

教育部高等学校高职高专广播影视类专业教学指导委员会  
主持与播音专业“十二五”规划教材

丛书主编 毕一鸣

# 播音主持艺术发声

胡黎娜 编著

BOYINZHUCHI  
YISHUF

中国  广播电视出版社

教育部高等学校高职高专广播影视类专业教学指导委员会  
主持与播音专业“十二五”规划教材

丛书主编 毕一鸣

国家级精品课程配套教材

# 播音主持艺术发声

胡黎娜 编著

## 图书在版编目 (CIP) 数据

播音主持艺术发声 / 胡黎娜编著. —北京: 中国广播电视出版社, 2011. 1

教育部高等学校高职高专广播影视类专业教学指导委员会主持与播音专业“十二五”规划教材 / 毕一鸣主编  
ISBN 978-7-5043-6348-0

I. ①播… II. ①胡… III. ①播音—发声法—高等学校: 技术学校—教材②广播节目—主持人—发声法—高等学校: 技术学校—教材③电视节目—主持人—发声法—高等学校: 技术学校—教材 IV. ①G222.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 253599 号

## 播音主持艺术发声

胡黎娜 编著

---

责任编辑 王天盈  
装帧设计 亚里斯  
责任校对 张莲芳

---

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.crtip.com.cn  
电子信箱 crt8@sina.com

---

经 销 全国各地新华书店  
印 刷 廊坊市人民印刷厂

---

开 本 787 毫米 × 1092 毫米 1/16  
字 数 439(千)字  
印 张 22.25  
版 次 2011 年 1 月第 1 版 2011 年 1 月第 1 次印刷  
印 数 5000 册

---

书 号 ISBN 978-7-5043-6348-0  
定 价 43.00 元

---

(版权所有 翻印必究·印装有误 负责调换)

# 教育部高等学校高职高专广播影视类专业教学指导委员会 主持与播音专业“十二五”规划教材

## 顾问

王铁城 中央人民广播电台 播音指导

吴 郁 中国传媒大学播音主持艺术学院 教授

## 编审委员会名单

王建国 主任委员 广播电影电视管理干部学院副院长 教授

陈信凌 副主任委员 南昌大学新闻与传播学院院长 教授

陈 龙 副主任委员 苏州大学新闻与传播学院院长 教授

毕一鸣 委员 南京师范大学新闻与传播学院副院长 教授

布和温都苏 委员 呼和浩特民族学院副院长 教授

董广安 委员 郑州大学新闻与传播学院院长 教授

高晓虹 委员 中国传媒大学电视与新闻学院院长 教授

蒋贻杰 委员 广西职业技术学院教务处处长 教授

梁小庆 委员 中央广播电视大学音像出版社社长 教授

刘民朝 委员 中央电视台办公室主任 高级编辑

王诗文 委员 安徽广播影视职业技术学院院长 教授

谢晓晶 委员 北京电影学院副院长 教授

张瑞麟 委员 中央广播电视大学图书馆馆长 教授

郭卫东 秘书长 广播电影电视管理干部学院教务处处长 教授

覃晓燕 秘书 广播电影电视管理干部学院教务处副处长 副教授

## 序

21 世纪,人类社会进入了信息时代与知识经济时代。在这个飞速发展的时代里,经济全球化与文化多元化已经成为不可阻挡的历史潮流。随之而来的是跨文化传播在全球的迅速兴起,而影视艺术作为当今世界影响力最大的艺术创造和文化传播方式之一,在跨文化传播中具有最广泛的观众群和覆盖面。

随着广播影视事业在全国的迅速发展和产业属性的显现,对广播影视人才的需求也越来越大,近年来,我国广播影视类专业高等教育取得了长足的发展,为广播影视系统输送了大量的人才。随着广播影视行业的迅猛发展,社会对广播影视类人才提出了更高的要求。进一步深化人才培养模式、课程体系和教学内容的改革,提高办学质量,培养更多的适应新世纪需要的具有创新能力的广播影视高素质人才,是广播影视教育的当务之急。

