

■ 大学公共课系列教材

# 普通话培训与测试

P  
UTONGHUA  
PEIXUN YU CESHI

尹建国◎主 编

DAXUE GONGGONGKE XILIE JIAOCAI



北京师范大学出版集团  
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP  
北京师范大学出版社



■ 大学公共课系列教材

# 普通话培训与测试

P  
UTONGHUA  
PEIXUN YU CESHI

主 编 / 尹建国  
主 审 / 张树铮  
副主编 / 陈 燕 刘向红

编 者 (以姓氏笔画为序)  
尹建国 尹 卿 刘向红  
李 娟 陈 燕



北京师范大学出版集团  
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP  
北京师范大学出版社

---

**图书在版编目(CIP) 数据**

普通话培训与测试 / 尹建国主编. —北京: 北京师范大学出版社, 2010.4 (2010.10 重印)  
ISBN 978-7-303-10905-0

I. ①普… II. ①尹… III. ①普通话—教材  
IV. ①H102

---

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 053473 号

---

营销中心电话 010-58802181 58808006  
北师大出版社高等教育分社网 <http://gaojiao.bnup.com.cn>  
电子信箱 beishida168@126.com

---

出版发行: 北京师范大学出版社 [www.bnup.com.cn](http://www.bnup.com.cn)

北京新街口外大街 19 号

邮政编码: 100875

印刷: 北京京师印务有限公司

经销: 全国新华书店

开本: 170 mm × 230 mm

印张: 21

字数: 333 千字

版次: 2010 年 4 月第 1 版

印次: 2010 年 10 月第 3 次印刷

定价: 28.00 元

---

策划编辑: 钱雅雅 马佩林 责任编辑: 马佩林

美术编辑: 毛 佳 装帧设计: 天泽润

责任校对: 李 茵 责任印制: 李 啸

**版权所有 侵权必究**

反盗版、侵权举报电话: 010-58800697

北京读者服务部电话: 010-58808104

外埠邮购电话: 010-58808083

本书如有印装质量问题, 请与印制管理部联系调换。

印制管理部电话: 010-58800825

# 前 言

汉语是中华灿烂文明的瑰宝，是现代社会交际的工具，是信息的主要载体。它承载着中国悠久的历史 and 博大精深的文化，极大方便了人与人之间的交往和沟通，推动着社会的进步和发展。在经济全球化、社会信息化的今天，汉语，特别是汉语的标准语普通话的作用更加巨大。

具备良好的语言文字表达能力是培养新世纪人才的需要，党和国家明确提出“培养学生的语言文字表达能力”。《山东省实施〈国家通用语言文字法〉办法》明确规定：“高等学校和中等职业学校的学生应当参加普通话水平测试，达到国家规定的等级标准。”省教育厅也在2009年关于加强学校推广普通话的文件中规定：高等学校、中等职业学校的毕业生必须达到普通话二级乙等及以上水平，否则缓发毕业证书。

为进一步提高全社会的普通话普及程度和应用水平，帮助大中专学校学生和社会有关应试者提高普通话测试成绩，我们组织有关领域的专家、一线学者和有实际辅导经验的教授，依据教育部颁布的《普通话水平测试大纲》编写了这本教材。

该教材针对北方方言区的语音特征，着重在如何提高普通话应用水平上进行了简明扼要的阐述，并精心挑选了北方人特别是山东人容易出错的几个方面，按测试必考内容配以相关字词练习指导、朗读练习指导和说话指导。对普通话测试的应试者、语言研究人员和其他希望提高自身普通话水平的人士将大有裨益。

2010年3月29日

# 目 录

## 第一篇 普通话与普通话测试

<b>第一章 普通话简介</b> .....	3
第一节 普通话的形成与发展 .....	3
第二节 现代汉语方言 .....	5
第三节 普通话语音的基本知识 .....	6
附 录 汉语拼音方案 .....	11
<b>第二章 普通话水平测试</b> .....	14
第一节 普通话水平测试简介 .....	14
第二节 学好普通话的技巧 .....	16
第三节 推广普通话的规定和要求 .....	20
第四节 普通话测试的规定和要求 .....	22
附 录 普通话水平测试样卷 .....	29

