



俄语老师微课堂

随书附赠
MP3光盘



零起点

轻松入门

马恩玲 / 编著
黄莹

标准 俄语 从零学

真人微

视频学精准发音



Flash

微

动画练正确笔顺



PDF

微

字帖写优美俄语

中国宇航出版社

俄语老师微课堂



标准 俄语 从零学

零起点轻松入门

马恩玲 黄莹 编著



中国宇航出版社

· 北京 ·

版权所有 侵权必究

图书在版编目(CIP)数据

标准俄语从零学: 零起点轻松入门 / 马恩玲, 黄莹
编著. — 北京: 中国宇航出版社, 2017.1
(俄语老师微课堂)
ISBN 978-7-5159-1222-6

I. ①标… II. ①马… ②黄… III. ①俄语—自学参
考资料 IV. ①H35

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第269154号

策划编辑 于慧
责任编辑 李光燕

封面设计 李彦生
责任校对 张瑞平

出版 中国宇航出版社

社址 北京市阜成路8号
(010) 60286808

邮编 100830
(010) 68768548

网址 www.caphbook.com

经销 新华书店

发行部 (010) 60286888
(010) 60286887

(010) 68371900
(010) 60286804 (传真)

零售店 读者服务部
(010) 68371105

承印 北京天顺鸿彩印有限公司

版次 2017年1月第1版

2017年1月第1次印刷

规格 787×960

开本 1/16

印张 18

字数 252千字

书号 ISBN 978-7-5159-1222-6

定价 36.80元

本书如有印装质量问题, 可与发行部联系调换

前言

中俄友谊源远流长，目前，中国与俄罗斯是全面战略协作伙伴关系。两国在经贸、人文、地区合作及国际合作等方面合作密切。随着中俄文化年、旅游年等活动的举行，两国在人文领域的合作取得了丰硕成果。同时，随着近期卢布的大幅贬值，越来越多的中国游客选择去俄罗斯旅游。因此，学习和掌握俄语已成为一项重要技能。

我们现在学习的俄语被称为“русский язык”，起源于9世纪形成的东斯拉夫语，19世纪形成现代标准俄语，普希金被认为是现代标准俄语的创始人。俄语共有33个字母，包括10个元音字母、21个辅音字母和2个无音字母。它们排列组合在一起，构成常见的俄语单词。本书第1章，详细介绍了俄语的起源、俄语字母的构成等基础知识。

掌握俄语的基础知识后，将学习标准的俄语发音。本书介绍了每个字母的详细发音规则，以及与汉语或英语相似音的比较，方便快速、准确地掌握各个字母的发音。另外，还奉上了常用的简单句和地道的常用语，且句子下面附有汉语拼音和汉字谐音标记，便于进行自学。

学会基本发音，打下良好的学习基础之后，将学习20个主题的常用单词，这些单词涵盖生活的方方面面。每部分单词后面列举出5个常用例句，并讲解了例句中出现的基础俄语语法。

做好上述准备后，本书还准备了丰富的场景会话，可以通过多样的场景掌握地道的俄语。每节后面有详细的语法解析与练习，可巩固所学知识，并更好地掌握常用俄语。

相信通过本书的学习，一定能说出一口流利的俄语，并能和俄罗斯朋友进行基本交流，去俄罗斯旅游也没有任何障碍！

本书的主要亮点如下：

1. **内容系统全面、讲解循序渐进。**本书设置了俄语基本知识、发音、常用单词、场景会话等章，由浅入深，全面系统地讲解了学习俄语所要掌握的基础知识。在掌握了发音和大量词汇后，进入对话学习，能取得较好的学习效果。

2. **学与练相结合，及时巩固所学知识。**发音、单词、会话等章在每一节后都附有练习题，在学习时，既可以通过练习检验学习效果，也能巩固当节所学的知识，做到学完就掌握。

3. **赠送外教发音视频和标准俄语音频，免费把外教请回家。**我们聘请了俄罗斯资深外教录制发音视频，可以跟外教面对面学习字母的标准发音。此外，还对发音、单词、场景会话部分的俄语进行了录音，可以随时随地听标准俄语。

4. **翔实的附录，不花钱获得免费俄语学习资料。**附录附有详细的俄罗斯社会文化、俄语免费学习资料等，在学习俄语的同时更全面地了解俄罗斯，并可利用各种资源获得免费学习俄语的资料。

5. **章节短小精悍，随时随地轻松学。**本书从微课堂的概念出发，每章设置的内容简短精练，方便利用碎片时间随时随地轻松学习。

编者

Содержание

目录

第1章

10个关键词 了解俄语

- 1 俄语简介 • 2
- 2 俄语方言 • 4
- 3 俄语姓名的构成 • 5
- 4 俄语字母 • 7
- 5 俄语重音 • 10
- 6 俄语颤音 p • 11
- 7 俄语语调 • 12
- 8 俄语词汇 • 13
- 9 俄语名作欣赏 • 15
- 10 俄语书写的魅力 • 17



