

广播电视播音主持丛书

修订本



绕 D 令

张慧 编著

中国  广播电视出版社
CHINA RADIO & TELEVISION PUBLISHING HOUSE

广播电视播音主持丛书

修订本

绕口令

张慧 编著

中国  广播电视出版社
CHINA RADIO & TELEVISION PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

绕口令/张慧编著. —2 版 (修订本). 北京: 中国广播电视出版社, 2005. 12
(广播电视播音主持丛书)
ISBN 7-5043-2932-0

I. 绕... II. 张... III. 绕口令—基本知识
IV. H019

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 114256 号

绕 口 令 (修订本)

编 著	张 慧
责任编辑	贺 明
封面设计	张一山
责任校对	张莲芳
监 印	陈晓华
出版发行	中国广播电视出版社
电 话	86093580 86093583
社 址	北京市西城区真武庙二条 9 号 (邮政编码 100045)
经 销	全国各地新华书店
印 刷	河北省高碑店市鑫昊印刷有限责任公司
装 订	涿州市西何各庄新华装订厂
开 本	850 毫米×1168 毫米 1/32
字 数	130 (千) 字
印 张	9
版 次	2005 年 12 月第 2 版 2005 年 12 月第 9 次印刷
印 数	40000-48000 册
书 号	ISBN 7-5043-2932-0/G·1099
定 价	16.00 元

(版权所有 翻印必究 · 印装有误 负责调换)



作者简介

张慧（张慧玲），中国传媒大学（原北京广播学院）播音主持艺术学院副教授，国家级普通话水平测试员。从事广播、电视播音工作及播音主持专业教学工作四十余年。

参与撰写的《中国播音学》、《播音学简明教程》、《实用播音教程》等书，曾获国家教委全国高校优秀教材奖、广播电影电视部高校优秀教材奖、北京市哲学社会科学优秀成果奖以及广播学院优秀教材奖等多个奖项。在院刊及专业刊物上发表多篇论文。曾被北京市新闻工作者协会评为年度优秀新闻工作者。



绕口令 ● 修订本



“苔花如米小，也学牡丹开。”我喜欢这句名言中所反映的——平实、质朴、积极向上的做事、做人精神。这是平凡人的平凡哲学。

《绕口令》这本小书就像开放的苔花。让我郑重地献给您——读者朋友！

张 慧

致 读 者

——代改版前言

《绕口令》一书，第一版于1996年12月由中国广播电视出版社出版发行。至今已有8年多了。据编辑部反映这本书市场销售情况不错，8年中共印刷了8次。现在改版后的《绕口令》又和广大读者见面了，我很高兴。在这里一要感谢使这本书成功出版发行的所有合作者、责任编辑、封面设计者及各位幕后的同志。是他们认真负责地工作，使这本书得到读者的喜爱；二要感谢《绕口令》一书的各位读者。在如今足以让人眼花缭乱的图书市场上，读者能把目光投向这本小书，让编著者十分感动。

《绕口令》这本小书所以得到读者的关注，恐怕有以下几个原因：

首先，可能就是因为它是一本小书，价格不贵，只要喜欢就能买回家。家有这么一本小书，平时翻看一下挺有意思，关键时候照着练练还挺起作用。就因为它是一本小书，随便拿起来看看很方便，带着它找个地方练练也很方便。

第二，书虽然是小书但内容很丰富。书里为大家收集了几乎所有常见、常练的绕口令段子。根据个人需要，准能在书里找到适合自己的练习普通话、练习语音或练习气息的材料。

第三，虽然《绕口令》是本小书，但编著工作认真。首先，编著者是从一般绕口令作品中精选的一些较优秀的绕口令段子。内容健康，语言较规范，符合汉语普通话规律，符合绕口令写作规律，并且具有语言训练价值。其中有一些是传统绕口令段子、贯口活，也有一些是后来陆续创作的为大家喜闻乐见的作品。其二，为避免广大读者练习绕口令时进入误区，编著者有针对性地为大家提供了练习绕口令的方法，提供了使用绕口令进行语言锻炼的要领，教大家练习绕口令。其三，编著者献出了不少自己创作的绕口令作品，使这本小书内容更加丰富。编著者在电台、电视台从事播音工作，又在北京广播学院播音主持艺术学院（现中国传媒大学）从事播音主持专业的教学工作，总共四十多年，积累了丰富的广播电视播出经验及教学工作经验。这些自创的绕口令段子，是编著者针对长期播出工作及教学工作中发现的带有普遍性、规律性的问题，在旧有绕口令基础上的拾遗补缺之作，填补了一些语言训练教材中的空白或不足，使绕口令作品更加丰富。当然，这些段子行不行？好不好？还需要倾听广大读者的意见。