## 第二篇 普通话语音系统

<b>第三章 普通话的声母</b> .....	33
第一节 声母概说 .....	33
第二节 声母辨正 .....	38
第三节 声母练读 .....	41
附 录 zh、ch、sh 和 z、c、s 对照辨音 字表 .....	45

<b>第四章 普通话的韵母</b> .....	49
第一节 韵母概说 .....	49
第二节 韵母辨正 .....	59
第三节 韵母练读 .....	62
<b>第五章 普通话的声调</b> .....	69
第一节 声调性质和作用 .....	69
第二节 声调辨正 .....	71
第三节 声调练读 .....	75
<b>第六章 普通话的音变</b> .....	87
第一节 变调 .....	87
第二节 轻声 .....	90
第三节 儿化 .....	91
第四节 “啊”的音变 .....	93
第五节 音变练习 .....	93
附录一 普通话水平测试用必读轻声词语表 .....	96
附录二 普通话水平测试用儿化词语表 .....	102

### 第三篇 普通话测试指导

<b>第七章 字词测试指导</b> .....	109
第一节 字词测试提要 .....	109
第二节 z、c、s 和 zh、ch、sh 练读 .....	112
第三节 舌尖后音 r 和舌间中音 l 练读 .....	147
第四节 多音字练读 .....	160
第五节 容易误读的字词练读 .....	184
第六节 上声(三声)练读 .....	191
<b>第八章 朗读测试指导</b> .....	198
第一节 朗读概说 .....	198
第二节 朗读的基本要求 .....	198
第三节 朗读的基本技巧 .....	202

第四节	朗读作品综合分析 .....	215
第五节	朗读练习 .....	219
<b>第九章</b>	<b>命题说话指导 .....</b>	<b>276</b>
第一节	命题说话简析 .....	276
第二节	测试用话题解说 .....	280
第三节	命题说话的准备与应试技巧 .....	282
第四节	方言词汇语法的辨正指导 .....	286
第五节	说话举例与练习 .....	300
附 录	30 个普通话水平测试说话题目 .....	303
<b>附录一</b>	<b>普通话异读词审音表 .....</b>	<b>305</b>
<b>附录二</b>	<b>汉语拼音拼写规则 .....</b>	<b>324</b>
<b>附录三</b>	<b>国际音标简介 .....</b>	<b>327</b>

# 第一篇 普通话与普通话测试

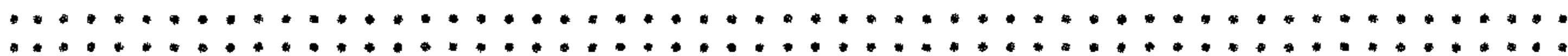






# 第一章 普通话简介

## 第一节 普通话的形成与发展



### 一、普通话

普通话是中华民族的共同语言，是《中华人民共和国国家通用语言文字法》规定的国家通用语言，是现代汉语的规范语言。

1956年2月6日，国务院《关于推广普通话的指示》明确规定：普通话以“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”。这个定义分别从语音、词汇、语法三方面对普通话进行了规范，全面明确地论述了普通话的科学内涵。

“以北京语音为标准音”，是指普通话采用北京语音系统，但不包括北京话中的土音、土语成分和不必要的轻音、儿化现象——这是普通话的语音规范。

“以北方话为基础方言”，是指普通话以通行于广大北方方言区的词语为词汇规范的标准。北方话具有极大的优势，使用人口最多、范围最广，北方话的各方言之间在词汇方面有着相当的一致性，这就基本确立了普通话的词汇范围。但普通话又扬弃了北方话中过于粗俗的词语，因而更为纯净。普通话还从其他方言里吸收了许多有表现力的词汇，因而普通话词汇更丰富。也就是说，普通话是建立在北方话的基础上，吸收融合了其他方言的合理成分，逐渐完善、成熟的汉民族共同语。

“以典范的现代白话文著作为语法规范”，是指普通话以现代经典白话文著作为书面语应用的典范，这些著作中无比丰富的书面语材料，形成了普通话的语法规范。

### 二、普通话的形成

现代汉民族的共同语——普通话是经过几千年的历史发展形成的。中国地域辽阔，人口众多。古代的中国山川阻隔，交通不便，加之诸侯纷争，造成上古时期“五方之民，言语不通”（《礼记·王制》）的局面。到春秋战国时期，虽然“言语异声，文字异形”（《说文解字·叙》），但是一种民族共同语正在逐步形成，这就是今天我们能够看到的先秦诸子百家的著作中所用



