



◆ 普通话训练与测试

主编◎谢忠凤

湖北长江出版集团
湖北人民出版社

策划：赵文刚 叶林



◆ 普通话训练与测试

主 编：谢忠凤

副主编：柯恒波 马滨珺 刘文菊

湖北长江出版集团
湖北人民出版社

鄂新登字 01 号

图书在版编目(CIP)数据

普通话训练与测试/谢忠凤主编.
武汉:湖北人民出版社,2007.11

ISBN 978 - 7 - 216 - 05276 - 4

- I. 普…
- II. 谢…
- III. 普通话—自学参考资料
- IV. H102

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 132167 号

普通话训练与测试

谢忠凤 主编

出版发行: 湖北长江出版集团
湖北人民出版社

地址:武汉市雄楚大街 268 号
邮编:430070

印刷:武汉汉邦彩色包装印制有限公司

经销:湖北省新华书店

开本:787 毫米×1092 毫米 1/16

印张:18.625

字数:404 千字

插页:2

版次:2007 年 11 月第 1 版

印次:2007 年 11 月第 1 次印刷

书号:ISBN 978 - 7 - 216 - 05276 - 4

定价:28.80 元

本社网址:<http://www.hbpp.com.cn>

序

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。推广普通话始于新中国成立后的 20 世纪 50 年代且被列入中国的宪法。

生于 20 世纪 60 年代的谢忠凤老师，从小说的是汉语，但不是普通话，而是汉语的方言。由于喜好文学，大学便读了汉语言文学专业。四年的专门学习更多地体现为对文学的感悟与表达，对汉语言文字的认识多局限在对形、义的理解方面。1994 年国家教委师范司进行师范院校课程改革，在师范院校增设《教师口语》。谢忠凤等老师接受学校的安排，担任《教师口语》的主讲教师，“教师口语”是指以普通话为依托的一般交际口语，及教师职业口语。基础部教师职业技能教研室的谢忠凤、刘文菊、柯恒波等老师为了更好地讲好“教师口语”课程，花了不少的时间和精力进行普通话规范标准的学习练习。谢忠凤等老师都是非常认真用心的学习者，经过一段时间的学习练习，不仅掌握了普通话的声韵调发音要领特点，而且还对普通话的学习材料、学习体会加以整理，结合他人的一些经验材料，编写了《普通话训练与测试》这本书。

《普通话训练与测试》分上下两编，上编主要是普通话的一些基础理论知识及相关的训练材料，下编主要是这几年普通话测试的有关内容。这本书可贵之处在于其中有许多实用有效的普通话训练材料及练习方法。这本书成书之前，编印成内部使用的教学参考资料，供学生上《教师口语》课（师范专业开设）和《普通话》课（非师范专业开设）时参考使用，学生使用后都认为这些资料简洁、明确、好用、有效。时值南阳师专创建语言文字规范化示范之际，谢忠凤等对原有材料进行了更新和补充，使之不仅具有实用性而且具有“耐用性”，此书虽是谢忠凤等老师的一些学习教学经验材料，但相信对许多练习者、使用者都大有裨益。

谢忠凤等老师在学习讲授普通话的时候，不仅着眼于普通话的知识理论层面，而且把自己的人生体验认识融入到普通话的知识点的学习中。他们努力通过普通话的教与学使学生的综合素质得以提高。谢忠凤老师曾有一篇文章《话里人生》，其中道出了从普通话中感悟到的人生的一些美妙与美好。现在的她对汉语言文字认识不仅有形、有义，而且有音。用她的话说：现在才真正感受到汉字汉语完全的美。

暮春时节，万物葱茏，鸟语花香，人声鼎沸。这是一个学习的季节，这是一个说“话”的季节，这是一个快乐的季节，这是一个美好的季节。在这样的季节里，在我们的校园里，编辑一本可以帮助人说好普通话的书，为这本书写几句话，是一件愉快的事儿。是为序。

