

播音主持核心课程
实训丛书

Practical Training
Course-Standard
Mandarin Pronunciation

普通话
语音
实训
教程

李红光 崔晓静 蒋明明 编著

扫描书中二维码
享丰富视听教学



中国广播影视出版社

目录 CONTENTS

第一章 普通话语音概述 / 1

- 第一节 普通话语音的属性 / 4
- 第二节 发声原理方法 / 8
- 第三节 普通话语音的音节和切分 / 12
- 第四节 普通话学习方法 / 13
- 第五节 核心训练 / 16

第二章 普通话声母 / 23

- 第一节 辅音的发音特点 / 24
- 第二节 辅音的发音部位 / 25
- 第三节 辅音的发音方法 / 25
- 第四节 声母的分类与发音 / 26
- 第五节 零声母 / 36
- 第六节 核心训练 / 37

第三章 普通话韵母 / 45

第一节 元音和韵母 / 45

第二节 单元音韵母 / 46

第三节 复合元音韵母 / 53

第四节 鼻元音韵母 / 58

第五节 核心训练 / 66

第四章 普通话声调 / 102

第一节 声调概述 / 102

第二节 普通话声调的变化和轻重格式 / 107

第三节 儿化和“啊”的音变 / 113

第四节 核心训练 / 116

第五章 普通话水平测试 / 127

第一节 普通话水平测试及要求 / 127

第二节 普通话水平测试朗读训练 / 140

第三节 核心训练 / 179

第六章 经典练习材料 / 201

第七章 评述话题百则 / 236

后 记 / 247



第一章

普通话语音概述

本章要点

普通话的概念

普通话实用特点

普通话发声原理

普通话学习的实用方法

普通话是“以北京语音为标准音,以北方话为基础方言,以典范的现代白话文著作作为语法规范的现代汉民族共同语”,这一概念是在1955年的全国文字改革会议和现代汉语规范问题学术会议上确定的。这个概念实质上从语音、词汇、语法三个方面提出了普通话的标准。其中,词汇、语法主要通过书面学习来掌握。普通话实训主要是学习语音,只有通过听说的训练才能实现语音的学习。

2000年10月31日,全国人大常委会通过的《中华人民共和国国家通用语言文字法》第十九条规定:“凡以普通话作为工作语言的岗位,其工作人员应当具备说普通话的能力。以普通话作为工作语言的播音员、节目主持人和影视话剧演员、教师、国家机关工作人员的普通话水平,应当分别达到国家规定的等级标准;对尚未达到国家规定的普通话等级标准的,分别情况进行培训。”国家对普通话的应用有法规要求,而对于每一位中国公民,特别是播音与主持艺术专业的学生而言,学好并应用好普通话是责无旁贷的。

普通话的应用分为有文字依托的“有稿播音”和无文字依托的“无稿播音”,其共同要求是符合普通话语用的规范,这种规范性是要符合社会日常语用的表达习惯。但在日常的学习和工作中,有许多播音员和初学者,往往对普通话的规范用语存在一些模糊的认识。正所谓“差之毫厘,谬之千里”,我们先下面这篇新闻来自我测试一下普通话的语用情况吧!

中国共产党第十九届中央委员会第三次全体会议公报

(2018年2月28日中国共产党第十九届中央委员会第三次全体会议通过)

中国共产党第十九届中央委员会第三次全体会议,于2018年2月26日至28日在北京举行。



中国共产党
第十九届中
央委员会第
三次全体会
议公报



出席这次全会的有,中央委员 202 人,候补中央委员 171 人。中央纪律检查委员会副书记和有关方面负责同志列席会议。

全会由中央政治局主持。中央委员会总书记习近平作了重要讲话。

全会听取和讨论了习近平受中央政治局委托作的工作报告。全会审议通过了中央政治局在广泛征求党内外意见、反复酝酿协商的基础上提出的拟向十三届全国人大一次会议推荐的国家机构领导人员人选建议名单和拟向全国政协十三届一次会议推荐的全国政协领导人员人选建议名单,决定将这两个建议名单分别向十三届全国人大一次会议主席团和全国政协十三届一次会议主席团推荐。全会审议通过了《中共中央关于深化党和国家机构改革的决定》和《深化党和国家机构改革方案》,同意把《深化党和国家机构改革方案》的部分内容按照法定程序提交十三届全国人大一次会议审议。

