

# 普通话技能训练与测试



总策划：刘传庚  
编委会主任：杨家珍 傅志明

现代汉语的标准语，它以北京语音为基准音，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。

普通话是以汉语授课的各级各类学校的教学用语，是以汉语传送的各级广播电台、电视们所重视，对大产品必须使用的措作为个人综合素质作中必须使用的人们所重视，对大学方言区和国内话作为个人综合素质用语。

主编 孙斐 王琪

随着社会生活话作为个人综合素质化，人们之间的来越凸显着重要性普通话作为各民族各地区的共同语，越来越为人们所重视，对大学生来说，普通话作为个人综合素质的一部分也越来越凸显着重要性语，越来越为人们所重视，对大学生来说，普通话作为个人综合素质的一部分也越来越凸显着重要性



普通话技能训练与测试

主编 孙斐 王琪

山东人民出版社

### 图书在版编目(CIP)数据

普通话技能训练与测试/孙斐,王琪主编.—济南:  
山东人民出版社,2011.9

ISBN 978-7-209-05892-6

I.①普... II.①孙...②王... III.①普通话—  
高等学校—教材 IV.①H102

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第185618号

责任编辑:袁丽娟

装帧设计:张晓曦

### 普通话技能训练与测试

孙斐 王琪 主编

---

山东出版集团

山东人民出版社出版发行

社址:济南市经九路胜利大街39号 邮编:250001

网址:<http://www.sd-book.com.cn>

发行部:(0531)82098027 82098028

新华书店经销

日照报业印刷有限公司印装

规格 16开 (185mm×260mm)

印张 15.5

字数 210千字 插页2

版次 2011年9月第1版

印次 2011年9月第1次

ISBN 978-7-209-05892-6

定价 26.00元

---

如有质量问题,请与印刷厂调换。电话:(0633)8221365

## “中华传统经典教育”编委会成员

总 策 划	刘传庚			
编委会主任	杨家珍	傅志明		
编委会成员	刘克苏	桑绍龙	刘甲朋	刘亚杰
	孙维屏	王 琪	孙 菲	朱 婧
	吴树勤	房秀丽	董月仙	李 岩
	刘 敏	贺继红	司千字	崔 沪
	江 伟	俞国方	曲 琨	彭玉美
	温秀珍			

## 编委会成员名单

主 编:孙 斐 王 琪  
副主编:宋秋芬 刘雅杰 穆国华 张黎红  
董月仙 刘英贤  
编委会:董月仙 王 琪 孙维屏 彭玉美  
张黎红 李 岩 宋秋芬 穆国华  
孙 斐 刘雅杰 田志莹 潘海慧  
张 楠 樊立三 李 楠 孟霞光  
王 宁 张 杰 张丽华 史李梅  
孙明玉 曲 静 郑雪莲 宋小倩  
翟 杰 聂爱明 王新昊 冯 军  
杨 军 孙媛媛 朱 婧 张海燕  
马兴波

# 总序



十年树木，百年树人，百年大计，教育为本。我国高等教育自1999年扩招以来，开始步入大众化教育阶段，近年来毛入学率达到24%以上，在校学生总规模位居世界第一，《国家中长期教育改革和发展规划纲要（2010—2020年）》把终身教育理念作为重要指导思想，把学习型社会建设放在更加突出的位置，提出了“到2020年，基本实现教育现代化，基本形成学习型社会，进入人力资源强国行列”的战略目标，确立了中国今后一个时期包括学前教育、义务教育、高中阶段教育、职业教育、高等教育、继续教育以及民族教育、特殊教育等各个领域教育改革发展目标任务，明确要求实现更高水平的普及教育，形成惠及全民的公平教育，提供更加丰富的优质教育，构建体系完备的终身教育和健全充满活力的教育体制。广大适龄青年“学有所教”的问题在很大程度上得到缓解，就学层次提高、就学渠道增加，主道宽敞、岔道众多的教育道路网络逐渐取代了千军万马过“独木桥”的景象。伴随着人类文明程度的不断提高和国家政治、经济、技术的深入发展，人们对教育的需求越来越高，不仅追求“有学上”而且还要“上好学”，可以说，无论是学生本人、家长，还是用人单位，现在比过去任何时候都更加注重大学教育所具有的价值，更加注重在大学里究竟能够学到什么，更加注重在大学里学到的东西对学生个人未来事业的发展有什么意义，对企业与社会有什么意义。近年来全社会对高等教育给予了前所未有的关注，除了对教育公平有了更高的诉求之外，主要是对高等教育的价值有了更高的期许，特别是扩招导致在校生规模迅速增加、教学资源相对匮乏、毕业生就业竞争压力加大等问题逐步凸显之后，社会对高等教育的关注越来越集中在两个问题上——培养什么样的人 and 怎样培养人。