第2章

发音诀窍 一口气突破 语音

- 1 10个元音 • 20
- 2 21个辅音 • 28
- 3 2个无音字母 • 51
- 4 音节和重音 • 54
- 5 元音字母a, o, я, e的弱化 • 57
- 6 辅音的清化和浊化 • 60
- 7 6个调型 • 63

第3章

疯狂练嘴 单词句子 脱口而出



- | | |
|---------------|---------------|
| 1 家庭称呼 • 68 | 11 肉类蛋奶 • 111 |
| 2 职位称呼 • 73 | 12 调味用品 • 116 |
| 3 各种职业 • 77 | 13 电子产品 • 120 |
| 4 人体部位 • 82 | 14 季节天气 • 124 |
| 5 温馨家居 • 87 | 15 时间表达 • 128 |
| 6 家用电器 • 91 | 16 交通工具 • 133 |
| 7 厨房用品 • 95 | 17 常见疾病 • 137 |
| 8 卫浴用品 • 99 | 18 体育运动 • 141 |
| 9 食品饮料 • 103 | 19 方位表达 • 145 |
| 10 蔬菜水果 • 107 | 20 常见地名 • 149 |

第4章

超级放送
常用会话
分分钟搞定

- | | |
|--------------|---------------|
| 1 问候 • 154 | 11 聚餐 • 207 |
| 2 介绍 • 159 | 12 运动 • 212 |
| 3 道谢 • 165 | 13 住宿 • 217 |
| 4 道歉 • 170 | 14 公共交通 • 223 |
| 5 告别 • 176 | 15 旅行 • 228 |
| 6 打电话 • 181 | 16 在医院 • 233 |
| 7 请求帮助 • 187 | 17 在药店 • 238 |
| 8 邀约 • 192 | 18 在银行 • 243 |
| 9 询问 • 197 | 19 在理发店 • 248 |
| 10 购物 • 202 | 20 在书店 • 253 |



附录



- 附录 A** 初识俄罗斯 • 260
- 附录 B** 走近俄罗斯人 • 261
- 附录 C** 俄罗斯传统 • 263
- 附录 D** 俄罗斯军事 • 264
- 附录 E** 俄罗斯旅游 • 265
- 附录 F** 俄罗斯美食 • 266
- 附录 G** 知名大学 • 267
- 附录 H** 知名企业 • 269
- 附录 I** 经典文学 • 270
- 附录 J** 经典电影 • 271
- 附录 K** 热门歌曲 • 272
- 附录 L** 当红偶像明星 • 273
- 附录 M** 电视节目和广播电台 • 274
- 附录 N** 知名报纸 • 276
- 附录 O** 免费学习资料 • 278
- 附录 P** 俄语输入法 • 279

第1章

10个关键词 了解俄语



大家好，我是安娜·尼古拉耶夫娜老师，来自俄罗斯，从今天起，我和大家一起学习俄语。

想必大家都是俄语初学者吧？我知道可能很多中国男孩子喜欢俄罗斯的军事和航天，女孩子喜欢俄罗斯美丽的自然风光和古典的芭蕾、绘画艺术。我要是没猜错的话，大家学习俄语的热情很高吧！那么，大家知道俄语是怎样的一门语言吗？知道如何能够既快又好地掌握俄语吗？

接下来先跟着安娜老师了解一下俄语这门语言吧！

ОДИН



俄语简介

大家应该都知道俄语是联合国六大官方语言之一吧。那大家对它了解多少呢？知道谁创造了俄语字母吗？安娜老师带领大家一起来了解一下吧！



俄语是世界第八大语言，是俄罗斯、白俄罗斯、哈萨克斯坦、吉尔吉斯斯坦、塔吉克斯坦五个主权国家的官方语言。据统计，以俄语为母语的人数超过1.4亿，将俄语作为第二语言使用的有近4500万人。

俄罗斯民族是东斯拉夫人的一支，其语言俄语属印欧语系斯拉夫语族的东斯拉夫语支。9世纪初形成了统一的东斯拉夫语，即古俄语，下图为斯拉夫语字母表。

СЛАВЯНСКІЯ БУКВЫ

ѦѦ	БѢ	ВѢ	ГѢ	ДѢ	ЕѢ	ЖѢ	ЗѢ	ИѢ	ІѢ	
Азь	Буки	Вѣли	Глаголь	Добро	Есть	Живѣте	Зѣло	Земля	Иже	І
КѢ	ЛѢ	МѢ	НѢ	ОѢ	ПѢ	РѢ	СѢ	ТѢ	УѢ	
Како	Люди	Мыслѣте	Нашѣ	Онѣ	Покой	Рцы	Слово	Твердо	Укѣ	
ѮѮ	ФѢ	ХѢ	ѦѦ	ЦѢ	ЧѢ	ШѢ	ЩѢ	ЪѢ	ЫѢ	ЬѢ
У	Фертѣ	Хѣръ	Отѣ	Цы	Червь	Ша	Ща	Ерь	Еры	Ерь
ѦѢ	ЮѢ	ѦѢ	ѦѢ	ѦѢ	ѦѢ	ѦѢ	ѦѢ	ѦѢ	ѦѢ	ѦѢ
Ять	Ю	Юсь	О	Я	Я	Кси	Пси	ѦѢ	Ижица	

