该怎么读。又如：一般教材中都有“都”字，也讲了“都”字的多种词义，但是却没讲“都”字重读与轻读在区别词义上的作用。这样的例子不胜枚举。语音教学没有各阶段、各课

程的总体协调配合，单靠语音课，不仅课时量不够，而且也有悖于语音教学的客观规律。

汉语语音课对其他课程具有依赖性，但同时又具有相对的独立性，有其自身的规律。和听、说、读、写、译各课程一样，专项技能形成过程的途径和规律不同，在生理和心理方面的依据不同，对语言各要素的要求也不同。语音课同样有自己特有的教学目的、教学内容、教学要求和教学原则，这也体现了开设汉语语音课的必要性。对外汉语教学分为初、中、高三个阶段，语音教学同样也是分阶段螺旋式提高的。语音教学必须贯穿对外汉语教学初、中、高各个阶段，在不同的教学阶段都应有相应的语音教学，在不同的教学阶段语音教学也有相应的教学目的、教学内容和教学要求。

语音教学不能一蹴而就，在汉语教学的入门阶段，要避免急于求成，一定要打下坚实的语音基础，这样做将使学生终生受益。

3. 语音教学内容和教学阶段的划分

在对外汉语教学中，语音教学的规范化明显地落后于语法和词汇教学。语法教学和词汇教学都有比较规范的教学大纲，而语音教学却没有。这也是造成近年语音教学滑坡的原因之一。

我们认为：语音教学的内容分为发音教学和韵律教学两大部分，也可称为“音段教学”和“超音段教学”。发音教学是以声母、韵母和音节拼读为主要内容的，这些大家都比较熟悉，就不再赘述了，下面谈一些对韵律教学的认识。

每一种语言或方言都有自身的韵律特征。“韵律特征”(prosodic feature)，现代语音学又称为“超音段(suprasegmental)特征”或“超音质特征”。它是指除音色以外的其它语音要素，例如音高、音长、音强等，例如，汉语声调教学就是韵律教学最基本的内容，在连读中还有语流音变、语调和朗读技巧等。

“韵律特征”自身是不能独立存在的，它总是依附在辅音、元音之上，并与它们同时出现才能被人所听辨。一种语言的“音段特征”和“超音段特征”有机地结合在一起，构成了该语言的语音特征，也就是人们常说的这种语言的“腔”。学习第二语言的人如果用母语的韵律特征替代第二语言的韵律特征就势必出现“洋腔洋调”。

基于上述认识，我们提出普通话语音教学的内容分为发音教学和韵律教学两大部分。目前在语音教学中重“发音”轻“韵律”的倾向十分严重。有些教师对发音教学的内容了如指掌，但是对于韵律教学的内容却知之甚少。更有甚者，认为发音教学阶段结束了，语音教学也就结束了。

汉语语音教学的内容是由发音教学和韵律教学组成的，它们大致可分为以下几个阶段：第一阶段应以声、韵母的发音和声调教学为主。第二阶段应以韵律教学中的短

语连调教学为主，同时开始正音。短语连调是字调向语调过渡的中间环节。这点在后将进一步阐述^①。第三阶段应以韵律教学中的基本句子类型（陈述句、疑问句、祈使句和感叹句）的句调教学为主，同时要进不同文体的篇章诵读训练。第四阶段应以韵律教学中的语气语调教学为主，进行语段演讲训练。每个教学阶段时间的长短和起止时间要视学生的语言水平而定。不同阶段的教学要求也不尽相同，例如，在第一阶段（入门阶段）发音教学的最低要求应为“大致正确”，“中国人能听懂”；第二阶段就应达到基本正确；第三阶段必须达到清晰准确。这三个标准用通俗的说法就是：一开始“还可以”，继而“不错”，最后“真不错”。

入门阶段的语音教学可采用以下两种教学安排：

(1) 入门阶段的头一个月以教授字音和字调为主，逐一讲解声、韵母，并进行大量的声韵调拼读训练，而后转入以语法、词汇和句型为主的教学阶段。在转入第二阶段教学之后，每周仍有一次两学时的语音课，持续一学期。