的语言——“雅言”。

“雅”就是夏。“夏，中国之人也”(《说文解字》)。春秋时，著名的教育家孔子就带头讲“雅言”。因为有了“雅言”，才支持了当时各国之间的频繁交往。正是因为人们的频繁交往，才促进了华夏共同语——“雅言”的发展。

秦统一中国后，秦始皇下令实行“车同轨，书同文，行同伦”，文字在全国范围内得到空前统一。文字的统一与规范，有力地促进了民族共同语言的发展。

元朝定都大都(今北京)以来，北京长期是我国的政治、经济和文化中心，客观上扩大了北京话的影响，使北京语音逐渐在汉语中占据统治地位。以北京语音为代表的北京话被称为“官话”。清政府要求官吏们学习“官话”，规定“举人、生员、贡、监、童生，不谙官话者不得送试”。“官话”实际上成为各民族共同使用的交际语言。

鸦片战争之后，一些知识分子首先提出了“统一语言”的问题，并提出了“国语”的概念。

辛亥革命胜利后的1913年，当时的教育部召开了“读音统一会”，审定了6500多个汉字的“国音”。1926年“增修国音字典委员会”将所有汉字的读音一律改为“以北京的普通读法为标准”，称“新国音”。

1955年，新中国召开的“全国语言文字改革会议”确定以“普通话”取代“国语”作为汉民族共同语的正式名称，并通过了普通话的定义。

1982年12月，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》规定：“国家推广全国通用的普通话”，确立了普通话的法定地位。

### 三、普通话的发展

现代社会经济的高速发展，促进了普通话的发展，大量的新词汇不断涌现，经过整理，新词汇不断融入现代汉语这个“大家庭”。现代汉语除规范语言普通话外还有方言，普通话和方言处在相互融合、不断发展的过程中，方言在语音、词汇方面逐渐向普通话靠拢，普通话也不断从方言中吸纳词汇，丰富自己。

语言文字是人们的交往工具、思维工具，是维系社会存在和发展的基本要素，服务于社会的经济、政治、文化生活，并随着经济和社会的发展而发展。各国人民对自己的语言文字怀有特殊的感情，把对本国、本民族的语言文字的尊重和歧视看成是对自己国家和民族的尊重和歧视。随着我国经济的发展、综合国力的增强，国际上已掀起“汉语热”，许多国家纷纷



要求建立学习汉语的孔子学院。目前,我国已应邀在全球 80 多个国家建立了近 1000 所孔子学院。因此,维护我国的语言文字的纯洁、健康,大力推行、积极普及普通话,不但是国家经济建设和文明创建活动的需要,也是维护国家主权和民族尊严、提高我国软实力的需要。

## 第二节 现代汉语方言

为便于读者在自己所属的方言区里寻找方言与普通话的对应规律,有效地学习普通话,有必要对现代汉语方言作一简要介绍。

### 一、现代汉语方言简介

1. 北方方言 分布地域最广,使用人口约占汉族总人口的 73%。

北方方言可分四个次方言:

