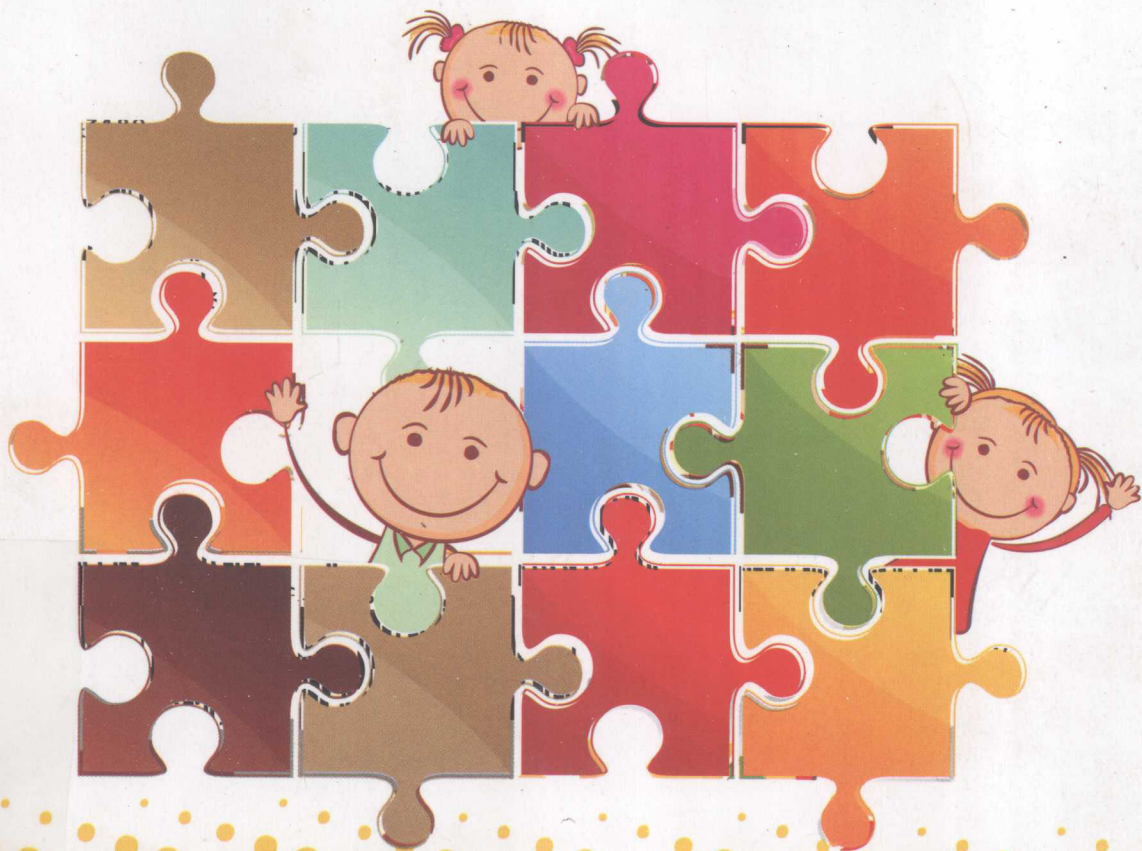


中等职业学校学前教育专业“十二五”规划教材

幼儿 教师口语

YOUER JIAOSHI KOUYU

◆主 编 曲晓东
◆副主编 张祖良



西安电子科技大学出版社
<http://www.xdph.com>

H14
164

中等职业学校学前教育专业“十二五”规划教材

幼儿教师口语

主 编 曲晓东

副主编 张祖良

西安电子科技大学出版社

内 容 简 介

“幼儿教师口语”旨在通过普通话训练、一般交际口语技能训练和幼儿教师职业口语训练,使学前教育专业学生在掌握幼儿教师口语基础知识和表达技巧的基础上,进一步强化综合能力。

本书主要内容包括:幼儿教师口语涉及的基本知识、基本理论,从普通话训练、一般交际口语技能训练到幼儿教师职业口语训练(包括教学口语、教育口语和社会交际口语),以及学龄前儿童语言能力培养等。

本书可作为中等职业学校学前教育专业教材。

图书在版编目(CIP)数据

幼儿教师口语/曲晓东主编. —西安:西安电子科技大学出版社,2013.9

中等职业学校学前教育专业“十二五”规划教材

ISBN 978 - 7 - 5606 - 3189 - 9

I. ① 幼… II. ① 曲… III. ① 汉语—口语—中等专业学校—教材 IV. ① H193.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 204559 号

策 划 高 樱

责任编辑 杨丕勇 高 樱

出版发行 西安电子科技大学出版社(西安市太白南路2号)