改版后的《绕口令》，增加了78段作品，其中有编著者个人创作的48个新段子。改版后的《绕口令》还充实了利用绕口令进行语言锻炼方面的理论性阐述，深入浅出地指导广大读者更有效地进行语言训练。另外，改版后的《绕口令》，还针对广大方

言地区读者练习普通话的重点、难点问题，增加了部分对比辨音字表，如常用的 f 与 h 辨音字表，n 与 l 辨音字表，n 与 ng 辨音字表等等。帮助方言地区的朋友，加强对字的正确发音的记忆，学好普通话。

希望改版后的《绕口令》更符合您的需要，成为一本让读者更喜欢的好书。

编著者 张 慧
2005 年 11 月

序 言

(一)

一说起善言，您可能马上会想到古今中外许多著名的善言者及关于他们能言善辩的故事。善言确实非常重要，大可关系兴邦治国，小可关系事顺人和。

善言固然是许多职业人的必备条件、必备能力，其实随着社会的进步，社会交际活动日益广泛、日显重要，每个社会成员都需要善于说话。如今大家都处在一个开放的社会环境中，都在努力提升自己，以便更好地融入社会，争取在竞争中找到适合自己的位置。所谓提升，既有专业素质、专业水平的提升，也有整体素质的提升。言语能力就是人的整体素质中的一个重要方面。言语水平不仅直接影响交流沟通效果，还常常影响个人形象，甚至所代表的群体形象。

言语水平自浅而深由几个层面构成：一是普通话水平；二是口齿清晰、伶俐水平；三是口才水准；四是见识水平。我们这本《绕口令》，就是帮助大家提高普通话水平和口齿清晰、伶俐水平的。

普通话是现代汉民族的共同语、标准语，也是我国不同方言地区及国内不同民族之间，人们进行

交际的通用语。普通话是代表中国、代表中华民族在国际间进行交际活动的国语。普通话是一种文化表征，成为中华民族的民族符号之一。我国宪法规定：“国家推广全国通用的普通话。”掌握并使用一定水平的普通话，已成为对国内社会各行各业的普遍要求；普通话更被规定作全国党政机关、团体、企事业单位干部进行公务活动的工作语。在这样的大背景下，外国友人的普通话都说得滚瓜烂熟了，你在交际活动中，特别是在正式的公众场合，如果还是方言很重，大家听不懂你的话，恐怕给别人留下的就不仅仅是普通话水平不行的印象了吧？！

口舌慵懒，口齿含混不清，是言语交际的大忌。交际活动中，相互间往往要提供新的、陌生的，然而又常常是非常重要的信息。由于口齿不清，说话时嘴里像含着个热茄子，要想听清说话内容非常吃力。人的听觉是最缺乏耐性的。总让听者费力地听，并且听得似是而非，听者首先产生厌倦，进而放弃听取状态。人们对这样的言语表现通常会留下不良印象。前些年，外地客人对北京一些公交车售票员报站就常有非议。外地客人对北京地名儿是生疏的。出门在外怕走丢了，心情很紧张，上了公交车就靠售票员报站。有的售票员口齿不清，喊了半天愣让人怎么也听不明白到哪站了。外地客人通常就会觉得北京售票员态度不好，工作不负责任，傲慢。其实，平心而论未必全是售票员工作态度问题，有的售票员挺大嗓门儿报站，而且还喊了好几遍，但外

地客人还是听不明白。这就属于售票员口齿不清产生的交流阻隔，造成的不良语言形象。

(二)