培养什么样的人 and 怎样培养人是各类教育始终面临的两个基本问题，也是每一个教育工作者应当思考的重大问题。培养什么人的问题是人才培养目标和规格的问题，是一切教育活动的立足点和最终归宿之所在，怎样培养人的问题是人才培养路径和模式的问题，涉及高等教育管理体制与运行机制，以及高等学校内部治理、教学组织、教学内容与方式方法等各个方面。著名科学家钱学森先生去世之前提出并引起社会各界广泛讨论的“钱学森之

问”，归根结底也要追溯到这两个问题上。2010年发布的《国家中长期教育改革和发展规划纲要（2010—2020年）》，把解决好这两个问题列为未来十年我国教育改革和发展战略主题的核心。实践证明，解决好这两个问题不是一朝一夕的事，既需要进行广泛深入的理论研究，更需要进行大量实实在在的实践探索，高等院校应当把握教育发展规律，坚持以人为本、全面实施素质教育，构建与社会经济发展良性互动的办学机制，寻找能够最大限度体现自身价值的办学定位，改革人才培养模式以及教育教学内容与方法。特别是要深刻体会“面向全体学生、促进学生全面发展，着力提高学生服务国家、服务人民的社会责任感、勇于探索的创新精神和善于解决问题的实践能力”这一未来十年教育改革发展的战略主题。

温家宝总理2009年2月2日在英国剑桥大学的演讲中提出：“企业要承担社会责任，企业家身上要流淌着道德的血液。”这不仅反映了中国人民乃至世界人民的共同心声，而且对我国高等教育界也是一个严厉的警示。它警示我们：如果我们培养的学生身上缺乏道德的血液，那就不仅不能满足社会经济发展的需要，成为推动社会进步与人类文明的生力军，而且还会成为危害社会的因素，其能力越强危害性就越大。因此，高等教育在不断强化需求导向、职业教育、科学知识传授的同时，决不能忽视对学生实施全面素质教育和人文情怀的培养，应当把培养经济社会发展所需要的高级专门人才和提高全民族的科学文化素质紧密结合起来，把培养人才、科学创新、服务社会、传承人类文明紧密结合起来，使高等学校不仅成为知识的发源地和汇集地，还要成为现代大学之父洪堡所说的“全民族精神文化生活的典范”。

山东工商学院作为一所仅有二十多年建校历史的地方性财经院校，诞生于我国高等教育体制改革之初，并始终处在改革之中，不仅经历过1997年和2003年教育部组织的两次本科教学评估，而且还经历了1998年学校主管部门的划转——由部属院校转变为中央与地方共建，以地方管理为主，由此带来学校由原来的行业性院校变为地方性院校，学校定位、办学模式和人才培养模式发生巨大变化。学校对培养什么人和怎样培养人这两个教育基本问题进行了多年的思考、研究和探索，逐步形成了以建设有特色开放式工商大学为主线、以建设应用型人才培养特色名校为主题、以培养具有新儒商精神、具备新儒商素质的高素质应用型人才为目标的办学思路。多年来，学校一直重视学生人文素质和道德情操培育，在教学目标、课程体系、教学模式等方面进行了广泛的实践探索。我校公共管理学院从2005年开始，率先在社会保障、行政管理等专业开设了《中外文化经典导修》系列课程，并面向全校学生开设了《经典讲座》、《辩论之道》、《中国传统礼仪礼俗》、《中国儒学史话》和《孙子兵法与企业管理》等选修课程，同时还成立了“经典教育研究中心”和“中外文化经典教研室”，逐步建立起一支学历高、素质强、业务精、专兼职结合、校内外结合的教师队伍。这些课程的开设不仅受到广大学生的欢迎，也引起了全校师生的关注，学校对此给予充分肯定和支持，并在2006年

