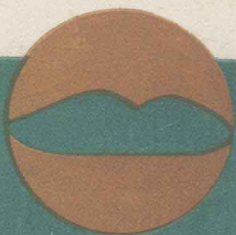


中学生表情

朗读与朗诵

任楷丰 于慧 著

北京教育出版社



中学生 表情朗读与朗诵

任楷丰 于慧 著

北京教育出版社

中学生表情朗读与朗诵

zhongxuesheng biaoqing langdu yu langsong

任楷丰 于慧 著

北京教育出版社出版

(北京北三环中路6号)

新华书店北京发行所发行

北苑印刷厂印刷

787×960毫米 32开本 5.125印张 90,300字

1990年12月第1版 1990年12月第1次印刷

印数1—4,000

ISBN 7-5303-0168-3/G·153

定 价：1.75元

序

朗诵是一门艺术，一门深受广大青少年尤其是中学生喜爱的艺术。

同学们喜欢听朗诵。北京朗诵艺术团成立九年来，就应邀在全国各地大中学校演出了1500多场，受到广大同学的热烈欢迎。《可爱的中国》、《我是中国人》、《雷锋之歌》、《理想之光》等优秀文学作品，通过朗诵者的声音在同学中引起了强烈反响。正如有的同学所说：“听朗诵，使我热血沸腾，浑身长劲，我感到了作为一个中国人的自豪，我明白了作为一个中学生的责任。”

同学们希望自己也能朗诵。我看到，许多学校举办朗诵讲座，开展朗诵比赛，组织多姿多彩的朗诵演出。同学们在这些有益的活动中，获得了知识，受到了教育，增长了才干，得到了美的享受，也进一步提高了对朗诵的兴趣。不少同学在和我的谈话或给我的来信中，表达了对朗诵艺术酷爱的心情和希望了解朗诵知识、提高朗诵技能的强烈愿望。作为中学生的朋友和朗诵艺术的倡导者，我有责任，也有义务使同学们的要求得到满足，但是，繁琐的行政事务、社会活动和接连不断的演出任务使我力不从心，因此，总怀有

一种负疚之感。这次看到任楷丰、于慧同志著的《中学生表情朗读与朗诵》一书，感到十分高兴，这帮助我或多或少地减轻一些精神上的负担。

任楷丰、于慧同志在辛勤的教学工作之余，怀着对中学生朋友的满腔热情，将自己多年来的经验和体会加以总结和提高，比较系统地讲述了表情朗读和朗诵的基本知识和掌握这一艺术形式的基本途径，使广大中学生有了一本学习、提高朗读、朗诵水平的好教材、好老师。这对进一步开展群众性的朗诵活动，必将起到一定的推动作用。借此机会，请允许我表达对他们由衷的敬意。

朗诵属于语言艺术，要想朗诵得好，离不开呼吸、共鸣、吐字以及掌握重音、停顿、语调等方面的基本功，但更重要的是要有对作品的深刻理解，要有真挚饱满的感情。“打动听众的心灵，引起听众强烈的共鸣”是对朗诵效果的基本要求。要收到这样的效果，就要对祖国、对人民、对社会主义、对真善美怀有强烈的爱，就要对反动、腐朽、没落和一切假丑恶的事物怀有强烈的憎。要想让听众燃烧起来，自己就必须是一团火。这团火，就是爱的火，憎的火，就是燃烧在朗诵者心头的感情之火。有的同学不明白这个道理，不在深入理解作品和努力培养自己爱憎分明的感情方面下功夫，单纯在声音语调上动脑筋，是很难真正提高朗诵水平的。

朗诵也是一门学问。它和任何一门学问一样，要想真正掌握它，就要有科学的态度和勤奋的精神，就要认真学习，努力实践。常言道，功夫不负有心人，只要路子对头，又肯下功夫，我相信同学们一定能在朗诵这块艺术园地里，施展出自己的聪明才智，既美化了自己，也美化了别人，美化了我们的时代。

