

主持与表演 考级教程

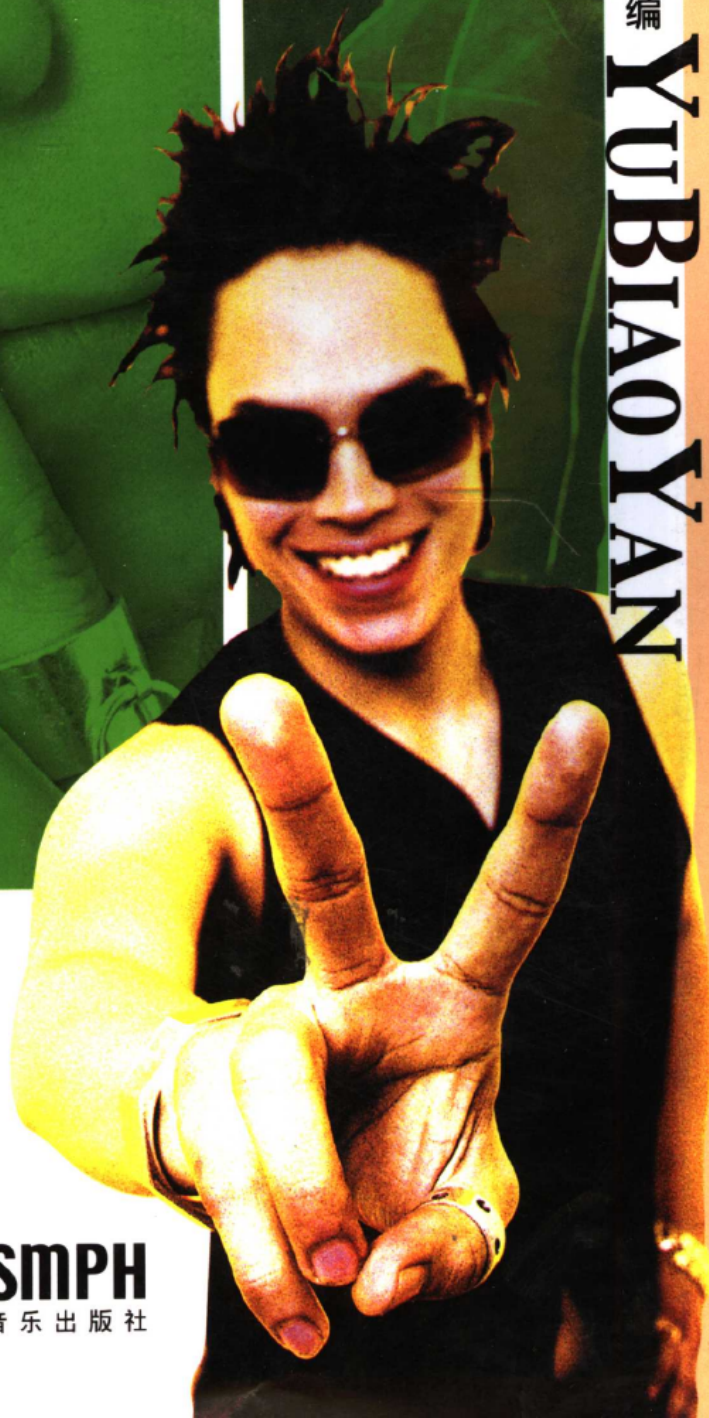
ZHU CHI

主编◎林朝 郝佳

顾问◎张锦华 邓莹

中国歌剧舞剧院考级委员会/编

YU BIAO YAN



 **SMMPH**

上海音乐出版社

2J946

 **SMPH**
WWW.SMPH.SH.CN

ISBN 978-7-80667-990-6



定价: 30.00 元

主持与表演 考级教程

主编◎林朝 郝佳 顾问◎张锦华 邓莹

中国歌剧舞剧院考级委员会/编

 **SMPH**
上海音乐出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

主持与表演考级教程. / 林朝, 郝佳主编. 张锦华 邓莹
顾问. —上海: 上海音乐出版社, 2007.5

ISBN 978-7-80667-990-6

I. 主… II. ①林…②郝…③张…④邓… III. ①主持
人—水平考试—教材 ②表演学—水平考试—教材
IV. G222.2 J812

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 025313 号

书名: 主持与表演考级教程

主编: 林 朝 郝 佳

顾问: 张锦华 邓 莹

责任编辑: 张治远

封面设计: 宫 超

上海音乐出版社出版、发行

地址: 上海市绍兴路 74 号 邮编: 200020

上海文艺出版总社网址: www.shwenyi.com

上海音乐出版社网址: www.smph.sh.cn

营销部电子信箱: market@smph.sh.cn

编辑部电子信箱: editor@smph.sh.cn

印刷: 上海市印刷二厂有限公司

开本: 787 × 1092 1/16 印张: 15.25 图、文 235 面

2007 年 5 月第 1 版 2007 年 5 月第 1 次印刷

印数: 1—5,000 册

ISBN 978-7-80667-990-6/J · 946

定价: 30.00 元

告读者: 如发现本书有质量问题请与印刷厂质量科联系

电 话: 021-65419327



主编简介：

