

四川省中等师范学校选修课本

口语训练

(试用本)

QIUYUXUNLIAN

四川省中等师范学校选修课教材编委会

H193.2/025 1335785



CS1529157

四川省中等师范学校选修课本

口 语 训 练

(试用本)

重庆师大图书馆

H193.2

025

四川省中等师范学校选修课教材编委会

四川省中等师范学校选修课教材编委会

主 任： 颜 振

副主任： 严培坚 黄扬翎 周雪峰

编 委：

彭伯初 周国堂 张昌畴 李世武

凌 康 梁干材 叶茂涵 王秋兰

肖大武 贺士俊 曹 霁 罗 曼

黄力林 刘良慧 王继光 余果佳

吴唯理 曹安玉 向 伟

前言

遵照国家教委领发的《三年制中等师范学校教学方案(试行)》(简称中师新教学方案)的精神,结合我省经济、文化发展的实际,根据四川省教育委员会制定的我省中师选修课教学计划,四川省中等师范学校选修课教材编委会组织编写了《口语训练》、《写字训练教程》、《舞蹈》、《电化教育基础》、《小学语文教学法研究》、《儿童文学》(含《儿童文学作品选》)、《小学数学教学法研究》、《小学自然教学研究》、《中师音乐选修教程》、《中师体育选修教程》、《中师美术选修教程》等共十一种选修课试用教材,供我省各中等师范学校试行新教学方案使用。

中师新教学方案指出:“选修课是中等师范学校教学活动的重要组成部分。它可以使中等师范学校教学主动适应当地经济、文化发展的需要;可以拓宽学生的知识,发展学生广泛的兴趣和特长;可以进一步培养学生从事小学教育教学工作的能力,特别是担任多学科教学的能力。”因而,开设中师选修课,对实现中师培养目标具有十分重要的作用。

《口语训练》按照和专业的需要安排内容,分为四章。包括三项基础,两个贯穿,三种形式。声音训练、思维训练、体态语训练是口语表达的基础训练,是提高口语素质的关键。本书以“说”为中心并与听、读、写、教等项能力的训练紧密结合,同

时把普通话的教学作为口语教学的重要组成部分,贯穿始终。口语的形式是多种多样的,限于篇幅和课时,也为了和必修课有机结合,有的放矢,本书选择中师生最需要的几种专项口语进行训练,同时突出日常口语和专业口语训练。在专项口语中,我们选择了讲故事、口头作文、演讲、辩论和台词表达等难度大又最能体现一个人口才的几项进行训练。日常口语是人们在现想现说的情况下,借助各种辅助手段来表达的口头语言,它的运用范围广,看似简单却不容易说好,本书加强了这项训练。教师口语必须符合教师职业的特征,有利于提高教育教学质量,中师生练习这项口语,具有特别重要的意义,因此本书用较大篇幅强化这项训练。总之,《口语训练》一书,力求具有简明、实用的特点,体现基础性与提高性的结合,一般性与专业性的结合,知识讲解与能力训练的结合,以切实提高中师生的口语能力。

《口语训练》课在中师一年级下期开设,以衔接中师一年级“语音”课所学的内容。本课计划开设半年,每周一课时,各中师学校可以根据实际作适当调整。本书由江津师范周国堂任本书主编,并编写第一章和第三章第二节。其余章节以下同志编写:江津师范熊开明(第二章和第三章第三节),雅安师范张婷旺(第三章第一节和第五节),成都师范李蓉(第三章第四节和第四章第二节)重庆一师牟芝秀(第四章第一节)。黄扬钿、周雪锋同志对全书作了审读。

编写本书时,参考并采用了一些著作和文章中的观点、材料,因体例所限,恕不一一注明,谨此致谢。

欢迎各地师生在试用《口语训练》过程中提出宝贵意见,以利今后修改。

目 录

第一章 口语基础训练	(1)
第一节 声音训练	(1)
一、正音训练	(1)
二、发声训练	(4)
三、语调训练	(11)
第二节 思维训练	(16)
一、听辨训练	(17)
二、听说训练	(19)
三、说话心理训练	(22)
第三节 体态语训练	(24)
一、眼神训练	(25)
二、头部表情训练	(26)
三、手势训练	(27)
四、身姿训练	(29)
第二章 日常口语训练	(32)
第一节 日常口语的要求	(33)
一、通俗	(33)
二、简明	(34)
三、文雅	(35)
四、得体	(37)