(2) 在入门阶段的头一周至十天以教授字音和字调为主，而后转入以语法、词汇和句型为主的教学阶段。在转入第二阶段教学之后，每周有四学时的语音课，持续一学期。

在以后的学习阶段中，最好每年都要开设一定课时量的语音课。

4. 语音教学的方法

(1) 演示法。生动形象，简易直观。

1) 图表演示：例如各种发音图、舌位图、动程图等；

2) 实物演示：例如，利用吹纸法演示送气音与不送气音的区别；又如，利用牙签法演示翘舌音，具体做法是，将一牙签横放在犬牙之后，舌尖沿牙签上方前伸，即可找到翘舌音的发音部位。此方法对于纠正用舌面音代替翘舌音很有效。

3) 手势演示：在带领学生操练过程中及时用手势给学生各种提示，如声调高低，舌位前后，开口度的大小等。

4) 动画演示：利用专门制作的发音动画演示。

(2) 带音法。带音法又称引导法，即利用学生已掌握的音素引导出另一个新的音素。例如：在教学过程中可使用此方法教授下列语音要点：

1) 以 i 带 ü：各国语言中一般都有 i，让学生先发 i，声音不间断，舌位不变，唇型逐渐收缩，由扁变圆至 ü 的口形，这时就可以发出 ü。

^① 见第 26 页。

- 2) 以 o 带 e: 有的学生会发 o, 不会发 e, 让学生先发 o, 声音不间断, 舌位不变, 唇形逐渐展开, 由圆变扁至 e 的口形, 这时就可以发出 e。
- 3) 以擦音 s、sh、x 引导出 z、c, zh、ch 和 j、q 等。
- 4) 以 shi 带 ri: 有的学生会发 shi, 不会发 ri, 让学生先发 shi, 然后声带震动, 这时就可以发出 ri。
- 5) 以四声带二声: 有的学生会发四声, 但二声高不上去, 可在二声音节前加一个四声音节, 这样声调一降一升, 声带一松一紧, 学生容易领悟二声的发音要点。
- 6) 以音乐的音阶引导学生建立调域和移调等概念。详见第 48 页。

(3) 语音分析法。在计算机多媒体教室利用计算机语音分析软件对声韵母、短语或句子进行处理, 在大屏幕上演示频谱分析、声调分析, 对于学生理解音理, 了解自己的语音偏误很有帮助。

(4) 夸张法。清晰的发音, 适度的夸张, 能造成学生视觉和听觉上的刺激, 对突破难点有利。夸张法又可分为口形夸张、拖音夸张等。例如: 在教授复韵母时, 可用夸张法, 突出口型的变化和舌位滑动。

(5) 对比法。对于相似的音素可采用此方法, 重点指出它们发音部位和发音方法上的区别。例如: 在讲解送气音与不送气音、前鼻韵母与后鼻韵母时可用此方法。

(6) 自我观察法。上课时要求每个学生带一面小镜子, 对着镜子练习开口度和唇形。这种方法在讲授韵母和复韵母时很有效。

(7) 模式法。不同声调的双音节相互组合, 有 20 种组合形式(含轻声), 其中两个三声音节相组合前一个三声变成二声, 与二声和三声的组合相同, 因此从调型上讲只有 19 种。这种方法类似数学中的公式法, 要求学生背熟二字调模式(双音节定调表), 对于学生掌握二字调很有益处。

(8) 扩展法。在讲授三字调、四字调、短句时常用此方法。具体做法是以单音节和双音节为基础, 或前或后组合扩展。

(9) 模仿法。模仿法是语音教学中最基本的方法。模仿分为直接模仿和自觉模仿。教师领读, 学生跟读就是直接模仿, 直接模仿主要靠听觉。自觉模仿需要教师先提示要领, 学生再经过听音、观察、比较、分析、领悟, 进而模仿, 其效果更好。在语气语调教学中这种方法尤为重要。模仿能力的培养是语音课技能培养的重点之一, 模仿法是语音教学中不可缺少的一种教学方法, 当然, 它必须与其他方法相配合才能取得理想的教学效果。

二. 《图解课本》^①的编写框架

1. 《图解课本》的定位

学习和掌握普通话的语音、语调，对母语非汉语的学习者而言，是建立一种新的语言习惯。在此过程中，学习者必然会受到母语的影响和干扰，需要通过科学的对比，大量有针对性的训练才能克服这种干扰，并建立起新的语言习惯。根据多年的教学经验，针对外国留学生、中国的少数民族学员以及方言区的学员在学习普通话中的难点，我们编写了这本教材。