□林 朝 1969年进入京剧团学习“武老生”行当，经历了9年京剧表演艺术生涯，成为剧团优秀的青年京剧演员。1978年考入福建省艺术学校（现福建职业艺术学院），系统学习声乐表演与歌剧，其间赴上海音乐学院进修声乐。艺校毕业后被选进省歌舞剧院，从事歌剧、声乐、相声等表演工作并兼当群舞演员。现任福建省歌舞剧院演员、福建省群星少年儿童艺术学校校长、福建省管乐艺术协会副秘书长、福建省吉他音乐学会秘书长、中国音协音乐考级声乐考官等职务。

前言

看了许多关于我国推进普通话素质教育的文章,我国政府特别是教育部门,近年来正努力推行成人普通话等级考试,引起了各行各业的重视,社会用人单位对应聘者的普通话表达能力也有了相应的要求。据语言学家周有光先生所述“我国 56 个民族,就有 80 多种彼此不能通话的语言和地方语言。”如果我们不能尽快而且很好地从小开始推广普通话,对整个社会发展将会是一种无形的障碍。光靠成人普通话的考级来达到推广目的,就目前来说,还存在着很大的局限性。如何通过寓教于乐,深入浅出的教学方法,鲜活的艺术表现形式,正确引导孩子们从小开始学习规范化的语言表演艺术,并且能够表达出心灵深处真挚的情感,是我们编写这本《主持与表演考级教程》的初衷。

《主持与表演艺术考级教程》力图通过儿歌、绕口令、诗词、诗歌朗诵、寓言故事、节目主持、即兴说话、小品、相声、儿童剧、话剧、京剧对白片段表演等艺术表现形式,激发学生学习兴趣,努力提高学生掌握语言表演艺术技巧和能力。教材从易到难、由浅入深。通过语音训练、形体训练、节目主持训练、表演训练等手段,把口语和肢体语言的综合艺术表演手法,用不同风格的艺术形式丰富地表现出来。从中感受表演艺术的乐趣与内涵。学好语言艺术目的在于运用,表演艺术的教学就是培养掌握语言运用的最佳手段。通过表演可以使那些性格内向的孩子变得开朗大方,善于言表沟通,对于众多孩子的父母亲而言,打开沟通这扇窗口,是他们长期渴望得到的一份最好的礼物。

《主持与表演考级教程》对孩子们来讲,它与音乐、舞蹈、美术考级的方向是一致的,是为普及和提高国民语言艺术表达的能力,而不是以培养专业人才为目标。在考评标准上,我们分为四个方面作为重点:一是语音规范。这是学习主持与表演艺术字音准确的基础。二是诗文朗诵和即兴讲话的表达技巧。朗诵包括考核对寓言故事、诗歌诗词、节目主持词等文稿的理解力和情感交流的表现力。即兴讲话考核发散思维能力和创造力。三是仪态修养。我们强调形体训练和肢体语言训练就是提高仪态修养的重要环节,是成为一名艺术表演者不可缺少的基本素质。四是综合表演能力。它包含了对作品的理解、人物形象的再现、口语及肢体语言有机结合的