第二节 日常口语训练·····	(38)
一、独白性日常口语训练·····	(38)
二、对白性日常口语训练·····	(40)
第三章 专项口语训练·····	(55)
第一节 讲故事·····	(55)
一、讲故事的要求·····	(55)
二、讲故事训练·····	(57)
第二节 口头作文·····	(65)
一、口头作文的要求·····	(65)
二、口头作文训练·····	(66)
第三节 演讲·····	(74)
一、演讲的要求·····	(75)
二、演讲训练·····	(78)
第四节 辩论·····	(87)
一、辩论的要求·····	(88)
二、辩论训练·····	(90)
第五节 台词表达·····	(96)
一、台词表达的要求·····	(97)
二、台词表达训练·····	(99)
第四章 专业口语训练·····	(117)
第一节 教学口语·····	(117)
一、教学口语的要求·····	(117)
二、教学口语训练·····	(119)
第二节 教育口语·····	(146)
一、教育口语的要求·····	(146)
二、教育口语训练·····	(148)

第一章 口语基础训练

第一节 声音训练

说话有声音,有意义,有一定的感情和速度。音、义、情、速是构成一句话的基本要素。在交际过程中,这四要素是协调一致的。其中声音是关键。它是意义信息和情感信息的载体,口语的交际功能就是通过声音这一实体形式在交际过程中体现出来的。从交际功能出发紧密结合声音,就是要重视说话时准确、清晰、优美、多变的声。事实上,人们常常比较重视说话的内容,重视说话的条理,却容易忽视说话的声音。这就直接影响了信息的输入,影响了表达的效果。教师是“吃开口饭”的,更应该努力锻炼自己的声音,不断改善自己的声音,学会驾驭自己的声音。

一、正音训练

准确的字音是准确的口语表达的必要条件。无论是读还是说,都要杜绝字音的错误。对于方言区的人来说,主要是按照北京语音的音系,纠正自己的方音。这要从两方面着手,一是学好普通话的声韵调,一是学好普通话的音变。

1. 声母

在念准普通话21个声母的基础上，找到四川话和普通话在声母方面的差异。突出重点，突破难点，把边音和鼻音、平舌和翘舌这两大类字音念得准确。

练习一：朗读，体会并准确读出带边音和鼻音、平舌和翘舌的字音。

(1)n—l

你(n)能(n)不能把柳(l)树下的那(n)头老(l)奶(n)牛(n)，拉(l)到牛螺(l)山牛奶站的挤奶房挤了牛奶拿(n)到柳树村，送给岭(l)南(n)乡托儿所的刘(l)奶奶。

(2)z—zh、c—ch、s—sh

战(zh)士(sh)应死(s)在(z)战场(ch)上(sh)，作(z)家应死在书(sh)桌(zh)上，演员应死在舞台上。伟大喜剧作家与演员莫里哀是(sh)死在舞台上的。引申(sh)说，一个真(zh)正(zh)的人，应该为人民用尽自(z)己的才(c)智(zh)、专(zh)长(ch)和精力，再(z)离开人间。不然，他总(z)会感到遗憾，浪费了有限的生(sh)命。

(2)韵母

在念准普通话39个韵母的基础上，找到四川话和普通话在韵母方面的差异，突出重点，突破难点，把前鼻韵母和后鼻韵母的字音念得准确。

练习二：朗读，体会并准确读出带前鼻韵和后鼻韵的字音。

(1)an—ang(含ian, iang, uan, uang)

红日照遍(ian)了，东方(ang)，自由之神在纵情歌唱(ang)。看(an)吧！千(iang)山(an)万(uan)壑，铜壁铁墙

(iang), 抗(ang)日的烽火燃(an)烧在太行(ang)山上(ang)。气焰(ian)千万丈(ang), 听吧, 母亲叫儿打东洋(iang), 妻子送郎(ang)上战(an)场(ang)。我们在太行山上, 山高林又密, 兵强(iang)马又壮(uang)。敌人从哪里进攻, 我们就叫它在哪里灭亡(uang)!

(2)en—eng in—ing

丁(ing)丁和小飞机

丁丁是个聪明(ing)的孩子, 一心(en)想开飞机。老师在教生(eng)字, 丁丁一边听(ing), 一边忙着做小飞机。

老师看见了, 问(en): “丁丁, 你在做什(en)么?” 丁丁站起来, 低声(eng)说: “我在做飞机。”老师说: “上课的时候, 要好好学习, 长大了才能(eng)开飞机。”

晚上, 丁丁做了个梦(eng), 梦见纸飞机变成(eng)了银(in)光闪闪的真(en)飞机。丁丁连忙跑过去。忽然, 飞机唱起歌来:

丁丁真聪明,
会做纸飞机。

丁丁你快来,
来开真飞机。

丁丁高兴(ing)极了。他上了飞机, 摸摸这儿, 摸摸那儿, 想开飞机。忽然飞机又唱起歌来:

丁丁没文(en)化,
不会开飞机。

飞机开不动,

丁丁真着急。

一着急, 丁丁醒(ing)了。

同学们(en), 请(ing)你们想一想, 丁丁长大了会开飞机吗?

