

播音发声练习

(一)

北京广播学院播音系

目 录

一、平舌音、翘舌音对比·····	(1)
二、舌面音的练习·····	(3)
三、f和h的对比·····	(4)
四、鼻音n和边音l的对比·····	(6)
五、送气音的练习·····	(7)
六、前后鼻音对比·····	(10)
七、齐齿呼与撮口呼的对比·····	(14)
八、单韵母与复韵母的对比·····	(15)
九、复韵母与复韵母的练习·····	(17)
十、词的轻重音格式·····	(19)
十一、轻重对立词·····	(20)
十二、声调练习·····	(21)
十三、同声韵的四声音节练习·····	(25)
十四、成语练习·····	(28)
十五、短句·····	(31)
十六、民歌短诗·····	(40)
十七、古诗词·····	(71)

一、平舌音、翘舌音的对比练习

1、字的对比

z—zh	杂——闸	则——折	资——之
	灾——摘	遭——招	走——肘
c—ch	擦——插	词——池	猜——拆
	草——炒	灿——忤	藏——长
s—sh	色——舍	四——世	赛——晒
	搜——收	三——山	桑——伤

2、平舌音及翘舌音的词

z	最 <u>早</u>	总 <u>则</u>	责 <u>成</u>	自 <u>力</u>	栽 <u>花</u>	复 <u>杂</u>
	再 <u>接</u> 再 <u>厉</u>	载 <u>歌</u> 载 <u>舞</u>				
	赞 <u>不</u> 绝 <u>口</u>	责 <u>无</u> 旁 <u>贷</u>				
c	苍 <u>翠</u>	草 <u>丛</u>	操 <u>场</u>	草 <u>木</u>	参 <u>谋</u>	政 <u>策</u>
	层 <u>出</u> 不 <u>穷</u>	草 <u>木</u> 皆 <u>兵</u>				
	沧 <u>海</u> 一 <u>粟</u>	藏 <u>龙</u> 卧 <u>虎</u>				
s	思 <u>索</u>	洒 <u>扫</u>	色 <u>彩</u>	赛 <u>跑</u>	打 <u>伞</u>	计 <u>算</u>
	三 <u>思</u> 而 <u>行</u>	森 <u>严</u> 壁 <u>垒</u>				
	色 <u>历</u> 内 <u>荏</u>	丧 <u>心</u> 病 <u>狂</u>				
zh	政 <u>治</u>	战 <u>争</u>	哲 <u>学</u>	智 <u>力</u>	站 <u>立</u>	争 <u>取</u>
	蒸 <u>蒸</u> 日 <u>上</u>	中 <u>流</u> 砥 <u>柱</u>				
	沾 <u>沾</u> 自 <u>喜</u>	张 <u>牙</u> 舞 <u>爪</u>				
ch	车 <u>床</u>	超 <u>产</u>	抄 <u>写</u>	猖 <u>狂</u>	迟 <u>到</u>	春 <u>播</u>

初出茅庐 叱咤风云
 乘风破浪 超群绝伦
 sh 双手 上山 射击 山歌 打闪 太少
 山水相连 双管齐下
 深入浅出 少壮不努力老大徒伤悲

3、平舌音翘舌音对比

z—zh 自力——智力 栽花——摘花 赞助——站立
 增产——争取 暂时——战时 大字——大志
 在所不惜——治病救人
 赞不绝口——战天斗地
 c—ch 操场——抄写 仓皇——猖狂 草木——炒菜
 参谋——搀扶 一层——一成 政策——贯彻
 餐风饮露——初出茅庐
 沧海一粟——绰绰有余
 s—sh 四十——事实 三哥——山歌 塞子——筛子
 撒网——纱网 俗语——熟语 散光——闪光
 三顾茅庐——深居简出
 所向无敌——生龙活虎

