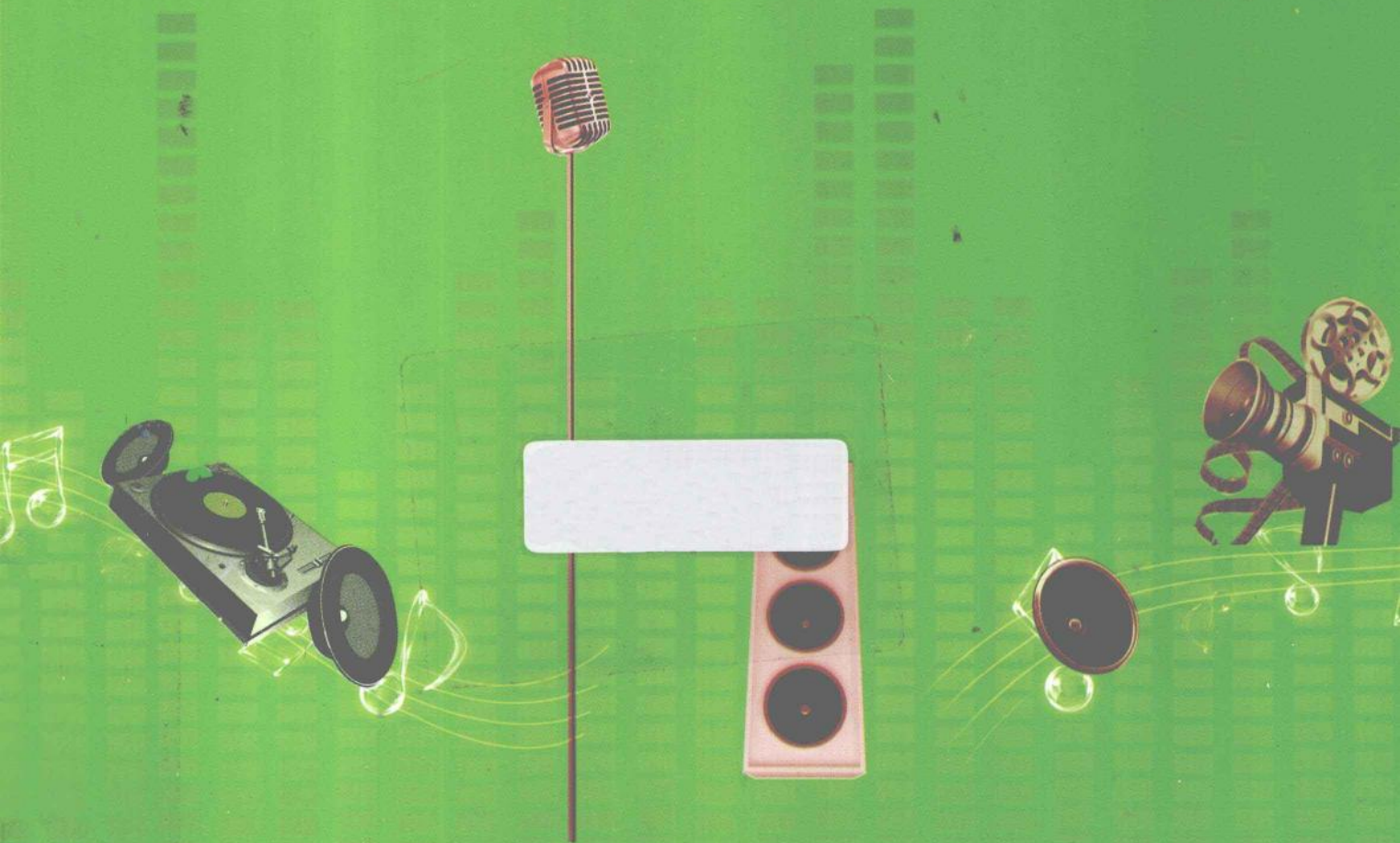


艺术专业

播音与主持 高考辅导实用教程

阎耀 编著



艺术专业

播音与主持 高考辅导实用教程

阎耀 编著



山西出版传媒集团 山西教育出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

播音与主持·高考辅导实用教程/阎耀编著. —太原: 山西教育出版社, 2012. 1

ISBN 978-7-5440-5065-4

I. ①播… II. ①阎… III. ①播音-语言艺术-高等学校-入学考试-自学参考资料 ②主持人-语言艺术-高等学校-入学考试-自学参考资料 IV. ①G222.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 182447 号