电 话 (029)88242885 88201467 邮 编 710071

网 址 www.xduph.com 电子邮箱 xdupfb001@163.com

经 销 新华书店

印刷单位 陕西华沐印刷科技有限责任公司

版 次 2013年9月第1版 2013年9月第1次印刷

开 本 787毫米×1092毫米 1/16 印张 15

字 数 356千字

印 数 1~3000册

定 价 28.00元

ISBN 978 - 7 - 5606 - 3189 - 9/H

XDUP 3481001 - 1

* * * 如有印装问题可调换 * * *

前 言

教育家苏霍姆林斯基说：“老师的语言修养决定了学生在课堂上脑力劳动的效率。”教师口语艺术的高低，直接影响着教书育人质量的优劣。尤其对于学龄前儿童，各方面知识的学习及个性品质的养成在很大程度上来自于教师的语言表达，幼儿教师的职业口语应符合幼儿的思维方式和接受能力。幼儿思维方式以形象思维为主，他们需要亲自看、听、尝、闻、摸、动，需要依赖视觉形象、听觉形象以及其他感知形象来认识事物。所以，给幼儿传授知识的话语要有鲜明性，就是语言表达要有视听效果、动态美感、情感趣味，能唤起幼儿对具体事物的真切感知，调动他们的各种感官去思维、联想、想象、回忆、行动，从而有助于对他们进行教育和熏陶。与此同时，幼儿学习语言的基本方法是模仿，这就要求幼儿园教师能够提供正确的言语范例，而正确的言语范例也应该注意“口语清楚明确，文理通顺、有文学修养”，富于表现力；在表达方法上要适于幼儿的接受水平。这里的“表现力”是指语言要具有鲜明性。可见，幼儿的思维方式与习得语言的途径决定了幼儿教师的职业口语表达应该具体、生动、形象，使幼儿感到如见其人、如闻其声、如临其境。所以，对幼儿教师进行科学、系统、严格的口语训练具有重要的意义。然而在学前教育专业职业口语训练中已有的训练方法却很难达到良好的效果。因此，有必要探索更加有效的学前教育专业职业口语训练模式。为此我们编写了本套教材。

本书从学前教育专业的角度出发，针对幼儿教育对象的特殊性，融基础理论知识和基本技能训练为一体，系统阐述幼儿教师口语的基本理论、基础知识和训练方法，结合幼儿园教育教学的实际，通过范例分析、训练材料、思考和练习，力求做到理论与实践相结合，讲解和训练相结合。突出针对性和实用性，以提高未来的幼儿教师的口语表达能力。

本书在编写时力求全面、准确地体现《学前教育专业教学大纲》和《师范院校“教师口语”课程标准》的精神和要求，依据科学性、实用性和师范性的编写原则，建立起以提高幼儿教师职业口语运用能力为主线的训练体系。

本书力求体现以下特点：

(1) 突出实用性。从理论的阐释到练习材料的选择，尽量考虑学前教育专业学生的年龄、性别、职业特点，并结合幼儿园的教育教学实际，使其具有针对性和实用性。

(2) 力求创新性。在基础理论和基本知识的传授方面,坚持以应用语言学、现代汉语知识、国家语言文字政策为基础,吸收国内外语言学、学前教育学、心理学等学科的前沿性研究成果,力求在教育理念、内容上有所创新。

(3) 体现新颖性。新世纪开放性经济、多元性文化带来了当代社会语境的迅速扩大以及语料的丰富多样,本书尽可能体现当代语言的变化和语境的拓展,帮助学前教育专业学生处理好规范与创新的关系。在“吸收新鲜空气”的同时自觉抵制语言垃圾。

(4) 注重趣味性和可操作性。本书深入浅出的基础理论知识阐述,理论和实践相结合的训练原则,生动有趣的训练素材和内容,行之有效的训练方法等,使其具有一定的趣味性和可操作性。

本书共分三篇十一章,上篇为普通话训练,中篇为一般交际口语技能训练,下篇为幼儿教师职业口语训练。普通话是教师的职业语言,是教师口语的前提,贯穿本课程的始终;一般交际口语是社会人际交往中基本的口头语言活动,是教师职业口语训练的基础;职业口语是用标准或比较标准的普通话表达的符合教育教学要求的专业用语,通过教学和专业训练,培养学生从事教育教学职业的基本技能。

本书结合学前教育专业教育教学的实际,设计了有针对性的练习。训练体现开放性的特点,减少虚拟场景,增加实际操作;重训练过程,重评价创新,努力实现训练的真实效果;尝试配套数字化教学资源,以便促使教师口语课程的教学质量迈上新台阶。