4、平舌音及翘舌音组成的词

z—zh 组织 杂志 再植 赞助
 zh—z 装载 种族
 c—ch 蚕虫 操场 财产 擦车
 ch—c 炒菜 冲刺 尺寸 陈词

5、朗读练习

我国现阶段的中心任务就是实现四个现代化，这是一场

十分艰巨的斗争。我们的一切行动、一切工作都要从这个根本利益出发。我国各民族的工人、农民，知识分子是有社会主义思想觉悟的，是勤劳勇敢的。一定会胜利完成这个任务。

二、舌面音的练习

这个练习注意舌面音和古音尖团音的区别。舌尖要抵下齿背，前舌面和硬腭前部成阻，舌面不许碰牙。

1、词的练习

j——嘉奖 健将 节俭 讲解 简洁
q——齐全 亲切 轻巧 气球 秋千
x——新鲜 雄心 相信 小学 乡下

2、混合练习

j—j 经济 解决 艰巨 将军 倔强
济济一堂——家给民足
积劳成疾——既往不咎
q—q 请求 亲切 恰巧 缺欠 取钱
千秋万代——巧取豪夺
窃窃私语——求全责备
x—x 详细 学校 形象 相信 虚心
息息相关——熙熙攘攘
相形见绌——小心翼翼
j—q 坚强 机器 交情 解劝 郊区
鸡犬不惊——急起直追

	坚壁清野——锦绣前程
q—j	奇迹 前进 清洁 巧计 起居
	气急败坏——弃旧图新
	千军万马——轻举妄动
x—q	稀奇 喜气 戏曲 向前 小桥
	闲情逸致——相去无几
	小巧玲珑——血气方刚
x—j	消极 细节 先进 湘江 夏季
	先见之明——相机行事
	心惊肉跳——形迹可疑

3、朗读下面的句子

狼和小羊碰巧同时到一条小溪边喝水，那条小溪是从山上流下来的。

狼非常想吃小羊，可是它想，既然当着面，总得找个借口才好。

狼就故意找碴儿，气冲冲地说：

“你怎么敢到我的溪边来，把水弄脏，害得我不能喝？你安的什么心？”

小羊吃了一惊。

三、声母f和h的对比练习

1、字的对比

f—h	发——哈	飞——黑	凡——寒
	粉——很	防——行	冯——横

2、f 和h分别组成的词

f——肺腑 方法 反复 翻阅 大夫 公费

发愤忘食 赴汤蹈火

奉公守法 凡事予则立，不予则废

h——航海 花卉 毁坏 昏暗 开花 工会

海枯石烂 豪言壮语

和睦相处 后起之秀

3、词的对比

f—h 开发——开花 开方——开荒

公费——工会 废话——绘画

大夫——大呼 附近——互敬

奋起直追——后来居上

翻天覆地——焕然一新

4、f 与h组成的词组

f—h 凤凰 繁华 附和 防护

h—f 恢复 会费 活佛 荒费

5、朗读练习

一场夜雨，洗落了高原上满天尘砂。天兰的出奇，碧澄的湖水也为之逊色。天空燃烧着朝霞，象一簇簇盛开在山尖的红花。一群苍鹰刚健地在云边飞旋。越飞越高。清凉的晨风，夹带着野花和奶子的香味，扑鼻而来，灌入心肺。呵，多美丽的早晨呀！

四、鼻音n和边音l的对比练习

1. 字的对比

n—l 那——腊 耐——赖 内——泪
 脑——老 难——兰 农——龙

2. n和l组成的词

n— 牛奶 泥_·泞 恼_·怒 能_·耐 黄泥 大娘_·
 鸟_·语花香 耐_·人寻味
 难_·得可贵 拿_·手好戏
l— 流_·利 嘹_·亮 玲_·珑 楼_·房 路_·子 娱_·乐
 力_·不从心 老_·生长谈
 良_·药苦口 连_·篇累牍

