

播音主持

BOYINZHUCHIJINENGXINTAN

技能新探

● 龚晔颖 编著

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

播音主持

BOYINZHUCHIJINENGXINTAN

技能新探

● 龚晔颖 编著

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

8888811

图书在版编目(CIP)数据

播音主持技能新探 / 龚晔颖编著. — 北京: 中国
广播电视出版社, 2011. 7

ISBN 978 - 7 - 5043 - 6440 - 1

I. ①播… II. ①龚… III. ①播音员—语言艺术
IV. ①6222. 2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 087511 号

播音主持技能新探

龚晔颖 编著

责任编辑 张安平

封面设计 人文在线

责任校对 李美清

出版发行 中国广播电视出版社

电 话 010 - 86093580 010 - 86093583

社 址 北京市西城区真武庙二条 9 号

邮 编 100045

网 址 [www. crtp. com. cn](http://www.crtp.com.cn)

电子信箱 [crtp8@sina. com](mailto:crtp8@sina.com)

经 销 全国各地新华书店

印 刷 北京振兴源印务有限公司

开 本 710 毫米×1000 毫米 1/16

字 数 297(千)字

印 张 22. 25

版 次 2011 年 7 月第 1 版 2011 年 7 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978 - 7 - 5043 - 6440 - 1

定 价 45. 00 元

(版权所有 翻印必究·印装有误 负责调换)

内容提要

全书由六章组成，通俗易懂地阐述了“播音主持技能的特性、普通话语音的规范、播音发声的技巧、文学作品的朗诵、即兴口语的表达和形象气质的展示”方面的内容。

本书可作播音主持专业的培训教材，也可供大、中学语言类师生参考。



前 言

播音主持艺术是一门综合性、实践性很强的边缘学科，它涉及到语言学、播音学、传播学、新闻学、社会心理学和美学等多种学科。其主要课程有：普通话语音、播音发声、语言表达、节目主持艺术、演讲与论辩、新闻采编与写作、电视节目策划与制作、形体/形象设计与造型、美学与心理学等等。

在全国大力推广和普及普通话的背景下，播音主持专业课程不仅是一门艺术，更是当今社会激烈竞争中脱颖而出的一项重要技能。它是指在播音主持学科领域内，符合人们生活需要并能运用到实际生活中解决问题、攻克难关的技术。更确切地说，就是从普通话语音的规范、气息发声的专业化、文艺作品朗诵和应变能力的强化、自身外在形象的塑造等专业方面增强自身的综合素质，提升自我市场竞争力的一个重要技能。而这些技能不只是所有能够学习的孩子们需要吸收的“专业营养”，更是求职者们获取成功、上班族得以晋升的必备条件。

当然，对于非专业的学员，由于没有播音主持专业的基础知识，没有足够的时间和精力，或是一时找不到合适的专业老师，或是没有



毅力长期坚持自修训练等诸多原因，会淡化求学的热情、兴趣和信心。为了消除这些不利因素，本书在广泛吸纳先哲前辈宝贵经验的基础上，试图别开生面，将趣味、方法贯穿其中，通过六个章节的叙述，调动和激起求学者的情感和兴趣，使之沿着正确的轨迹学习下去，以便其快速地认识和掌握播音主持的基本技能，为其进一步深造做好铺垫。

本书在写作过程中得到了我的老师谢伦浩、彭露、陈天嵩、江雪燕、吴晓珍、张国光、张弛的指点和帮助，也得到了院领导田中阳院长、龚向明书记等的关心和支持。在此深表谢意！特别是：在内容描述与素材选择方面难免挂一漏万和失之武断，敬希不吝指正。

龚晔颖

2011年1月于湖南师范大学



目 录

前 言	1
第一章 播音主持技能的特性	1
第一节 播音主持技能的界定	1
一、播音主持技能的概念	1
二、播音主持艺术与播音主持技能的联系	2
三、播音主持艺术与播音主持技能的区别	3
第二节 播音主持技能的意义	3
第三节 新探三计	4
一、建立自信心	5
二、明确学习目标	6
三、挖掘趣味引力	8
四、讲究辩证理解	10
五、坚持连贯学习	11
六、重视成果展示	12



