

第一章

口语训练

◆ 口语概述

◆ 口语表达训练

本章导读

想

拥有好的口才,必须先练好说话的能力,即口语能力。本章主要介绍了口语训练的技巧,包括语音训练、发声训练和普通话训练。力图使学生通过这些训练,掌握口语训练的基础知识和基本技巧,为培养良好的口才和演讲能力打下坚实的基础。

学习目标

1. 了解口语的含义、特征,掌握准确的语音技巧。
2. 达到口语流畅,吐字清晰,音色饱满的目标。
3. 通过实践练习,培养使用普通话表达意思的能力。

第一节 口语概述

如果说书面语是人类语音的第二种基本形态,主要寄托于书本。那么,口语就是人类语音的第一种基本形态,主要寄托于听觉。口语是书面语的基础,是人与人交往最基本的工具。

一、口语的概念

口语,顾名思义,指的就是人们在说话时使用的语言。口语与书面语是相对应的,口语是书面语的基础,书面语对口语又有规范的作用,两者相辅相成,共同构成言语交际。



口语交际则是特定的人在特定的语境中,为了达到一定的目的,以口语为运用手段来交流信息、思想和感情的一种语言活动。口语交际以口语为手段和工具进行。



使用口语时,使用者应注意考虑接受对象的理解能力和接受能力,力求不论在何种场合,接受对象是谁,都能做到清楚流畅,富有节奏感,让听者接受并认同。

二、口语的特征

(一)即时性

即时性是口语最主要的特征,又称为易逝性。口语表达以声波、语音为载体来传达信息、交流思想和情感。语言和声波稍纵即逝,依靠口耳相传的口语便具有极强的即时性,这也是口语区别于书面语的一个极突出的特点。

(二)多变性

多变性,又称灵活性。口语表达总在特定的情境中进行,与现场的气氛、背景息息相关。为了使气氛和谐,说话能够吸引人,说话者需要根据现场的具体情况,使自己的话语与之相吻合。因此,要想取得较好的交际效果,就需要交谈双方随时留意对方的言谈举止,做到随机应变,并及时调整谈话的内容。

案例精选

一位演讲家以“男人和女人”为话题进行演讲。他说道:“女士们,先生们,关于男人和女人,我这里有一个很好的比喻。男人,就像大拇指;女人,则像小拇指。”话音刚落,全场哗然,女性听众更是嘘声四起,尖声反对。演讲家抬手往下压了压,说:“大家不要激动,听我往下解释。女士们,人们的大拇指,粗壮有力;而小拇指却纤细、苗条、灵巧而可爱。不知诸位女士之中,哪一位愿意颠倒过来?”

分析 在这个例子中,本以为演讲家用大拇指表示“优秀”、用小拇指表示“较差”,以此来贬低女性,谁知演讲家的解释却出人意料,使得女士们浪费了一番“愤怒”的表情而顿生笑意,也使演讲增添了一层磁性,收到了较好的效果。

(三)情景性

口语总是随着情景的不同而有不同的表达方式,谈论的话题、受众者、场合等都受到情境的强烈控制。在不同的情景下,同一个话题,表达方式是不一样的,表达者为了实现特定的目的或出于礼节,会因人、因事、因地而进行灵活的表达,以此切合情境,切合接受对象的身份。例如,同样是询问对方的意见,在谈判场合一般会这样说:“我们也欢迎贵方提出高见。”在非正规场

言语之美,穆穆皇皇。

——《礼记·少仪》

合,如和朋友聊天谈心时,则可随意一点:“你怎么想的?”

20世纪60年代,我国外交部长陈毅同志访问亚洲某国。在当地的公众集会上,一位宗教界的长老,代表万名僧众向陈毅赠献佛像。这件事万众瞩目,只见陈毅双手捧过佛像,显得虔诚而又十分高兴,他大声地说:“靠老佛爷保佑,从此我再也不怕帝国主义了。”语毕,全场大笑,气氛异常活跃。按理,共产党人是唯物主义者,不信佛,但身处外交场合,又是在一个佛教国家,这个场合具有一定的特殊性。陈毅则根据这一具体情况,说出了这句幽默的话,把对该国人民信仰的尊重和自己作为共产党人不忘宗旨的意思完美地结合了起来,取得了非常好的效果。