公元863年，传教士基里尔和梅福季前往斯拉夫部族的莫拉维亚（今捷克）人那里去传播基督教，兄弟二人为传教而创建并发展出一套斯拉夫字母表，即后人所称的“基里尔字母”，如下图所示。基里尔字母表构成了现代俄语和其他斯拉夫文字的基础。因此，基里尔兄弟被认为是斯拉夫文字的创始人。

КИРИЛЛИЦА

Аа	Бб	Вв	Гг	Дд	Ее	Жж	Зз
Ии	Йй	Кк	Лл	Мм	Нн		
Оо	Пп	Рр	Сс	Тт	Уу		
Фф	Хх	Цц	Чч	Шш	Щщ		
Ъъ	Ыы	Ьь	Ээ	Юю	Яя		
ѦѦ	ѢѢ	ѤѤ	ѦѦ	ѢѢ	ѤѤ		

为了纪念基里尔和梅福季兄弟，苏联于1986年恢复了一个长期被人遗忘的宗教节日——斯拉夫文字和文化节，从1991年开始，5月24日正式成为俄罗斯的国家法定节日。如今，在俄罗斯很多地区，都可以见到为纪念基里尔兄弟而建造的雕像。

随着时间的推移，古俄语渐渐发展成现代标准俄语，现代标准俄语在19世纪初逐渐形成，因为19世纪是俄罗斯文化的黄金时期，俄罗斯文学之父普希金被认为是现代标准俄语的创始人，通过以他为代表的19世纪语言大师们对俄语的加工和提炼，最终形成了统一的规范语言——现代标准俄语。



俄语方言

中国幅员辽阔，不同地区人民所讲的方言各有特点，如果不讲普通话，各地人之间沟通较为困难。那世界第一大国的俄罗斯是不是同中国一样呢？他们各地人所讲的语言差别大吗？能相互无障碍交流吗？下面安娜老师来解答大家的疑问。



俄罗斯人的官方语言是俄语，所以大部分人交流时使用标准俄语，而各地区的人使用方言仅限于当地的日常交往和家人之间的交流。

俄语方言大致分为3种，即北俄方言、南俄方言和中俄方言。这些方言与标准俄语有差异，3种方言之间也各不相同。如идёт（走）这个词，词尾的“т”在北俄方言中发硬辅音“т”，读“te”；而在南俄方言中，词尾的“т”发软辅音“ть”，读“qi”。中俄方言介于南俄方言和北俄方言之间，是在标准俄语基础上发展起来的方言，是比较接近标准俄语的方言。

方言与标准俄语的不同之处，表现在词形和构词等方面。此外，由于地域的不同，各地方言的词汇具有自己的特征，也有方言是根据各地民族语言的不同而形成的。同一个词在不同地域会有各自习惯的用法，如在外贝加尔湖地区，бабай是指“老父亲，受尊敬的老人”；而在新西伯利亚地区，бабай除了有“父亲”的含义外，还有“怪老头”的意思。

中国各地的方言差别较大，因此，如果不使用普通话，各地人之间不能准确地沟通。而在俄罗斯，一般来说，各地人通过方言也可以实现交流。因为方言之间词汇上的不同用法或读音，并不会很大程度地影响沟通，他们可以大致听懂对方的意思。



俄语姓名的构成

大家知道哪些俄罗斯人的姓名？他们的姓名有什么特点呢？大家应该都知道《钢铁是怎样炼成的》的作者奥斯特洛夫斯基吧？俄罗斯人的姓名很长，而且多以名开头，以“……斯基”“……夫”“……娃”等姓结尾，本节我们一起来了解一下俄罗斯人姓名的特点吧。



我们中国人的姓名由两部分构成，即“姓”和“名”；而俄罗斯人的姓名由三部分构成，即“名”“父称”和“姓”，如尼古拉·阿列克谢耶维奇·奥斯特洛夫斯基。

任何一个俄语词都可以作为“名”，甚至动物、植物等名称也可以。“姓”是世代相传的。“父称”是由父亲的名字变化而来，即在父亲的名后面加相应的后缀。男性在父亲名后加后缀“依奇”“奥维奇”“耶维奇”等，女性在父亲名后加后缀“奥夫娜”“耶芙娜”“耶娃”等。例如父亲的名字叫伊万，其儿子就叫伊万诺维奇，其女儿就叫伊万诺娃。