表现等综合能力的体现。

教材中的第九级定为最高级别,考生在完成教材中指定的考试内容之外,根据年龄段不同,鼓励他们选择其他一些优秀的地方剧种片段参加考试。这些片段主要以对白和朗诵为主,希望他们更多地了解一些其他艺术门类的精髓,弘扬中华文化。我们相信,通过对少年儿童进行语言表演艺术的普及教育和推广,语言表演艺术的明天定会焕发出迷人的光彩。

在编写这本教材过程中,我们做了大量的社会调查工作。获得了广泛关注和支持。由于时间仓促,教材中必然存在着考虑不周之处,希望有关专家、学者提出宝贵意见。

本教材中引用了大量语言训练课文,其中部分课文还不知作者是谁,编者在此谨向原作者表示衷心感谢!

编 者

目 录

第 一 级

一、21 个声母的认读	(1)
(一) 双唇音	(1)
(二) 唇齿音	(1)
(三) 舌尖音	(2)
(四) 舌根音	(2)
(五) 舌面音	(3)
(六) 翘舌音	(3)
(七) 平舌音	(4)
(八) 半元音	(5)
二、24 个韵母的认读	(5)
(一) 开口呼	(5)
(二) 齐齿呼	(7)
(三) 合口呼	(8)
(四) 撮口呼	(10)
三、普通话声调	(10)
四、综合练习(绕口令)	(11)
五、童话剧表演游戏	(13)
1. 小白兔的故事	(13)
2. 有朋友真好	(14)
3. 聪明小鸡笨小狼	(15)
六、一级考试内容	(16)

第 二 级

一、21 个声母词组的认读	(17)
(一) 双唇音	(17)
(二) 唇齿音	(18)
(三) 舌尖音	(19)
(四) 舌根音	(20)
(五) 舌面音	(21)

(六) 翘舌音	(22)
(七) 平舌音	(23)
二、24 个韵母词组的认读	(24)
(一) 开口呼	(25)
(二) 齐齿呼	(27)
(三) 合口呼	(29)
(四) 撮口呼	(31)
三、古诗词朗诵练习	(33)
四、童话剧表演游戏	(36)
1. 我们爱学习	(36)
2. 香香猪	(38)
五、二级考试内容	(41)

第 三 级

一、不送气音与送气音的对比	(43)
(一) 字的对比	(43)
(二) 词的对比	(44)
(三) 句子练习	(44)
二、声母 f 与 h 的对比	(45)
(一) 字的对比	(45)
(二) 词的对比	(45)
(三) 句子练习	(45)
三、声母 n 与 l 的对比	(45)
(一) 字的对比	(45)
(二) 词的对比	(46)
(三) 句子练习	(46)
四、声母平舌音和翘舌音的对比	(46)
(一) 字的对比	(46)
(二) 词的对比	(46)
(三) 句子练习	(47)
五、声母舌面音与翘舌音 :r 与 l、r 与 i 的对比	(47)
词的对比	(47)
六、复韵母 ai 与 ei、uai 与 uei、ao 与 ou、iao 与 iou 的对比	(48)
词的对比	(48)
七、韵母前鼻音与后鼻音的对比	(49)
(一) 字的对比	(49)
(二) 词的对比	(50)
(三) 句子练习	(51)
八、普通话声调	(51)

(一) 按声调组合顺序练,注意气息与声带的协调控制	(51)
(二) 发音要领口诀	(54)
九、综合练习	(54)
(一) 绕口令	(54)
(二) 古诗词朗诵练习	(55)
(三) 诗歌朗诵练习	(58)
(四) 寓言故事	(59)
1. 歌声的力量	(59)
2. 狐假虎威	(60)
3. 守株待兔	(61)
4. 朝三暮四	(61)
5. 磨杵成针	(61)
十、三级考试内容	(62)