播音与主持·高考辅导实用教程

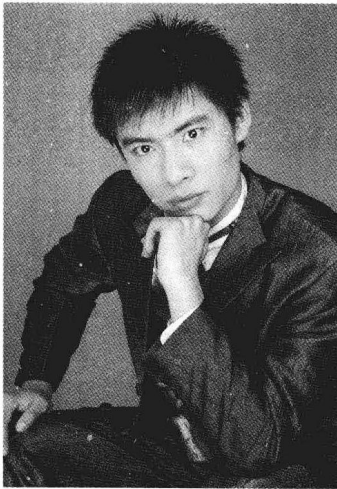
BO YIN YU ZHU CHI GAO KAO FU DAO SHI YONG JIAO CHENG

责任编辑 樊爱香
复 审 李 飞
终 审 刘立平
装帧设计 薛 菲 李 珍
印装监制 贾永胜

出版发行 山西出版传媒集团·山西教育出版社
(太原市水西门街馒头巷7号 电话: 0351-4035711 邮编: 030002)

印 装 太原红星印刷厂
开 本 890×1240 1/16
印 张 10
字 数 296千字
版 次 2012年1月第1版 2012年1月山西第1次印刷
印 数 1—6000册
书 号 ISBN 978-7-5440-5065-4
定 价 23.00元

如发现印装质量问题,影响阅读,请与印刷厂联系调换。电话: 0351-6267797



作者简介

阎耀，毕业于中国传媒大学。先后在晋中人民广播电台、山西广播电视台、山西广播电视台播音主持培训中心等单位做主持人、专业教师；现主持晋中电视台《晋中零距离》栏目，并在山西戏剧职业学院兼职教师。中国广播电视协会会员、中国电视家协会会员、山西省诗歌朗诵艺术家协会理事。本人在媒体单位工作多年，先后获得中国广播影视奖广播专题二等奖、中国广播电视公益广告一等奖、中国电视家协会主持人专业委员会学术论文三等奖，并获多项省市级广播电视奖、新闻奖和专业论文奖。

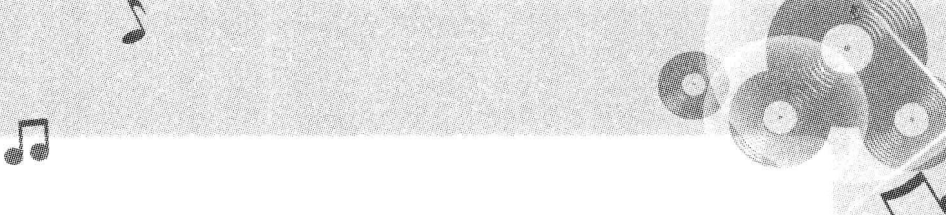


前 言

广播电视事业发展迅猛，方兴未艾。事业的发展靠的是人才，人才需要培养，除了中国传媒大学、浙江传媒学院、山西传媒艺术学院（筹）等院校的播音主持专业不断扩展、招生规模越来越大之外，其他许多院校也增设了播音主持专业，这就为有志于从事播音主持工作的人提供了广阔天地。近年来，报考人数不断上升。报考播音主持这样的专业，除了文化课考试之外，还有一些特殊要求，比如，良好的形象气质、洪亮动听的嗓音、标准流利的普通话、较强的口语表达能力等。这些，当然有先天的因素，但主要还是靠后天训练。针对专业面试的项目和要求，我们编写了《播音与主持·高考辅导实用教程》一书。

《播音与主持·高考辅导实用教程》，是作者本人多年来所积累的青少年播音主持艺考培训经验的概括、总结和升华，是一本专门针对热爱播音主持艺术的朋友以及意欲报考全国各地艺术院校和艺术特长的考生所编著的教材。书中内容分上、下编，上编为基础部分，下编为强化部分。

上编内容包括普通话的概念，普通话的声、韵、调，气息控制，共鸣调节，声音弹性练习，语言表达技巧，文学作品朗读，口语表达，各种文章段落的练习及编演短剧训练等。



基础训练主要以练声、练气、练音准为重点，辅助以诗歌、散文、寓言故事等多种文体的练习，再配以“人物对话”、“情景短剧”、“命题小品”的排练表演，使学生在声音塑造和普通话语音及语言表现力方面得到有效提高，为下阶段强化性的学习做好铺垫，打好坚实的基础。