友情提示

口才具有表白、认识、交际、信息交流、指令、情感、美感等多项功能。口才最重的是情真、切境、得体。

第一节 口语表达训练

一、语音训练

语音是指说话的声音,是发音器官各部分(如横膈膜、肺、声带、口腔、舌头、牙齿、嘴唇以及鼻腔等)协同动作而产生的。能否灵活自如地运用发音器官,直接影响着发音的质量的高低。语音准确是口语表达的最基本要求,口语中的信息传达与接受的有效性,必须以声音准确无误地表达意思为保证。语音准确的标准是普通话语音。所以在语音训练时,一定要念准普通话的声母、韵母以及声调,准确地理解和运用语音,这样才能正确传递信息,使听者完全理解并接受。

普通话共有声母21个(包括零声母共22个),韵母39个,声调4种。汉语中除儿化现象外,一般都是一个汉字一个音节。

(一)声母发音训练

声母是汉语音节开头的辅音。不同的声母由不同的发音部位和发音方法决定。发音部位是指气流受到阻碍的位置;发音方法是指阻碍气流和解除阻碍的方式、气流的强弱及声带是否颤动等。

声母发音时要有成阻、持阻和除阻三个阶段。成阻时的部位、姿势要准确;持阻时要持续到音色响亮、清晰为止;除阻时要干净利落;发音部位要准确。

1. f、h、w 发音训练

f	饭碗	放风	防备	丰厚
h	黄蜂	化肥	欢腾	混搭
w	忘却	文化	维和	完整



友情提示

声母表

春日起每早(ch r q m z)
采桑惊啼鸟(c s j t n)
风过扑鼻香(f g p b x)
花开落,知多少(h k l zh d sh)

2. j、q、x 发音训练

j	焦急	就业	边际	歼敌
q	旗帜	谦虚	擎天柱	圈子
x	细心	学习	相信	先生

3. r、n、l 发音训练

r	日子	仍旧	柔软	人家
n	你好	念想	扭捏	恼怒
l	老鬼	冷冻	旅行	乱来

4. zh、z 发音训练

zh	主战	昼夜	招收	中止
z	赞颂	仿造	自动	宗旨

5. ch、c 发音训练

ch	春天	重新	鸡翅	搀扶
c	催促	岑参	刺伤	粗心

6. sh、s 发音训练

sh	伤身	收集	树立	诗人
s	桑叶	搜集	肃立	私人



绕口令练习

丰丰和芳芳,上街买混纺。红混纺,粉混纺,黄混纺,灰混纺。红混纺做圈子,粉混纺做衣裳。红、粉、灰、黄花样多,五颜六色好混纺。

七巷一个漆匠,西巷一个锡匠。七巷漆匠偷了西巷锡匠的锡,西巷锡匠用了七巷漆匠的漆。七巷漆匠气西巷锡匠拿了漆,西巷锡匠气七巷漆匠偷了锡。请问漆匠和锡匠,是谁偷了谁的锡,谁拿谁的漆?

四是四,十是十,十四是十四,四十是四十。十不能说成四,四也不能说成十,若是说错了四和十,就要误大事。

老彭拿着一个盆,路过老陈住的棚,盆碰棚,棚碰盆,棚倒盆碎棚压盆,老陈要赔老彭的盆,老彭不要老陈来赔盆,老陈陪着老彭去补盆,老彭帮着老陈来修棚。

(二) 韵母发音训练

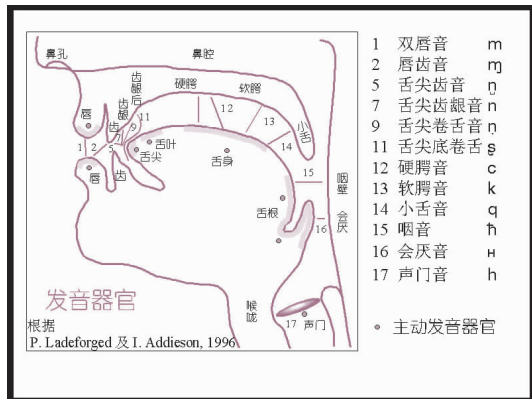
韵母是汉语音节中声母后面的部分,主要由元音或元音为主要成分构成。普通话有 39 个韵母,按结构可分为单韵母、复韵母和鼻韵母三类。