作为广播影视教育的重要环节,教材建设肩负着重要的使命,新的形势要求教材建设适应新的教学要求。高职高专教材应针对高职高专学生自身特点,按照国家高职高专教育的特点和人才培养目标,以应用性职业岗位需求为中心,以素质教育、创新教育为基础,以学生能力培养、技能实训为本位,使职业资格认证培训内容和教材内容有机衔接,全面构建适应 21 世纪人才培养需求的高职高专广播影视类专业教材体系。广播影视类专业教学指导委员会组织编写的规划教材,主要包括影视动画、影视广告、新闻采编与制作、主持与播音、电视节目制作、摄影摄像技术等专业系列教材,本系列



教材的出版，必将对高职高专广播影视类专业的人才培养和教育教学改革工作起到积极的推动作用。

本系列教材的出版，得到了教育部高等教育司领导、国家广播电影电视总局人事司领导及行业专家的大力支持，得到了国内众多同类院校的大力协助，在此对他们表示衷心的感谢！同时，我们也希望广大师生和读者给我们提出宝贵意见，使教材更加完善。

教育部高等学校高职高专广播影视类专业教学指导委员会主任委员

王建国 教授

# 序 言

《播音主持艺术发声》即将出版，这是学院学科建设的一件大事，可喜可贺。

在中国广播电视协会播音主持委员会的一次会议上，我曾说过，现时全国有 200 多个院校系招收播音主持艺术专业学生。可是很多单位没有成型的教材，甚至没有专业教师，严重影响了毕业生的质量。广播电影电视管理干部学院，重视师资队伍的培养提高，并编写出反映广播影视最新科学技术成果、理论和实践相结合的教材，着眼艺术与人文相兼顾，教学与播音主持专业相匹配，极力促使教学和广播影视对人才需求的同步，已培养出了一批批适应岗位要求且具有发展潜力的学生，受到社会的欢迎。

《播音主持艺术发声》基本知识和原理有很多新鲜的认知和阐述，对技术技巧训练，采用了切实可行的方式、方法。教学及训练设计“情境”，对提高学生发声的意识和能力，将产生积极的作用。在注意共性的同时，加强学生个性化的声音、语言培训，将培养出各具特点的优秀学生。

教学应随广播电视播音主持的发展不断地创新。但浮躁的社会心态，影响了理论创新、知识创新、技术创新。《播音主持艺术发声》是胡黎娜老师把握当今实践，结合前人经验，刻苦踏实教书育人做学问的结晶。

《播音主持艺术发声》是主持与播音专业的基础教材。播音主持吐字发声是每个播音员、主持人的基本功。有了基本功，才具有



创作的力量；有了基本功，才能展现创作的艺术魅力。人们可以想见和感知，声音在发出和延展中，有意义、有导向、有情感。没有经过培养和训练的声音，会是多么的苍白和无力。播音员、主持人的语言是有明确目的和价值取向的语言，吐字归音有法，声音延展有度。法度熟练之作，方能达到预期的目的。有些人不注意声音训练，甚至不把它作为一门学问，认为可有可无，这是错误的。语言发声不仅有学问，而且还吸引很多学者去深入研究探索其中的奥秘。波士顿大学认知神经科学家冈瑟说，我们说话的时候，大脑必须协调面部、喉咙、胸腔和腹腔将近100块肌肉。这一切都以闪电般的速度发生。而完成这一绝技的关键是有了人们所说的一个“内部模式”，由它来自始至终地规划和执行语言动作。这种“内部模式”必须经过刻苦训练才能形成。《播音主持艺术发声》是一门学问，掌握这门学问，也应有科学的思想、踏踏实实的作风。

为了便于学习和训练，书中列举了很多字、词、绕口令。基本功的训练会较为单调、枯燥，但坚持时日，即会尝到乐趣，取得成果。我在此道上走过45年，借此机会，将阅读的认识和感受告诉此书的读者和学子，讲得不一定很周全，但是真情。