读《中学生表情朗读与朗诵》，兴奋之至，说了以上的话，是为序。

殷之光

一九九〇年三月

前 言

朗读与朗诵是广大中学生喜闻乐见的活动。

通过朗读和朗诵可以提高学生的思想觉悟、陶冶学生的道德情操、充实学生的生活、丰富学生的知识，还可以全面培养学生的听说读写能力。

实践证明，朗读和朗诵以它既受欢迎又简便易行的特殊优势，在对学生进行思想品德和文化教育方面起着重要的作用。

正因如此，朗读和朗诵一直受到各级教育机关、共青团组织和广大教育工作者的重视。遗憾的是，据笔者所知，自共和国成立至今，一直没有出过专门用来指导中学生朗读和朗诵的书。笔者酷爱朗读、朗诵并多年从事中学语文教学，在长期的学习与实践中积累了一些有关朗读与朗诵的知识、经验，虽粗浅疏陋，还是不揣冒昧，愿奉献给广大中学朋友并就教于专家、同行。

在成书过程中，得到北京教育出版社的热情鼓励与指导；著名朗诵艺术家、北京朗诵艺术团团长殷之光同志在百忙中为本书作序，在此一并表示感谢。

作者

1989年12月于北京

目 录

一、表情朗读与朗诵的要求和准备·····	(1)
(一)表情朗读与朗诵的要求·····	(1)
(二)表情朗读与朗诵的准备·····	(21)
二、表情朗读与朗诵的技能·····	(56)
(一)发声·····	(57)
(二)停顿·····	(71)
(三)重音·····	(85)
(四)语调·····	(97)
(五)语速·····	(106)
(六)眼神·····	(118)
(七)手势·····	(132)
(八)身势、仪态·····	(143)

一、表情朗读与朗诵的要求和准备

(一)表情朗读与朗诵的要求

表情朗读与朗诵，先得从表情朗读说起。

表情朗读，简单地说，就是有感情地朗读，使听的人不仅知道文章的内容，而且能受到文章的感染。

表情朗读的要求主要有以下三条：

第一，读音要准确。

读音要准确，包含两个意思。一是要用以北京语音为标准音的普通话朗读，二是要把握每个字的正确读音，防止读错。

为什么一定要用普通话朗读？

首先，普通话是国家规定的、要求全国人民都要掌握的法定语言，只有用普通话朗读，各个地方的人才能听得懂；如果用某个地方的方言朗读，除了那个地方的人能听懂之外，别的人都听不懂，或不全懂，就达不到朗读的目的，至少也会影响朗读的效果。

其次，普通话优美动听，表现力强，只有用普通话朗读，才能充分表达丰富的思想感情，才

能给听的人以美感；如果用某个地方的方言朗读，即使能听得懂文章的内容，也很难体会到文章的感情，更谈不到什么美感了。

为什么要强调把握每个字的正确读音，防止读错？这主要是因为汉字容易读错的字很多，稍不注意，就容易出毛病。

防止读错，首先，要注意多音多义字。

一个字有几个读音，每个读音分别表示不同的意义，这就是多音多义字。例如“分”字，念fēn，是“分开”的“分”；念fèn，是“身分”的“分”。又如“长”字，念cháng，是“长短”的“长”；念zhǎng，是“生长”的“长”。又如“强”字，念“qiáng”是“强大”的“强”；念jiàng，是“倔强”的“强”；念qiǎng，是“强词夺理”的“强”。

二要注意形似字。

汉字中有许多形体结构非常近似的字，叫形似字。形似字差别细微。例如：

“茶”念chá，是“茶壶”的“茶”。

“荼”念tú，是“如火如荼”的“荼”。

“崇”念chóng，是“崇高”的“崇”。

“祟”念suì，是“鬼鬼祟祟”的“祟”。

三要注意形声字。

汉字的绝大多数是形声字。形声字是由形旁和声旁两部分组成的。形旁又叫意符，表示字义的类别，声旁又叫声符，表示字的声音。例如“糕”，由“米”和“羔”合成，“米”是形旁表义，