第 四 级

一、送气音与不送气音词组的对比	(63)
二、声母 f 与 h 词组的对比	(64)
(一) 词的对比	(64)
(二) 绕口令练习	(64)
三、声母 n 与 l 词组的对比	(65)
(一) 词的对比	(65)
(二) 绕口令练习	(65)
四、声母平舌音和翘舌音词组的对比	(66)
(一) 词的对比	(66)
(二) 绕口令练习	(67)
五、声母舌面音与翘舌音:r 与 l,r 与 i 词组的对比	(68)
六、复韵母 ai 与 ei,uai 与 uei,ao 与 ou,jiao 与 iou 词组的对比	(69)
七、韵母前鼻音与后鼻音词组的对比	(70)
(一) 词的对比	(70)
(二) 绕口令练习	(72)
八、综合练习	(73)
(一) 古诗词朗诵练习	(73)
(二) 校园童话剧表演练习	(76)
1. 兔子救小山羊	(76)
2. 狐狸和乌鸦	(77)
3. 青蛙王子	(78)
4. 龟兔赛跑	(80)
九、四级考试内容	(82)

第五级

一、普通话的轻声	(83)
(一) 轻重对立词	(83)
(二) 轻重词对立句子	(83)
(三) 绕口令练习	(84)
二、普通话儿化	(85)
(一) 带“儿”字	(85)
(二) 儿化句子	(85)
(三) 儿化(绕口令)	(86)
三、普通话“一”、“不”变调	(86)
(一) “一”的变调	(86)
(二) “一”的绕口令	(86)
(三) “不”的变调	(86)
(四) “不”的绕口令	(86)
四、普通话语气词“啊”	(87)
(一) “啊”的句子	(87)
(二) 绕口令练习	(88)
五、词的轻重音格式	(88)
(一) 双音节词的轻重音格式	(88)
(二) 三音节词的轻重音格式	(89)
(三) 四音节词的轻重音格式	(89)
六、普通话双声、叠韵	(89)
(一) 双声(同声母)	(89)
(二) 叠韵	(89)
七、古诗词朗读练习	(90)
八、诗词、歌词难点音朗读训练	(93)
九、主持人呼吸控制的训练	(96)
(一) 呼吸肌的训练	(96)
(二) 换气训练	(98)
(三) 咬字器官互相配合的要领	(99)
十、快板书练习	(100)
十一、即兴讲话题练习	(115)
十二、无实物小品表演练习	(115)
十三、五级考试内容	(115)

第六级

一、主持与表演语言表达的外部技巧	(117)
------------------------	-------

(一) 重音	(117)
(二) 停连	(118)
(三) 语气	(120)
(四) 节奏	(120)
(五) 朗诵与动作的配合	(121)
二、歌词、诗词、短文朗读训练	(124)
三、怎样克服表演时的肌肉紧张	(130)
(一) 肌肉紧张	(130)
(二) 肌体控制	(131)
四、主持与表演在动作训练中寻找自然美	(131)
五、“对口相声”语言表演练习	(132)
六、即兴讲话题练习	(141)
七、无实物小品表演练习题	(142)
八、六级考试内容	(142)

第七级

一、节目主持人的语言组织与表达	(143)
二、节目主持练习	(144)
三、配乐诗朗诵练习	(150)
四、文体朗诵练习	(156)
五、感觉表演练习	(168)
六、表演时的注意力集中	(169)
七、了解表演中的独白、旁白	(169)
八、“单口相声”语言表演练习	(169)
九、不同体裁形式的主持练习	(175)
十、七级考试内容	(176)

第八级

一、成为表演艺术者应具备的基本技能	(177)
二、节目主持与戏剧表演的发声方法探索	(179)
三、节目主持与戏剧表演用声的区别	(181)
四、话剧表演与戏曲(现代京剧)表演动作的区别	(181)
五、儿童剧表演练习	(182)
1. 《我要做好孩子》(片段)	(182)
2. 《一二三,起步走》(片段一)	(185)
3. 《一二三,起步走》(片段二)	(188)
4. 《春雨沙沙》(片段)	(190)
5. 《特殊故事》(片段)	(193)