华北、东北方言 分布在北京、天津、河北、河南、山东、东北和内蒙古(一部分)。

西北方言 分布在山西、陕西、甘肃、青海、宁夏和内蒙古(一部分)。

西南方言 分布在四川、重庆、云南、贵州和湖北(一部分)。

江淮方言 分布在安徽、江苏长江以北地区和镇江以西九江以东的长江南岸沿江一带。

2. 吴方言 分布在上海、江苏长江以南镇江以东地区和浙江大部分地区,使用人口占汉族的 7.2%。

3. 湘方言 分布在湖南大部分地区,使用人口占汉族的 3.2%。

4. 赣方言 分布在江西大部分地区,使用人口占汉族的 3.3%。

5. 客家方言 分布在广东、福建、台湾、江西、广西、湖南、四川等地,使用人口占汉族的 3.6%。

6. 闽方言 分布在福建、海南、广东东部、雷州半岛、温州(一部分)和台湾汉族聚居区,使用人口占汉族的 5.7%。

7. 粤方言 分布在广东中部、西南部和广西东部、南部和港、澳地区,使用人口占汉族的 4%。

其中,客家方言、闽方言、粤方言随华侨而分布海外许多地区。

### 二、山东方言简介

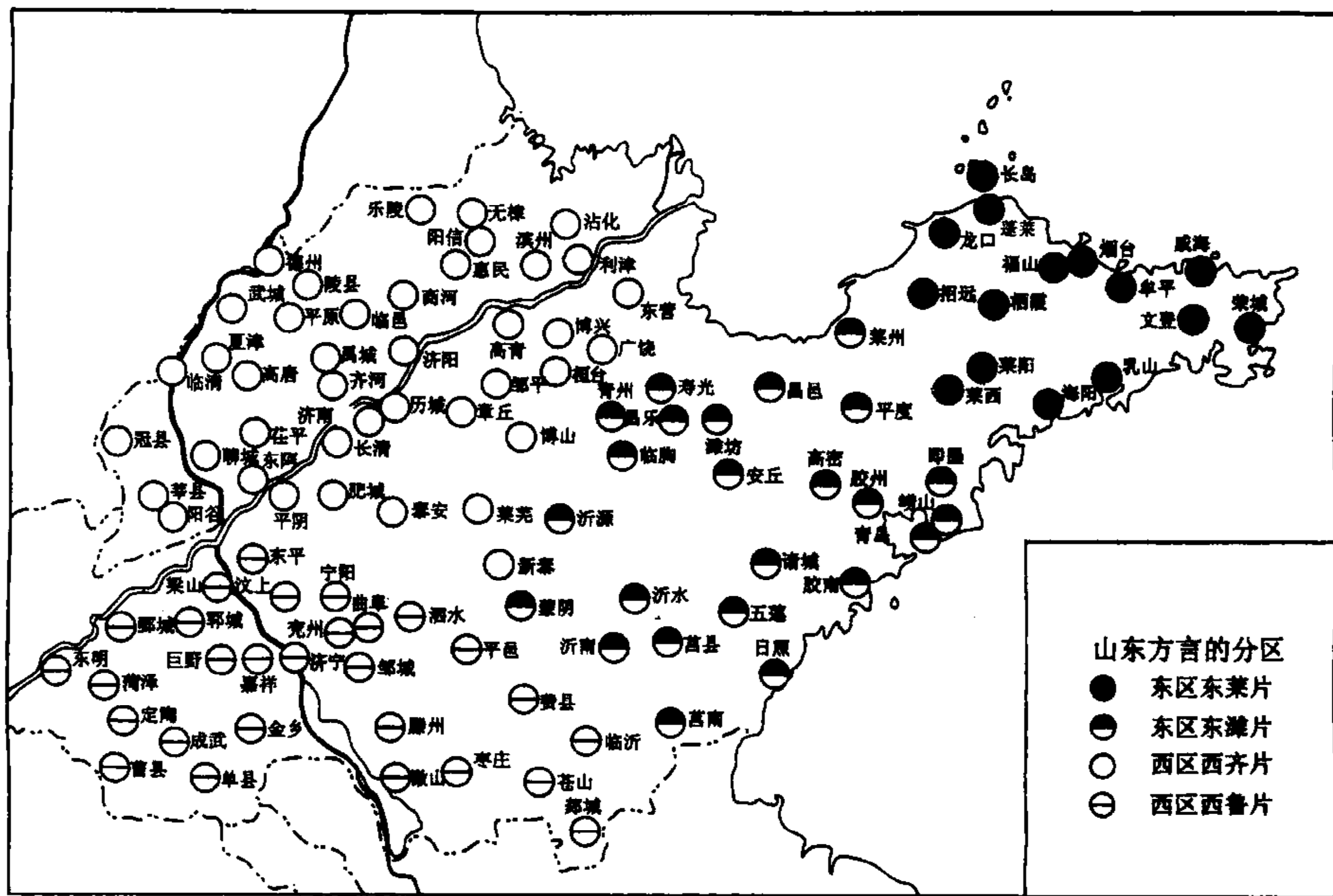
山东方言属北方方言区,可分为东、西两区:山东半岛为东区,其余为西区。东区又可分为东莱、东潍两个小区;西区分为西齐、西鲁两个