全会充分肯定党的十九届一中全会以来中央政治局的工作。一致认为,面对复杂多变的国际形势、艰巨繁重的国内改革发展稳定任务,中央政治局全面贯彻党的十九大和十九届一中、二中全会精神,高举中国特色社会主义伟大旗帜,坚持以马克思列宁主义、毛泽东思想、邓小平理论、“三个代表”重要思想、科学发展观、习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,不忘初心、牢记使命,全面加强党对一切工作的领导,坚持稳中求进工作总基调,勇于创新,扎实工作,统筹推进“五位一体”总体布局,协调推进“四个全面”战略布局,团结带领全党全国各族人民,坚定信心,凝心聚力,只争朝夕,真抓实干,着力全面深化改革、保持经济平稳健康发展,着力全面依法治国、推进中国特色社会主义法治体系建设,全力以赴打好防范化解重大风险、精准脱贫、污染防治的攻坚战,着力全面从严治党、切实转变工作作风,全面推进社会主义经济建设、政治建设、文化建设、社会建设、生态文明建设和党的建设,在决胜全面建成小康社会、开启全面建设社会主义现代化国家新征程上迈出新的步伐,推动党和国家各项事业取得新的成绩。

全会认为,开好十三届全国人大一次会议和全国政协十三届一次会议,对动员全党全国各族人民为决胜全面建成小康社会、夺取新时代中国特色社会主义伟大胜利而奋斗具有重大意义。

全会提出,深化党和国家机构改革是推进国家治理体系和治理能力现代化的一场深刻变革。党和国家机构职能体系是中国特色社会主义制度的重要组成部分,是我们党治国理政的重要保障。新中国成立后,在我们党领导下,我国确立了社会主义基本制度,逐步建立起具有我国特点的党和国家机构职能体系。在社会主义建设和改革开放过程中,我们党积极推进党和国家机构改革,各方面机构职能不断优化、逐步规范。党的十八大以来,以习近平同志为核心的党中央紧紧围绕完善和发展中国特色社会主义制度、推进国家治理体系和治理能力现代化这个总目标全面深化改革,加强党的领导,坚持问题导向,突出重点领域,深化党和国家机构改革,在一些重要领域和关键环节取得重大进展,为党和国家事业取得历史性成就、发生历史性变革提供了有力保障。



全会强调,面对新时代新任务提出的新要求,党和国家机构设置和职能配置统筹推进“五位一体”总体布局、协调推进“四个全面”战略布局的要求还不完全适应,同实现国家治理体系和治理能力现代化的要求还不完全适应。全党必须统一思想、坚定信心、抓住机遇,在全面深化改革进程中,下决心解决党和国家机构职能体系中存在的障碍和弊端,加快推进国家治理体系和治理能力现代化,更好发挥我国社会主义制度优越性。

全会强调,深化党和国家机构改革的指导思想是,全面贯彻党的十九大精神,坚持以马克思列宁主义、毛泽东思想、邓小平理论、“三个代表”重要思想、科学发展观、习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,适应新时代中国特色社会主义发展要求,坚持稳中求进工作总基调,坚持正确改革方向,坚持以人民为中心,坚持全面依法治国,以加强党的全面领导为统领,以国家治理体系和治理能力现代化为导向,以推进党和国家机构职能优化协同高效为着力点,改革机构设置,优化职能配置,深化转职能、转方式、转作风,提高效率效能,为决胜全面建成小康社会、开启全面建设社会主义现代化国家新征程、实现中华民族伟大复兴的中国梦提供有力制度保障。深化党和国家机构改革,必须贯彻坚持党的全面领导、坚持以人民为中心、坚持优化协同高效、坚持全面依法治国的原则。

全会提出,深化党和国家机构改革的目标是,构建系统完备、科学规范、运行高效的党和国家机构职能体系,形成总揽全局、协调各方的党的领导体系,职责明确、依法行政的政府治理体系,中国特色、世界一流的武装力量体系,联系广泛、服务群众的群团工作体系,推动人大、政府、政协、监察机关、审判机关、检察机关、人民团体、企事业单位、社会组织等在党的统一领导下协调行动、增强合力,全面提高国家治理能力和治理水平。既要立足实现第一个百年奋斗目标,针对突出矛盾,抓重点、补短板、强弱项、防风险,从党和国家机构职能上为决胜全面建成小康社会提供保障;又要着眼于实现第二个百年奋斗目标,注重解决事关长远的体制机制问题,打基础、立支柱、定架构,为形成更加完善的中国特色社会主义制度创造有利条件。

全会提出,深化党和国家机构改革的首要任务是,完善坚持党的全面领导的制度,加强党对各领域各方面工作领导,确保党的领导全覆盖,确保党的领导更加坚强有力。要建立健全党对重大工作的领导体制机制,强化党的组织在同级组织中的领导地位,更好发挥党的职能部门作用,统筹设置党政机构,推进党的纪律检查体制和国家监察体制改革。