修订人才培养方案时将《中外文化经典导修》系列课程作为必修课纳入教学计划中。2006年山东省高校德育工作评估组对公共管理学院开展的经典教育工作给予了高度评价。自此,学校开设的人文素质类课程不断增加,课程内容不断丰富,参与的部门和教师不断增多,选修此类课程的专业和学生范围也不断扩大,逐渐形成了包括必修课、限制性选修课和任意选修课在内的课程群。全校围绕学习经典、弘扬中华文化为主题的学生活动逐渐增加。2009年我校积极组织承办了全国“中华诵·2009经典诵读大赛”山东省烟台分赛区的比赛,我校师生在初赛和全省决赛中都取得了优异成绩,我校经典教育工作给省语言文字委员会办公室领导和大赛评委专家留下了深刻印象。2010年我校被教育部确定为“中华诵·经典诵读行动”试点单位,为进一步拓展和深化我校的人文素质教育提供了新的契机和动力。在学校统一组织协调下,整合了全校相关院部的课程资源和师资力量,配合学校培养新儒商精神、具备新儒商素质的高素质应用型人才的要求,形成了由经典导修、经典诵读、经典应用三大模块组成的人文素质教育课程体系。

摆在读者面前的这套系列丛书,就是与我校人文素质教育课程体系相配套的教材,也是我校教师多年改革探索取得的重要成果。虽然其中可能存在一些值得商榷的地方,但这是教师们心血和汗水的结晶,更是一群热爱教育事业的知识分子锐意改革与勇于创新精神的体现。我相信,只要有了这种锐意改革与创新的精神,不仅山东工商学院的教学改革会取得长足进步,长期困扰教育界的培养什么人和怎样培养人的问题也会有一个清晰的答案,人民满意的高等教育必将在不远的将来成为现实。



# 编者序

《国家中长期教育改革和发展规划纲要(2010—2020年)》确定了“坚持以人为本、全面实施素质教育”的教育改革发展战略主题,并提出“面向全体学生、促进学生全面发展,着力提高学生服务国家服务人民的社会责任感、勇于探索的创新精神和善于解决问题的实践能力”的战略重点。

山东工商学院自建校以来不断进行教育教学改革,更新教育理念和办学思路,经过25年的建设和发展,学校办学定位更加清晰,教学改革不断深入,学校特色更加鲜明,人才培养模式更加完善。2005年之后,学校加大教学研究和教学投入,不断优化教学资源和学科布局,积极探索人才培养新模式,改变传统教学内容和教学方法,取得了显著成效。近年来,学校明晰了以建设有特色开放式工商大学为主题、以建设应用型人才培养特色名校为主线的办学思路,以社会需求为导向,积极为地方和行业经济社会发展服务,研究和构建了高水平的教育教学体系,针对社会对高级经管类专业人才的基本要求,提出培养理性与灵性并存、人文素养和科学精神兼备、有德有才、并具有新儒商精神的高素质人才。因此,在人才培养过程中,特别强调基本素养、学科素养和应用能力三方面并重,追求人才培养的独特性,着力打造具有学校特色的五大教育教学平台:思想道德教育平台、通识教育平台、专业教育平台、实践教学平台、能力培养平台,并为此设计了相应的教学环节、课程体系、教学内容、教学方法和管理制度,以保证人才培养目标的顺利实现。

由山东人民出版社出版的《中华传统经典教育系列教材》正是在这样的背景下,为满足人才培养和教育教学需要,在多年研究探索的基础上编撰而成。

本套教材分为三大系列:经典导修系列、经典诵读系列、经典应用系列,每个系列自成体系又互相联系。

经典导修系列教材主要从中外文化的源头着手,精心选择经典内容并对经典文献做必要的注解。全套丛书包括:《儒家文化经典导修读本》、《道家文化经典导修读本》、《佛家文化经典导修读本》、《诸子文化经典导修读本》、《文学艺术经典导修读本》等。这个系列教材最大的特点是经典性和系统性,使读者能直接与中华经典文化亲密接触,并在整个文化及历史