3. n、l词的对比

n—l 女_·客——旅_·客 男_·子——篮_·子
 难_·住——拦_·住 留_·念——留_·恋
 恼_·怒——老_·路 大娘_·——大梁_·
 怒_·发冲冠——理_·直气壮
 宁_·死不屈——力_·挽狂澜

4. n、l组成的词组

n——l 哪里 脑力 奴隶 耐劳
l——n 烂泥 连年 留念 冷暖

5. 朗读练习

感人的歌声留给人的记忆是长远的。无论哪一首激动人心的歌，最初在哪里听过，哪里的情景就会深深地留在记忆里。

五 送气音的练习

1. 字〔后一字送气〕

b—p 罢——怕 波——坡
d—t 搭——他 单——滩
g—k 该——开 甘——刊
j—q 交——敲 坚——千
zh—ch 招——超 中——冲
z—c 杂——擦 灾——猜

2. 送气音组成的词

p——批·评 偏·僻 桃·杷 铺·平 澎·湃 皮·袍
排·除万难 喷·薄欲出 鹏·程万里 普·天同庆
t——天·堂 休·贴 谈·天 坍·塌 探·讨 淘·汰
泰·然处之 谈·笑风生 同·心同德 推·陈出新
k——可·靠 开·阔 夸·口 刻·苦 开·矿 困·苦
开·诚相见 侃·侃而谈 慷·慨解囊 恪·守不渝
q——齐·全 亲·切 轻·巧 气·球 恰·巧 崎·岖
气·壮山河 千·锤百炼 晴·天霹雳 群·威群胆
ch——赤·诚 惆·怅 抽·查 出·产 长·城 橱·窗

茶余饭后 车水马龙 称心如意 赤子之心
 c——层·次 催·促 猜·测 从·此 粗·糙 措·词
 沧·海桑田 操·之过急 侧·目而视 层·出不穷

3. 不送气音与送气音对比

b, p——被服——佩服 饱了——跑了
 步子——铺子 鼻子——皮子
 百步穿杨——排除万难
 步调一致——铺天盖地
 d, t——队伍——退伍 调动——跳动
 河道——河套 肚子——兔子
 道不拾遗——滔滔不绝
 滴水成冰——体贴入微
 g, k——挂上——跨上 关心——宽心
 勾住——扼住 天公——天空
 盖世无双——开源节流
 攻无不克——空前未有
 j, q——尖子——扦字 吉利——奇丽
 槪子——糲子 长江——长枪
 饥不择食——七零八落
 坚持不懈——千真万确
 zh, ch——摘花——拆花 扎针——插针
 大志——大翅 竹纸——竹尺
 瞻前顾后——长年累月
 朝气蓬勃——超群绝伦
 z, c——子弟——此地 大字——大刺
 组成——促成 清早——清草

载歌载舞——层出不穷
赞不绝口——餐风饮露

4. 不送气音与送气音组成的词组

bp	——编排	被迫	奔跑	爆破
pb	——陪伴	配备	破败	盘剥
dt	——代替	地毯	带头	灯塔
td	——偷盗	坦荡	态度	特点
gk	——赶快	港口	功课	高亢
kg	——肯干	客观	开关	考古
jq	——机器	价钱	近亲	坚强
qj	——千斤	勤俭	抢球	请假
zhch	——支持	专长	战船	征程
chzh	——吃斋	车站	城镇	沉重
zc	——字词	早餐	杂草	最次
cz	——赤足	存在	刺字	操作

5. 送气音与不送气音的朗读练习 [“.”为送气音]

她的一双小手几乎冻僵了。啊！哪怕一根小小的火柴也会对她有好处！她敢从成把的火柴里抽出一根在墙上擦燃，暖和暖和手吗？她抽出一根火柴。p！燃起来了，冒出火焰来了！多么温暖光明的火焰啊，简直象一支小蜡烛，她就把手拢上去。——是的，这是一道奇异的火光。