全会提出,转变政府职能,优化政府机构设置和职能配置,是深化党和国家机构改革的重要任务。要坚决破除制约使市场在资源配置中起决定性作用、更好发挥政府作用的体制机制弊端,围绕推动高质量发展,建设现代化经济体系,调整优化政府机构职能,合理配置宏观管理部门职能,深入推进简政放权,完善市场监管和执法体制,改革自然资源和环境管理体制,完善公共服务管理体制,强化事中事后监管,提高行政效率,全面提高政府效能,建设人民满意的服务型政府。

全会提出,统筹党政军群机构改革,是加强党的集中统一领导、实现机构职能优化协



同高效的必然要求。要统筹设置相关机构和配置相近职能,理顺和优化党的部门、国家机关、群团组织、事业单位的职责,完善党政机构布局,深化人大、政协和司法机构改革,深化群团组织改革,推进社会组织改革,加快推进事业单位改革,深化跨军地改革,增强党的领导,提高政府执行力,激发群团组织和社会组织活力,增强人民军队战斗力,使各类机构有机衔接、相互协调。

全会提出,治理好我们这样的大国,要理顺中央和地方职责关系,更好发挥中央和地方两个积极性。要统筹优化地方机构设置和职能配置,构建从中央到地方运行顺畅、充满活力、令行禁止的工作体系,中央加强宏观事务管理,地方在保证党中央令行禁止前提下管理好本地区事务,赋予省级及以下机构更多自主权,合理设置和配置各层级机构及其职能,增强地方治理能力,加强基层政权建设,构建简约高效的基层管理体制。

全会提出,机构编制法定化是深化党和国家机构改革的重要保障。要完善党和国家机构法规制度,依法管理各类组织机构,加快推进机构、职能、权限、程序、责任法定化,全面推行政府部门权责清单制度,规范和约束履职行为,让权力在阳光下运行,强化机构编制管理刚性约束,加大机构编制违纪违法行为查处力度。

全会强调,深化党和国家机构改革是一个系统工程,各级党委和政府要把思想和行动统一到党中央关于深化党和国家机构改革的决策部署上来,增强“四个意识”,坚定“四个自信”,坚决维护以习近平同志为核心的党中央权威和集中统一领导,把握好改革发展稳定关系,不折不扣抓好党中央决策部署贯彻落实,依法依规保障改革,增强改革的系统性、整体性、协同性,加强党政军群各方面机构改革配合,使各项改革相互促进、相得益彰,形成总体效应。

全会号召,全党全国各族人民要紧密团结在以习近平同志为核心的党中央周围,统一思想,统一行动,锐意改革,确保完成深化党和国家机构改革的各项任务,不断构建系统完备、科学规范、运行高效的党和国家机构职能体系,为决胜全面建成小康社会、加快推进社会主义现代化、实现中华民族伟大复兴的中国梦而奋斗!

以上播报练习,可以检测自己有文字依托的普通话语用能力,看看自己的普通话语在工作语言状态下是否标准,声音是否自然响亮,气息是否顺畅自如,表达是否传情达意。在普通话播报练习过程中,“心是口非”会导致声韵调的缺失,轻重格式的失准……这些问题的出现,说明我们对普通话的理解及对普通话正确运用的方法存在很大误区。如何解决这些问题,正确驾驭自己的普通话口语呢?就让我们一同走进普通话语音实训教程吧!

第一节 普通话语音的属性

语音具有三个属性,分别是物理属性、社会属性和生理属性。这些属性就体现在平时的普通话语用中。



一、物理属性

语音同自然界的其他声音一样,产生于物体的振动,具有物理属性。它包括音高、音强、音长和音色四个要素,如表1所示。

表1 语音的物理属性

属性	定义	取决于什么	在普通话中的作用
音高	声音的高低	发音体振动的频率	四个声调的差别主要由音高决定
音强	声音的强弱	发音体的振幅	轻声和非轻声音节的发音音强不相同
音长	声音的长短	发音体振动时间持续的长短	在轻重格式和语调中有一定的作用
音色	又叫音质、音品,是声音的特色	音波振动的形式	语言中各个音素的差别主要取决于音色

(一) 音高

音高是指声音的高低。它取决于发音体振动的频率。振动得快,音高就高;反之音高就低。物体振动的频率由发音体的形状决定,其表现如下:

大的、粗的、厚的、长的、松的物体,一般振动频率慢,音高低。

小的、细的、薄的、短的、紧的物体,一般振动频率快,音高高。

一般来说,儿童和女性的声带比较小且薄,所以发音比较高;成年男性的声带比较大且厚,所以发音比较低。音高体现在声调的调值变化上,关乎语音的规范。

练习:a o e i u ü

提示:用手势指引做上扬和下坠的发音,体会以上韵母的音高变化。



音高练习示范音

(二) 音强

音强是指声音的强弱。它取决于发音体振幅的大小。振幅就是振动的幅度。振幅大,声音就强;振幅小,声音就弱。振幅的大小,取决于发音体所受外力作用的大小。音强的作用体现在普通话语音的轻声和轻重格式中,起到区别话语意义的重要作用。