的大背景下理解经典,用心灵去深切地感受中华经典文化的基本精神,获得全面、立体的系统认识。这套教材不仅在内容方面有很高的层次和境界,而且为读者学习和理解中外文化提供了一个比较高的平台。

经典诵读系列教材主要是按照国家“中华诵·经典诵读行动”的要求,从弘扬中华优秀传统文化传统、传承民族精神和树立社会主义核心价值观体系及提高语言文字应用能力等方面着手,以推进素质教育、促进学生全面发展为目的而组织编写的,这套丛书包括:《唐宋名家词选读》、《中国新诗名作选读》、《朗诵艺术技巧与经典诗文朗诵指导》、《普通话技能训练与测试》、《中国书画鉴赏》等。这个系列教材的特点在于内容编写生动形象,既能满足教学需要又适合学生自学,既重视提高学生鉴赏水平又重视学生朗诵技能的锻炼,是一套融诵读、欣赏、练习于一体的优秀教材。

经典应用系列教材主要以中华经典文化为基础,充分挖掘中华经典文化中所包含的道德价值、精神养分、工作和生活的智慧,注重经典文化在现实社会的应用。这套丛书包括:《中华经典与现代管理》、《儒商之道》、《孙子兵法与战略管理》、《儒家经典与生活智慧》、《道家文化与管理哲学》、《易经与管理决策》、《黄帝内经与企业生命周期》、《佛教经典与现代管理》等等。这一系列教材形式多样、丰富有趣、通俗易懂,通过大量的案例分析来解读中华经典中所蕴涵的智慧,使读者在欣赏经典的同时享受着无穷的乐趣。

总之,这套《中华传统经典教育系列教材》不仅是山东工商学院几十年教育教学改革的成果,而且是中华经典文化的汇集,使我们在感受中华文化博大精深的同时,体悟中华经典文化中包含的人文关怀和人文精神,提高人文素养,也以此培养学生的历史感、民族自豪感、开阔的视野和对不同文明的理解力与包容性,从而获取人生智慧,培养健全人格。在此,也衷心希望热爱中华经典文化和教育事业的有识之士,与我们一起为弘扬中华文化和人才培养作出更大的贡献。

# 目 录

## Contents

### 第一章 普通话学习和水平测试

- 第一节 什么是普通话 ..... (1)
- 第二节 怎样学好普通话 ..... (1)
  - 一、影响普通话学习的原因分析 ..... (1)
  - 二、学好普通话的方法和技巧 ..... (2)
- 第三节 普通话水平测试简介 ..... (4)
  - 一、普通话水平测试大纲 ..... (4)
  - 二、普通话水平等级标准 ..... (9)
  - 三、普通话水平测试样卷 ..... (10)
  - 四、计算机辅助普通话水平测试系统操作流程 ..... (11)

### 第二章 普通话语音知识

- 第一节 普通话声调 ..... (18)
  - 一、声调与音高 ..... (18)
  - 二、调值与五度标记法 ..... (19)
  - 三、普通话四声 ..... (19)
- 第二节 普通话韵母 ..... (26)
  - 一、韵母的分类 ..... (26)
  - 二、韵母的发音 ..... (28)
    - i 和 u 韵母声旁代表字类推表 ..... (52)
    - 前鼻音和后鼻音声旁代表字类推表 ..... (54)



第三节 普通话声母 .....	(60)
一、辅音声母的发音 .....	(60)
第四节 音节及声韵调练习 .....	(63)
一、音节结构 .....	(63)
二、普通话声韵拼合规律 .....	(65)
三、声韵调拼合练习 .....	(65)
零声母例字表 .....	(80)
平舌音和翘舌音声旁代表字类推表 .....	(81)
n和l声旁代表字类推表 .....	(86)
r声母声旁代表字类推表 .....	(88)
f和h声旁代表字类推表 .....	(89)
第五节 普通话音变 .....	(91)
一、变调 .....	(91)
二、轻声 .....	(96)
普通话水平测试用必读轻声词语表(新大纲) .....	(97)
三、儿化 .....	(104)
普通话水平测试用儿化词语表(新大纲) .....	(108)
四、语气词“啊”的音变 .....	(112)