胡黎娜老师嘱我为书作序，实不敢承担。权且以此文代序。

铁 城

（注：为本书作序者系享受国务院特贴专家、全国政协委员、中国广播电视协会播音主持委员会理事长、中央人民广播电台播音指导）

## C O N T E N T S

## 目 录

|                            |    |
|----------------------------|----|
| <b>第一章 概说——播音主持艺术发声的认识</b> | 1  |
| <b>第一节 什么是播音主持艺术发声</b>     | 2  |
| 一、语音                       | 2  |
| 二、播音主持艺术发声                 | 2  |
| 三、播音主持语言与生活语言的区别           | 3  |
| <b>第二节 播音主持艺术发声的要求</b>     | 4  |
| 一、根据内容 决定形式                | 4  |
| 二、依据条件 因人而异                | 5  |
| <b>第三节 怎样进行播音主持艺术发声训练</b>  | 5  |
| 一、科学训练 以情带声                | 6  |
| 二、意识控制 勤于苦练                | 6  |
| 三、视觉调整 触觉感受                | 7  |
| 四、听觉判断 客观识辨                | 8  |
| 五、善于思考 融会贯通                | 8  |
| <b>第二章 特性——播音发声的机理</b>     | 11 |
| <b>第一节 播音主持艺术发声的物理性</b>    | 12 |
| 一、音高                       | 12 |
| 二、音强                       | 13 |
| 三、音色                       | 14 |
| 四、音长                       | 14 |
| <b>第二节 播音主持艺术发声的生理性</b>    | 15 |

|                               |    |
|-------------------------------|----|
| 一、呼吸器官·····                   | 15 |
| 二、发声器官·····                   | 15 |
| 三、咬字器官·····                   | 15 |
| 四、共鸣器官·····                   | 16 |
| <b>第三节 播音主持艺术发声的心理性</b> ····· | 16 |
| 一、语言环境·····                   | 17 |
| 二、交流环境·····                   | 17 |
| 三、性格·····                     | 18 |
| 四、情绪·····                     | 18 |
| <b>第四节 播音主持艺术发声的社会性</b> ····· | 18 |
| 一、音、意的社会性·····                | 18 |
| 二、音系的社会性·····                 | 19 |
| 三、发声的社会性·····                 | 19 |

### 第三章 普通话——播音发声的载体····· 21

|                           |    |
|---------------------------|----|
| <b>第一节 普通话的认识</b> ·····   | 22 |
| 一、普通话的形成·····             | 22 |
| 二、普通话的重要性·····            | 23 |
| 三、普通话的概念·····             | 23 |
| 四、普通话的特点·····             | 23 |
| 五、汉语拼音方案·····             | 24 |
| 六、国际音标·····               | 26 |
| <b>第二节 普通话语音的概念</b> ····· | 28 |
| 一、音节和音素·····              | 29 |
| 二、元音和辅音·····              | 29 |
| 三、声母、韵母和声调·····           | 30 |
| 四、音位和音位变体·····            | 31 |
| 五、舌位和舌位动程·····            | 33 |

### 第四章 声母——字音准确的关键····· 35

|                        |    |
|------------------------|----|
| <b>第一节 声母的分类</b> ····· | 36 |
| 一、辅音声母·····            | 36 |
| 二、零声母·····             | 38 |

|                        |     |
|------------------------|-----|
| <b>第二节 声母的发音</b>       | 39  |
| 一、声母的发音特点              | 39  |
| 二、辅音声母的发音              | 39  |
| 三、零声母的发音               | 46  |
| <b>第三节 声母发音训练</b>      | 47  |
| 一、辅音声母训练               | 48  |
| 二、零声母训练                | 64  |
| 三、声母辨证训练               | 67  |
| <b>第五章 韵母——字音响亮的保证</b> | 83  |
| <b>第一节 韵母的分类</b>       | 84  |
| 一、单韵母                  | 84  |
| 二、复韵母                  | 86  |
| 三、鼻韵母                  | 86  |
| 四、“四呼”                 | 87  |
| <b>第二节 韵母的发音</b>       | 88  |
| 一、韵母的发音特点              | 88  |
| 二、单元音韵母的发音             | 89  |
| 三、复元音韵母的发音             | 92  |
| 四、鼻辅音韵母的发音             | 96  |
| <b>第三节 韵母发音训练</b>      | 102 |
| 一、单元音韵母训练              | 102 |
| 二、复元音韵母训练              | 109 |
| 三、鼻辅音韵母训练              | 116 |
| 四、韵母辨证训练               | 125 |
| <b>第四节 押韵和韵辙</b>       | 135 |
| 一、什么叫押韵                | 135 |
| 二、韵辙                   | 136 |
| 三、诗韵                   | 137 |