3. 轻声

轻声不是可有可无的, 它关系到普通话的标准化、规范化, 在表情达意方面也有积极作用, 所以一定要读好用好。

练习三: 朗读, 体会并准确念出文中的轻声音节(“·”表轻声)。

凡卡朝黑糊糊的窗户看看, 玻璃窗上映出蜡烛的模糊的影子; 他想象着他爷爷康司坦丁·玛卡里奇, 好像爷爷就在眼前。——爷爷是日发略维夫老爷家里守夜人。他是个非常有趣的瘦小的老头儿, 六十五岁, 老是笑眯眯的眨着眼睛。白天, 他总是在大厨房里睡觉, 到晚上, 他就穿上宽大的羊皮袄, 敲着梆子, 在别墅的周围走来走去。

4. 儿化

儿化在语法和修辞方面都有积极作用, 恰当运用, 可使表达更加自然, 更加口语化。四川话也有儿化, 但读法和运用范围都有差异, 要多加注意。

练习四: 朗读, 体会并准确念出儿化音节。

进了门儿, 倒杯水儿, 喝了两口运气儿, 拿起歌曲本儿, 唱了一曲儿又一曲儿; 练完嗓门儿练嘴皮儿, 绕口令儿, 练字音儿, 还有快板儿对口词儿, 哥儿们姐儿们加油儿练, 越练越精越来劲儿。

二、发声训练

在口语表达中, 字音的准确是基本要求, 作为教师, 还必

须对声音有更高的要求,即美化的要求。一个人的声带是先天的,但一个人声音的美化是可以通过锻炼而实现的。教师的语音应该清晰流畅,色彩丰富,变化自如。这就要讲究发声的艺术,对自己的声音进行锻炼和控制。

1. 口部器官训练

口部器官锻炼主要包括牙关、腭、唇和舌四个方面。牙关,是上下颌之间的关节。它的运动,直接关系到口腔的开度和容积,影响着口腔的泛音量,影响着字音的清晰、圆润和饱满。在说话时,口腔开度不断变化,这就要求牙关控制要非常灵活自如。腭,是分隔口腔和鼻腔的组织,分硬腭和软腭两部分。口腔共鸣与上腭穹窿状态有密切关系。硬腭前部,它是发音的主要内感区,在感觉声束达到这里时,能提高声音的明朗度,产生良好的口腔共鸣。软腭的升降很重要,软腭上升,鼻腔通路切断,发出口音,软腭下垂,鼻腔通路打开,发出鼻音。如果软腭控制不灵,就会影响声音的质量。唇,是声音的主要出口。唇的形状和力度对声音质量影响明显。发音时如果唇的撮展不正确,不灵活,没有力,就会使字音出错,声音松散,语义不清。因而唇的锻炼对字音的准确、到位和明晰有重要作用。舌,是最积极、影响最大的咬字器官,普通话的全部音节都有舌的积极活动。舌的活动影响字音的准确,舌的状态与字音的清晰、集中关系密切,舌的滑动感影响字音的圆润度。要认真进行舌的锻炼,以增强舌的力度和灵活度。

练习一:口部操

(1)开。打开口腔,提颧肌,开牙关,挺软腭,松下巴。

(2)喷。双唇紧闭,突然打开,冲击气流,力量往唇中部集中。

(3)咧。先撮拢双唇,然后尽量咧开。

(4)撇。双唇紧闭,撮起,向左右撇。

(5)绕。撮唇绕圈。

(6)刮。先将舌尖抵下齿背,上齿缘接触舌叶,然后舌前部逐渐提起,上齿缘沿舌的中纵线向后刮,尽量将口腔撑开。

(7)弹。舌尖上翘,以较快速度来回弹上齿下缘(或发弹音)。

(8)顶。以舌来回顶两腮。

(9)转。舌围口转。

(10)卷。舌尽力伸出,然后卷回。

练习二:读绕口令,作唇舌练习。

板凳不让扁担绑在板凳上,扁担偏要板凳让扁担绑在板凳上。

吃葡萄不吐葡萄皮,不吃葡萄倒吐葡萄皮。

2.气息控制训练

气流是人类发声的原动力,无论在生活语言和艺术语言中,气息直接影响着声音。只有控制了气息,才能控制声音。在艺术语言里,气息还是催发感情的重要手段,人们的喜怒哀乐都和气息有密切关系。在声音形式中,一般比较注意声音的高低强弱,比较忽略气息的作用。应该让气息的多少、深浅、急缓、强弱等,在口语中占有重要位置。这样人们常说的语气中的“气”,才不会白费了。对教学语言来说,气息控制不好,就会影响语言的逻辑性,造成含混。教师应使自己具有充沛的气息而又会自如地运用。