练习:a o e i u ü

提示:用大小气息量对比发音,体会以上韵母的音强变化。



音强练习示范音

(三) 音长

音长是指声音的长短。它取决于发音体振动时间持续的长短。振动时间长,声音就



音长练习示范音

长;振动时间短,声音就短。音长体现在声调和字音的完整性上,关乎语音的清晰和准确。

练习:a o e i u ü

提示:用手势左右指引做对比发音,体会以上韵母的音长变化。

(四) 音色

音色是指声音的个性、特色。它取决于音波振动的形式。造成不同音色的原因主要有三个,分别是发音体不同、发音方法不同和发音时共鸣器的形状不同。

练习:1. a 的虚实对比

2. 以开带闭:安宁 奥秘 巴黎 把戏 好地

以闭带开:技法 沮丧 巨大 提拔 立方

提示:音色具有辨别身份的特征。这一特征无法根本改变,但可以通过科学发声进行改善。

总之,一切声音都可以根据音高、音强、音长、音色这四个方面来分析其物理属性,语音也不例外。普通话语音主要靠音色、音高来区别意义,有时音强也能区别意义,而音长只在语调中起表达情感的作用。

二、社会属性

语音能够表达一定的意义。什么样的语音形式表达什么样的意义,是受社会制约的,所以语音又具有社会属性。社会属性是语音的本质属性,因为具有社会属性,语音才同自然界的其他声音有了本质上的区别,才有了交流思想的功能。

语音不同于一般的声音,它在社会交际中必须代表一定的意义,但语音和它表达的意义之间没有必然的联系。用什么样的语音形式表达什么样的意义不是由个人决定的,而是由使用这一语言的社会全体成员约定俗成的。语音形式用来表达什么意义,只要得到社会的公认就行了。例如“rén yuán”这两个音节,可以表示“人员”“人缘”“人猿”等多种意义。一些词语的新义、新用法被社会接纳不仅体现了词义的发展变化,也反映了社会的变迁和人们对事物认识的变化。例如,“宅”的新义指“待在家里不出门(多指沉迷于上网或玩电子游戏等)”,“奴”的新义指“失去某种自由的人,特指为了偿还贷款而不得不辛苦劳作的人(含贬义或戏谑意)”,体现了当下不少年轻人的生活状态。这些词义不是由个人的意愿决定的,而是社会赋予的。如果一个人擅自改变词语的语音形式,或给词语赋予另外的意义,别人就会听不懂他的话,也就达不到与别人交流的目的。可见,语音不是个人现象,而是社会现象,语音具有社会性质。

提示:在2012和2016年出版的《现代汉语词典》第6、7版中,为了顺应社会发展变化,吸收了一些“给力”“雷人”“宅男”“宅女”“博文”“爆表”等网络热词,并且尊重



实际增改了一些习惯性发音。对比下列词语发音的变化。

练习:的士 拜拜 夏纳 连累 嗜喱 标识 芥蓝 神父 一会儿

三、生理属性

语音是从人的发音器官发出来的。一个语音的发音原理、发音过程及其所具有的物理特征都是以发音器官的活动为基础的。因此,了解发音器官的构造和活动情况,是学好语音的重要前提。根据发音器官和声音走向,行音有两个原则:由下往上和由内往外,寻找“声挂前腭”的感觉。

提示:防止出现声音倒置、后噎的状况。为改正错误发音习惯,可以在自然放松的情况下,用手势指引做如下发音练习。

练习:千 鱼 局 绿

人的发音器官可分为以下三个部分:

(一) 肺和气管——动力系统

一切声音都是由物体振动产生的。物体的振动要有原动力。气流是人类发音的原动力,肺则是产生气流的动力站。气管是气流的通道,气流从肺部呼出,经气管到达喉头,作用于声带,最后进入口腔和鼻腔。经过口腔和鼻腔各部分的调节,就会发出各种不同的声音。

(二) 喉头和声带——声源系统

喉头由甲状软骨、环状软骨和两块勺状软骨组成,上通咽喉,下连气管。这四块软骨构成一个精巧的圆筒形筋肉小室,声带便附着在圆筒当中。声带由两片富有弹性的薄膜构成,前端连在甲状软骨上,后端分别连在两块勺状软骨上。两片声带之间的通道叫声门,声门随着勺状软骨的活动可松可紧,可开可闭。呼吸时,声门打开,气流可以自由出入;发音时,声门合拢,气流从声门的窄缝中挤出,声带发生振动,于是发出声音。