ai 还来 改派 开外 败北



口才与演讲

ei	北方	擂台	搭配	分类
ao	嚎叫	熬夜	考试	早到
ou	收手	刀口	逗眼	绸缪
an	反间	寒蝉	安定	谈天
ang	访谈	宽广	狂欢	王冠
en	申请	陈述	人参	花盆
eng	声明	蒸汽	整风	同盟
in	贫民	禁止	亲近	金银
ing	平民	静止	清静	晶莹



绕口令练习

哥哥弟弟坡前坐，坡上卧着一只鹅，坡下流着一条河，哥哥说，宽宽的河，弟弟说，肥肥的鹅。鹅要过河，河要渡鹅。不知是鹅过河，还是河渡鹅。

梅大妹卖梅子，卖了梅子买麦子；梅小妹卖麦子，卖了麦子买梅子。大妹和小妹，互相做买卖，大妹卖，小妹买；小妹卖，大妹买。不知是谁卖了梅子买麦子，又是谁卖了麦子买梅子。

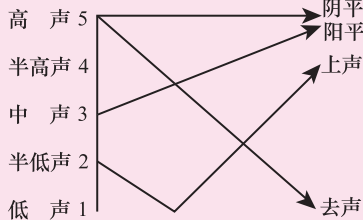
老猫毛短戴毛帽，小猫毛长戴草帽。老猫毛帽戴不牢，毛帽换成老礼帽。小猫草帽戴不好，老猫帮它来戴牢。老猫礼帽，小猫草帽。老猫小猫哈哈笑。

小金到北京看风景，小京到天津买纱巾。看风景，用眼睛，还带一个望远镜；买纱巾，带现金，到了天津把商店进。买纱巾，用现金，看风景，用眼睛，巾、金、睛、景要分清。

(三) 声调训练

声调是音节的高低升降形式，它主要由音高决定。描写声调的高低通常用五度标记法：立一竖标，中分5度，最低位1，最高为5。普通话一般用4个声调，分别为阴平，阳平，上声和去声，这是汉语中规范的读法，一般可简称为一声、二声、三声和四声。

友情提示



阴平(55)	青春光辉	公司通知	新屋出租
阳平(35)	人民银行	连年和平	圆形循环
上声(214)	彼此理解	永远友好	理想美满
去声(51)	下次注意	创造世界	报告胜利



其中会出现音变现象,主要是“一”、“不”、“啊”和不同声调的文字搭配,也发出不同的声调,以及儿化字现象。

1. “一”、“不”变调

“一”、“不”在单用或用于句末时用本来声调:“yī”、“bù”。但在去声音节前要读阳平,如:一日,一半,不必,不要。在非去声前,“一”变成去声,“不”不变,如:一起,一天,不好,不来。

2. 语气词“啊”的变调

“啊”	u(包括 ao,iao)后	n 后	ng 后	j(后),(尾) er(后)	i(前)后	a,o,e,i,ü 后
读音	ua	na	ŋa	ra	ia	ya
举例	好啊 咬啊 瞧啊	看啊 怎么办啊	答应啊 唱啊	吃啊 儿啊	你啊 别急啊	他啊 真绿啊

3. 儿化音训练

- (1)号码儿,山坡儿,饭盒儿,水珠儿
- (2)一下儿,鲜花儿,手稿儿,封口儿
- (3)小米儿,有趣儿,豆粒儿
- (4)戏词儿,果汁儿,树枝儿
- (5)一块儿,草根儿



绕口令练习

进了门儿,倒杯水,喝了两口运运气儿。顺手拿起小唱本儿,唱一曲儿,又一曲儿,练完了嗓子,我练嘴皮儿。绕口令,练字音儿,还有单弦牌子曲儿;小快板儿,大鼓词儿,又说又唱我真带劲儿。