下编内容除了对专业特点和考试内容与程序作了简要介绍之外，还着重告诉大家考前训练的内容和方法，并提供了大量的练习材料。

我们希望并且相信这本书能对大家的专业考试有所帮助，能够快速而准确地帮助您解决学习中的问题和困惑，实现您的目标和理想——成为一名优秀的播音员、主持人。

编者

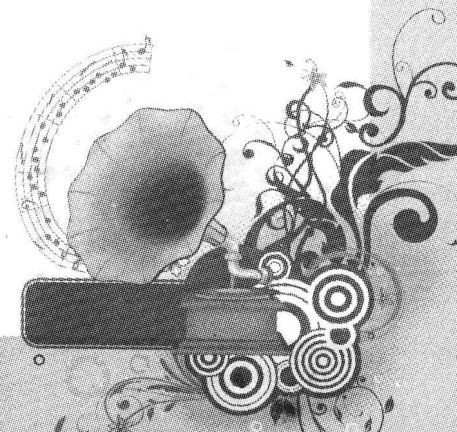




目 录
Contents

上编 基础部分

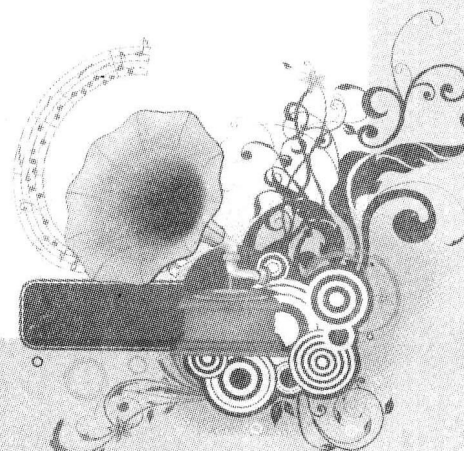
第一章 口部操	3
第二章 普通话语音	6
第一节 声母	6
第二节 韵母	16
第三节 声调	32
第四节 吐字归音	36
第五节 语流音变	38
第六节 气息	42
第七节 声音弹性	46
第八节 嗓子保健	48
第三章 文学作品朗读	50
第一节 诗歌	50
第二节 散文	57
第三节 寓言故事	58
第四节 影视配音片段	62



下编 应试部分

第四章 自我介绍	69
第一节 自我介绍的技巧	69
第二节 自我介绍的范例	69
第五章 播音创作及文学作品表达	73
第一节 播音创作	73
第二节 文学作品的表达	75
第三节 文学作品例文（自备稿件）	79
第六章 新闻消息、通讯（指定稿件）的播出	89
第一节 稿件播出要求	89
第二节 新闻稿件范例	89
第七章 即兴评述	94
第一节 即兴评述的技巧	94
第二节 即兴评述范例	96
第八章 编讲故事	100
第一节 故事的创作	100
第二节 编讲故事考试分析	101
第三节 编讲故事题目类型及范例	104
第九章 模拟主持	108
第一节 主持工作的基础——口语表达	108
第二节 主持工作的完成及范例	109
第十章 主题讨论	117
第一节 主题讨论的准备	117
第二节 主题讨论范例	118

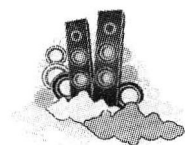
第十一章 回答考官提问的主要问题	124
第十二章 考试中的才艺展示	129
第十三章 应考时的诸多方面	131
第一节 体态语训练	131
第二节 播音主持专业艺考技巧	133
第三节 报考播音主持专业应具备的基本素质	134
第四节 播音主持专业考生需掌握的文艺常识考题	135
第五节 播音专业化妆技巧	137
第十四章 早功训练	139
第一节 绕口令训练	139
第二节 快口训练	143
第三节 绕口令练习精选	145
第十五章 院校介绍及考生心得	147
第一节 开设播音主持专业的院校排名（仅供考生参考）	147
第二节 考生心得	148
参考书目	151