第二章 普通话语音的规范	13
第一节 普通话语音的概念	13
一、何谓普通话语音	13
二、语音常识	13
第二节 普通话语音的规范	14
一、声母	15
二、韵母	27
第三节 声调辨正	35
第四节 语流音变	45
一、变调	45
二、轻声	46
三、儿化	54
四、“啊”的音变	58
第五节 绕口令训练	60
第六节 新探攻“关”术	72
一、联想记忆	73
二、对比学习	75
三、记忆规律	78
第三章 播音发声的技巧	85
第一节 播音发声的概念	85
第二节 口腔控制	87
第三节 呼吸控制	91
一、深呼吸法	94
二、吐气法	95
三、慢吸慢呼法	95



四、慢吸快呼法	96
五、快吸快呼法	96
六、快吸慢呼法	98
第四节 综合技巧	101
一、制定详细提纲	101
二、数数法	103
三、古体诗词法	105
四、播报法	108
五、相声法	110
第五节 新探法则	117
一、概念简化	117
二、练声提纲	119
第四章 文学作品的朗诵	121
第一节 朗诵的界定	121
第二节 朗诵技巧简述	123
一、什么是朗诵	123
二、朗诵前的准备	124
三、朗诵的简要技巧	125
四、朗诵的态势语	130
第三节 新闻播音	130
一、新闻播音	130
第四节 诗词朗诵	139
一、古典诗词	140
二、现代诗词	145
第五节 散文朗诵	157
第六节 小说故事和寓言朗诵	202



一、寓言	202
二、小说	209
三、故事	223
第七节 剧本台词演播	227
一、小品	228
二、对诵	240
三、童话剧	250
第八节 新探口诀	254
第五章 即兴口语的表达	257
第一节 即兴口语的概念	257
第二节 自我介绍	259
第三节 故事现编	264
一、故事现编的误区	264
二、串词编故事题要点	265
第四节 即兴演讲	270
一、即兴演讲的方法	270
二、即兴演讲的框架	274
第五节 即兴主持	285
一、小栏目主持	286
二、新闻类主持	287
三、晚会主持	290
第六节 集体论辩	297
第六章 形象气质的展示	303
第一节 形象气质的内涵意义	303
第二节 得体的仪表	306



一、仪表得体的要求	306
二、服装得体的搭配技巧	307
三、妆面得体的要求	309
第三节 端庄的态势	310
一、目光语训练	311
二、坐姿训练	312
三、站姿训练	313
四、走姿训练	314
五、表情语训练	315
六、手势语训练	315
七、常用的态势礼仪	318
八、话筒的使用	320
附录：普通话水平自测	322
参考文献	341



第一章 播音主持技能的特性

第一节 播音主持技能的界定

一、播音主持技能的概念

播音主持艺术涉及很多学科，它需要分析不同言语形式与心理机制及生理机制的关系，研究创作心态差异和肌体反应差异对言语表达模式的影响。其主要课程有：普通话语音、播音发声、语言表达、节目主持艺术、演讲与论辩、新闻采编与写作、电视节目策划与制作、形体/形象设计与造型、美学与心理学等等。而在当今社会，播音主持艺术专业中的具体学习内容包含了普通话语音的规范、朗读技巧、命题写作、新闻类及文艺类作品演播技巧、自我介绍的设计与表达、即兴演讲与即兴评述、形象设计……可见，它既是艺术性的专业学科，其重要技能的作用在现实生活中亦非常显著。

随着普通话的普及，能在各种场合张口即来、出口成章、随机应



变、气场压人，已然成为播音主持专业的学生们的一个亮点，也是人们谋取功利的一种技巧性手段。因此，从广义上来谈，播音主持技能是指一切构成播音主持艺术的技巧要素。

但从狭义上来说，播音主持技能是指在播音主持艺术课程范畴内，符合人们生活需要并能运用到实际生活中解决问题、攻克难关的技术。具体地说，就是从普通话语音的规范，气息发声的专业化，文艺作品朗诵和应变能力的强化，自身外在形象的塑造等专业方面增强自身的综合素质，提升自我市场竞争力的一个重要技能。