二、发声训练

发声时要有正确的姿势,即挺胸,收腹,提气,颈部、背部、腰部自然伸直,胸肌放松,用力适中,便于气流畅通运行,以达到良好的共鸣效果,使语气中气十足而又轻松自然。

发声训练还需要练气息。采用“横膈膜式呼吸”,又称“胸腹联合呼吸”,是一个使气息充足的有效方法,具体动作为:用胸腔、横膈膜、腹肌共同控制气息,要求全身松弛,自然协调。吸气时,口鼻并用,平稳而轻柔,扩胸收腹,以增大肺部气息容量,控制住吸入的气息;呼气



时,均匀平缓,用胸肌、膈肌、腹肌共同控制气息的输出,使声音获得气息的支持。

(一)呼吸练习

1. 胸腹联合呼吸法

胸腹联合呼吸法,目的是加强控制呼吸的能力。动作要领是:身体略前倾,吸气时全身放松,舌尖微翘,抵上齿背,扩展两肋,向上向外提气,感到腰带渐紧,后腰有一种胀开的感觉。呼气时控制两肋,使腹部有一种压力,发出延长的、不间断的“嘶——”音,舌尖抵下齿,将气流均匀地往外吐。呼气时要用嘴,做到匀、缓、稳。经过反复练习,呼一口气的时间应该逐渐延长,最后可以达到吸一口气能呼20~40秒长度的气息。

用此方法时要注意,吸气时尽量吸得足,吸得深,以便获得最大的源动力,可以用下列方法:第一步,慢呼慢吸;第二步,慢吸快呼;第三步,快吸快呼。

2. 胸式呼吸法

胸式呼吸法,重点放在胸腔,依靠胸肌的内外运动改变胸腔的大小来呼吸。日常生活中人们的呼吸称作浅呼吸,只有胸部的前后扩张,没有上下扩张。浅呼吸发出的声音是浮飘的,而非我们经常所说的“中气十足”,它会因气息不足而把力量集中在喉头,使声带负担过重,憋得脸红脖子粗,造成嗓音沙哑,这是不适合演讲的。

3. 腹式呼吸法

腹式呼吸法,只使用横膈膜运动,主要依靠膈肌的上下运动改变胸腔的大小来呼吸。只有腹肌起作用,肋间肌不起作用,胸上下前后都得不到扩张。这种方法要求腰前后都扩大,力量往往向后倾,使前方力量减弱甚至消失。

相比较而言,胸腹联合呼吸法是最好的呼吸法,这种方法调动了胸部肋间肌,横膈肌和腹肌共同参与呼吸,既便于胸腔全面扩大,肺容量随之全面扩大,又便于对呼吸和气势进行控制和调节。我们经常说的“挺胸收腹”、“气沉丹田”,指的就是胸腹联合呼吸法。具体可通过以下几种途径进行训练。

(1)吹蜡烛:模拟吹灭生日蛋糕上的蜡烛。深吸一口气后均匀缓慢地吹,时间尽可能长一点,以25~30秒为合格。

(2)用诗句、绕口令或近似绕口令的句子一口气不间断的念,直至最多遍数。

(3)压腹数数:平躺于床上,压几本书在腹部,吸足一口气,开始从1往后数。这样可对气息呼出作加强控制,目的是增强腹肌和横膈膜的控气力度。

(4)蒸汽壶:吸一口气后徐徐呼出,嘴唇发出蒸汽般的“嘘—嘘”声,同时心中暗记次数,看这口气能持续多久。注意不要一下子把气全部呼出,而要缓缓吐气。首次应该能坚持到30次,经过反复练习逐渐就可以达到70次,会感到辅助呼吸的肌肉在练习过程中不断地收缩、拉紧。

(二)共鸣练习

只用声带发出的声音是比较微弱的,通过共鸣可以使声音得到扩大和美化。人的声道共鸣器官主要有胸腔、口腔、鼻腔、咽腔。胸腔共鸣能使声音浑厚、洪亮;口腔共鸣可使声音结实明亮;鼻腔共鸣使声音明亮高亢。