### 第三章 朗读测试指导

第一节 朗读的基本要求 .....	(116)
一、深入理解作品 .....	(117)
二、准确表达作品 .....	(118)
三、注意克服几种不正确的朗读方式 .....	(120)
第二节 朗读的基本技巧 .....	(120)
一、停顿 .....	(120)
第三节 朗读技巧综合训练 .....	(132)
普通话水平测试用朗读作品 60 篇 .....	(134)

**第四章 说 话**

第一节 命题说话简析 .....	(224)
一、命题说话的特点 .....	(224)
二、命题说话的要求 .....	(224)
三、说话测试过程中经常出现的问题 .....	(225)
四、解决说话测试中常见问题的方法和建议 .....	(228)
五、说话测试的应试步骤 .....	(229)
第二节 对测试用说话题目的分析与举例 .....	(230)
一、审题 .....	(230)
二、结构和层次 .....	(233)
三、说话举例 .....	(233)
普通话书评测试说话题目 .....	(236)
后 记 .....	(238)



# 第一章 普通话学习和水平测试

## 第一节 什么是普通话

普通话是现代汉民族的共同语,是现代汉语的标准语,它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。

普通话是以汉语授课的各级各类学校的教学用语,是以汉语传送的各级广播电台、电视台和各类影视作品必须使用的规范用语,是我国党政机关团体、企事业单位干部在工作中必须使用的公务用语,是不同方言区和国内不同民族之间的交际用语。

随着社会生活多元化和经济一体化,人们之间的交流越来越频繁,普通话作为各民族各地区的共同用语,越来越为人们所重视;对大学生来说,普通话作为个人综合素质的一部分也越来越凸显着重要作用。

## 第二节 怎样学好普通话

要把普通话说说得标准规范、和谐悦耳,需要下一番苦工夫。很多人意识到自己的普通话存在缺点和不足,想努力说好普通话,但总感觉无从下手,那就需要先分析一下影响我们说好普通话的各方面原因。

### 一、影响普通话学习的原因分析

#### (一) 方言负迁移

负迁移一般是指一种学习对另一种学习起干扰或抑制作用。通常表现为一种学习使另一种学习所需的学习时间或所需的练习次数增加或阻碍另一种学习的顺利进行以及知识的正确掌握。方言负迁移也就是在普通话学习过程中方言对于普通话语音、词汇、语法的影响,使我们



不能正确地掌握普通话。比如平舌音正确的成阻部位是舌尖抵上齿背，但是部分方言区所谓的“z、c、s”发音部位是舌尖抵上下齿之间，从而影响其成阻部位，错误地把齿间音当做平舌音。

### （二）心态的影响

很多人认为课上就可以完全纠正自己的错误或缺陷，但实际上大多数时候需要课下不断练习才能彻底纠正。语言是一种习惯，不能一蹴而就，必须坚持长期练习，才能彻底纠正不良发音习惯。而不能坚持课下练习是导致语音不能彻底改观的根本原因。

### （三）个人的错误分析

有的人不能发出翘舌音 zh、ch、sh、r，是因为他错误地把翘舌音的发音部位想象成舌头上卷，结果发出的翘舌音的发音部位接近于卷舌的位置，通俗地说，就是翘舌翘过了。还有的同学为了使自己的发音甜美好听，发舌面音 j、q、x 时有意将舌头靠前，导致舌面音发成了尖音，也就是我们常说的“女国音”。上述情况发生的原因是对语音缺乏正确的认识，因而只有适当的理论学习，才能帮助我们纠正自己的错误认识，发出正确的语音。

### （四）生理缺陷

有的人不能准确发音有可能与发音器官上的生理疾病或缺陷有关。比如有的同学说话带有严重的鼻音，而他的方言却并非鼻化音非常严重的地域，那么就应该考虑是否患有严重的鼻炎、鼻窦炎、鼻息肉，或者鼻中隔弯曲等情况；还有的同学大部分声母都不能标准发音，那就要考虑他的舌头是否存在某种生理缺陷。