六 前后鼻音的练习

1. 字

an—ang	安——肮	班——邦	餐——仓	担——当
ian—iang	烟——央	先——香	联——良	尖——江
uan—uang	弯——汪	川——窗	官——光	欢——荒
üan	渊	捐	圈	宣
en—eng	奔——崩	岑——层	门——蒙	森——僧
in—ing	音——英	新——星	亲——青	民——明
uen—ong	昏——烘	棍——工	吨——东	村——聪
ün—iong	云——永	群——穷	军——炯	勋——兄

2. 词

an——	汗衫	勘探	感染	泛滥	参看	展览
	安如泰山	肝胆相照	汗马功劳	满面春风		
ang——	当场	厂房	上当	帮忙	开放	讲堂
	昂首阔步	防患未来	将计就计	望尘莫及		
ian——	简练	年限	片面	检点	惦念	新鲜
	变本加厉	颠扑不破	坚持不懈	千变万化		
iang——	响亮	想象	城墙	长江	新乡	高粱
	将信将疑	良药苦口	枪林弹雨	相辅相成		
uan——	贯穿	专款	疲软	宣传	联欢	夜晚
	穿针引线	短兵相接	管见所及	宽大为怀		
uang——	状况	双簧	窗框	装潢	爽朗	车床

窗明几净 光彩夺目 恍然大悟 望眼欲穿

üan——全权 宣传 花圈 公园

全力以赴 喧宾夺主 卷土重来 原原本本

en——认真 根本 身分 真深 伸张 长针

奔走相告 称心如意 分秒必争 真心诚意

eng——丰盛 更正 生成 风筝 逞能 整治

层出不穷 诚心诚意 登峰造极 风尘仆仆

in——亲近 勤谨 民心 临近 贫民 新疆

彬彬有礼 锦绣前程 临危不惧 亲密无间

ing——评定 庆幸 清明 命令 领情 供应

兵贵神速 顶天立地 惊涛骇浪 轻而易举

uen——昆仑 馄饨 谆谆 新村 孙子 温暖

唇齿相依 顿开茅塞 滚瓜烂熟 温故知新

ong——隆重 工农 从容 动工 青松 开孔

冲锋陷阵 赤手空拳 东山再起 通情达理

ün——军训 群众 允许 寻找

群威群胆 循序渐进 运用自如

iong——拥军 英雄 贫穷 迥然

炯炯有神 穷则思变 雄心壮志 勇往直前

3. 前后鼻音对比

an—ang

菜摊——菜汤 开饭——开放

侦探——真烫 寒天——航天

蚕食鲸吞——藏龙卧虎

单枪匹马——当仁不让

ian—iang

新鲜——新乡 手牵——手枪
 鲜花——香花 小县——小巷
 坚持不懈——将计就计
 千变万化——枪林弹雨

uan—uang

官民——光明 车船——车床
 专家——庄稼 双环——双簧
 冠冕堂皇——光天化日
 专心致志——装聋作哑

en—eng

长针——长征 大分——大风
 三根——三更 真理——争理
 根深蒂固——更人静
 身临其境——生花妙笔

in—ing

信服——幸福 来宾——来兵
 辛勤——心情 拼盘——平盘
 宾至如归——冰消瓦解
 金玉良言——惊涛骇浪

uen—ong

乡村——香葱 春分——充分
 轮子——笼子 飞轮——飞龙
 论功行赏——龙飞凤舞
 谆谆告诫——忠心耿耿

ün—iong

共运——共用 勋章——胸章
 人群——人穷 军装——窘状

寻章摘句——胸怀祖国
群策群力——穷山恶水

4. 前后鼻音组成的词

an—ang	班长	盼望	南方	肝脏
ang—an	抗旱	长安	伤感	上山
ian—iang	边疆	艳阳	棉粮	鲜姜
iang—ian	香烟	亮点	像片	抢险
uan—uang	钻窗	软床	宽广	观光
uang—uan	狂欢	慌乱	光环	黄砖
en—eng	奔腾	真正	神圣	人生
eng—en	登门	生根	诚恳	更深
in—ing	民兵	拼命	禁令	聘请
ing—in	清新	影印	明信	行进
uen—ong	春种	轮空	蚊虫	顺从
ong—uen	通顺	冬春	农村	重孙
ün—iong	云涌	驯熊		
iong—ün	拥军			