本书由曲晓东担任主编,张祖良担任副主编。其中,导言、第一章至第八章由曲晓东编写;第九章至第十一章、附录由张祖良编写。全书由曲晓东统稿。由于时间仓促,书中难免有不当之处,恳请读者批评指正。

编者

2013年6月

目 录

导言	1
----------	---

上篇 普通话训练

第一章 语音常识与发声技能训练	4
第一节 语音是怎样发出来的	4
第二节 发声技能训练	5
思考与练习	9
第二章 普通话语音训练	11
第一节 普通话与方言	11
第二节 普通话语音训练	12
思考与练习	23
第三章 普通话水平测试与训练	26
第一节 普通话水平测试概述	26
第二节 普通话水平测试训练指导	27
思考与练习	32

中篇 一般交际口语技能训练

第四章 一般交际口语概述	65
第一节 一般交际口语的特点	65
第二节 一般交际口语使用中应注意的几个问题	66
思考与练习	67
第五章 一般交际口语技能训练	69
第一节 听话技能训练	69
第二节 说话技能训练	71
第三节 朗读技能训练	79
思考与练习	85
第六章 态势语训练	88
第一节 态势语概述	88
第二节 态势语训练	90
思考与练习	91

下编 幼儿教师职业口语训练

第七章 幼儿教师职业口语概述	93
-----------------------------	----

第一节 幼儿教师口语的基本要求	93
第二节 幼儿教师口语能力的潜质	95
第三节 幼儿教师禁忌语	98
思考与练习	102
第八章 教学口语训练	103
第一节 教学口语的使用原则	103
第二节 教学口语分类训练	111
思考与练习	118
第九章 教育口语训练	120
第一节 教育口语的使用原则及特点	120
第二节 幼儿教师的语言素养及其思考	126
第三节 教育口语分类训练	129
第四节 适应不同幼儿的教育口语训练	142
思考与练习	143
第十章 幼儿教师其他工作用语	148
第一节 幼儿教师其他工作用语的使用原则	148
第二节 对不同工作对象的口语交际艺术	150
思考与练习	153
第十一章 学龄前儿童语言能力培养	154
第一节 学龄前儿童正常语言发展概述	154
第二节 学龄前儿童语言能力的培养	156
思考与练习	179
附录	186
附录一 普通话异读词审音表	186
附录二 普通话水平测试常用平翘舌词语表	201
附录三 普通话水平测试常用轻声词表	213
附录四 难读易错词语一览表	218
附录五 3500个常用汉字	227
附录六 幼儿教师专业用语 100 句	231
参考文献	234

导 言

教师口语是教师“传道、授业、解惑”的主要工具，是各级各类学校教师、师范类院校学生必备的职业能力。在幼儿园这个相对特殊的环境里，作为教育教学工具的幼儿教师口语，其特点及分类等问题的研究都取决于教师的角色定位。因此，我们对幼儿教师口语的认识，首先就要从幼儿教师的角色定位开始。

一、幼儿园课程改革中的幼儿教师角色

在日常生活中，常常可以听到这样一些关于教师的隐喻“教师是蜡烛”、“教师是园丁”、“教师是人类灵魂的工程师”。姑且不论这些隐喻的合理性，至少它们在一定程度上反映了特定社会背景下人们对教师行为的某种预期，也从一个侧面体现出了人们对教师角色的直觉感知。在传统幼儿教育中，我们常常听到这样的话：“一二三，快坐好！”“请你们跟我这样做！”如此等等，彰显出教师是教育方案的设计者、执行者，是知识、技能的传递者，是幼儿行动的指挥者。针对这种现象，国家教育部颁布了《幼儿园教育指导纲要（试行）》。该纲要在以人为本思想的指导下，对幼儿教师在新课程中的角色定位提出了全新的、更高的要求，明确将其定位为“幼儿学习活动的支持者、合作者、引导者。”幼儿教师应该成为课程开发的全程参与者和研究者，由传统知识的传授者转变为为幼儿提供舞台，指出方向，并在关键时刻给予幼儿指导和支持的良师益友。

幼儿教师作为幼儿学习与发展的“支持者、合作者、引导者”的角色是不可替代的，同时这一角色的成功扮演也是教师过硬的教育教学技术和良好的专业能力与素质的充分体现。教师每天与幼儿一起学习、互动，他们的语言不仅要符合一般的语言规律，而且要符合幼儿教育的特别要求，适应幼儿心理特征。教师只有掌握了这种职业语言，并自觉地在幼儿教育教学中运用，才能产生预想的教育效果。因此，掌握和运用语言艺术是幼儿教师的一种基本素质。