上 编

基础部分



第一章 口部操

口部训练以唇舌力量的训练为主，常做口部操，可以有效地加强唇舌力量，提高唇舌的灵活度，使发出的声音干净、洪亮、集中。



一、口的开合练习

张嘴像打哈欠（打槽牙，挺软腭），闭嘴如啃苹果（松下巴）。开口的动作要柔和，两嘴角向斜上方抬起，上下唇稍放松（提颧肌）。经常做这个练习，可以克服口腔开度的问题。

1. 挺软腭

对镜检查，如果看不到小舌了，就说明软腭挺起来了。此时要体会并记住挺起软腭这个动作的实际感觉。能挺起软腭，声音会比较洪亮、比较集中。

2. 打槽牙

有些人讲话习惯不好，牙关很紧，两颊肌肉松塌下挂。音色发闷、发扁，会影响吐字的清晰度，在图像上面部表情也显得消极、不愉快。

（1）槽牙打开要领

说话时，上腭主动抬起，上下臼齿之间似有一指厚的海绵垫，同时两颊肌肉用力撑开向外绷起，使口腔中部得以打开。

（2）练习

你会炖我的炖冻豆腐，你来炖我的炖冻豆腐，你不会炖我的炖冻豆腐，就别胡炖、乱炖、炖坏了我的炖冻豆腐。

练习时，不要撅着嘴，而要像和朋友开玩笑似的，很俏皮、很有兴致地说，不要求速度，要注意感觉，以愉快的心情说，声音就比较洪亮。

3. 提颧肌

颧肌：从上唇到颧骨的肌肉。发音时，颧肌提起，似兴奋地要唱的感觉，又似笑的感觉。但这个笑，不是咧嘴笑，咧嘴笑的口腔状态使嘴角紧，口腔扁，声音发嗲，显得小气。提颧肌，此时口腔前上部有展宽感，鼻孔亦随之有些张大，唇齿相依，呈微笑状。

4. 松下巴

在吐字发音过程中，下颌（即下巴）向内微收，处于放松、从容的状态，不能着意，更不能着力。如果打开口腔的意识及着力点放在下巴上，不仅会导致喉部紧张发音费力、口型不美观，更重要的是由于口腔这个共鸣腔形状不稳定，基本处于大撒口的状态。这样，使得声音难听，显得傻气。

打开口腔是通过有关部位协同动作综合治理得到的。挺软腭扩大了口腔后部，打开后槽牙使口腔中部展开，提颧肌这个动作使口腔的前部适当打开，加之下颌的内收放松，这个动作配合起来，就使得口腔上部全面地打开，从而为说话发音提供了一个良好的语音制造场和良好的共鸣环境。

二、咀嚼练习

张口咀嚼与闭口咀嚼结合进行，舌自然平放。练习时反复这样做，可以增强唇部和舌头的灵活程度，使自己在表达时，舌体灵动有力，唇部发音准确、清晰。

三、双唇练习

1. 喷——

喷也称作双唇打响。双唇紧闭，将唇的力量集中于中央三分之一的部位，唇齿相依，不裹唇，阻住气流，然后突然连续喷气出声。合口呼、撮口呼撮唇不好的人可以多练。

2. 咧——

将双唇紧闭尽力向前撅起，然后将嘴角用力向两边伸展（咧嘴），反复进行。

3. 撇——

双唇闭紧向前撅起，然后向左歪、向右歪、向上抬、向下压。

4. 绕——

双唇闭紧向前撅起，然后向左或向右做360度的转圈运动。

四、舌的练习

1. 刮舌——

舌尖抵下齿背，舌体贴住齿背，随着张嘴，用上齿沿舌面刮，尽力加大舌面上翘的曲拱度，目的在于增加舌面隆起的力量。口腔开度不好的人和发舌面音j、q、x有问题的人可以多练习。

2. 顶舌——

闭唇，用舌尖顶住左内颊，用力顶，可把舌尖想象成针尖，用力去扎破口腔这个气球。然后，用舌尖顶住右内颊，做同样练习。如上，左右交替，反复练习。

3. 伸舌——

将舌伸出唇外，舌体集中，舌尖向前，向左右、向上下尽力伸展。意念上尽量把舌尖想象成一个点，使舌尖慢速、用力向外伸，多做这个练习，可使舌体集中、舌尖能集中用力。

4. 转舌——

闭嘴，把舌尖伸到齿前唇后，向顺时针方向环绕360度，然后向逆时针方向环绕360度，交替进行。

5. 立舌——

将舌尖向后贴住左侧槽牙齿背，然后将舌沿齿背推至门齿中缝，使舌尖向右侧力翻，然后做相反方向的练习。这一练习有益于边音l的发音。

6. 打舌响——

舌尖与硬腭接触打响。将舌尖顶住硬腭，用力持阻，然后突然弹开，发出类似“de”的响声。

舌尖与上齿龈接触打响，舌尖顶住上齿龈，阻住气流，再突然放开，爆发出[t]、[tʰ]的声音。这一练习，对舌尖成阻无力的人改善舌尖成阻、持阻的力量有益。发不好d、t、n、l的人可以多练。