6. 《蓝蝴蝶, 黄蝴蝶》(片段)	(195)
六、综合朗诵表演练习	(199)
1. 一个小美妞	(199)
2. 军礼	(199)
3. 海燕之歌	(200)
4. 麦琪的礼物(片段)	(201)
5. 我的幻想	(203)
6. 一件小事	(204)
7. 赏锅	(205)
8. 日出之前(片段)	(206)
七、表演专业即兴讲话题	(207)
八、八级考试内容	(208)

第九级

一、与对手的相互作用的重要性	(209)
二、演员的真实感与信念	(210)
三、话剧、校园剧、戏剧小品与现代京剧舞台表演艺术综合练习	(211)
1. 戏剧小品《母爱》	(211)
2. 话剧《赵一曼》片断	(214)
3. 小话剧《招聘》	(218)
4. 校园剧《心香》(片段一)	(222)
5. 校园剧《心香》(片段二)	(224)
6. 京剧《红灯记》(片段)	(226)
痛说革命家史	(227)
赴宴斗鸠山	(230)
四、九级考试内容	(233)

第 一 级

一级要点:

拼音基础知识: 包括声母、韵母、声调、拼读等。

一、21 个声母的认读

声母发音过程有三个阶段:成阻、持阻、除阻。声母的发音部位不同,吐字的着力点就不一样。因此,发声母音时不要拖长,要“咬住”、弹开。

(一) 双唇音

1. b-双唇紧闭阻碍气流,然后突然张开,气流比较自然地放出,声音轻短。

巴(bā)、播(bō)、掰(bāi)、杯(bēi)、班(bān)、奔(bēn)、帮(bāng)、崩(bēng)
编(biān)、宾(bīn)、标(biāo)、兵(bīng)、背(bēi)、憋(biē)

朗读练习:小鸭子,扬着脖,噼里啪啦跳下河。大脚掌,使劲拨,一路波纹一路歌。

2. p-双唇紧闭阻碍气流,然后突然张开,气流用力喷出来,声音不颤抖。

趴(pā)、坡(pō)、拍(pāi)、胚(pēi)、潘(pān)、喷(pēn)、乒(pīng)、砰(pēng)
偏(piān)、拼(pīn)、飘(piāo)、剖(pōu)、呸(pēi)、批(pī)

朗读练习:小山羊,上山坡,山坡上,草儿多。边吃草,边唱歌,蹦蹦跳跳真快乐。

3. m-双唇紧闭,软腭下降,气流从鼻腔出声,比较响亮。

妈(mā)、摸(mō)、埋(mái)、梅(méi)、瞒(mán)、闷(mēn)、盲(máng)
蒙(mēng)、面(miàn)、民(mín)、猫(māo)、明(míng)、门(mén)、眯(mī)

朗读练习:小朋友,捉迷藏,蒙上眼睛摸啊摸。小兔跑得快,小猴真灵活,摸到小乌龟,大伙笑呵呵。

(二) 唇齿音

1. f-上齿接近下唇,形成窄缝气流,从窄缝中摩擦出来,声带不颤动。

发(fā)、佛(fó)、非(fēi)、番(fān)、分(fēn)、方(fāng)、风(fēng)、法(fǎ)

凡(fán)、肺(fèi)、仿(fǎng)、凤(fèng)、飞(fēi)、副(fù)

朗读练习：小刺猬，去理发，咔嚓咔嚓咔嚓！理完头发再瞧它，不像刺猬像娃娃。

(三) 舌尖音

1. d-舌尖顶住上牙床憋住气，然后突然放开，放出气流较强，声带不颤动。

搭(dā)、得(dé)、低(dī)、嘟(dū)、呆(dāi)、刀(dāo)、担(dān)、当(dāng)

灯(dēng)、冬(dōng)、多(duō)