幼儿正处于身心发展的敏感期，教师的语言如果能够在活动过程中化深奥为浅显，化抽象为具体，化平淡为神奇，便能激发幼儿的学习兴趣，引起幼儿的注意力和求知欲望。现代幼儿园教育过程已不再是一种从教师向幼儿单向的传递有关知识的过程，而是通过交流和对话让幼儿主动进行“社会的、认知的知识建构和与他人进行意义协商的动态过程。”因此，作为对话一方的教师，其语言对幼儿的发展将产生深刻的影响，可以帮助幼儿学会交际、学习语言，帮助幼儿社会化。

二、幼儿教师口语的基本特征

教师口语作为一种职业语言，有其特定的要求和规范，符合一定的标准。对幼儿教师来说，其口语在其他类型教师语言的规范性、逻辑性、启发性、激励性的基础上，还应具有以下特征。

（一）形象生动

幼儿阶段思维的特点是具体、形象，他们容易接受直观、生动、具体的事物，对概念的感知和理解更需要借助于形象。因此，幼儿教师要善于运用语言创造直观形象，来帮助幼儿了解各种抽象的事物、词语、概念。如创作于上世纪50年代，影响了几代人的童话故事《小蝌蚪找妈妈》的开头：“暖和的春天来了，池塘里的冰融化了，柳树上长出了绿色的叶子，青蛙妈妈在泥洞里睡了一个冬天，也醒来了……”形象生动的语言将读者引入到一个生机盎然、令人神往的童话世界，激起了听众的兴趣和想象。之后用小蝌蚪一次次找错妈妈的情节把青蛙成长的过程描绘得诗情画意，使人终生难忘。

（二）生活化

语言的生活化，是指幼儿教师组织幼儿活动时应当较多使用常用的非概念化的日常生活交际语言。语言的生活化是由幼儿教育内容的生活化所决定的。幼儿在幼儿园学习的内容既包括认识周围世界和发展心智的认知经验和方法，也包括一些基本的生活和“做人”所需要的态度和能力，这些内容都与他们的生活直接相关，他们需要在生活中学习如何生活、在生活中学习与人交往、在生活中学会做人，脱离幼儿已有生活经验和幼儿生活实际的抽象概念和语言是幼儿无法理解和掌握的。虽然幼儿教师可以偶尔使用一些书面语言形式的词语和专门化的科技语言，但这些语言必须是幼儿生活中常见的和符合幼儿认知水平的。例如，教师要求幼儿给桌上的不同形状的插塑分类时，使用“下面请小朋友送三角形的插塑回家（画有三角形的小篮子），送正方形的插塑回家”远比使用“下面请小朋友按形状给这些插塑分类”效果好。“送……回家”是幼儿经常可以听到的生活语言，而“形状”、“分类”是比较抽象的概念，而且日常交际中，幼儿很少接触到，所以幼儿理解起来比较困难。

（三）结构简化

幼儿年龄小，理解能力弱，这就决定了教师在使用语言时应当避繁求简。教师在与幼儿交谈时，其语言中的词汇和语言结构应当有所调整：句子不宜过长，复合句和并列句不宜过多，多用动词、形容词，少用抽象的名词和副词，语法和语义关系也应限定在一定的范围之内。如《小猪盖房子》的开头：“猪妈妈有三只小猪，一只小黑猪，一只小白猪，还有一只小花猪。”这一段故事共用了四个单句，后三句结构相似，都是由主谓宾句子主干成分构成的简单句式，“一只……”，“一只……”，“还有一只……”的重复，看似啰嗦，却与上句的“猪妈妈有三只小猪”相照应，符合幼儿的认知特点。

三、幼儿教师口语的教与学

幼儿教师口语是一门技能性特别强的课程。获得这一技能的途径可能因人而异，概括起来看，大致有三种：一是直接从实践中获得，通过自身刻苦地训练和利用一切场合进行口语表达的训练，从而提高自己的口语水平；二是借鉴别人成功的经验或失败的教训，使自己少走弯路，实现水平提高；三是认真学习有关的理论，如语言学、教育学、心理学等，使自己站得更高，训练更有针对性，做到不仅知其然，更能知其所以然。理论指导下的口语技能训练，往往能取得事半功倍的效果，但理论不能代替实践。所以，不要理论，或者盲目迷信理论，都是不足取的。