小区。

1. 东莱区 包括烟台市(不包括莱州市)、威海市及莱西市。
2. 东潍区 包括青岛市、潍坊市、日照市及莱州市、沂水市、沂南市、沂源市、蒙阴县(市)。
3. 西齐区 包括济南、淄博、东营、滨州、泰安、莱芜、德州、聊城等市。
4. 西鲁区 包括临沂(一部分)、枣庄、济宁、菏泽等市。

山东方言两大区四小区主要区别于声母和声调的不同。如“天”字，济南话调值为 213(阴平)，烟台话调值为 31(平声)，而普通话调值为 55(阴平)；“古”字，济南话调值为 55(上声)，普通话调值为 214(上声)；“大”字，济南话调值为 21(去声)，烟台话调值为 55(去声)，而普通话调值为 51(去声)。(本书第三章、第五章要作详细介绍)，学习普通话应予以注意。



山东方言分布图

### 第三节 普通话语音的基本知识

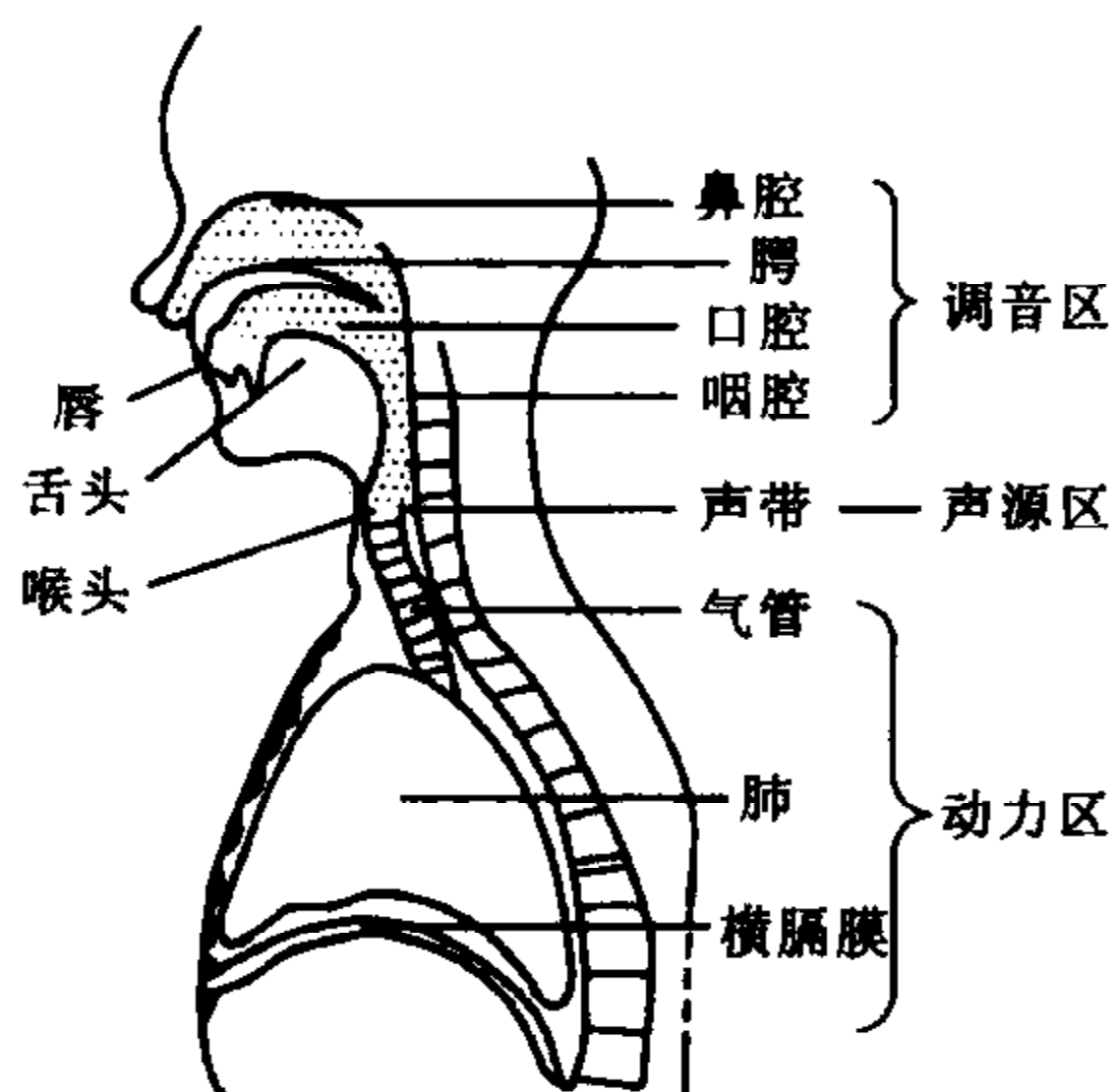


语音是人类发音器官发出来的能够表情达意的声音。语音、词汇、语

法构成了语言的三要素，其中，语音是语言的物质外壳，是语义的载体。

### 一、语音生理属性

语音是人的发音器官协调运动的结果。发音器官及其活动决定语音的区别。人的发音器官包括三部分。



发音器官示意图

#### (一) 喉下部分

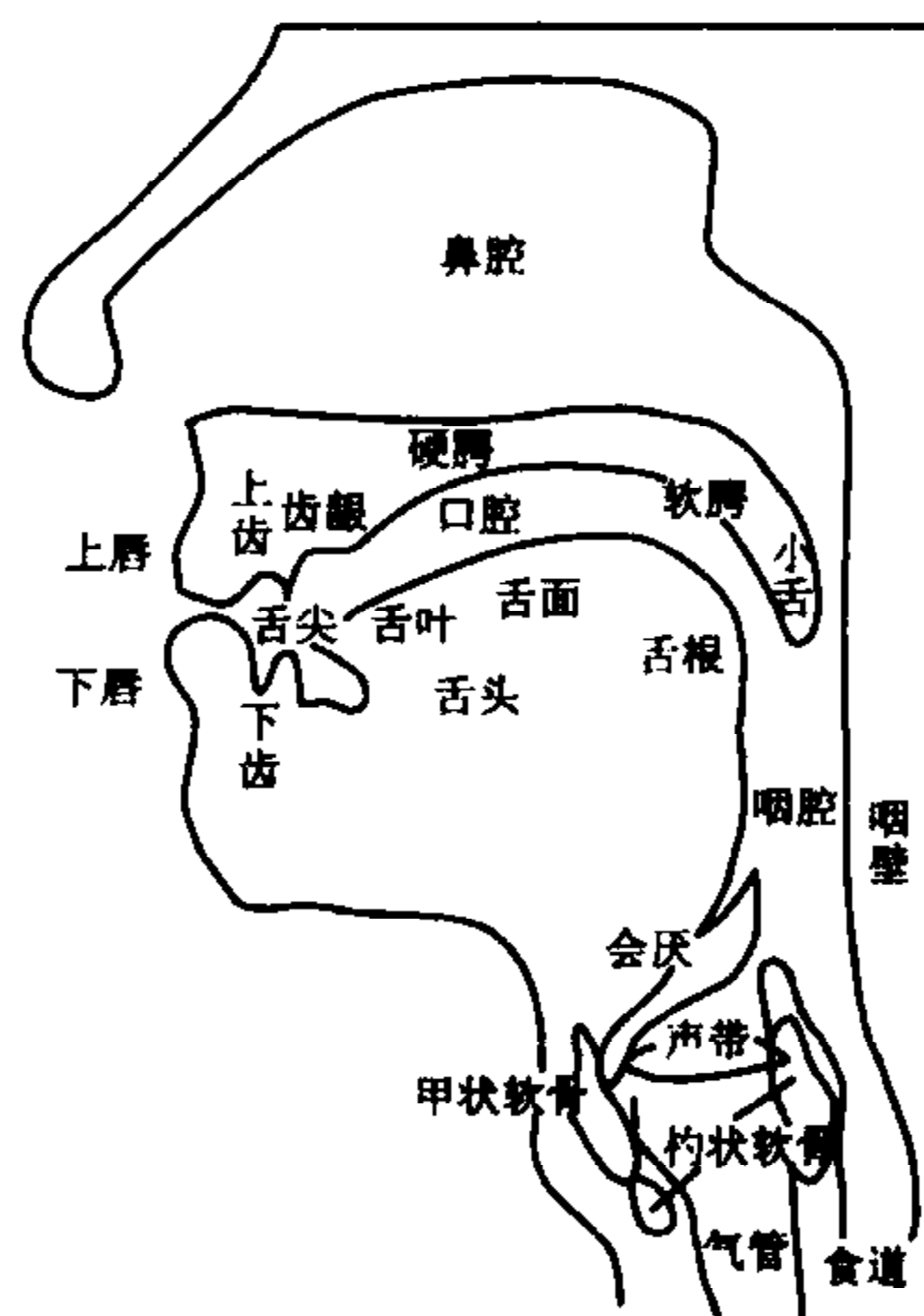
包括气管、肺、胸廓、横膈膜和腹肌。这是用来呼吸并且也是作发音动力的。胸廓内的肋肌和横膈膜的控制使肺部产生了呼气、吸气动作，呼吸的气流就是发音的原动力。气流从肺部送出来，由气管通过声门，再经咽腔、口腔或鼻腔等共鸣体，从而形成了口音和鼻音。