《图解课本》的定位是语言技能训练类课本，因此配有大量练习。在理论阐述方面，我们做了大量精减，在描述上尽量采用通俗易懂的说法，由此也可能会有不够严谨之嫌，为方便教师教学，本书将作适当说明。

2. 教学内容编写纲目

《图解课本》包括以下知识点和技能训练项目：

(1) 发音教学

- 1) 声母——普通话所有声母（含零声母），共 22 个。
- 2) 韵母——普通话所有韵母，共 39 个；音位变体。
- 3) 音节——音节结构、介音^②和音节拼读。

为了进行系统全面的音节发音训练，《图解课本》覆盖了普通话中所有的音节，为方便方言区的学员使用，这些音节均配有汉字，其中有些音节所配汉字比较生僻，教学重点是发音，对汉语字词不作要求。

(2) 韵律教学

- 1) 声调——第一声、第二声、第三声和半三声、第四声。
- 2) 语流音变——第三声变调、“一”“不”变调、“啊”的音变、轻声、儿化、短语连调（轻重音、节奏单元、二字组、三字组和四字组）以及短句（五字短句、六字短句、七字短句）。
- 3) 语调——节拍群、停延、句重音（语法重音、逻辑重音）、句调中的声调

① 此处为《汉语普通话语音图解课本》（学生用书）的简称，全书同。

② 在对外汉语教学中对外国留学生讲“介音”，针对性更强，他们对“介音”比“四呼”更容易理解和接受，因此我们讲“介音”，不讲“四呼”。

(调域、调域变化)、句调类型(升调、降调)、基本句子的语调(陈述句、疑问句、祈使句、感叹句)。

4) 短文朗读——记叙文。

3. 编写框架

《图解课本》全书正文共十六课，其中第10课是声母复习课，第11课是韵母复习课，第16课是总复习课。第1课至第11课包括发音教学的全部内容。韵律教学的内容在第11课以前作为暗线，从第12课开始由暗转明，贯穿始终。

《图解课本》中第1课到第9课每课有两个练习，第12课和第13课只有一个练习，第14课和第15课没有专门编写练习，可将例句作为练习内容，也可根据学生水平自编一些练习。全书练习量比较大，教师可根据学生水平和教学进度，选择一部分作为课堂讲练，一部分作为学生的课后练习。超出学生水平部分可留到以后串讲或复习时使用。

练习一是为初学者、低年级学生编写的，音节(词语)的声、韵母一般不超出本课和以前各课所学的内容。练习一的前一部分用汉语拼音操练，重点是声韵调拼合和声调组合。操练形式主要是听辨、跟读、口形操练、声调组合。练习一的后一部分出现汉字和拼音，重点仍是声韵调拼合和声调组合。操练内容以当课教学内容和已学过的声韵母为主要载体，进行单字调、二字调、三字调、四字调以及短语和短句操练。需要注意的是入门阶段的教学(以声母、韵母和声调教学为主)对初学者至关重要，一定要打好基础。

练习二是针对具有中、高级汉语水平的学习者编写的，声、韵母不受当课限制。练习二前一部分内容以汉字加拼音出现，主要是发音对比训练，是针对正音教学的需要编写的。三音节声调组合共有100种组合形式，练习二中的三音节练习就是按这100种组合形式分系列编写的。练习二的最后部分是朗读训练，有小对话、绕口令、古诗、短文等，没有标拼音，只标了声调调号。教学中要注意停延、句重音和语调，教师可根据本班学生的汉语程度和存在的问题，有针对性地选择使用，也可在讲解第14课和第15课时使用。

第16课是总复习和测试。第16课内容很多，不必全讲，供教师参考使用。测试形式可分口试和笔试。口试的题型主要有：读单音节字词、读多音节词语、读短句、读短文或自述一话题。笔试的题型主要有：听辨声韵调、听写、听句子判断句子的含义(测试句重音、停延、句调)等，对于大学本科生或普通话培训课程，可增加回答问题(测试基本理论)。