既然幼儿教师口语是一门技能性课程，那么学好这门课，掌握这一技能，就必须在基

本理论的指导下进行刻苦的训练。实践训练可分为两类：一是正规的课堂训练。把学习内容分为几个阶段，有计划、按步骤地进行规范的课堂训练。二是个体的自我训练。教师口语的学习是一项长期工程，每个学前教育专业的学生在教育教学的实践中都要不断地进行自我训练，事实上，成功的教师口语往往是通过反复的自我实践获得的。例如，特级教师于漪，她为了规范教学用语，把在课堂上要说的话写成语言规范的详细的教案，下课以后，再写出详细的教学心得，找缺点，挖不足，以激励自己不断改进。她把这种训练方法称为“以死求活”。总之，口语表达能力的提高是一个长期渐进的过程，不能一蹴而就，必须加强实践训练，才能水到渠成，运用自如。

上 篇

普通 话 训 练

第一章 语音常识与发声技能训练

第一节 语音是怎样发出来的

一、发音器官

人的发音器官包括肺、气管、喉(包括声带)、咽、鼻和口。从作用上看,这些发音器官可以分为三个部分。

(1) 呼吸器官:肺和气管。

肺是发音器官的动力站,气管是气流的通道。发音时肺部收缩,挤出气流由气管、喉头和声门进入口腔或鼻腔,通过某些部位的调节作用,就发出了各种不同的声音。

(2) 发声器官:声带和喉头。

喉头由多块起支架作用的软骨和调整其运动的肌肉构成,声带是两条富有弹性的纤维质薄膜。作为人类发音的主要颤动体,声带的长短、厚薄不同,发出的声音就会有音高、音色等方面的差别。

(3) 共鸣器官:口腔和鼻腔。

口腔是形成各种音素的主要器官。口腔的上部是上腭,包括上唇、上齿、上齿龈、硬腭、软腭和小舌;下部是下腭,包括下唇、下齿、舌头。舌头又分为舌尖、舌面、舌根。其中

唇、舌、软腭和小舌是活跃分子，叫主动器官，其余不能活动的部分叫被动器官。鼻腔和口腔靠软腭和小舌隔开。软腭和小舌上升时鼻腔闭塞，口腔畅通，这时发出的音在口腔中共鸣，叫做口音。软腭和小舌下垂，口腔某部位闭塞，气流只能从鼻腔呼出，这时发出的音主要在鼻腔中共鸣，叫做鼻音。

普通话语音绝大部分是口音，少数是鼻音。

图 1-1 所示的发音器官图，有助于我们了解发音器官的各个部位，便于掌握普通话每个音的特点。

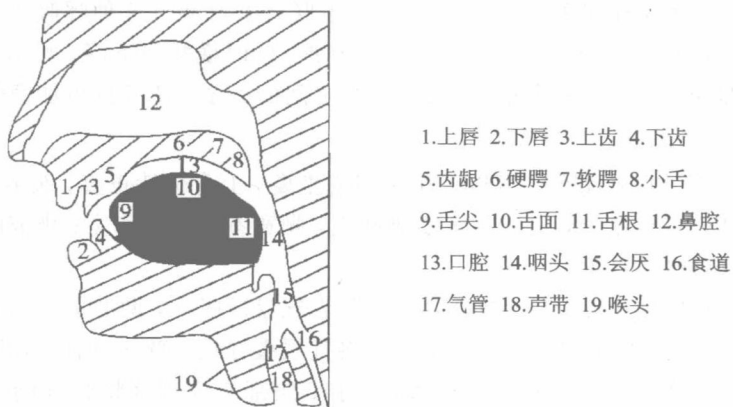


图 1-1 发音器官图

二、发音原理

人体发音器官在大脑的相关指令下进行活动，就产生了语音。

肺部产生的气流通过支气管、气管到喉，在喉部引起声带振动，产生基音。基音经过咽腔、口腔、鼻腔时产生共鸣，使声音得以扩大和美化。声音和气流在口腔中受到唇、齿、舌、腭等的调节，形成了负载信息的语言符号——语音。

第二节 发声技能训练

对教师而言，口头表达能力是最基本最重要的职业技能。要想使自己的语音准确、清晰、响亮、圆润，并具有一定的魅力，就需要掌握一些发声技能。科学的发声方法是，在气息的推动下，经过各共鸣腔体扩大音量、美化音色后，传出体外。

一、用气发声

气息是人体发声的动力。声音的强弱、高低、长短以及共鸣状况，与呼出气息的速度、流量、压力大小都有直接关系。气流的变化关系到声音的响亮度、清晰度，音色的优美圆润、嗓音的持久性及情绪的饱满充沛。声音的收放自如依赖于气息的收放自如。表演艺术家李默然曾说：“练声先练气，气足声才亮。”气息控制是吐字发声、形成语音语调魅力的根基。