二、播音主持艺术与播音主持技能的联系

播音主持艺术和播音主持技能都是文学艺术范畴内的综合素质的拓展，二者不可分割、相辅相成。进一步说，播音主持技能是播音主持艺术的重要组成要素，是播音主持艺术的基本实现形式。它通过对播音主持艺术要素进行有效归纳，从而充分地发挥其实用价值。播音主持艺术内含播音主持技能，是播音主持技能的最高追求，对其有着引导作用。它们相互依存，却不可相互取代。

首先，它们的最高追求点一致。播音主持艺术对播音主持技能起着支配、统率作用，它协调各项技能向着统一的方向发展。它们都是通过提高专业领域内的各项要素，最终实现其最高追求。播音主持技能从属于播音主持艺术，所以，播音主持艺术的最高追求点就是播音主持技能的最高追求点。

其次，它们相互渗透、相互作用。播音主持艺术专业的发展会有力地推动播音主持技能的完善，而播音主持技能的提高又是播音主持艺术的培训过程。如果掌握不好播音主持技能，是达不到播音主持艺术境界的。由此，为追求最佳的学习效果，要防止把播音主持艺术和播音主持技能完全对立起来，要在播音主持艺术的指导下，充分发挥播音主持技能的各项作用。



可见,播音主持艺术与播音主持技能是相互依托、密不可分的关系,它们互为基础,不可任意分离。

三、播音主持艺术与播音主持技能的区别

播音主持艺术和播音主持技能虽相互联系,却又相互区别。

首先,它们的地位不同,播音主持艺术处于主导地位,而播音主持技能处于从属地位。

其次,它们的培养目标、培养对象不同。通常,播音主持艺术着重培养播音员主持人,学习要求更高,讲究专业层次的深度和广度,甚至要求学员升华所学内容。而后者,可以用来针对非专业人士或基础尚浅的人,注重学习的效率性和实用性,最好能使学员快速全面地了解概况,产生学习兴趣。总的来说,播音主持艺术是以培养专业人才为目的,而播音主持技能可以用于人们生活之中。前者偏重于艺术价值,而后者偏重于实用价值。

再说,它们的范围不同。播音与主持艺术的范围较大,除了播音主持技能部分,还有深广的理论学习;而播音主持技能,则更注重其专项的实用性。

总之,在学习中我们要注重二者的关系和各自的意义。不能混为一谈、囫囵吞枣,更不可以偏概全,自以为是。

第二节 播音主持技能的意义

播音主持技能就可以帮助人们打开“话匣子”,直率坦诚地表达出你的想法。掌握语言表达技巧,提高自身的综合素质,成为口才高手,在社会中竞争中更有优势。“茶壶倒饺子——没戏”这句谚语的苦楚,在遭遇激烈竞争时,就真是“哑巴吃黄连,有口难说”了。



据美国心理学家研究：绝大多数的招聘者在应试者进门的6—15秒钟就已经形成了对该应试人员的总体印象，而这种“刻板印象”将在很大程度上决定你将被是否被录取，并在工作后的相当长时间内影响着他人对你的能力评价。而此时，得体的语言，优雅的风度，悦耳自然的声音是你应聘的最好“名片”。学会如何正确的表达是与人沟通、交流的先决条件，也将是你在竞争中的获胜的筹码。

对于所有孩子的成长，也是同样的道理。孩子如果不会说话，严格地说并不是一件小事。说话是一种能力，也是一种资本，中外儿童心理专家和教育专家一直忠告家长，切不可轻视孩子的语言表达能力的培养。要从小培养和锻炼孩子的说话能力，要从小鼓励孩子大胆说话，掌握说话的本领：努力做一个善于说话、能说会道、能言善辩的人，毕竟在生活中能说会道的孩子会比沉默寡言的孩子更讨人喜欢。而这些孩子，往往会更加开朗乐观和更加健康自信。

播音主持技能，原本是用来培养专业播音员主持人在自身魅力、语言表达、控制和应变等方面的能力。而今，掌握这些播音与主持的这些基本技能意味着提升自身的市场竞争力与自我价值。当然一口流利的普通话，那是每个中国人应有的本事，同时扎实的语言功底，是完成更高阶段的学习和工作所必须具备的基础。