#### (二) 喉部

包括喉头和声带，这部分是声源器官。喉头由甲状软骨、环状软骨等组成。声带由两片富有弹性的薄膜构成。声带的前端连在甲状软骨上，后端分别连在杓状软骨上。发音时，声带先关闭，由肺部送出的气流冲开声带，声带振动，发出声音。

#### (三) 喉上部分

包括鼻腔和口腔中各器官。这部分是通过共鸣作用或阻碍作用来调节声音的各器官。人的声腔包括口腔、鼻腔和咽腔。口腔是最重要、最活跃的部分，其中包括双唇、上下齿、齿龈、硬腭、软腭、舌、小舌等。舌头



发音器官纵切面示意图



可以上下升降，前后伸缩，从而形成不同部位的阻碍，发出各种不同的语音。软腭也可以活动，软腭上升，鼻腔通道关闭，形成口音；软腭下降，鼻腔通道打开，形成鼻音。

## 二、语音的社会属性

语音的社会属性是语音的根本属性。

语言是人类社会的交际工具，作为其表现形式的语音也必然具有社会性。语音负载了社会赋予的内容，它和所指称的事物、所表达的概念之间无必然的联系，完全是社会约定俗成的结果。比如“水”这一事物，英语用 water 表示，普通话用 shuǐ 表示。但是音和义的结合一旦被社会承认并稳定下来，就不允许个人随便改动，不然就会影响交际。

语音的社会属性还表现在语音的系统性上，各种语音或方言都有自己的语音系统。不同的语音或同一种语音的不同方言所以有不同的语音系统，是由使用不同语言的社会群体约定俗成的，例如，英语有齿间音，普通话没有；普通话有舌尖元音，英语、法语、俄语等语言就没有；普通话有翘舌音声母 zh、ch、sh、r，许多汉语方言里没有。

## 三、语音的物理特征

语音和自然界里的一切声音一样，是由物体振动引起的，它具有音高、音强、音长、音色四个特征。

### (一) 音高

音高是声音的高低，普通话里的声调就是音高变化的表现。它是由发音体振动的频率决定的，语音的高低取决于声带振动的频率。声带如果窄、短、薄，频率就高，声音也高；声带如果长、粗，频率就低，声音也低，所以女子的声音要比男子的高。

### (二) 音强

音强是声音的强弱，它是由音波振动幅度的大小决定的。语音的强弱是由呼出的气流的强弱决定的。说话时如果用力大、气流强、声带振动幅度大，声音就强；反之，说话时如果用力小、气流弱、声带振动幅度小，声音就弱。

### (三) 音长

音长是声音持续的长短，它是由发音体振动持续时间的长短决定的。对语音来说，声音振动持续的时间长，声音就长；声带振动的时间短，声音就短。如普通话里的轻声音节就比较短。

#### (四) 音色

音色也叫音质，是声音的品质和特色，它是由音波振动的形式决定的。因为人的发音器官没有完全相同的，人又可以加以主观控制，所以每个人的语音都有自己的特色。

影响音色形成的因素有三个：

1. 发音体不同。例如，钢琴和小提琴的声音不同，是因为发音体一个是键盘，一个是琴弦。j 和 g 的声音不同，是因为 j 的发音体是舌面和硬腭，g 的发音体是舌根和软腭。