（一）呼吸方式

生活中人们的呼吸方式大致有三种：胸式呼吸、腹式呼吸、胸腹联合式呼吸。

胸式呼吸又称浅呼吸，人们站姿、坐姿自主呼吸时常用这种呼吸方式。这种呼吸方式的特点是进气量小，持久力差，难以控制。

腹式呼吸又称深呼吸，人们卧姿自主呼吸时常用这种呼吸方式。这种呼吸方式进气量较大，但缺乏胸肌的参与，形成的声音闷、暗，难以调节。

胸式呼吸、腹式呼吸都属于自然呼吸法，不能满足艺术口语表达的需要。在艺术口语表达中，常采用一种优化了的呼吸方法——胸腹联合式呼吸。这种呼吸方式的优势在于：吸气时，借助胸腔肌肉群的力量使肋骨提高、扩展，同时横膈肌下降，增大了胸腔的容量，使气息的呼吸量更大、更强；建立了胸、膈、腹之间的关系，使气息更加稳健，便于控制。

（二）调整气息训练

进行胸腹联合式呼吸训练，可以采用站姿或坐姿。上身保持正直，头放正，肩放松。站姿时，双脚可呈丁字步站立，也可立正姿势站立，脚宽不要超过肩宽；坐姿时，要坐在凳子的前半部分，双脚平放地面。

吸气时，小腹向内微收，尽可能多吸气，随着气息的吸入，两肋向左右扩张，感觉腰带渐紧。用鼻子深吸气，控制气息一两秒钟后，将气缓缓呼出。吸气时有“闻花香”的感觉。呼气时要保持吸气时的状态，小腹始终要收住，胸、腹部有控制地将肺部储气慢慢放出。吸气要用嘴，做到均、缓、稳。

1. 调息操

（1）起立，胸自然挺起，两肩下垂，小腹微收；从容的如闻花香般吸气，觉两肋渐开，后腰发硬，至八成满。控制1、2秒钟，再缓缓呼出，可撮口吹或发si音。反复练习时，呼气时间逐渐延长，达25~30秒为合格。体会“兴奋从容两肋开”的感觉。

（2）起立，两臂向两侧自然平伸，与肩平；缓缓的深吸气，觉两肩胛骨向左右两侧移动，臂膀有伸长感。缓缓呼气，两肩胛骨逐渐恢复原状。

（3）快吸慢呼练习：像准备突然喊远方走来的人似的急吸气，两肋一下子扩起，然后缓慢平稳的呼出。

（4）数数练习：吸足一口气，然后均匀、低声的从1数到100。

2. 气息弱控制训练

（1）缓慢、持续地发出6个单韵母：a——、o——、e——、i——、u——、ü——

（2）夸大声调，延长发音，控制气息：

花团锦簇 山清水秀 风调雨顺 光明磊落 兵强马壮

异口同声 万古长青 刻骨铭心 妙手回春 热火朝天

（3）夸大连续，扩展音域：

床前明月光，疑是地上霜。举头望明月，低头思故乡。（《静夜思》李白）

春眠不觉晓，处处闻啼鸟。夜来风雨声，花落知多少。（《春晓》孟浩然）

3. 气息强控制训练

（1）用京剧老生笑的感觉，吸气后发：ha——ha——ha——ha——，体会气沉的感觉。

（2）反复发 hei——ha——hou——，体会隔肌和腹肌的运动。

(3) 高声诵读色彩浓烈的诗词,既要注意用声的明亮、结实,又要注意气息的冲击或漏气。

西风烈,长空雁叫霜晨月。霜晨月,马蹄声碎,喇叭声咽。雄关漫道真如铁,而今迈步从头越。从头越,苍山如海,残阳如血。(《忆秦娥·娄山关》毛泽东)

任脚下响着沉重的铁镣,任你把皮鞭举得高高,我不需要什么自由,哪怕胸口对着带血的刺刀!人,不能低下高贵的头,只有怕死鬼才乞求“自由”;毒刑拷打算得了什么?死亡也无法叫我开口!对着死亡我放声大笑,魔鬼的宫殿在笑声中动摇;这就是我——一个共产党员的自白,高唱凯歌埋葬蒋家王朝!(《我的“自白”书》陈然)

二、共鸣控制

气息是发声的动力,也是共鸣的基础。声带本身发出的声音是很微弱的,必须借助于共鸣器官,才能扩大音量,美化音色。共鸣,也叫共振,是指一个发音体引起另一个发音体发出频率相同的音响的现象。直接引起语音共鸣的是声带上方的喉、咽、口、鼻,此外,胸腔、前额、两颧部分也有共鸣作用。