共鸣练习可做以下训练：

(1)放松喉头，用“哼哼”音唱歌。

(2)学鸭叫。挺软腭，口腔张开，呈圆筒状，发“gāgā”音。运用共鸣较好时，“gāgā”音会比较好听，否则听上去会刺耳、枯燥。

(3)学牛叫，类似打电话中的“嗯？”(什么?)和“嗯！”(明白了!)的声音。

(4)大声呼唤练习。假设远处有个认识的人或在大山里，喊他的名字或在山中大声呼喊：快——回——来！哎——！走——开——！过——来——！等。

(三) 吐字训练

吐字训练在朗诵中非常重要，练好了吐字，无论是人际交往或演讲，都能使人听得清楚明白。

“字正腔圆”是吐字发声的最基本标准。“字正”，即吐字要准、真、纯；“腔圆”则指吐字时发出的声音要集中、圆润、灵活。“字正腔圆”可概括为准确、清晰、集中、圆润、流畅。

吐字将一个音节的发音过程分为出字、立字、归音三个阶段。出字，指声母和韵头的发音过程要准确有力，有弹出之感；立字，指韵腹(主要是元音)的发音过程，要求充实饱满，圆润立体；归音，则是指音节发音的收尾(韵尾)过程，力求干净利落，不拖泥带水。

友情提示

吐字归音在朗诵中十分重要。出字有力，立字饱满，归音干净，三个过程可以构成一个没有分解、断接的“枣核型”。

(四) 音色练习

音色是指人的嗓音质量。好的嗓音音色圆润柔和、饱满，充满情感且悦耳动听，给人美的享受。

要有好的音色，必须避免几种对音色不利的发音。

(1)鼻音，这是很多人发音时存在的毛病，发声时要有节制的呼气，注意控制声波进入鼻腔。

(2)弱音，即声音微弱，气流很小，这给人一种胆怯不自信的感觉。这需要进行音高与音低的练习，先从低音说起，再一句句升高，然后再一句句降低；或者一句高，一句低，高低交替；或者每个字的音调由高到低，再由低到高。

(3)刺音，刺音由声音颤动得太厉害导致，表现为声音摇晃不定，不时颤动，没有弹性，容易使人产生烦躁感。对此应该练习有节制地呼气，避免气息给声带造成强烈冲击。

三、普通话训练

普通话是现代汉语的标准语。《中华人民共和国国家通用语言文字法》明确了普通话作为国家通用语的地位。普通话，即“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”。

(一) 训练目标

大力推广和普及普通话，是我国的基本语言政策。国家推广普通话是为了推动经济和

社会的发展,提高公民的素质和工作效率。学好普通话,自觉使用普通话,是现代人综合素质的体现,同时它更是培养和提高表达能力的基础和关键。

通过训练普通话能力,能使人掌握正确的发声方法,养成良好的发声习惯,吐字清晰,干脆利落;声调准确,善于区别;口齿灵活,自然流畅。通过训练和测试,促进普通话的推广和普及,逐步提高全社会的普通话交际水平,从而提高全社会语言的规范化,标准化的程度。

(二)训练方法

通过语段的朗读训练,培养和提高普通话声韵、声调和音变等基本功的综合能力,更好地掌握并运用语言规律,提高用普通话口语形式准确、鲜明、生动地表情达意的水平,为提高口才打好基础。

(三)训练要点

一般来说,我们可以通过对一些经典文章的朗读来练习普通话。训练时要准确、清晰、流畅,并且要感情丰富、自然地表现作品,读字、词、句要集中、圆润。

(1)字:注意多音字、形似字的读音。把握好在一定语段中的字的读音和单念时的不同发音,并要注意语流音变现象,处理好变调问题。

(2)词:要读清楚一个个的词,读中间的停顿,以及注意多音节词及在句中的音变现象。

(3)句:不读破句,并按特定的语义表达。

(4)篇:把握好全篇基调,正确处理结构停顿,语气和内容的转换,保证全文的完整性和层次性。

(四)实践

1. 朗读以下材料,感受并摸索和巩固普通话朗读技巧

今天我站在这里,和所有的女人一样,由豆蔻年华的少女到温情脉脉的妻子再到含辛茹苦的母亲,并一步步走向人生的夕阳。面对理想与现实的错位,事业和家庭的冲突,特别是扑面而来的改革大潮,我们女人究竟应该怎样去谋划自己的人生呢?

新世纪的浪潮为我们这一代女人推出了更加广袤的空间,使我们别无选择地创造属于自己的一片天,一片地。这时,如果有人问我,新世纪的女人俱备什么样的素质?我会回答:自信!刚毅!顽强!豪迈!美丽!