(三) 口腔和鼻腔——成音系统

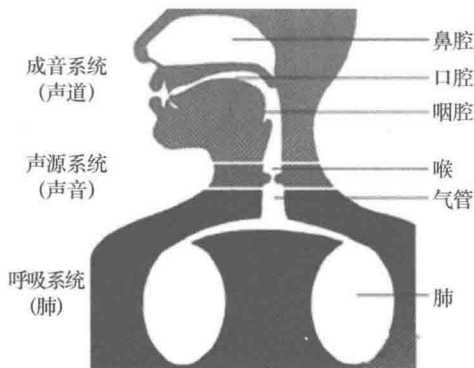
口腔和鼻腔是人类发音的共鸣器,是调节声音、形成各种音素的重要器官。刚从声带发出的声音是微弱而单纯的,既不响亮,音色也没有变化。这种“喉原音”经过口腔和鼻腔的共鸣与调节之后,才会扩大音量,形成复杂的音色。其中,口腔分上颚和下颚两部分。鼻腔与口腔之间由软腭和小舌隔开。软腭和小舌上升,鼻腔阻塞,气流从口腔通过,这时发出的音是口音;软腭和小舌下降,口腔某一部分关闭,鼻腔打开,气流



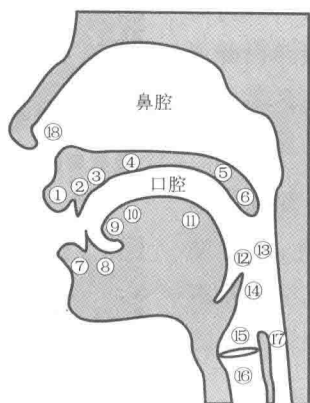
社会属性练习示范音



生理属性练习示范音



人的发音器官



发音器官构造示意图

- | | |
|-------|--------|
| 1. 上唇 | 10. 舌面 |
| 2. 上齿 | 11. 舌根 |
| 3. 齿龈 | 12. 咽头 |
| 4. 硬腭 | 13. 咽壁 |
| 5. 软腭 | 14. 会厌 |
| 6. 小舌 | 15. 声带 |
| 7. 下唇 | 16. 气管 |
| 8. 下齿 | 17. 食道 |
| 9. 舌尖 | 18. 鼻孔 |

从鼻腔流出,这时发出的音便是鼻音。口腔和鼻腔是人类发声器官中重要的两个共鸣腔。在口语表达中,以口腔为主,鼻腔为辅。在发声过程中,口腔相当于一个形状和体积都可控制的共鸣腔,在舌的动作、口的开合与唇形变化的共同作用下,能产生各种各样的声音(例如口技演员能将自然界的许多声音模仿得惟妙惟肖),语言所利用的声音仅是其中的一部分。鼻腔仅用来产生鼻音,因为除了悬雍垂(小舌),鼻腔没有其他可控的部件。

第二节 发声原理方法

播音发声的总体感觉是:声音像一条有弹性的带子,下端从小腹拉出,垂直向上,至口咽腔,沿上颚中纵线前行,受口腔的节制,形成字音,字音像被“吸着”而“挂”在硬腭前部,由上门齿处弹出,流动向前。^①



练习1示范音

提示:“声挂前腭”,即气柱声束打在硬腭前部的感觉,可以使语音集中、圆润。

练习1:拼读“gi、ki、hi”,体会气流声束冲击硬腭的感觉。

播音发声和生活用语发声最大的区别在于是否规范。胸腹联合式呼吸法是播音员和主持人应该掌握的科学方法,由胸腔、横膈肌、腹肌联合控制气息。简而言之,就是“中间松,两头紧”,即加强丹田腹膈肌和口腔对气息的控制。这种呼吸方式活动范围大、伸缩性强,可以操纵和支持声音,为气息均衡、平稳呼出提供了条件,有助于使用规范普通话来表达感情和进行交流。



练习2示范音

提示:在身体自然放松的基础上,口鼻同时缓缓进气。气息量比平时稍大,感受小腹和后腰扩张的感觉,屏气瞬间。

练习2:在口形不变、一气呵成的基础上,找近距离打招呼的感觉,发出“哈”或“嘿”音,体会声音和气息结合的感觉。

^① 吴弘毅.实用播音教程:普通话语音和播音发声[M].北京:北京广播学院出版社,2002:259.