(一) 共鸣腔

(1) 鼻腔。鼻腔是固定的容积较大的不可调节的共鸣腔体。它的共鸣作用是由于腔内空气振动和骨骼的传导产生的,它对于高音的共鸣作用很大。

(2) 口腔。口腔是语音的制造场,也是人体最主要且灵活多变的共鸣腔体。口腔的开合,舌头的伸缩,软腭的升降等都可以改变口腔的形状。口腔对共鸣有重要的影响。

(3) 咽腔。咽腔是人类发声的重要共鸣腔。它的容积较大,对于扩大音量和美化音色起着重要的作用。

(4) 喉腔。喉腔是人体的第一个共鸣腔。如果它被挤扁,声音就会“横”着出来;如果喉部束紧,声音就会“拔高”、“单薄”。因此,它的形状变化对于声音质量有着较大影响。

(5) 胸腔。胸腔指喉部下面连着气管、支气管的部位,它们与能张能缩的胸部构成胸腔共鸣。胸腔共鸣可以使音量扩大,声音浑厚有力。

(二) 共鸣控制训练

1. 口腔共鸣训练

控制口腔共鸣的要领在于扩大口腔,方法是:提颧肌,打牙关,挺软腭,松下巴。

提颧肌——面部作微笑状,颧肌上提,口腔前部有展宽的感觉。

打牙关——打开后牙槽,牙关反复开合;发韵母 ai、ei、ao、ou,发音时感觉声束沿上腭中线前滑,仿佛“挂”在硬腭上。

挺软腭——口腔做“半打哈欠”状,有意识地将软腭向上抬起。用这种状态进行发音练习。

松下巴——发音时,下巴自然内收,放松下巴。也可用“牙痛时说话”来体会。

练习口腔共鸣,主要以开口元音为主,可用阴平调发 ba、da、ga、pa、ta、ka、pu、pai 等音节体会声音和气息。

2. 鼻腔共鸣训练

鼻腔共鸣是通过软腭来实现的。鼻腔共鸣显得声音有厚度,但是过多的鼻音会影响声

音的清晰度。

(1) 体会非鼻音和鼻音共鸣的不同，发口音 ba、pa、da、ta，再发 ma、mi、an、eng，会感到鼻子的振动明显不同。

(2) 软腭灵活有力，是口腔、鼻腔共鸣的保证，发口音 a 和鼻化音 \tilde{a} ，交替进行。

需要注意的是，在练习中，不可出现非鼻音的鼻化现象。验证方法是，发非鼻音音节，如“学校”、“口语”等，如果音节发闷，就证明带有鼻音色彩，主要原因是软腭下降无力。纠正时，可发“好”音，使软腭挺起。

3. 胸腔共鸣训练

胸腔的空间及共鸣能量大，发出的声音有深度和宽度，声音更浑厚、宽广。

(1) 以自己感觉最舒适的音高和降低声音以后的音高，交替发 a、i、u、e、o 五个音来，体会胸腔共鸣的加强。

(2) 加强胸腔响点训练。当人们发出某一声音时，放松的胸部会感到有一个较为集中的“响点”。随着声音的高低变化，响点沿着前胸中线上下滑动。可用夸张后的阳平字训练，如“停一留”、“滑一翔”等。

4. 综合训练

灵活运用三腔共鸣，学会进行控制调节，使声音富于变化。

(1) 读“阳—光—明—媚”、“乘—风—破—浪”……

(2) 大声呼唤。以 50~80 米远的一个目标为假设呼唤对象，向对方呼告一件事或一句话，蓄气要有力，声音要洪亮。

三、吐字归音

吐字归音是我国古典唱法中对吐字法的概括，它是根据汉字字音特点，提出在吐字过程中各环节的发音要领。吐字归音技巧可以帮助我们克服发音中的方言色彩、吃字现象，做到字正腔圆，提高语言的纯正度和艺术性。

(一) 吐字归音的要求

吐字归音要求咬准字头(声母+韵头)，吐清字腹(韵腹，即主要元音)，收住字尾(韵尾)。如“diàn”(电)，咬字头时舌尖抵住上齿龈，吐字腹时口腔打开，收字尾时舌尖回抵上齿龈。

(二) 吐字归音训练

进行吐字归音训练，离不开声母、韵母的发音练习。声母训练时要严格掌握正确的发音部位和发音方法，找准着力点，使发出的音有弹力；韵母训练时要严格控制口腔的开合、唇形的圆展和舌位的前后。平时要多进行正音练习，即按照普通话的语音标准，矫正自己的方音、难点音。

初步练习吐字归音时，音节要呈“枣核形”。这就要求一个音节的发音过程有头有尾，声母、韵头为一端，韵尾为一端，韵腹为核心。字的中间发音动程大，时间长；字的两头发音动程小，口腔开合占的时间也短。语言是流动的，实际表达时音节疏密相间、轻重缓急错落有致，做到字字如核也是不现实的。较长较重的音节“枣核形”可以表现得充分一些，较短较轻的音节就不必追求“枣核形”；昂扬庄重的内容往往吐字要饱满、收音干脆利落，

柔和抒情的内容可以把“枣核形”拉长抻扁。

思考与练习

思考题

1. 科学的发声方法是怎样的?
2. “三腔共鸣”指的是哪三腔?
3. “吐字归音”的要求有哪些?