2. 发音方法不同。例如，同一把小提琴，用琴弓拉和用手指拨动发出的声音就不同。sh 和 r 的声音不同，是由于 sh 发音时声带不振动，而 r 发音时声带振动。

3. 发音时共鸣器的形状不同。例如，二胡和小提琴都是弦乐器，但是由于形状不同，一个是圆柱体，一个是葫芦体，所以音色就不同。元音 i 和 u 的音色不同，主要是由于发音时口腔的形状不同。发 i 时嘴唇不圆，发 u 时嘴唇是圆形的。

无论任何语言，音色都是用来区别意义的最重要的要素，其他要素在不同语言里区别意义的作用却不尽相同。在汉语中，除音色以外，音高也十分重要，因为汉语普通话及各方言中，声调具有区别意义的作用，而声调主要是由音高构成的。

### 四、普通话语音的基本概念

#### 1. 音节

音节是语音的基本结构单位，是自然感到的最小语音片断。

人在说话的时候，发音器官的肌肉总是一紧一松地运动，从而在人的听感上形成一个个语音片断。这种语音片断是人的听觉最容易感受到的，也是人最容易发出的。

通常一个汉字就是一个音节，例如，“大(dà)力(lì)推(tuī)广(guǎng)普(pǔ)通(tōng)话(huà)”是七个汉字，也就是七个音节。但是儿化音节例外，它是用两个汉语表示一个音节，如“花儿”表示一个音节 huār，“猫儿”表示一个音节 māor 等。普通话的常用音节约有 400 个。

#### 2. 音素

音素是从音质的角度切分出来的最小的语音单位。它是从语音表达和听感上不能再分析的成分。汉语的音节可以由一个音素构成，如 ā(啊)、é(鹅)；也可以由两个音素构成，如 ān(安)、ōu(欧)；还可以由三个音素或



四个音素构成，如 bāo(包)、yán(言)、chuāng(窗)、nián(年)。

音素可以分为元音和辅音两类。

元音发音时，声带振动，气流在口腔、咽腔内不受阻碍。普通话共有 10 个元音音素：a、o、e、ê、i、u、ü、-i(前)、-i(后)、er。

辅音发音时，气流在口腔、咽腔内受到一个阻碍。普通话共有 22 个辅音音素：b、p、m、f、d、t、n、l、g、k、h、j、q、x、zh、ch、sh、r、z、c、s、ng。

元音和辅音之间的主要区别是：

(1)发元音时，声带振动，气流通过咽腔、口腔不受阻碍；发辅音时，气流在咽腔、口腔一定要受到阻碍，这是元音和辅音的主要区别。

(2)发元音时，由于气流不受阻，所以气流较弱；发辅音时，由于气流需要克服阻碍，所以气流普遍较强。

(3)发元音时，发音器官各个部分保持均衡紧张；发辅音时，构成阻碍的部分特别紧张。

(4)元音发音时声带振动，声音响亮，是乐音；辅音发音时大多声带不振动，声音不响亮，噪声成分大于乐音成分。

### 3. 声母、韵母、声调

普通话音节可以分为声母、韵母、声调三部分。

声母是指音节中开头的辅音。普通话里共有 21 个声母，都是由辅音充当的。如“zhōng(中)”这一音节，zh 是声母。“guó(国)”这一音节，g 是声母。

韵母是指音节中声母后面的部分。普通话共有 39 个韵母，如“pǔ(普)tōng(通)huà(话)”的韵母分别是“u”、“ong”、“ua”。

声调是指音节中具有区别意义作用的音高变化。即高、低、升、降。普通话有四种声调：阴平、阳平、上声、去声，如“zhōng(中)huá(华)wěi(伟)dà(大)”，分别是阴、阳、上、去四个声调。

## 五、普通话语音的特点

### (一) 有声调

普通话最突出的一个特点就是有声调。现代汉语普通话的每个音节都有一个声调，声调不同，意义就不同。声调使音节之间界限分明，并且有韵律美。这一突出的特点，决定了普通话成为诗一样的语言，也成就了汉语经典诗文的优美韵律。