杨立志

二〇〇七年三月

目 录

上编 普通话训练

第一章 练好普通话的重要性	3
第一节 我国推广普通话的现状、法规和要求	3
一 我国推广普通话的现状	3
二 新时期对推广普通话工作的要求	4
三 国家语言文字工作的方针、任务和法规	4
第二节 普通话是现代汉民族的共同语	6
一 普通话的定义和特点	6
二 推广普通话的重要意义	6
第二章 普通话语音训练	7
第一节 普通话语音	7
一 语音是怎样发出来的	7
二 语音概说	9
三 汉语拼音方案	10
第二节 普通话声调	13
一 声调及其作用	14
二 调值和调类	14
三 声调训练	15
四 声调辨正	17
第三节 普通话声母	28
一 声母及其作用	29
二 声母的发音训练	29
三 声母辨正	33
第四节 普通话韵母	60
一 韵母及其作用	60
二 韵母的发音训练	61
三 韵母辨正	65
第五节 音节	79
一 音节的拼读	79

二 声韵配合关系	81
第六节 掌握普通话的语流音变	82
一 什么是语流音变	82
二 怎样掌握语流音变	82
第三章 方言词语和语法辨正训练	99
第一节 湖北方言与普通话词汇对照	99
一 湖北方言词汇的主要特点	99
二 湖北方言与普通话词语对照表	106
第二节 湖北方言与普通话语法的差异	114
一 湖北方言语法的主要特点	114
二 湖北方言语法与普通话语法对照	120

下编 普通话水平测试

第一章 普通话水平测试概说	127
第一节 普通话水平测试的意义、性质和特点	127
一 普通话水平测试的意义	127
二 普通话水平测试的性质和特点	128
第二节 普通话水平测试的等级标准	128
一 等级标准的划分	128
二 三级六等的特征界限	128
三 现阶段对不同岗位人员的等级要求	130
第三节 普通话水平测试的方式、题型	131
一 普通话水平测试的方式	131
二 试卷类型和题型	131
第四节 普通话水平测试的应试对策	132
一 普通话水平测试的备考步骤	132
二 应试中的主要问题与对策	133
第二章 单音节字词、双音节词语训练	139
一 评分标准	139
二 训练指导	141
三 测试样卷·15套	142
第三章 朗读训练	154
第一节 朗读的作用	154
一 朗读是普通话正音训练的重要方式	154
二 朗读是由读到说的重要桥梁	154

三 朗读是普通话水平测试的重要项目	154
第二节 朗读的要求	155
一 朗读的基本要求	155
二 朗读前期准备的训练要求	156
三 朗读进行过程中的训练要求	156
第三节 朗读项的评分标准	160
第四节 朗读的训练与指导	161
一 朗读的训练方法	161
二 朗读的状态	162
第五节 朗读作品及提示	169
一 作品朗读选文说明	169
二 作品朗读的“提示符号”说明	169
三 《普通话水平测试大纲》朗读作品 40 篇	169
第四章 说话训练	209
第一节 说话训练的意义和要求	209
一 说话训练的意义	209
二 说话训练的要求	210
第二节 说话项的评分标准	215
第三节 说话训练指导	217
一 说话题目审题分类	217
二 说话题目分题提示	217
三 说话题目 40 个	221
附录	
1 普通话水平测试用必读轻声词语表	222
2 普通话水平测试用儿化词语表	227
3 难读易错的字	229
4 常用多音字表	255
5 普通话异读词审音表	263
6 现代常用汉字表	278
(一)常用字 3755 个	278
(二)次常用字 3008 个	284
后记	291

上
编

普
通
话
训
练

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33
34
35
36
37
38
39
40
41
42
43
44
45
46
47
48
49
50
51
52
53
54
55
56
57
58
59
60
61
62
63
64
65
66
67
68
69
70
71
72
73
74
75
76
77
78
79
80
81
82
83
84
85
86
87
88
89
90
91
92
93
94
95
96
97
98
99
100

第一章 练好普通话的重要性

教学目标

教育学生热爱祖国语言，认真学习、积极贯彻新时期国家语言文字工作的方针政策，增强语言规范意识和学好普通话的自觉性。

第一节 我国推广普通话的现状、法规和要求

一 我国推广普通话的现状

新中国成立以来，党和政府非常重视推广普通话工作，并取得了一定的成效。但是由于社会、历史的原因，普通话现在还没有完全普及。

（一）社会使用普通话情况概述

国家语言文字工作管理部门对社会推广普通话工作的统筹规划、宣传和检查，对大城市、沿海城市的语言使用起到了极大的促进作用，许多省市和有关行业部门，如旅游、公交、财贸等系统重视推广普通话工作，提出了明确要求，开展了多种宣传、培训和评比活动，取得了比较好的效果。