绕口令是辅助语言训练的好教材。认真练习绕口令可以促使你头脑反应灵活，用气自如，吐字清晰，口齿伶俐，普通话进步。

伶俐的口齿，清晰的字，对于电台、电视台的播音员、主持人，对于戏曲、曲艺、话剧、影视，及部分歌唱演员等专业人员来说，无疑是业务基本功底之一。对于依靠有声语言进行其他工作的许多职业者，如，教师，政府官员，国家公务员，讲解员，导游员，话务员，礼仪人员，导购人员，公车司售人员等等，也都是至关重要的。

另外，这本《绕口令》，不仅适宜于大家训练口齿，适宜方言区的朋友学习普通话，对于国际友人、海外华人提高汉语发言质量；对于儿童早期语言开发，也是大有裨益的。

(三)

绕口令是民众智慧的结晶。许多绕口令当初只是作为一种自娱自乐的语言游戏，长期流传在民间。当然也有很多绕口令是历代说唱艺人训练口舌之功、训练气息、气口留下的段子，口传身授流传至今，

成了我们的宝贵财富。还有一些绕口令是近年来演艺界、播音界人士为适应专业训练需要改编、创作的。这些年来，结合广播电视播出实践及播音、主持教学实践需要，编著者自己也有针对性地创作了一些绕口令段子，如《暗发愁》、《刘六和牛六》、《遛狗》、《白猫变黑猫》、《鹅和蛇》、《大斗小斗》、《要说“尔”专说“尔”》等等，共计85段，统统收入《绕口令》一书。为方便读者在练习中对这些段子进行检验，提出意见，凡自创的段子都在标题前面加注了“*”符号。

编著者为编辑这本《绕口令》收集了许多材料。在编辑过程中，对个别段子局部进行了加工整理，目的是，尽量使用词更准确；内容更集中、充实；语句更简练完美，合辙押韵，符合绕口令结构特点；也为了使绕口令段子更具有使用价值。例如《两个小孩儿》：“有个男小孩儿，穿件蓝小褂，拿着小竹篮儿，装着年糕和镰刀。有个小女孩儿，穿着绿花儿裙，梳着俩小辫，拉着一头老奶牛。俩人儿手拉手儿，唱着快乐的牧牛歌儿，拉着牛，拿着篮儿，溜溜达达向前走，走到柳林边儿，拴上牛，放下篮儿，拿出了年糕和镰刀，吃了甜年糕，拿起小镰刀，提起竹篮去割草。割了一篮儿又一篮儿嫩绿嫩绿的好青草，欢欢喜喜地喂饱了那头老奶牛。”修改为：

有个小男孩儿，
穿着蓝小褂儿，
拿着小竹鞭儿。

有个小女孩儿，
头上插着花儿，
嘴上俩酒窝儿，
梳着俩小辫儿，
提着小竹篮儿。
俩人儿手拉手儿，
唱着牧牛歌儿，
牵着牛，提着篮儿，
走到青青柳林边儿。
你割青草我装篮儿。
割了一篮儿又一篮儿。

普通话是规范的现代汉语。规范不仅指语音规范，词汇、语法方面也应符合要求。《天上日头》是段很好的训练轻声的绕口令。原来是“天上日头，嘴里舌头，地上石头，桌上纸头，手掌指头，树上枝头，集上市头。”其中“头”为轻声字音。但这段绕口令中的“纸头”、“市头”不是普通话词汇；另外，“枝头”这个词在普通话中应读“中重”格式，不能读为轻声。为了按普通话规范进行语言训练，避免方言区的同志在练习时进入误区，所以编辑时对存在类似问题的段子进行了一定修改加工。

另外，原来的《松鼠捉棕兔》，里边的内容是棕兔捉松鼠，标题与内容明显不统一，所以编辑时把题目改为《棕兔捉松鼠》。还有些绕口令由于传来传去可能走了样儿，存在用词不当，错别字较多，内容拖沓，或失去节律，韵脚散乱，编辑时在尽可能