2. 读以下语言材料,注意读准声、韵、调,尤其是前后鼻音

(1)青松顶,停蜻蜓,蜻蜓停,蜻蜓静,蜻蜓静停青松顶。

(2)邓三婶半夜三更提着马灯,踏着田埂上了马路,进城去找兽医程申剩,为抢救牲口,她不怕天黑路远,风狂雨猛,也不怕腰酸腿疼,只管迈开大步,走了一程又一程,她刚登上小

友情提示

同学们可以多进行朗诵练习,根据书中介绍的方法多做训练,力求读音准确,轻重分明,停顿适当,句调自然,快慢相宜。

★ 案例



如何选择朗诵的作品

恶言不出于口,
忿言不反于身。

——《礼记·祭义》

山峰，迎面扑来一阵冷风，吹灭了马灯，刮跑了塑料斗篷。邓三婶进县城，找到了程申剩，让他来大队治好了牲口，顺利地完成了任务。

3. 林肯的诵读训练法

美国前总统林肯的口才是举世公认的。他自己独创一套“读诵训练法”并且常年坚持训练。

林肯把拜伦的诗集，一本放在家里，一本放在办公室，一有空就拿出来读诵，用低低的声音读得津津有味，甚至到了痴迷的程度。

他的诵读方式多种多样：有时，他激情洋溢地快速阅读，如激流飞瀑；有时读剧本，揣摩不同角色的语气语调。他能背诵莎士比亚的喜剧《哈姆雷特》、《李尔王》中的大段独白，并能背诵大量长篇诗歌。夜里醒来睡不着，他常随手把诗集翻开读，眼过佳句，他会兴奋地跳下床，穿着睡衣朗读起来，把全家人吵醒。

长期的读诵，训练了他的语言，也丰富了词汇，并且还形成了良好的语感，对他声情并茂的演讲风格产生了很大的影响。



本章小结

本章主要介绍了与口语相关的内容以及为培养口才而进行的相关基础训练。人们在说话时使用的语言就是口语。而人们为了实现自己的交际目的，需要根据不同的情境，运用口语进行信息、思想和感情的交流，这时，我们就要用到口语交际。

要进行口语表达，首先要做好基础的语音训练、发声训练和普通话训练，通过这些训练，我们力求做到吐字清晰，口语流畅，音色饱满，为之后的口才培养和演讲练习打下坚实的基础，做好完善的准备。

能力训练

一、完成下列训练。

1. 吹灰尘。想象桌面上有一层厚厚的灰尘，要将其吹掉，且尽量避免灰尘扬起。深深吸一口气，控制一会儿，再缓缓吹出。吸气时要深沉、平稳、自如；站姿要放松，两肩自然下垂，小腹微收。

2. 咬住牙，深吸一口气，从牙缝中发出“嘶——”声，力求平稳均匀持久。

3. 在不明显换气的情况下，用富有节奏感的语速较快地念完下面的绕口令，注意保持气息和声音的稳定性。

(1)扁担长，板凳宽，扁担没有板凳宽，板凳没有扁担长，扁担要绑在板凳上，板凳不让扁担绑在板凳上，扁担偏要绑在板凳上。

(2)一只青蛙一张嘴，两只眼睛四条腿，扑通一声跳下水；

两只青蛙两张嘴,四只眼睛八条腿,扑通扑通两声跳下水;
三只青蛙三张嘴,六只眼睛十二条腿,扑通扑通扑通三声跳下水;
四只青蛙四张嘴,八只眼睛十六条腿,扑通扑通扑通扑通四声跳下水;
五只青蛙五张嘴,十只眼睛二十条腿,扑通扑通扑通扑通扑通五声跳下水。