随着我国广播电视的普及，城市和乡村人民群众对普通话口语的重要性的认识有了提高，普通话语感越来越强，在生产、经济、工作和生活中使用普通话的意识有所增强。

但是由于社会、历史的原因，方言差异还在一定程度上妨碍人们的语言交际、社会信息的交换，以及信息处理等新技术的应用。有的人使用普通话，由于很不标准，往往产生误会。因此需要加快推广普通话工作的进程。

一些地区对推广普通话工作有畏难情绪，认为“没有较好的语言环境，普通话难于推广”；还有人有盲目自满情绪，认为“我们的话属北方话区，大家都能听懂”；或认为“差不多了”、“过得去了”；因而推广普通话的进程缓慢。由于习惯势力的影响，人们在使用普通话方面还有不少心理障碍，诸如从众心理、害羞心理、逆反心理等。这些心理障碍都不利于学习、使用和推广普通话，应当予以纠正克服。

（二）教师运用普通话现状

教育部和国家语言文字工作委员会重点抓了师范院校普通话的普及、巩固和提高工作，取得了显著成效。各级各类学校坚持使用普通话，已成为一种自觉的行为。广

大师范院校毕业生在各自的岗位上，正在充分发挥着骨干作用。但是，推广普通话工作的任务还是很繁重的。目前，有部分教师还没有说普通话，不少教师包括语文教师的普通话水平还相当低，不能给学生示范。特别是在南方方言区的一些农村中小学里，这种现象更为严重，不少教师对语言的规范化和标准化缺乏正确的认识，他们说不好普通话，甚至错误认为，用普通话教学会影响教学质量，对推广普通话的工作持消极态度。

【思考与练习】

1. 社会上使用普通话有哪些成绩和不足？原因是什么？
2. 谈谈你所在学校或你所知道的其他学校不同学科、不同年龄、不同性别的教师使用普通话的现状，试分析、比较说普通话的教师和不说普通话的教师的教育、教学效果。

二 新时期对推广普通话工作的要求

我国实施改革开放以来，社会经济和文化教育事业发展很快，作为重要交际工具的语言必须适应时代发展的需要。

（一）社会发展要求公民会讲全国通用的普通话

我国是一个方言十分复杂的国家，南北方言差异很大，甚至有的乡村一山一水之隔，也有言语不通的现象，如果公民不会讲普通话，就会妨碍言语交际的正常进行，严重影响我国经济、文化的发展。

（二）现代科技要求普及普通话

信息化社会和高科技时代的最主要特征之一，就是利用电子计算机进行言语信息处理，会说普通话的人可以按音输入，自动输入一串串汉字，十分方便。此外，还有许多先进的能听懂口令的音控机，同人直接对话的回答机，这些机器也要求人们使用标准的普通话。否则，这些先进的工具是不会为你工作的。因此，为适应21世纪现代高科技的发展需要，我们必须练好普通话，并为普及普通话而努力。

三 国家语言文字工作的方针、任务和法规

新中国成立以来，党和政府制定了一系列的语言文字工作的政策和法规，以保证语言文字工作的顺利进行。

（一）法规

1982年第五届全国人民代表大会第五次会议通过的《中华人民共和国宪法》总纲第19条规定：国家推广全国通用的普通话。2000年10月31日第九届全国人民代表大会常务委员会第十八次会议通过《中华人民共和国国家通用语言文字法》。把推广普通话列入国家根本大法，并专门为语言文字立法，以法律的形式从根本上保证了推广普通话工作的实施。

（二）义务教育法的规定

1986年颁布的《中华人民共和国义务教育法》第六条明确规定：学校应当推广使用全国通用的普通话，为在中小学进行普通话教学和推广工作提供了法律的保证。师范毕业生是未来的中小学教师，教师对推广普通话，负有义不容辞的责任。