维持原作面貌的基础上，谨慎予以订正、修改。

绕口令的作者大都无从考证，发现问题也无法与作者交流、沟通。在这里我首先对作者表示充分的尊重，同时也请大家谅解我所作的修改。

《绕口令》一书中，有些段子说快了确实挺绕嘴的，如“老龙恼怒闹老农，老农恼怒闹老龙，农怒龙恼农更怒，龙恼农怒龙怕农。”如“粉红墙上画凤凰，凤凰画在粉红墙，红凤凰，粉凤凰，粉红凤凰，花凤凰。”绕口令正是通过“快”和“绕”的训练，机智地逼迫我们提高咬字清晰度，学会调理气息，强化脑和口的灵敏配合。而有些绕口令段子，表面看好像并不太拗口，但这些段子，往往多次重复普通话中的某个训练要点，比如声母的 h、f；n、l；z、c、s，zh、ch、sh、r。韵母中的 n、ng、ao、ou、er 等等，这对于有这方面方言问题，或发音缺陷的人来说也挺难，挺拗口的。然而练习这种段子，会迫使你在频繁地发同一个音的过程中，高频率地刺激你同一正确的发音部位，不断巩固同一的正确的发音规律，从而改善、提高你的发音质量。

例如，有很多人发 ao、iao 韵母的字音，其中“a”的口腔总张不开，“好”（hǎo），听着就像“吼”（hǒu）；北方有很多方言中，干脆就把 ao、iao 韵母发作 ou、iou 韵母，把“脚”（jiǎo）说成“酒”（jiǒu）。这两种原因都会造成 ao—ou 不分，iao—iou 不分，使听的人对说的意思产生误解：“刀子”听成了“兜儿”，“高楼”听成了“佝偻”，造成语言交流

障碍。若不断有意识地练习《姥姥找药草》：“姥姥赶早，绕到庙后找药草。庙高人老，日照风号，猫（máo）着老腰，迈着小脚，盘山道上摇啊摇。恼也不恼，蒿草多，药草少；巧也不巧，药草丛中一窝鸟。小鸟叫，老鸟瞧，瞧见姥姥，逃！逃！逃！”这类虽不怎么拗口，却不断重复ao、iao韵母的字音，ao、iao字音的发音质量应当会日渐得到改善。

这本《绕口令》选材比较宽松，有个别段子，像《找厂长》、《一个红薯滚下坡》等，并不属于绕口令范畴，但在语言训练中能取得与绕口令异曲同工的效果，所以也收了一些。

为了便于大家练习，这本《绕口令》按照：声母、韵母、声调、用气发声的顺序，逐项分类编辑整理所有的绕口令。其实有些绕口令本身具有综合训练因素，例如《小薛小雪，雪中上学》一段，可以用来练习声母j、q、x；也可以用来练习韵母üe，还可以用来练习四声。训练时，个人灵活机动，根据需要有所侧重就可以了。

（四）

练习绕口令时请注意以下几点：

一、练习的时间不在长短，也不在早上练还是晚上练，而在于练习时要进入专心的练习状态。保持兴奋、从容、积极的情绪；并且按照汉语普通话正确的发音要求练习。每个字音既要吐清晰，发饱

满、圆润，又要避免把字咬死，说话像蹦字儿。

二、练习绕口令是要求气长、嘴快，但不能片面追求速度快，特别是处在训练初级阶段的时候。如果发音不准，吐字含糊，说话时爱秃噜，那么，说得越快，重复错误发音的次数越多，离正确的发音标准就越远。所以练绕口令，发音正确，吐字清晰是前提。在这个基础上循序渐进，速度逐渐由慢到快，声音由小到大，段子由易到难，由短到长；蓄气量不断增加，气息控制能力由弱到强。这时，快绕，才能真正成为促进思维反应敏捷，咬字器官配合灵活，呼吸调谐自如的有效手段。

三、绕口令内容多，涉及的语音问题较广，每个人最好根据自己吐字发音、用气发声中存在的困难、毛病，有针对性地选择一些适合的段子进行练习。选择绕口令时不一定非选长段子，一些短小的段子，如“门口有四辆四轮大马车，你爱拉哪两辆来拉哪两辆”就特别适合练习 n—l；如“补破皮褥子不如不补破皮褥子”虽然只有一句话，但对解决双唇无力，或双唇用力不集中；唇形圆展反应不灵活、不到位等问题，都很适用。这样的段子短小好记，方便练习。

四、语音是有声语言的物质外壳，思想感情是语言的内核。因此，即使是练绕口令也不能就字音练字音，而要结合每段的意思，情绪来练。拿到绕口令段子，先把段子里的内容看明白，看里边说的是什么事；先说什么，后说什么，本质是说什么。