## 二、学好普通话的方法和技巧

学好普通话其实就是使正确发音成为一种习惯，需要坚持不懈地练习，无捷径可言。但学习过程中确有一些正确的方法和技巧可以使我们的学习取得事半功倍的效果。

### （一）学好语音理论知识

大学生自小接受语文教育，词汇和语法方面受书面语影响较大，使

得方言与普通话之间的差别更多地局限于语音方面,因此,语音学习是普通话学习中的主要部分。

而语音理论知识是学好语音的前提和基础,学好语音理论知识,可以帮助我们科学地分析判断自己的错误和缺陷,正确指导我们的普通话语音练习,寻找切实可行的练习方法,从而掌握正确的发音技巧。

### (二) 经常进行听说训练

#### 1. 多听

大家都知道,若要练好英语口语,首先要多听,听多了,形成语感,自然就容易说好、说准。普通话学习也是如此。平时多听电台、电视台中的标准普通话播音,在看普通话电影、话剧时,注意听其中的对白,多与普通话发音比较准确的人聊天,自然会提高对语音的听感,时间长了,就会知道什么是正确的发音,自己也会自觉模仿。可以说,提高普通话语音听辨能力是我们学好普通话的第一步。

#### 2. 多练

在提高听辨能力,促进对正确语音形成语感的同时,还应对比自己的发音,结合所学的语音理论知识,找到差距,从而使我们的发音向正确方向逐步迈进。这实际上是一个试误的过程,通过“发现缺陷和错误——改进缺陷和错误——再发现——再改进”的过程,找到正确的发音部位和发音方法。接下来就需要艰苦练习,使正确的发音部位和发音方法成为自己发音习惯的一部分。

我们的发音器官由肌肉控制,改变发音习惯,其实就是要训练控制发音器官的肌肉,使自己能够熟练掌握发音部位和方法。正如要塑造形体一般,并非知道了训练方法就万事大吉,而是需要一段时间的坚持训练才能达到效果,普通话发音也是如此。当然,训练过程中我们会碰到各种问题,可以尝试通过下列方法加以应对。

① 不能发出正确读音时,可以参考下列步骤:

i) 进行对比分析。把自己的错误发音与正确读音进行对比分析,找出发音部位和发音方法上的差异,确认自己出错的原因。

ii) 找准发音部位。找出了差异,也找到了正确的发音部位,但自己





无法完全控制唇舌,可以用外力,比如手指等帮助舌头到达标准位置,然后逐渐习惯标准发音部位,直到舌头可以自如地找到该部位。

iii) 请位发音准确的老师或同学帮助听音,逐渐找到发音的最佳位置,然后,经常进行练习。

② 课上能够发出正确读音,但课下却忘记正确发音位置。

可以依据笔记,记下正确的部位和方法,请身边的人帮助找回上课时的正确发音,并时常监督提醒,使你在发错音时自己可以逐渐意识,并自我纠正。

③ 能够发出单字或单词的正确读音,一旦放入句中就会发错。

这说明你的单音或单字还未达到熟练并成为习惯的程度。记下你犯错的短语或句子,不断进行机械练习,逐一解决。

④ 能发出该系列一部分字的正确读音,但无法发出该系列字的全部正确读音。

i) 利用形声字声旁类推的办法来记忆。比如“曾、增、赠、憎、甑、缙”的韵母都是“eng”,我们记住一个,其他的都可以类推。当然,有时候形声字中的声旁发音经过历史语音衍变,会发生变化,因而不能完全依赖这种方法。

ii) 利用对照辨音字表,依照“记少不记多”的原则来记忆。比如,“lóng”和“nóng”这两个音节,“nóng”这个音节一共只有四个汉字,而“lóng”则有七个汉字,那么我们记住“农、浓、脓、依”,剩下的我们分不清是“lóng”还是“nóng”的音,我们都可以判断为“lóng”。

iii) 可以利用方言母语与普通话在声韵调方面的对应规律来记忆。如不少地区的方言中分尖团音,而普通话不分尖团音,学习时,除了极个别情况,把尖音改为相应的团音就可以了。

### 第三节 普通话水平测试简介

#### 一、普通话水平测试大纲

根据教育部、国家语言文字工作委员会发布的《普通话水平测试管