朗读练习：小马跑来嘚嘚嘚！担起麦草唱起歌。今年是个大丰收，草多麦多歌儿多。

2. t-舌尖往上牙床憋住气，然后突然放开，放出气流较强，声带不颤动。

它(tā)、特(tè)、踢(tī)、突(tū)、胎(tāi)、掏(tāo)、摊(tān)、淌(tǎng)

疼(téng)、通(tōng)、脱(tuō)

朗读练习：小熊要种土特产，举起耒(jué)头把地翻，翻了土地一大片，满身泥土满身汗。

3. n-舌尖顶住上牙床，让气流从鼻孔出声，声带颤动。

哪(nǎ)、呢(ne)、妮(nī)、奴(nú)、奶(nǎi)、闹(nào)、难(nán)、囊(náng)

能(néng)、农(nóng)、挪(nuó)

朗读练习：乌龟兔子来赛跑，兔子半路睡大觉。乌龟努力不停步，稳拿第一不骄傲。

4. l-舌尖顶住上牙床，比n稍后，气流由舌前部两边出来，声带颤动。

拉(lā)、了(le)、里(lǐ)、路(lù)、栏(lán)、唠(lào)、朗(lǎng)、玲(líng)、利(lì)

朗读练习：一根小棒手中握，正了倒了都念肋(lèi)，一根小棒桌上搁，前看后看都是l。

(四) 舌根音

1. g-舌头高抬抵住软腭(è)然后突然放开，气流比较自然地放开，声带不颤动。

嘎(gá)、哥(gē)、郭(guō)、钢(gāng)、耕(gēng)、公(gōng)、姑(gū)

光(guāng)、干(gàn)、给(gěi)、改(gǎi)、顾(gù)、古(gǔ)、更(gèng)

朗读练习：小白鸭，小白鹅，两个一块来唱歌。多亲热，多快乐，好像弟弟和哥哥。

2. k-发音部位和方法与g相似，只是阻碍解除时，冲出一股较强的气流。

克(kè)、科(kē)、括(kuò)、坑(kēng)、空(kōng)、枯(kū)、卡(kǎ)、筐(kuāng)
 垮(kuà)、看(kàn、kān)、忤(kài)、宽(kuān)、扣(kòu)、亢(kàng)

朗读练习：小蝌蚪，脑袋大，身穿黑衣细尾巴，脱掉尾巴生出腿，变成一只大青蛙。

3. h-舌头高抬靠近软腭，中间留一道极窄的缝，气流从窄缝中摩擦而出，声带不颤动。

哈(hā)、喝(hē)、咳(hāi)、嘿(hēi)、罕(hǎn)、狠(hěnn)、夯(hāng)、哼(hēng)
 慌(huāng)、轰(hōng)、欢(huān)、昏(hūn)、会(huì)、坏(huài)

朗读练习：一只小兔挑水喝，两只小兔抬水喝，三只小兔动脑筋，打口深井提水喝。

(五) 舌面音

1. j-舌头前部紧贴硬腭稍前，舌尖抵在下门齿背后。

加(jiā)、急(jí)、讲(jiǎng)、江(jiāng)、京(jīng)、举(jǔ)、鸡(jī)、居(jū)
 交(jiāo)、揪(jiū)、掘(jué)、津(jīn)、见(jiàn)、将(jiāng、jiàng)

朗读练习：花母鸡，下蛋啦，飞出鸡窝“咯咯嗒”。“咯咯嗒”，嗓门大，叫得脸红像朵花。

2. q-发音部位和方法与j相似，只是舌面放松时要吐出一口气，声带不颤动。

掐(qiā)、千(qiān)、腔(qiāng)、青(qīng)、亲(qīn)、欺(qī)、屈(qū)、敲(qiāo)
 缺(quē)、秋(qiū)、全(quán)、切(qiè)、取(qǔ)、求(qiú)

朗读练习：七只气球长尾巴，七只小鸡笑嘻嘻。七只气球飞上天，七只小鸡干着急。

3. x-舌尖下垂，靠近硬腭。

瞎(xiā)、歇(xiē)、香(xiāng)、星(xīng)、新(xīn)、西(xī)、须(xū)、消(xiāo)
 雪(xuě)、休(xiū)、宣(xuān)、许(xǔ)、小(xiǎo)、校(xiào)