一、正确的发音方向

因为语音走向是由下往上、由内往外的,所以违反语音走向原则的发音都是错误的。常见的语音问题,除了发音部位和发音方法的错误外,还有声音倒置、收音太快所引起的发音不完整等问题。要防止下巴和舌根用力,以避免其破坏发声表达的效果和语音的规范性。

提示:可以通过肢体语言把抽象的发音具体化,用手势把发音的方向指引出来,把语势变化体现出来。

练习:用手势指引第二声的发音“河南、黄河、执着、拔河”,寻找正确发音方向。



正确发音方向

二、呼吸的基本状态

没有气息,声带就不能振动发声。但只有声带发出声音是不够的,想要嗓音持久富有弹性,需要源源不断地供给声带气流,为此必须把握正确的呼吸方法。

吸气:自然地吸气,口鼻同时进气,通过闻花香、抬重物、半打哈欠等方式,体会气沉丹田、两肋打开、横膈膜下降、小腹微收、腹壁站定的感觉。

呼气:感情和声音是用气息来连接的,通过叹气、发“ai”音、吹桌面灰、发“a”音、数数、数葫芦等方式体会呼气的不同感觉。

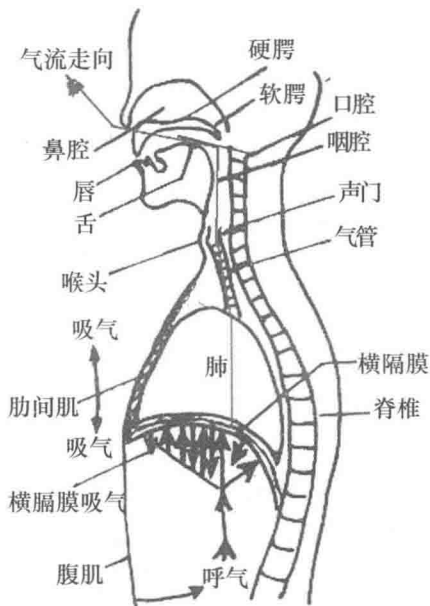
练习 1:慢吸慢呼。呼气时练习“阿毛”,一声声渐渐远去;或者数数“1、2、3、4……”唇部用力,发音时不要闭住声门,不要跑气换气,练得越多越好。

提示:总体要求——站稳,双目平视前方,头正,肩放松,像在旷野呼吸花香一样,慢慢吸足气。要感觉到腰腹之间充气膨胀,气入丹田,但要小腹站定。保持几秒后,轻缓呼出。

可以在呼气的时候加入以下练习:

练习 2:快吸慢呼。呼气时,可以进行“巴、拔、把、爸、低、答、底、大”的发声。

提示:快速短促地吸气,呼气时缓缓呼出,配合声音,平稳均匀。



正确的发音方向示意图



慢吸慢呼练习示范



快吸慢呼练习示范音



练习3:强控制。

满江红



满江红

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!

提示:口鼻同时进气,气要吸得深并保持一定的量,腹壁站定和后腰撑开的感觉更为明显,呼气要均匀、通畅、灵活,避免出现提前鼓肚子或腹肌和后腰僵硬不变的情况。这个方法在新闻消息播报和朗诵时运用较多。



弱控制示范

练习4:弱控制。

1.吸气、深呼、气匀。缓慢持续地发出“ai、uai、uang、iang”四个音。

2.夸大声调,延长发音,控制气息。

花—红—柳—绿 h—ua h—ong l—iu l—ü

3.夸张练习,控制气息,扩展音域。

静夜思

床前明月光,疑是地上霜。举头望明月,低头思故乡。

三、换气的方法

“换气”是指在发音过程中,当气息不能满足发音需要时,在句与句之间或句子中间补充气息的做法。发音中用来换气的地方称为“气口”。气口是根据发音过程中语句内容连接的紧密程度和表达需要而用于换气的停顿点,不应简单地将气口等同于逗号或句号。有时,气口之间会包含由几个短句构成的句群;有时,在一句话中也会有多个气口。

(一)正常换气

“正常换气”是指在一段话之后,利用语句之间较大的停顿从容补充气息的方法。一篇稿件或一段话不可能一口气说完,中间往往伴随多次呼吸,利用话语之间的较大停顿进行换气是语言表达中最自然的换气方式。正常换气是根据话语的长度、感情色彩及音量等因素确定合适的吸气量,一段话讲完,气息正好需要补充,于是利用停顿补充气量,语言表达与呼吸节奏相吻合。这样可以保持语言的生动、流畅。在语流之中换气是自然进行的,发音人会根据自己的经验,自动调整吸气量,并不需要有意地加以注意。

正常换气应注意吸气量适当,气息吸入过多不容易控制;另外,吸气之后不应屏气。气息吸入过多和吸气之后屏气这两种情况都会使声门闭合过紧,致使发音不自然。

提示:正常换气是换气的随意性和自发性的体现。



练习:练习“白日依山尽,黄河入海流。欲穷千里目,更上一层楼。”体会正常换气,注意气口。



正常换气示范

(二) 偷气

“偷气”是发音过程中一种无声补充气息的方法。当句子过长或发音速度较快时,一般没有较大的停顿来进行正常的换气,这时,人们常利用句子中词与词之间短暂的顿挫来补充气息。这种换气方式没有明显的停顿间隔作为标志,也没有明显的吸气声,不易被人们察觉。