（三）语言文字工作的方针和主要任务

1986年全国语言文字工作会议规定了新时期语言文字工作的方针和主要任务。

1. 新时期语言文字工作的方针

贯彻执行国家关于语言文字工作的政策和法令，促进语言文字规范化、标准化，继续推动文字改革工作，使语言文字在社会主义现代化建设中更好地发挥作用。

2. 新时期语言文字工作的主要任务

做好现代汉语规范化工作，大力推广和积极普及普通话；研究和整理现行汉字，制定各项有关标准；进一步推行《汉语拼音方案》，研究并解决实际使用中的有关问题；研究汉语、汉字信息处理问题，参与鉴定有关成果；加强语言文字的基础研究和应用研究，做好社会调查和社会咨询服务工作。

3. 推广普通话的方针

1986年全国语言文字工作会议指出，20世纪50年代确定的“大力提倡，重点推行，逐步普及”的推广普通话的方针是正确的，今后仍然适用。但是，重点应当放在推行和普及方面，在普及方面应当更加积极一些。《全国语言文字工作十年规划》和《“八五”计划》明确提出了“大力推行，积极参与，逐步提高”的方针，对推广普通话提出了更高的要求。

（四）推广普通话的目标和要求

《全国语言文字工作十年规划》和《“八五”计划》确定了到20世纪末推广和普及普通话的工作目标。其中，对学校提出的目标是：要使普通话成为城市幼儿园和乡中心小学以上汉语授课为主的各类学校的教学用语，成为师范学校、初等和中等学校的校园语言。

国家语委、教育部对高等师范院校普及普通话提出的具体要求是：在各系（科）教学和学校一切集体活动中，干部、教师、学生坚持使用普通话；毕业生能用普通话从事教育、教学工作；中文系（科）毕业生能熟练掌握汉语拼音，能说标准的或比较标准的普通话，能教汉语拼音，有从事正音教学的能力。

《师范院校教师口语课程标准》提出，普通话是合格教师必须掌握的职业语言，要求高等师范中文专业及中等师范生，北方方言区应达到一级，南方方言区应达到二级甲等；其他专业学生，北方方言区最低达到二级甲等，南方方言区学生最低达到二级乙等。

第二节 普通话是现代汉民族的共同语

一 普通话的定义和特点

(一) 普通话的定义

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作为语法规范的现代汉民族共同语。

(二) 普通话的特点

从有声语言的角度看，普通话有鲜明的特点：

1. 声调变化高低分明，高、扬、转、降区分明显，调值高音成分多，没有短促的人声调，只有四个调类。
2. 音节响亮。音节中元音占优势，音节结尾是元音或有鼻腔共鸣的韵尾 n、ng。清音声母多，发音清脆。
3. 节律感强。普通话的音节界限分明，搭配和谐，富有节奏感和韵律感。轻重音、儿化韵突出，语气活泼。
4. 语汇丰富精密，句式灵活多样，能适应交际和社会发展的需要。

二 推广普通话的重要意义

推广普通话是提高全民族素质的重要途径。语言是文化的主要载体，也是一种重要的文化现象。语言的规范化、标准化程度是一个国家文化发达的重要标志之一。同时，语言的规范化、标准化也是社会主义精神文明建设的基础和重要组成部分，培养有理想、有道德、有文化、有纪律的社会主义公民，提高全民族的思想道德和科学文化素质，都离不开语言的规范化、标准化。因此，要加强社会主义精神文明建设，提高国民素质，就必须大力推广普通话。

推广普通话，对维护国家统一，促进社会交往，增强中华民族的凝聚力，都具有十分重要的意义。

第二章 普通话语音训练

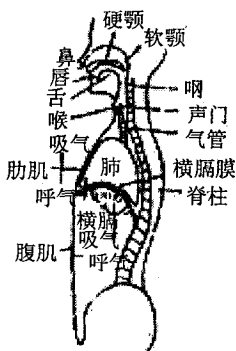
教学目标

练好普通话声、韵、调和语流音变；掌握 3755 个常用汉字的正确读音，达到普通话语音检测标准。

第一节 普通话语音

语音是语言的表现形式，是语义的依托。学好一种语言，首先要学好语音。

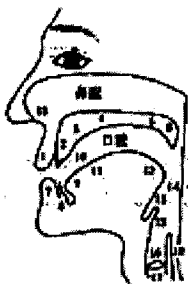
一 语音是怎样发出来的



发音器官(图一)