“羔”是声旁表音。按照形声字的一般规律，“糕”和“羔”同音，读gāo。但是，形声字的声旁由于种种原因，有很多已不能正确表示字音，这时候，如果还按照形声字的一般规律去推断不认识的字，就很容易读错。例如：

“别墅”的“墅”，不能读yě，应读shù

“狭隘”的“隘”，不能读yì，应读ài

“破绽”的“绽”，不能读dìng，应读zhàn

“酗酒”的“酗”，不能读xiōng，应读xù。

四要注意变调。

朗读时，音节和音节紧密连接，声调互相影响而发生变化，叫变调。常见的变调有上声的变调和“一、七、八、不”四个字的变调。

上声的变调，常见的有两种情况。

一是两个上声字相连，前一个上声变得像阳平。如：“鼓(gǔ)”和“舞(wǔ)”都是上声字，两字相连读作gúwǔ。

另一种情况是，三个上声字相连，前两个上声字变得像阳平。如，“展(zhǎn)”、“览(lǎn)”、“馆(guǎn)”都是上声字，三字相连读作zhán lán guǎn。

“一、七、八、不”单说或在语句末尾，都念原声调，“一、七、八”念阴平即第一声，“不”念去声即第四声。如果在去声字的前头，“一、七、八、不”都念阳平。如：

“一切”的“一”，要念yí。

“七寸”的“七”，要念qí。

“八倍”的“八”，要念bā。

“不断”的“不”，要念bù。

第二，吐字要清晰。

吐字要清晰，就是要把每一个字音都清清楚楚地送到听众的耳中。

这条要求看来很简单，其实，只要稍加注意就会发现不少同学在吐字方面存在严重缺陷。比如，有人读起文章嘟嘟囔囔、哼哼叽叽，嘴里像含着什么东西；有的虎头蛇尾，一句话前高后低，到末尾就没声了；至于含糊不清、中间的字根本发不出声的现象就更为常见了。这些都严重影响朗读的效果。

要做到吐字清晰，一要注意吐字的要求，二要加强练习。

汉字的字音，一般是由声母和韵母（单韵母或复韵母）拼成的。要做到吐字清晰，咬声母时，应准确、干脆、有力，吐韵母时，应实在、响亮。例如，发“肥”的音，就要找准f的发音部位，用上齿咬住下唇，而后在一股较强气流的作用下，冲破阻碍，微展双唇，响亮地吐出ei的音，并一送到“底”。一篇文章，一个句子，无论有多少个字，都要这样字字落实，不能有半点“偷工减料”。

送到“底”是很重要的。这个“底”指的是韵尾，像ai、ei、uai、uei都是韵母，它们的韵尾是“i”，读这类韵母的字，就要把音收在“i”上，这叫归音。

到位。例如：

祖国是一座花园，
北方就是园中的腊梅；
小兴安岭是一朵花，
森林就是花中的蕊。
花香啊，
沁满咱们的肺。

祖国情啊，
春风一般往这儿吹；
同志爱啊，
河流一般往这儿汇。
党是太阳，
咱是向日葵。

（郭小川《祝酒歌》）

拼成汉字的韵母不同，归音的“位”当然也不一样。比如“高”的韵母是ao，韵尾是“o”，收的时候，就需聚敛双唇，把音收在“o”上。再如：

任脚下响着沉重的铁镣，
任你把皮鞭举得高高，
我不需要什么自白，
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。

（陈然《我的“自白”书》）

诗中加“·”的字涉及三个韵母：iao、ao、ou，韵尾分别为“o”、“u”。是“o”的，要把音收在“o”上；是“u”的，要把音收在“u”上。这样，人们听起来才会感到清晰。