5. 前后鼻音的朗读练习 [“.” 前鼻韵母, “。” 后鼻韵母]

天₁亮₂的₃时₄候₅，雨₆停₇了₈。

草₁地₂的₃气₄候₅就₆是₇怪₈，明₉明₁₀是₁₁月₁₂朗₁₃星₁₄稀₁₅的₁₆好₁₇天₁₈气₁₉，忽₂₀然₂₁一₂₂阵₂₃冷₂₄风₂₅吹₂₆来₂₇，浓₂₈云₂₉象₃₀从₃₁平₃₂地₃₃上₃₄冒₃₅出₃₆来₃₇的₃₈，霎₃₉时₄₀把₄₁天₄₂遮₄₃得₄₄严₄₅严₄₆的₄₇，接₄₈着₄₉，就₅₀有₅₁一₅₂场₅₃暴₅₄雨₅₅，夹₅₆杂₅₇着₅₈栗₅₉子₆₀般₆₁大₆₂的₆₃冰₆₄雹₆₅，不₆₆分₆₇点₆₈点₆₉的₇₀倾₇₁泻₇₂下₇₃来₇₄。

卢₁进₂勇₃从₄树₅丛₆里₇探₈出₉头₁₀，四₁₁下₁₂里₁₃望₁₄了₁₅望₁₆。整₁₇个₁₈草₁₉地₂₀都₂₁沉₂₂。

浸在一片迷蒙的雨雾里，看不见人影，听不到人声；被暴雨冲洗过的荒草，象用梳子梳理过似的，光滑地躺倒在烂泥里，连路也看不清了。

七、齐齿呼与撮口呼的练习

(以练习撮口呼为主)

1. 字

衣——淤	移——鱼	椅——雨	意——玉
集——局	李——吕	你——女	汽——去

2. 词

曲剧	区域	雨具	选举	群雄
拒绝	均匀	熏鱼	序曲	女婿
虚假	宣纸	菊花	捐助	雪恨
辽远	功勋	情愿	常用	差距
举不胜举	群策群力	栩栩	如生	
循规蹈矩	与日俱增	缘木	求鱼	
血气方刚	学而不厌	训练	有素	
运用自如				

3. 对比

一块——愉快	颜色——原色
夜半——月份	遗失——于是
硬木——运木	白银——白云

印 <u>度</u> ——运 <u>动</u>	名 <u>义</u> ——名 <u>誉</u>
一 <u>毛</u> ——羽 <u>毛</u>	分 <u>期</u> ——分 <u>区</u>

4. 齐齿与撮口组成的词组

齐撮——演员	忧虑	邮局	英雄	音乐
撮齐——雨衣	原因	需要	履历	确切

5. 朗读练习

雨雾笼罩着群山，也不知山有多高，谷有多深。只感到我坐的汽车，象大海中的小船一样，忽而跃上峰巅，窗外涌来一片云海；忽而跌进川底，窗外又遮来漫天雨幕。眼前的绿山把雨丝染成了绿雾，绿雾上层是漫漫浮动的青灰色云块。

八、单韵母与复韵母对比练习

1. 字的对比

a—ai	八——拜	擦——猜	搭——待
	嘎——该	哈——孩	咖——开
u—ao	布——包	粗——操	杜——刀
	姑——高	呼——蒿	枯——考
i—ei	哩——雷	咪——眉	尼——内
	批——胚	逼——杯	低——得
u—ou	初——抽	粗——凑	杜——豆
	姑——勾	呼——侯	炉——楼