(一) 发音器官

严格地说，人体专门用来发音的器官只有“声带”。人所以能发出各种不同的声音，还要靠人体各种活动的配合。从这个意义上说，人的发音器官大致可分为 3 个部分：①喉下，②喉部，③喉上。喉下有用来呼吸，并且也作为发音能源的各器官，包括气管、肺、胸廓、横膈膜和腹肌。喉部是声源器官，包括喉头、声带。喉上是用共鸣作用或阻碍作用来调节声音的各器官，包括口腔中各部位及鼻腔(图一)。



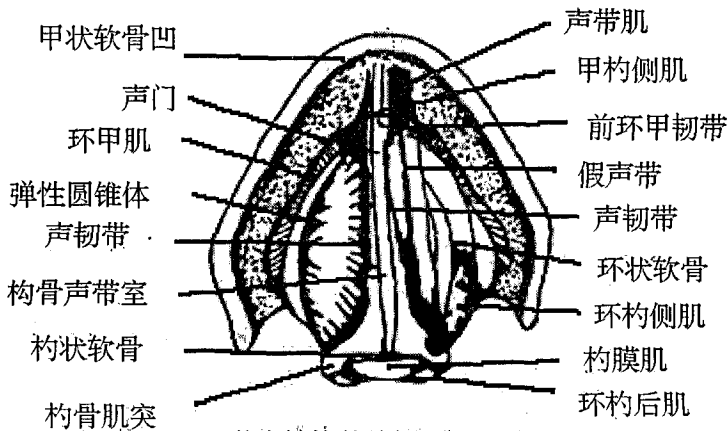
1. 上唇 2. 上齿 3. 齿龈 4. 硬腭 5. 软腭
6. 小舌 7. 下唇 8. 下齿 9. 舌尖 10. 舌叶
11. 舌面 12. 舌根 13. 咽头 14. 咽壁 15. 会厌
16. 声带 17. 气管 18. 食道 19. 鼻孔

发音器官 (图二)

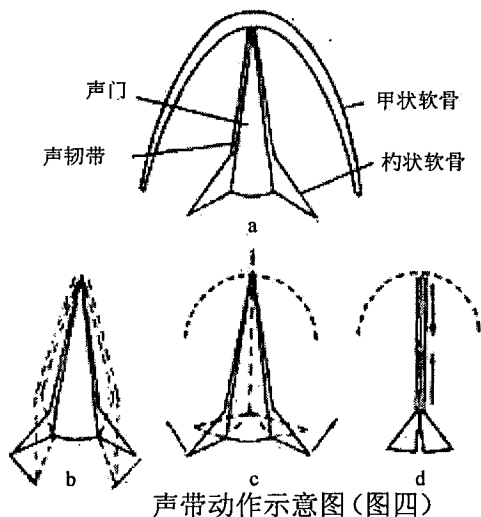
(二) 发音原理

口腔有三部分：①口壁，包括双唇、上下齿、齿龈、硬腭、软腭、小舌。②舌，分舌尖、舌叶、舌面和舌根。③咽，包括咽头、咽壁。口壁中从上齿到软腭基本上是不动的器官，舌是活动器官，它的动作最灵敏，能作前后上下等运动，和不动的器官靠近或接触而调节出各种音色。软腭的终端是小舌，它好像一个阀门，在发口音时，软腭抬高，抵住上咽壁，关闭鼻腔通道而成口音。发鼻音时，软腭下垂，打开鼻腔通道，同时口腔中的某部闭塞，而成鼻音 (图二)。

肺是供给发音能源的主要器官。它呼气和吸气的动作主要受胸腔内的腹肌和横隔膜的控制。发音时声带先闭拢，由肺送来的气流在一定压力下冲开声门，这时声带又因本身的弹性而重新闭合。由肺送来的气流又因压力增大而再度冲开声门，这一开一闭称为一个周期。这股气流就作为使声带颤动或冲破声腔中各种阻碍，产生爆发或摩擦的动力。气流通过声门以后，再经过咽腔、口腔或鼻腔等共鸣腔体，从唇部或鼻孔发出我们所听到的声音。



喉头结构的俯视图 (图三)