以上讲了吐字的要求。讲要求不是为了让大家死记，而是为了引起大家的注意和重视，绝不可马虎从事。

思想上重视了，还要加强练习，有人归纳了一些练习的方法，供大家借鉴：

1. 喷崩法

喷崩就是在吐字时，吸足气流，双唇紧闭，然后用气流将双唇冲开，使字音喷射而出，犹如子弹出膛，干脆、有力。如：

半盆冰棒半盆瓶，
冰棒碰盆盆碰瓶。
盆碰冰棒盆不怕，
冰棒碰瓶瓶必崩。

2. 弹舌法

弹舌就是利用舌头的弹力，将字有力且富有

弹性地弹吐出来。如：

调到大岛打大盗，
大盗太刁投短刀，
推打叮咣短刀掉，
踏盗得刀盗打倒。

3. 震牙法

震牙就是在吐字时，气流强烈震动牙齿，以求字音响亮、有力。试读：

积极、焦距、人才、日期

4. 开喉法

开喉就是在吐字时，尽量使口腔后部打开，蓄足气流，吐送有力。如：

哥持瓜筐过宽沟，
过沟瓜筐滚宽沟。
隔沟持筐瓜筐扣，
瓜滚筐空哥怪沟。

第三，要生动感人

读音准确、吐字清晰是表情朗读的基本要求。除了这两条，基本要求还应该包括不丢字、不添字、不颠倒、不重复等，这些就无须多叙了。

只符合基本要求，还不能叫表情朗读；表情朗读，还必须能生动感人。

生动感人，就是读人要使听众如见其人；读景要使听众如临其境；读事情的经过，要使听众感到历历在目。这就是说，朗读者不仅仅要把书面文字变成有声语言，更重要的是要把书面文字

变成活生生的画面，展现在听众的面前，使听众不仅能听到，而且能看到，感受到。

有人说，是否生动感人，取决于文章本身，而不在朗读。这话有一定道理，但不全对。大家都有这样的体会，同样一篇文章，有人读起来尽管也准确、清晰、流畅，但使人感到平淡乏味，有人读起来却使人心动神怡，不能自己。两者的区别就在“读”上。常言道：“三分文章，七分朗读。”这话不无道理。

朗读者靠什么使自己的朗读生动感人？有人说，靠声音，靠声音的抑扬顿挫、轻重缓急、强弱高低。这话不错，没有富于表现力的声音，是朗读不好的。但是，决定朗读能否生动感人的，不是声音本身，而是朗读者对文章是否有深入的理解，能否展开丰富的想象和有没有真情实感。有人不明白这个道理，只是在声音上下功夫，一味琢磨什么地方要强，什么地方要弱，什么地方拖长，什么地方急促……这样做的结果，必然是拿腔作调，使人感到极不舒服。

同学们听过战斗英雄讲述自己的战斗故事。他们并不考虑什么地方要用什么样的声调，可是，他们的讲述往往活灵活现，生动感人，原因是，他们讲的是他们的亲身经历，体会深，感情真。

朗读不同于英雄讲述自己的战斗故事，因为朗读者读的是别人的文章（读自己的作品除外），文章的内容不仅不是自己的亲身经历，有的还离

自己十分遥远。例如：

在苍茫的大海上，狂风卷集着乌云。在乌云和大海之间，海燕像黑色的闪电，在高傲地飞翔。

一会儿翅膀碰着波浪，一会儿箭一般地直冲向乌云，它叫喊着，——就在这鸟儿勇敢的叫喊声里，乌云听出了欢乐。

在这叫喊声里——充满着对暴风雨的渴望！在这叫喊声里，乌云听出了愤怒的力量、热情的火焰和胜利的信心。

海鸥在暴风雨来临之前呻吟着，——呻吟着，它们在大海上飞窜，想把自己对暴风雨的恐惧，掩藏到大海深处。

海鸭也在呻吟着，——它们这些海鸭啊，享受不了生活的战斗的欢乐：轰隆隆的雷声就把它们吓坏了。

蠢笨的企鹅，胆怯地把肥胖的身体躲藏在悬崖底下……只有那高傲的海燕，勇敢地，自由自在地，在泛起白沫的大海上飞翔！

乌云越来越暗，越来越低，向海面直压下来，而波浪一边歌唱，一边冲向高空，去迎接那雷声。

雷声轰响。波浪在愤怒的飞沫中呼叫，跟狂风争鸣。看吧，狂风紧紧抱起一层层巨浪，恶狠狠地把它们甩到悬崖上，把这些大块的翡翠摔成尘雾和碎末。