舌根抬起至软腭交界处，用力发ga（嘎）音，体会舌根与软腭交界处不断地连续做“阻气——突然打开——阻气——突然打开”的打响动作。这一练习可以改善舌根的力量及灵活性。



五、字音的冲击点

口腔的打开是为了提供良好的语音制造场和获得良好的共鸣环境，同时必须与声音走向及字音冲击点结合起来，才能达到口腔控制的最终目的。有的人着意追求一种厚实的所谓有共鸣的声音，注意力放在听自己的声音上，不用心控制声音的走向，结果声音到喉口就失去控制沿着舌面送出口外，声音显得散和垮。

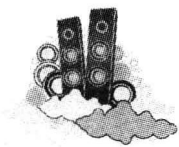
1. 正确做法

保持清晰的口腔控制意识，引导自己的声音经喉口贴着后咽壁打到挺起的软腭上，并挂在上腭上，沿打开的上口盖在口腔里像抛物线似的一直冲击到双唇中央的人中处，字音透出口外。

2. 声音走向

喉口——后咽壁——软腭——硬腭——人中。

这样一来，控制意识和相关动作要领的配合，能够有效地改善声音质量，使声音圆润、响亮动听。



第二章 普通话语音

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的共同语，是我国国家通用语言。

第一节 声 母

普通话有 21 个声母，它们是：b、p、m、f、d、t、n、l、g、k、h、j、q、x、zh、ch、sh、z、c、s、r。下面按不同的发音部位进行练习。

注意：字词练习时发音部位要准确，唇舌要有力度，结合气息用圆润、响亮的声音念两字词。绕口令练习的目的是加强唇舌力度和灵活度的训练，锻炼气息的控制能力。在练习绕口令的过程中，千万不能急于求成，特别是在没发准字音的情况下一上口就一口气读下来，这样容易造成发音部位不准确，字音咬不准，出现滚字现象，事倍功半。开始练绕口令时，一定要放慢速度；把每个字音发得准确、圆润、饱满之后，用中速连起来念顺畅，在语流中检验字音是否符合要求。最后，能在快速的语流中字音发得字字如珠玉，达到清晰悦耳的要求。两字词和绕口令练习要反复，一方面提高吐字能力，另一方面多掌握两字词，为艺术考试及普通话水平测试打下基础。

一、双唇音 (b、p、m)

1. b - b 两字词练习

包办 标兵 薄饼 本部 表白 辨别 白布 把柄 颁布 版本 兵变 摆布 褒贬 蚌埠
卑鄙 步兵 奔波 败笔 半百 宝贝 不必 北边 搬兵 保镖 报表 百般 背包

词组练习

白菜 百货 柏树 摆脱 败坏 拜访 班机 搬运 扮演 伴随 半夜 办法 办事 帮忙
榜样 棒球 包袱 保持 保健 宝剑 抱歉 暴动 爆炸 杯子 悲剧 背叛 备用 奔驰
本质 笨拙 崩溃 逼近 比较 笔迹 毕业 弊病 必需 避免 鞭策 边缘 编号 贬值
便利 变更 辨认

2. p - p 两字词练习

批判 偏僻 乒乓 评判 平盘 爬坡 澎湃 偏颇 排炮 拼盘 琵琶 匹配 批评 偏旁
铺平 瓢泼 皮袍 枇杷

词组练习

拍摄 排斥 牌子 徘徊 攀登 盘旋 盼望 判定 庞大 抛弃 泡沫 培训 赔款 配合
佩服 喷射 盆地 烹饪 蓬勃 膨胀 碰见 批准 脾气 疲倦 譬如 偏向 片刻 飘扬
拼搏 频繁 贫乏 品尝 聘请 平等 评估 屏障 破坏 迫切 普遍 瀑布 拍案 排涝
牌坊 派系 攀折 盘秤 叛逆 旁证 磅礴 彷徨 抛锚 泡汤 胚胎 配搭