练习题

1. 慢慢地吸足一口气，缓缓地呼出；又快速地吸一口气，慢慢地呼出。两种方法交替进行。要求呼吸平稳、均匀。

2. 很自然地吸足一口长气，然后快速读出下面一段话，要求补气时做到无声，听起来是一气呵成。

出东门，过石桥，石桥底下一树梨儿，拿根竿子去敲梨。怕伤皮，架木梯，摘了一个梨儿，两个梨儿，三个梨儿，四个梨儿，五个梨儿，六个梨儿，七个梨儿，八个梨儿，九个梨儿，十个梨儿；十个梨儿，九个梨儿，八个梨儿，七个梨儿，六个梨儿，五个梨儿，四个梨儿，三个梨儿，两个梨儿，一个梨儿。

3. 有感情地朗读下面的诗歌，速度可以稍慢一些，尽量找出每个音节的最佳共鸣状态。

满江红

岳飞

怒发冲冠，凭栏处、潇潇雨歇。抬望眼、仰天长啸，壮怀激烈。三十功名尘与土，八千里路云和月。莫等闲、白了少年头，空悲切。

靖康耻，犹未雪；臣子恨，何时灭。驾长车踏破、贺兰山缺。壮志饥餐胡虏肉，笑谈渴饮匈奴血。待从头、收拾旧山河，朝天阙。

水调歌头

丙辰中秋，欢饮达旦，作此篇兼怀子由。

苏轼

明月几时有，把酒问青天。不知天上宫阙，今夕是何年。我欲乘风归去，又恐琼楼玉宇，高处不胜寒。起舞弄清影，何似在人间。

转朱阁，低绮户，照无眠。不应有恨，何事长向别时圆？人有悲欢离合，月有阴晴圆缺，此事古难全。但愿人长久，千里共婵娟。

4. 朗读《心田上的百合花》，仔细体会用气发声、共鸣控制、吐字归音三种发音技巧。

心田上的百合花

林清玄

在一个偏僻遥远的山谷里，有一个高达数千尺的断崖。不知道什么时候，断崖边上长出了一株小小的百合。百合刚刚诞生的时候，长得和杂草一模一样。但是，它心里知道自

己并不是一株野草。它的内心深处，有一个内在的纯洁的念头：“我是一株百合，不是一株野草。惟一能证明我是百合的方法，就是开出美丽的花朵。”有了这个念头，百合努力地吸收水分和阳光，深深地扎根，直立地挺着胸膛。终于在一个春天的清晨，百合的顶部结出了第一个花苞。

百合心里很高兴，附近的杂草却很不屑，它们在私底下嘲笑着百合：“这家伙明明是一株草，偏偏说自己是一株花，还真以为自己是一株花，我看它顶上结的不是花苞，而是头脑长瘤了。”公开场合，它们则讥讽百合：“你不要做梦了，即使你真的会开花，在这荒郊野外，你的价值还不是跟我们一样？”

百合说：“我要开花，是因为我知道自己有美丽的花；我要开花，是为了完成作为一株花的庄严使命；我要开花，是由于自己喜欢以花来证明自己的存在。不管有没有人欣赏，不管你们怎么看我，我都要开花！”

在野草的鄙夷下，野百合努力地释放内心的能量。有一天，它终于开花了。它那灵性的洁白和秀挺的风姿，成为断崖上最美丽的颜色。这时候，野草再也不敢嘲笑它了。

百合花一朵一朵地盛开着，花朵上每天都有晶莹的水珠，野草们以为那是昨夜的露水，只有百合自己知道，那是极深沉的欢喜所结的泪滴。年年春天，野百合努力地开花、结籽。它的种子随着风，落在山谷、草原和悬崖边上，到处都开满洁白的野百合。

几十年后，远在百里外的人，从城市，从乡村，千里迢迢赶来欣赏百合开花。许多孩童跪下来，闻嗅百合花的芬芳；许多情侣互相拥抱，许下了“百年好合”的誓言；无数的人看到这从未见过的美，感动得落泪，触动内心那纯净温柔的一角。

不管别人怎么欣赏，满山的百合花都谨记着第一株百合的教导：

“我们要全心全意默默地开花，以花来证明自己的存在。”