在正式场合，人们会按照“姓-名-父称”的顺序称呼对方。在平时，对领导或者长辈也可以直接称呼“名-父称”；家人或者朋友之间可以称呼小名，显得彼此之间关系密切。小名是将名字简化得来的新形式，或者是在名字后面加一定的后缀而构成的。如Тамара（塔马拉）的小名简化为Тóма（托马）；Сергéй（谢尔盖）的小名为Серёжа（谢廖沙）。

下面为大家介绍两位俄罗斯名人，以增强对俄罗斯人姓名的理解。

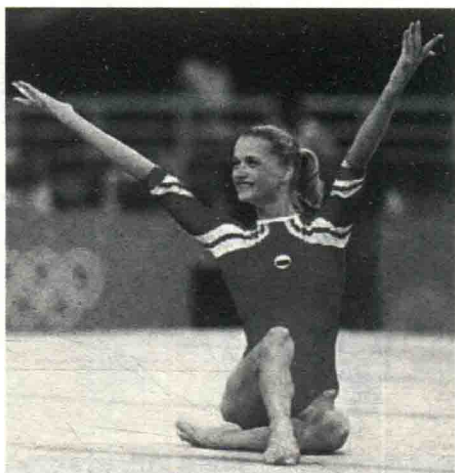
亚历山大·谢尔盖耶维奇·普希金（Алекса́ндр Серге́евич Пу́шкин），其中亚历山大是名，谢尔盖耶维奇是父称，普



希金是姓。

斯维特拉娜·瓦西里耶芙娜·霍尔金娜（Светлана Васильевна Хоркина），曾是俄罗斯女子体操队主力，其中斯维特拉娜是名，瓦西里耶芙娜是父称，霍尔金娜是姓。

通过上面的介绍，大家是不是对俄罗斯人的姓名有了新的认识呢？以后遇到俄罗斯人姓名不要觉得混乱，一般情况下，以“名-父称-姓”的形式或是“姓-名-父称”的形式出现；如果只有两部分，一般是“名-父称”。大家可以对号入座，根据关系的远近进行称呼。



4

俄语字母

众所周知，英文中共有26个字母，那么，大家知道俄语中有多少个字母吗？知道它们怎么发音吗？俄语中共有33个字母，本节安娜老师带领大家先一起简单认识一下它们吧！



俄语中的33个字母，包括10个元音字母、21个辅音字母和2个无音字母，具体请看下表。

分类	字母
10个元音字母	а, о, у, и, е, ы, э, я, ё, ю
21个辅音字母	б, п, в, ф, д, т, з, с, г, к, х, м, н, л, р, ц, ж, ш, щ, ч, й
2个无音字母	硬音符号ъ和软音符号ь

俄语中每个字母都有自己的名称，元音字母的名称和读音相同，辅音字母的名称是在该字母的读音前或后加上一个元音。俄语字母的名称只做简单了解即可，其读音很关键，因为只要我们学会了字母的读音，基本上就可以拼读单词了，这比英文中的音标要容易些。当我们拼读一个俄语单词时，只需要将组成该单词的俄语字母拼在一起即可。

下面是俄语字母表，希望大家能够记住字母顺序，便于查字典和打字。通过下表，大家可以清楚地知道俄语字母的读音和字母名称。

NO.	大写	小写	字母读音（汉语拼音）	字母名称（汉字谐音）
1	А	а	a	А（阿）
2	Б	б	bo	бэ（百）
3	В	в	v ^①	вэ（外）
4	Г	г	g	гэ（该）

① 汉语拼音中无对应的发音，借用英文v。

续表

NO.	大写	小写	字母读音 (汉语拼音)	字母名称 (汉字谐音)
5	Д	д	d	дэ (待)
6	Е	е	ye	е (耶)
7	Ё	ё	yo	ё (哟)
8	Ж	ж	r	жэ (日诶)
9	З	з	z	зэ (兹诶)
10	И	и	yi (较长的音)	и (伊)
11	Й	й	yi (较短的音)	и краткое (一克拉特噶耶)
12	К	к	k	ка (噶)
13	Л	л	l	эль (埃里)
14	М	м	mu	эм (埃母)
15	Н	н	n	эн (埃恩)
16	О	о	o	о (哦)
17	П	п	p	пэ (拍)
18	Р	р	le	эр (埃乐)
19	С	с	s	эс (埃斯)
20	Т	т	t	тэ (太)
21	У	у	u	у (乌)
22	Ф	ф	f	эф (埃弗)
23	Х	х	h	ха (哈)
24	Ц	ц	ci	це (慈爱)
25	Ч	ч	q	че (切)
26	Ш	ш	sh	ша (沙)