3. m - m 两字词练习

弥漫 秘密 门面 买卖 明媚 盲目 面貌 命名 渺茫 木棉 民盟 埋没 梦寐 美妙
牧民 麻木 美满 麦苗 谩骂 妹妹 眉毛 面目 米面 谋面 木马 木门 苗木

词组练习

妈妈 抹布 麻痹 麻烦 码头 马达 埋怨 脉搏 满怀 慢性 蔓延 茫然 盲从 忙碌
毛病 矛盾 茂密 冒险 贸易 梅花 煤气 没错 眉头 媒介 美德 门诊 萌芽 猛然
梦想 迷惑 谜语 米饭 秘书 蜜蜂 密切 棉衣 免除 勉强 面包 描绘 渺小 蔑视
灭亡 民航 敏锐 明显 名胜 命运 谬论 摸索 模仿 摩擦 魔术 抹杀

4. 绕口令

(1) 八百标兵奔北坡，炮兵并排北边跑。炮兵怕把标兵碰，标兵怕碰炮兵炮。

(2) 炮兵攻打八面坡，炮兵排排炮弹齐发射。步兵逼进八面坡，歼敌八千八百八十多。

(3) 八十八位大伯家门口有八十八棵柏树，有八十八只八哥要到八十八位大伯家门口八十八棵柏树上筑八十八个八哥窝。八十八位大伯不同意八十八只八哥在他们家门口八十八棵柏树上筑八十八个八哥窝。八十八只八哥哀求八十八位大伯同意它们在八十八棵柏树上筑八十八个八哥窝。八十八位大伯气得摇动八十八棵柏树，八十八只八哥没能筑八十八个八哥窝。

(4) 北坡上白家有个伯伯，家里养着一百八十八只白鹅，门口种着一百八十八棵白果，一百八十八棵白果树上住着一百八十八只八哥，八哥在白果树上吃完了白果，气坏了北坡上白家的伯伯。

(5) 白庙外蹲着一只白猫，白庙里有一顶白帽。白庙外的白猫看见了白帽，叼着白庙里的白帽跑出了白庙。

(6) 老包捧着一个破的盆到老彭修盆的棚里去修盆。老彭修好了老包的盆叫老包去他棚里拿盆。老包在破盆堆里找不到让老彭修的盆要砸老彭的棚，老彭只好陪着老包找盆。

(7) 麻妈妈骑马慢麻妈妈骂慢马，苗毛毛找猫猫跑苗毛毛骂猫。



二、唇齿音

1. f - f 两字词练习

方法 丰富 芬芳 奋发 非凡 反复 防范 仿佛 肺腑 发放 犯法 吩咐 夫妇 分赴
放风 蜂房 繁复 放飞 发福 芳菲 粉坊 伏法 福分 复方 发疯 风范 防风

词组练习

发表 发现 发展 罚款 法规 帆船 番茄 翻译 繁荣 烦躁 反感 返回 贩卖 范畴
犯罪 饭碗 泛滥 方案 房间 防御 妨碍 访问 纺织 放假 非法 飞翔 肥料 匪徒
诽谤 废墟 沸腾 费用 分辨 坟墓 粉碎 分量 奋勇 愤恨 丰满 封锁 蜂蜜 风趣
疯狂 锋利 讽刺 奉行 凤凰 佛教 否决 夫妻 敷衍 辐射 幅度 符合 俘虏 服务
浮雕 福利 抚育 辅助 腐败 副食 覆盖

2. 绕口令

(1) 飞飞沸沸捉凤凰，凤凰藏在凤山上，飞飞捉黄凤凰红凤凰，沸沸捉粉凤凰黄凤凰。红凤凰黄凤凰粉凤凰，飞飞沸沸头昏眼花心发慌。

(2) 范福犯法，法院传范福去法院服法。范福不愿去法院服法屡次犯法，犯人范福被法警押到法院服法，法庭审判犯人范福让其伏法。

(3) 丰丰和芬芬上街买混纺，红混纺、粉混纺、黄混纺，芬芬丰丰反复挑选混纺，丰丰买了粉混纺，芬芬买了黄混纺。

三、舌尖中音 (d、t、n、l)