- a. 正常呼吸时状态 b. 用力呼吸的外作用
 c. 低嗓及耳语时中央压紧状态 d. 说话时全部关闭状态

二 语音概说

(一) 什么是语音

语音是人的发音器官发出来的有一定意义的声音。它不同于自然界的各种声音，也区别于其他动物的声音。语音是语言的三要素（语音、语汇、语法）之一，是语言的实质外壳。

(二) 语音的属性

1. 生理性。语音是人的发音器官发出的，是发音器官协调运动的产物。因而语音具有生理性。

2. 物理性。语音的高低、强弱、长短，以及一个声音不同于另一个声音的音色，都是一种物理现象。

(1) 音高是声音的高低。这是由物体振动频率的不同而决定的。声带每开闭一次称为一个周期，每秒钟的周期次数就是这个音的频率数。声带窄、短而薄的，因为它振动的频率高，一般声音较高；声带长而厚的，因为它振动的频率低，则声音较低。

(2) 音强是声音的强弱。这是由发音体振动幅度的大小决定的。发音体声带振动幅度大，声音就强，反之，声音就弱。

(3) 音长就是声音的长短。这是由发音体振动时间的长短决定的（通常以毫秒计算）。声带振动的持续时间长，声音就长；声带振动的持续时间短，声音就短。

(4) 音色是声音的个性和特色。区分不同音色主要决定于发音体、共鸣器和振动方法的不同。由于声带、口腔构造有细微差别，所以不同的人声音也不相同。

3. 社会性。语言是人们约定俗成的。一种事物的指称意义用什么声音表达，必须

得到社会成员的共同确认，才会起到交际作用。比如 mǎi 和 mài, jìn 和 chū, 分别表示两种相反的意义，都是人们承认才得以理解的。某一方言区的一种语音现象，只有该方言区的人才能理解和使用，也是那个小社会区域的人们约定俗成的。因此，社会性是语音的根本属性。

(三) 语音的概念

为便于后面的学习，这里先介绍几个常用的语音单位：

1. 音节。汉语音节是汉语语音的自然单位。人们说话吐音都是以音节为单位的。比如 xué xí pǔ tōng huà 是 5 个音节，写出汉字来就是“学习普通话”，也可以说一个汉字的读音就是一个音节。

2. 音素。音素是语音的最小单位。汉语的音节有由一个音素充当的，如 āí (阿姨)、è ú (鳄鱼)；也有由两个、三个、四个音素充当的，如 shí jiā zhuāng (石家庄)。根据音素的发音性质，可把音素分为两类，一类叫元音，一类叫辅音。普通话语音共有 32 个音素。

3. 元音。元音也叫母音，是响亮的音，是乐音。元音发音时声带颤动，声音响亮，气流在口腔不受明显阻碍，各发音部位保持均衡紧张。普通话共有 10 个元音音素。

4. 辅音。辅音也叫子音。同元音比较，辅音大多不响亮，是噪声。发辅音时，多数声带不颤动，气流在口鼻腔受到这样或那样的阻碍，发音部位局部紧张。普通话有 22 个辅音音素。

5. 声母。声母是汉语音节开头的辅音。普通话的 21 个声母都由辅音充当。普通话 22 个辅音中，只有 ng 不作声母，只作韵尾；n 既作声母又作尾韵母。因此汉语辅音不等于声母，声母的范围比辅音大。普通话里还有一类没有辅音声母的音节，即由韵母自成音节，这样的音节称为零声母音节。

6. 韵母。韵母是指音节中除去声母之后的部分。韵母可以由单元音充当，也可以由元音和元音构成，也可以由元音与鼻音组成。如 ū iā (乌鸦), ān uán (安源), guāng míng (光明)。可见，元音不等于韵母，韵母的范围比元音大。

声母、韵母是从音节的结构特点来分析的。

【思考与练习】

1. 说出口腔内各发音器官的名称。
2. 语音的本质属性是什么？结合实际语言现象，谈谈你的理解。
3. 常用汉字读音练习（略）。

三 汉语拼音方案

《汉语拼音方案》是用拉丁字母来拼写普通话的方案。它是由前中国文字改革委员会（现改名为国家语言文字工作委员会）制定，1958 年 2 月 11 日，全国人民代表大会第一届第五次会议批准公布的。