朗读练习：西瓜甜，西瓜圆，小熊嘴馋吃得欢。甜甜的瓜瓤肚里填，瓜皮做个娃娃脸。

(六) 翘舌音

1. zh-舌尖翘起抵住牙床后不形成阻碍，然后放松舌尖，摩擦出声。

知(zhī)、扎(zhā、zhá)、哲(zhé)、摘(zhāi)、折(zhé、zhē)、张(zhāng)
 朱(zhū)、沾(zhān)、争(zhēng)、钟(zhōng)、抓(zhuā)、捉(zhuō)
 庄(zhuāng)、追(zhuī)

朗读练习：灰蜘蛛，巧姑娘，织出银网一张张。逮蚊子，粘苍蝇，捕捉害虫是干将。

2. ch-舌尖翘起抵住上牙床后部，形成阻碍。

吃(chī)、叉(chā)、车(chē)、差(chā、chà、chāi)、搀(chān)、吹(chuī)
出(chū)、窗(chuāng)、成(chéng)、超(chāo)、冲(chōng、chòng)、产(chǎn)
唱(chàng)、春(chūn)

朗读练习：小猴子，嘴儿馋，吃了杏子吃李子，吃了李子吃柿子，吃了柿子闹肚子。

3. sh-舌翘起靠近硬腭前部，成窄缝，气流从中挤出。

湿(shī)、沙(shā)、蛇(shé)、筛(shāi)、山(shān)、商(shāng)、省(shěng)
双(shuāng)、书(shū)、生(shēng)、闪(shǎn)、上(shàng、shǎng)、顺(shùn)
刷(shuā)

朗读练习：大狮子，称霸王，跑进牛群逞凶狂。牯牛摆开八卦阵，狮子举手来投降。

4. r-舌尖翘起抵住前部，留一条窄缝，气流从缝中挤出。

日(rì)、仍(rēng)、入(rù)、忍(rěn)、如(rú)、让(ràng)、软(ruǎn)、荣(róng)
冗(rǒng)、然(rán)、若(ruò)、柔(róu)、辱(rǔ)、苒(rǎn)

朗读练习：r像小草，日是太阳，太阳照小草，草儿节节高。

(七) 平舌音

1. z-舌头平伸抵住下齿内侧，形成阻碍。

咂(zā)、栽(zāi)、糝(zān)、脏(zāng)、遭(zāo)、责(zé)、贼(zéi)、资(zī)
怎(zěn)、增(zēng)、宗(zōng)、邹(zōu)、租(zū)、钻(zuān、zuàn)、嘴(zuǐ)
尊(zūn)、嘞(zuō)

朗读练习：大雁会写字，一年写两次。来一次去一次，写完“人”字写“一”字。

2. c-舌头平伸，抵住上齿内侧，形成阻碍，然后放松舌尖送气。

擦(cā)、猜(cāi)、参(cān、cēn)、仓(cāng)、操(cāo)、策(cè)、蹴(cī、cǐ)
岑(cén)、噌(cēng)、此(cǐ)、匆(cōng)、凑(còu)、粗(cū)、蹿(cuān)、催(cuī)
村(cūn)、搓(cuō)

朗读练习：小刺猬，采山货，山楂红枣真够多。不用口袋不用箩，针刺果子背回窝。

3. s-舌尖靠住下齿龈，形成一条缝，气流从中挤出。

撒(sǎ)、塞(sāi、sài、sè)、三(sān)、桑(sāng)、骚(sāo)、涩(sè)、思(sī)
松(sōng)、搜(sōu)、苏(sū)、酸(suān)、虽(suī)、孙(sūn)、梭(suō)
扫(sǎo)、四(sì)、色(sè)

朗读练习：蚕宝宝，白胖胖，吐银丝，造新房，造了新房送工厂，织出彩绸千万丈。