第三节 新探三计

所谓新探三计，就是在学习播音主持技能时，不能一味地埋头苦干，要有“计谋”、有“计策”、有“计划”，统称三计。

①有计谋，即在学习之前一定要想清楚自己的学习目的和学习目标，做到心如明镜，想法清晰。

②有计策，即挖空心思地思考如何学好这门技能，要善于总结归



纳，寻找规律，用适当的对策来提高学习效果。

③有计划，即能根据自己的实际情况统筹规划后，及时整理出合适的学习计划，然后按计划严格执行。

概括起来应该遵循：循序渐进、熟读精思、知行统一的大原则。那么如何引导学员快速地认识和掌握播音主持专业领域里的这些基本技能呢？按照“三计”规则，可以从以下六个方面入手：

一、建立自信心

建立自信心，这是本节②中要展开的内容。因为自信是挖掘和发挥潜力的最佳法宝，也是促使事物获得成功的因素。所以把它放在首要地位来讲述。如果连自己都不相信自己可以做好，那就失去了坚持的信念。

毫无疑问，生活中不可能永远充满鲜花和美酒，风雨坎坷在所难免。如果没有自信，做事情便放不开手脚；说话怕人嘲笑，不敢去说。问题是：越是不敢就越没有成就感，就会更加自卑，更加没有自信。

伟大的发明家爱迪生说过：“天才=百分之一的灵感+百分之九十九的汗水。”那么，说话也是同样的道理，没有谁天生就能说好话。但只要舍得坚持，肯下苦功，说话并不是难事，每个人都能把话说得很漂亮。因此，在语言学习中不能被学习挫折吓倒，我们要建立自信心。攻克“不敢”这个关卡，从而成为“敢于说话、敢于展现自我”的人物。

具体的办法是：

(1) 多照镜子，接受自己。照镜子不只是看长相如何，重要的是看整体形象和说话的态势。在说话的时候，如果具备良好的气场和适合自身的姿势即使没有标准的普通话语音，也会让人觉得说话的人很有分量。但这一切都是经过精心的准备和练习的，应试着多在镜子前



练习说话，一来可对不好的嘴型和态势语及时作出调整；二来了解并接受自己的形象，自我肯定，获得心理自信。

(2) 多做交流，敢于说话。学习语音时，应该多说多练。在说话能力方面只有两类人：一类人说得好，另一类人说得不好；而说得不好的人要靠多说，才能变成说得好的人。千万不要因为怕说错而不敢开口，其实说得多了，习惯了自己的语言面貌，胆子就大了。最好是多与普通话好的人说话，因为他们对字音的错误相对敏感，可以帮你正音；另一方面，正确的语流和语调对学习大有益处。而在大量练习中，学员说话能力的进步会自然而然成为其自信心的根源。

(3) 多朗诵，培养兴趣。朗诵相对语音的基础学习，艺术性和趣味性强。学员在学习过程中，应把基础的语音练习和朗诵结合起来学习。爱因斯坦说：“兴趣是最好的老师”，可以用朗诵作为兴趣源头带动语音的整体学习。当学员爱上朗诵时，便不会把字音问题当作难关，从而会积极地去攻克它。初学者可以试着模仿朗诵艺术家的声音状态、语调起伏、语势高低、情感变化等方面来练习朗诵，暂时先用情感和感觉掩盖字音问题，尽量做到“外在神似，像模像样”。如此这般，学员一想：朗诵我都行，说话怎么会不行呢？为什么要不自信？

二、明确学习目标

明确学习目标，属于本节②中要展开的内容范畴。换言之，你究竟想从这门课程中得到什么，是建立语言自信还是掌握说话技巧？是增强反应能力还是学习朗诵方法？是想说好普通话还是想打好播音主持艺术基础？假使想要速效，就必须有所侧重；想要面面俱到，就要讲究时间的延续性。不同的学习目标直接影响着学习计划和学习效果。因此，学员在学习之前，一定要明确自己的学习目标，建立适合自己的学习体系，有计划地去努力。

确切地说，应根据个人情况，如你自身学习基础好坏，学习时间