练习三:气息操

(1)快吸快呼

(2)慢吸慢呼

(3)快吸慢呼

(4)慢吸快呼

(5)深吸浅呼

(6)浅吸深呼

(7)鼻吸鼻呼

(8)口吸口呼

(9)鼻吸口呼

(10)口吸鼻呼

练习四：朗读，作换气练习（“V”表换气）。

囚 歌

为人进出的门紧锁着V，
为狗爬出的洞敞开着V，
一个声音高叫着：

——爬出来吧，给你自由！V我渴望自由，
V但我深深地知道——
人的身躯V怎能从狗洞子里爬出？

V我希望有一天，
地下的烈火V
将我连这活棺材一齐烧掉V，
我应该在烈火与热血中V得到永生！

3.声音弹性训练

声音弹性是指声音随人们感情变化而来的伸缩性和可变

性，也就是声音的造型性。我们练声就在于获得声音的弹性。声音弹性差的人说话一个腔调，或者太硬、太直，或者太柔、太虚，或者老带着一种“笑味”、“哭腔”等。这就不能准确地、细密地传情达意，也不会使说话动听。怎样来锻炼并取得声音的弹性呢？运动着的感情是声音弹性的内在依据，而气息又是由情及声的桥梁。情、气、声三者的关系可以这样来表述：感情运动→气随情动→声随情变。取得声音弹性就是要根据说话的内容，以情带声，以感情的变化来带动声音的变化。另一方面，还要进行声音弹性的各种技巧训练，比如声音弹性的对比训练等。

练习五：声音弹性对比练习

(1)高与低

①有层次地爬高降低。将“我爱祖国”这句话，先用低调说，一级级地升高，再一级级地降下来。

②用同样一句话，一句高，一句低，高低交替。

(2)强与弱

①仍用“我爱祖国”这句话，做有层次地由弱到强，由强到弱练习。在反复中，逐渐增加中间层次。

②用下面的段子，做小音量练习，字音要保持清晰度，不压、不噎、不吃字。

生活，就是理解。生活，就是面对现实微笑，就是越过障碍注视将来。生活，就是自己身上有一架天平，在那上面衡量善与恶。生活，就是有正义感、有真理、有理智，就是始终不渝、诚实不欺、表里如一、心智纯正，并且对权利义务同等重视。生活，就是知道自己的价值，自己所能做到的与自己所应该做到的。

③用呼喊声做强音练习：张——老——师——。摹拟不同距离内的呼喊。

(3)虚与实

①实声练习。念下面一段话，声门轻松闭合，声音较响亮、朴实、清晰度较高。

黄河以它的英雄的气魄，出现在亚洲的原野，它表现出我们民族的精神，伟大而又崇高，这里，我们向着黄河，唱出我们的赞歌。

②虚声练习。与同桌同学悄声说话，体会声门有一定开度，气息逸出较多的特点。

③虚实对比练习。念“我爱祖国的未来”这句话，先用实声，再用虚声。

④虚实结合练习。

我忽然闻到一股浓重的棉布焦味，扭头一看，哎呀！火烧到邱少云身上了！他的棉衣已经烧着，火苗趁风势乱窜，一团烈火把他整个儿包住了。

(“—”表虚声)

(4)明与暗

①明声练习。提颧，口腔内声束冲击点，较集中，靠前，用轻松、明朗的调子，说下面一段话。

一九五九年六月的一天，毛主席回到离别三十二年的故乡韶山后，请韶山老人毛禹珠吃饭，并特地向他敬酒。老人说：“主席敬酒，岂敢岂敢！”毛主席连忙说：“敬老尊贤，应该应该！”

②暗声练习。气息深缓，两颊放松，声束冲击点较散，靠后，用低缓、厚重的调子，读下面诗行。

啊，汽车，扎起白花，

人们，黑纱缠臂。

广场——如此肃穆，

长街——如此沉寂。

残阳如血啊！

映着天安门前——

低垂的冬云。

半落的红旗……

③明暗对比练习。说“党啊，我的母亲！”这句话，明声要体现赞颂、开朗，暗声要体现深沉、有分量。

(5)刚与柔

①刚声练习。气息和口腔控制比较有力，胸音成分较多，表现出凛然、紧张、豪迈的气概。

任脚下响着沉重的铁镣，

任你把皮鞭举得高高，

我不需要什么自由，

哪怕胸口对着带血的刺刀！

②柔声练习。气息和口腔的控制比较和缓，口音成分多，表现出舒缓和亲切的感情。

盼望着，盼望着，东风来了，春天的脚步近了。一切都像刚睡醒的样子，欣欣然张开了眼。山朗润起来了。水涨起来了，太阳的脸红起来了。

③刚柔结合练习。读下面的两段的话，体会刚柔的不同声音色彩和表达效果。

刘少奇同志从容不迫地申述了罢工的理由，然后严肃地提出质问：“你们究竟是跟我谈判呢，还是审问我？是想解决