**第六章 声调——字音表义的灵魂** 141

|                   |     |
|-------------------|-----|
| <b>第一节 对声调的认识</b> | 142 |
| 一、什么是声调           | 142 |
| 二、声调的作用           | 142 |
| 三、声调的特性           | 142 |
| 四、声调的分类           | 143 |
| <b>第二节 声调的发音</b>  | 143 |
| 一、阴平发音要领          | 143 |
| 二、阳平发音要领          | 144 |
| 三、上声发音要领          | 144 |
| 四、去声发音要领          | 144 |
| <b>第三节 声调发音训练</b> | 144 |
| 一、不同音节词组声调训练      | 145 |
| 二、语句声调训练          | 153 |

**第七章 音变——语流优美的体现** 163

|                      |     |
|----------------------|-----|
| <b>第一节 轻声</b>        | 164 |
| 一、什么是轻声              | 164 |
| 二、轻声的作用              | 164 |
| 三、轻声的一般规律            | 165 |
| <b>第二节 儿化</b>        | 166 |
| 一、什么是儿化              | 166 |
| 二、儿化的作用              | 166 |
| 三、儿化的发音规律            | 167 |
| <b>第三节 变调</b>        | 169 |
| 一、什么是变调              | 169 |
| 二、变调的发音规律            | 170 |
| <b>第四节 语气词“啊”的变化</b> | 171 |
| 一、什么是语气词“啊”的音变       | 171 |
| 二、语气词“啊”的音变规律        | 171 |
| <b>第五节 词的轻重格式</b>    | 173 |

|                         |            |
|-------------------------|------------|
| 一、什么是词的轻重格式 .....       | 174        |
| 二、词的轻重格式的组成 .....       | 174        |
| <b>第六节 语流音变训练 .....</b> | <b>175</b> |
| 一、轻声、儿化训练 .....         | 175        |
| 二、变调、语气词“啊”等训练 .....    | 181        |

## **第八章 气息——声音的源动力 .....**

|                                 |            |
|---------------------------------|------------|
| <b>第一节 播音主持艺术发声对气息的要求 .....</b> | <b>192</b> |
| 一、气息的持久控制 .....                 | 192        |
| 二、气息的稳劲状态 .....                 | 192        |
| 三、气息的自如变化 .....                 | 193        |
| <b>第二节 呼吸器官的认识 .....</b>        | <b>193</b> |
| 一、呼吸器官 .....                    | 193        |
| 二、呼吸方法 .....                    | 194        |
| <b>第三节 呼吸控制要领 .....</b>         | <b>195</b> |
| 一、吸气要领 .....                    | 196        |
| 二、呼气要领 .....                    | 197        |
| 三、换气要领 .....                    | 198        |
| <b>第四节 气息控制训练 .....</b>         | <b>199</b> |
| 一、呼吸控制训练 .....                  | 200        |
| 二、呼吸肌控制训练 .....                 | 207        |

## **第九章 口腔——声音的“集散地” .....**

|                                |            |
|--------------------------------|------------|
| <b>第一节 播音主持艺术发声的吐字要求 .....</b> | <b>210</b> |
| <b>第二节 对吐字器官的认识 .....</b>      | <b>211</b> |
| <b>第三节 口腔的“静态”控制 .....</b>     | <b>213</b> |
| 一、打开口腔 .....                   | 213        |
| 二、收束唇舌 .....                   | 216        |
| 三、固定声位 .....                   | 216        |
| <b>第四节 口腔的“动态”控制 .....</b>     | <b>217</b> |
| 一、汉语的音节结构特点 .....              | 218        |
| 二、吐字归音要领 .....                 | 218        |

|                         |     |
|-------------------------|-----|
| 三、灵活把握“枣核形” .....       | 221 |
| <b>第五节 吐字归音训练</b> ..... | 222 |
| 一、唇舌训练 .....            | 223 |
| 二、口腔“静态”训练 .....        | 225 |
| 三、口腔“动态”训练 .....        | 231 |