1. d-d 两字词练习

担当 带动 电灯 打倒 单调 达到 奠定 等待 打盹 搭档 短刀 顶端 道德 颠倒
掉队 抖动 动荡 抵挡 点滴 导弹 敌对 丢掉 短笛 地段 荡涤 夺得 歹毒

词组练习

歹徒 代替 贷款 待遇 逮捕 担忧 搭救 打听 呆滞 单独 胆略 弹丸 淡雅 党籍
当差 挡驾 荡漾 刀背 倒塌 盗贼 道义 到家 得劲 灯塔 登台 等同 敌特 滴水
堤坝 低洼 底稿 诋毁 砥柱 抵御 缔交 递补 地磁 颠沛 癫狂 点播 典籍 垫付
店铺 惦念 玷污 电镀 点题 叮嘱 定额 订阅 丢失 冬季 懂事 动静 冻结 豆腐
都市 督促 毒害 独裁 读物 堵塞 杜绝 渡船 端正 短促 断绝 堆积 兑换 对策
顿时

2. t-t 两字词练习

团体 体贴 探讨 推托 贪图 逃脱 铁塔 疼痛 挑剔 淘汰 吞吐 梯田 天体 探听
坦途 唐突 塔台 颓唐 脱胎 妥帖 厅堂 调停 拖沓 体坛 谈吐 铁蹄 天堂

词组练习

塌陷 他乡 塔吊 拓片 踏步 胎盘 台词 抬杠 泰山 太医 态势 贪婪 滩涂 瘫软
摊牌 昙花 檀香 弹劾 袒护 坦荡 探视 叹赏 炭疽 汤匙 糖浆 镗床 倘使 躺椅
烫伤 绦虫 逃遁 桃仁 陶冶 讨价 套版 特长 誉清 腾越 梯田 剔除 蹄筋 题名
提纯 体罚 剃度 替身 添补 天棚 填料 田埂 条幅 调配 调唆 跳绳 贴切 铁锹
听诊 偷盗 投诚 透露 突围 秃顶 图谋 停刊 涂料 徒劳 土坯 兔唇 湍急 推崇
挺进 颓丧

3. n-n 两字词练习

男女 恼怒 牛奶 泥泞 忸怩 能耐 农奴 难能 南宁 奶奶 拿捏 难弄 牛腩

词组练习

拿获 纳粹 呐喊 奶酪 泥巴 拟订 溺爱 逆境 匿名 腻味 拈香 黏膜 年谱 碾盘
念叨 酿造 鸟瞰 尿素 捏合 涅槃 啮齿 柠檬 奈何 狞笑 凝聚 扭结 纽带 农活
脓肿 浓缩 奴婢 弩弓 怒气 女眷 耐性 楠木 耐用 暖流 疟蚊 虐待 挪用 懦夫
糯米 诺言 凝固 纽扣 扭转 浓厚 难点 努力 难堪 泥塘 逆光 内宅 闹钟 囊肿
南北 纳凉 内涵 呢绒 年鉴 弄权 挠头

4. l-l 两字词练习

流利 理论 劳力 留恋 磊落 绿柳 罗列 掳掠 沦落 凛冽 勒令 玲珑 褴褛 拉力
老练 联络 米历 拦路 力量 琳琅 伶俐 领略 绿林 履历 绿篱 陆离 嘹亮

词组练习

蜡笔 蜡梅 缆车 滥词 老茧 勒索 累积 烂漫 浪荡 劳碌 烙饼 雷同 全球 辣酱
泪痕 冷冻 离奇 脸面 凉菜 亮度 来由 类型 黎明 炼乳 良久 两边 量词 谰言
擂台 礼遇 练功 粮站 疗程 列强 拦截 肋膜 里程 链条 量具 劣迹 历法 蓝图
理智 了结 烈性

5. 绕口令

(1) 调到敌岛打特盗，特盗太刁投短刀。挡推顶打短刀掉，踏盗得刀盗打倒。

(2) 老谭挑着一担炭去炭摊卖炭，老杜挑着一担蛋去蛋摊卖蛋。半道老杜招呼老谭聊起炭蛋，老谭耽搁了卖炭急得挑起炭担，不料炭担撞着了老杜的蛋担，破了一担蛋。老谭没有卖成炭，老杜更是赔