偷气一般在气息将要用尽,后面话语不多的情况下使用。“偷气”的气口通常在连接不太紧密、可以顿挫的词与词之间,这样不会影响语句的连贯,听者也不易察觉。“偷气”时,应在准备换气的词之后用较快的速度口鼻同时吸入少量气息。“偷气”一般是为补充气息,供短时发音用,吸入的气息有限。为了防止吸气声明显,吸气时声门应适当放开。



偷气练习示范

提示:“偷气”是在新闻播报时运用最多的一种换气方式。可以通过数数进行“偷气”练习。

练习:一 二 三 四 五 六 七 八 九 十

(三) 抢气

“抢气”是发音过程中一种带有吸气声的换气方式。当话语的节奏急促或感情色彩强烈时,气息消耗很快,往往需要在句与句之间或句子之中急速补充气息。急速吸气会使气流在通过声道时产生较大的摩擦声。这种夹杂在语流之中的气流声能够显示出说话人焦急、紧张、感慨等不同的感情色彩,使表达更富于表现力。“抢气”不仅是一种换气或补气方式,还是一种感情表达手段。它常用于感情色彩丰富、描写生动的语言中。

“抢气”时吸气速度要快。由于不再需要顾及吸气声,所以声门不必放开,应尽量让“抢气”声成为语流的一个节拍,这可以使语言听起来更自然。“抢气”时不要屏气,“抢气”的气流强度根据需要灵活控制。有时,“抢气”出现在句头,这种句头“抢气”往往是出于情感表达的需要,气息量较大。在句中出现的“抢气”多带有补气的性质,气息量一般不大。

提示:“抢气”不仅是一种换气或补气方式,还是一种感情表达手段,它常用于感情色彩丰富、描写生动的语言中。



抢气练习示范

练习:我该怎么说呢?该怎么表达这裂心的痛苦?

(四) 就气

和其他三种换气方式明显不同,“就气”是指在听觉上有停顿而实际不吸气、不补气的方式,只是调动体内的余气把话说完,从而达到语意连贯的效果。



就气练习示范

提示:“就气”一般在句子内部没有标点符号的地方,在前后不同语义中间进行停顿。

练习:1.出东门,过大桥,大桥底下一树枣,拿着竿子去打枣,青的多红的少。一个枣,两个枣,三个枣,四个枣,五个枣,六个枣,七个枣,八个枣,九个枣,十个枣;十个枣,九个枣,八个枣,七个枣,六个枣,五个枣,四个枣,三个枣,两个枣,一个枣……这是一个绕口令(就气)一口气说完才算好!

2.他叫赵子祥,是刚入伍不久的新战士(就气)刚刚18岁。

第三节 普通话语音的音节和切分

一、音节

音节是语音的基本结构单位,也是人们从听觉上最容易分辨出来的语音片段。一个完整的音节包括声母、韵母和声调三部分。就一般情况而言,一个汉字的读音就是一个音节,如“新闻播音”是四个汉字,也是四个音节。儿化音节的书写形式例外,如“花儿”



音节练习

(huār),就是用两个汉字代表一个音节。

提示:音节是人们从听觉上能够自然分辨的最小的语音单位。以双音节词构成的语义单位成为区分彼此、构成逻辑关系的常用语用单位,如“中央/人民/广播/电台”。也有三音节的,如“电视台”等。

练习:感知音节“中华/人民/共和国”“人间/四月/芳菲尽”。

二、音素

音素是最小的语音单位,是从音色角度划分的。如“普”这个音节由两个音素组成,“通”这个音节由四个音素组成。根据发音情况和声音特征,音素还可分为元音和辅音两大类。发音时声带振动,气流通过口腔等部位不受阻碍而形成的音叫元音,又叫母音,如 a, o, e; 发音时气流在口腔等部位受到阻碍而形成的音叫辅音,又叫子音,如 b, p, m。

元音和辅音的区别主要有以下几点:

第一,气流受到阻碍的情况不同。发元音时,气流通过咽腔、口腔、鼻腔等部位不受阻碍;发辅音时气流受到阻碍。

第二,发音器官紧张状况不同。发元音时,发音器官各部位保持均衡紧张;发辅音时,只是成阻部位紧张。

第三,气流强弱不同。发元音时,气流畅通无阻,因而气流较弱;发辅音时,需要消除成阻部位造成的阻碍,因而气流较强。

第四,声带振动情况不同。发元音时,声带振动,声音较响亮;发辅音时,声带大多不振动,声音一般不响亮。

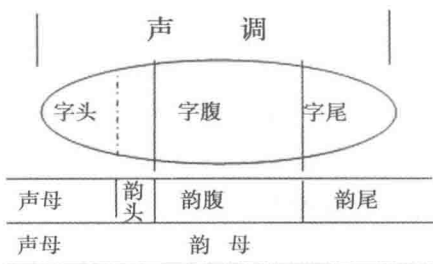


三、声母、韵母和声调

从分析音节结构的角度看,传统音韵学把音节分为声母、韵母和声调三个部分。声母是音节开头的辅音。例如“chūnchéng(春城)”这两个音节中的“ch”就是声母。如果一个音节开头没有声母,如“ān(安)”,那么这个音节就叫零声母音节。

韵母是音节中声母后面的部分。例如“chóngqìng(重庆)”这两个音节中的“ong”和“ing”就是韵母。前面提到的零声母音节,实际上就是仅由韵母构成的音节。

声调是音节的高低升降变化。例如“zǎo(早)”这个音节,读的时候先降低后上升。这种先降后升的变化,就是“zǎo”的声调。



声母、韵母和声调

四、语句的切分

单位语节分为单音节语节、双音节语节、三音节语节、四音节语节。^①较为常见的是双音节语节的切分,如“中央/人民/广播/电台”就是以双音节为基本单位进行内部切分的。在播音创作中,虽然“中央人民广播电台”的中间并没有标点符号,但是在语句的创作表达过程中却暗含了切分背后的语言表达规律。“中央”之类的双音节词,在发音时应该注意沿硬腭前向上打抛物线,在以“中”为起跳点的基础上把“央”上扬出去,从而使发音在空间上出现纵向拉伸感,避免生活用语中的平铺直叙感。在播音创作中,语句的切分依据主要是思想感情的变化和生理换气的需求。这种切分的依据并不是随意的,而要兼顾到播音创作的基本要求——“有稿播音,锦上添花;无稿播音,出口成章”。

提示:打破标点符号的限制,按照单位语义对语句进行切分、表达,用手势打抛物线,提示自己语音的走势,有助于优化传播效果。

练习:中国共产党第十九届中央委员会第二次全体会议,于2018年1月18号至19号在北京举行(用“/”和“//”进行语义切分)。



切分练习

第四节 普通话学习方法

常言道:工欲善其事,必先利其器。普通话作为生活和工作中的交流工具,想要实现交流的目的,必须掌握正确的学习方法,这样才能事半功倍。



普通话学习方法

^① 李晓华.新闻播音节奏特征研究[M].北京:中国传媒大学出版社,2008:57.



一、自然的学习心态

(一) 掌握新的知识要点

语言的学习是一种习惯的养成,这种习惯需要建立在一个正确的知识体系上。学习的过程是和规范的旧语言习惯作斗争的过程。建立一个容易接纳新知识的平台,为养成说普通话的习惯创造条件。

(二) 放松也是一种控制

普通话语用过程中常会出现因为紧张而引发的语音问题,因此要学会放松。

(1) 因为下巴紧张导致发音方向性错误,如声音后置。

提示:近距离打招呼感觉,发“宜”音。

(2) 因为口型紧张导致尾音发音错误,如“鱼”的发音会多出一个“ê”。

提示:对着镜子发单元音“ɑ”音,进行保持口型的训练。

(3) 因为肩膀紧张导致气息沉不下去,声调的运动幅度不够。

提示:叹气后自然进气,防止吸气太多而引起耸肩。用手势指引发“牙”和“亚”两个音。

(三) 自然的心态让学习事半功倍

克服紧张心理,敢于在交流中使用普通话开口发音,这是学好普通话的关键一步。自然的心态,可以扫除普通话规范化形成过程中的障碍,也可以减轻紧张感。任何学习都是一个从生疏到熟练的过程,只有下苦功夫克服困难,战胜畏惧心理,才能成为学习中的胜利者,达到熟练自如的程度。可以为自己确立由易到难的阶段性学习目标,进行积极的自我肯定的心理暗示,不断自我激励、自我挑战。

二、理论是基础,实践是出路

(一) 理论学习为实践指引正确方向

学习普通话语音知识,可以掌握正确的发音部位和发音方法,从而使我们说出的普通话更加规范和标准。常见的语音不规范问题,如尖音、调值不到位等,就是因对语音的规范化认识不够而引起的。为此,进行普通话语音理论学习,掌握理论知识,可以提高语音的自我辩证能力,提升效率,保障学习效果。

(二) 实践可以加深对理论的理解掌握

要做到多听、多读、多看、多练、多录。