## **第十章 喉部——声音的“发源地”** .....

|                              |     |
|------------------------------|-----|
| <b>第一节 喉部的生理构造</b> .....     | 242 |
| 一、喉部软骨 .....                 | 242 |
| 二、喉部肌肉 .....                 | 243 |
| 三、声带 .....                   | 243 |
| <b>第二节 喉部（声带）的发音控制</b> ..... | 244 |
| 一、喉部的相对放松 .....              | 244 |
| 二、喉部的相对控制 .....              | 245 |
| 三、喉部与气息、口腔控制关系 .....         | 245 |
| <b>第三节 喉部发音训练</b> .....      | 246 |
| 一、喉部放松训练 .....               | 246 |
| 二、喉部控制训练 .....               | 248 |
| <b>第四节 喉部（嗓音）的保健</b> .....   | 250 |
| 一、嗓音与心境 .....                | 250 |
| 二、嗓音与饮食 .....                | 251 |
| 三、嗓音与睡眠 .....                | 251 |
| 四、嗓音与健康 .....                | 251 |
| 五、嗓音与训练 .....                | 251 |

## **第十一章 共鸣——声音的“扩大器”** .....

|                                |     |
|--------------------------------|-----|
| <b>第一节 对共鸣的认识</b> .....        | 254 |
| 一、什么是人声共鸣 .....                | 254 |
| 二、共鸣腔的认识 .....                 | 254 |
| <b>第二节 播音主持艺术发声的共鸣要求</b> ..... | 256 |
| 一、播音发声的共鸣方式 .....              | 256 |
| 二、影响发声的物理要素 .....              | 258 |

|                  |     |
|------------------|-----|
| 第三节 共鸣控制训练 ..... | 259 |
| 一、基本共鸣训练 .....   | 260 |
| 二、发音共鸣训练 .....   | 264 |

## 第十二章 弹性——声音的“万花筒” .....

|                             |     |
|-----------------------------|-----|
| 第一节 什么是声音弹性 .....           | 272 |
| 一、声音弹性的特点 .....             | 272 |
| 二、声音弹性的获取条件 .....           | 273 |
| 三、声音色彩与感情色彩 .....           | 274 |
| 第二节 播音主持艺术发声与其他语言艺术发声 ..... | 275 |
| 一、播音主持艺术发声与歌唱表演发声 .....     | 275 |
| 二、播音主持艺术发声与话剧表演发声 .....     | 276 |
| 三、播音主持艺术发声与影视表演发声 .....     | 277 |
| 第三节 声音弹性训练 .....            | 277 |
| 一、声音的对比训练 .....             | 277 |
| 二、其他语言艺术发声训练 .....          | 283 |

## 第十三章 材料——声音的“磨刀石” .....

|                |     |
|----------------|-----|
| 第一节 词组 .....   | 292 |
| 一、四字词组 .....   | 292 |
| 二、世界国名 .....   | 293 |
| 第二节 语句 .....   | 294 |
| 一、诗词名句 .....   | 295 |
| 二、新闻长句 .....   | 299 |
| 第三节 故事 .....   | 303 |
| 第四节 “快口” ..... | 312 |
| 一、故事“快口” ..... | 313 |
| 二、名词“快口” ..... | 314 |
| 第五节 片段 .....   | 315 |
| 一、自然篇 .....    | 315 |
| 二、感受篇 .....    | 320 |
| 三、感悟篇 .....    | 323 |



|                 |     |
|-----------------|-----|
| 第六节 诗歌、散文 ..... | 329 |
| 一、现代诗歌 .....    | 329 |
| 二、古代诗歌 .....    | 333 |
| 三、现代散文 .....    | 334 |
| 参考书目 .....      | 338 |
| 后 记 .....       | 339 |

# 第一章

## 概说——播音主持艺术发声的认识

随着时代的发展和社会的进步,我国的广播电视事业取得了辉煌的成就。同时,越来越多的优秀人才渴望加入到这一行业中,特别是有许多学习者对播音主持工作产生了浓厚的兴趣。想要成为一名优秀的播音员主持人,扎实的播音发声功底是必备的基本素质之一,那什么是播音主持发声?我们又该如何练就扎实的播音发声基本功呢?本书将就这些问题作出详细的解答。在第一章中我们将对播音主持艺术发声进行简单的介绍,使大家有一个初步的认识,为后续章节的学习打好基础。