二、朗读柳宗元的《江雪》,注意发音训练。

江雪

柳宗元

千山鸟飞绝,万径人踪灭。
孤舟蓑笠翁,独钓寒江雪。

三、对下面这句话,通过重音的变化来表达不同的意思。

我不会修电视。

四、以下面这首诗歌为例,进行发音训练,特别注意吐字及音色训练。

生命幻想曲

顾城

把我的幻影和梦
放在狭长的贝壳里
柳枝编成的船篷
还旋绕着夏蝉的长鸣
拉紧桅绳
风吹起晨雾的帆
我开航了

没有目的
在蓝天中荡漾
让阳光的瀑布
洗黑我的皮肤

太阳是我的纤夫
它拉着我
用强光的绳索
一步步
走完十二小时的路途
我被风推着
向东向西

太阳消失在暮色里

黑夜来了

我驶进银河的港湾

几千个星星对我看着

我抛下了

新月——黄金的锚

天微明

海洋挤满阴云的冰山

碰击着

“轰隆隆”——雷鸣电闪

我到那里去呵

宇宙是这样的无边

用金黄的麦秸

织成摇篮

把我的灵感和心

放在里边

装好纽扣的车轮

让时间拖着

去问候世界

车轮滚过

百里香和野菊的草间

蟋蟀欢迎我

抖动着琴弦

我把希望溶进花香

黑夜象山谷

白昼象峰巅

睡吧 合上双眼

世界就与我无关

时间的马

累倒了

黄尾的太平鸟

在我的车中做窝

我仍然要徒步走遍世界——
沙漠、森林和偏僻的角落

太阳烘着地球
象烤一块面包
我行走着
赤着双脚
我把我的足迹
象图章印遍大地
世界也就溶进了
我的生命

我要唱
一支人类的歌曲
千百年后
在宇宙中共鸣

五、有感情地朗读毛泽东的《沁园春·雪》及徐志摩的《再别康桥》。

沁园春·雪

毛泽东

北国风光，
千里冰封，
万里雪飘。
望长城内外，
惟余莽莽；
大河上下，
顿失滔滔。
山舞银蛇，
原驰蜡象，
欲与天公试比高。
须晴日，
看红装素裹，
分外妖娆。
江山如此多娇，
引无数英雄竞折腰。
惜秦皇汉武，

略输文采；
唐宗宋祖，
稍逊风骚。
一代天骄，
成吉思汗，
只识弯弓射大雕。
俱往矣，
数风流人物，
还看今朝。

一九三六年二月

再别康桥

徐志摩

轻轻的我走了，
正如我轻轻的来；
我轻轻的招手，
作别西天的云彩。

那河畔的金柳，
是夕阳中的新娘；
波光里的艳影，
在我的心头荡漾。

软泥上的青荇，
油油的在水底招摇；
在康河的柔波里，
我甘心做一条水草！

那榆荫下的一潭，
不是清泉，是天上虹
揉碎在浮藻间，
沉淀着彩虹似的梦。

寻梦？撑一支长篙，
向青草更青处漫溯；
满载一船星辉，
在星辉斑斓里放歌。

但我不能放歌，
悄悄是别离的笙箫；
夏虫也为我沉默，
沉默是今晚的康桥！

悄悄的我走了，
正如我悄悄的来；
我挥一挥衣袖，
不带走一片云彩。

六、假设你的同学在找工作时碰了钉子，心情很不好，请你去劝劝他（她）。

拓展阅读

各种文体的朗诵要领

一、诗歌朗诵要领

1. 抓住诗魂，创造意境

诗的思想深刻，不仅在于它的语句如何简洁、凝练，如何典型、有概括力，主要还在于作者对事物或现象的深刻体认与高度的艺术升华；诗的语言高雅优美，也不仅在于它的遣词造句多么华丽多彩，多么美妙动听，更在于它透过情景创造出了令人感兴趣、令人回味的深邃而高远的意境。

2. 把握诗的内在律动

诗的内在律动有着比其他任何文学形式更为和谐的音韵、更为鲜明的节奏，以及悠扬低回、起伏荡漾甚为优美的旋律感。要念好一首诗，绝不能忽视这构成中华民族语言美和诗的韵律美的基本因素。具体运用时的恰当安排绝不亚于写诗，要经过字斟句酌，反复推敲，潜心运筹，精心处理，细心品味，方能收到良好效果。

3. 藏起韵脚,释放激情

每首诗都有自己特定的韵律和韵脚,这是作者按照自己的构思和喜好的逻辑形式着意安排的,或者说是一种人为的形式感。凡想象丰富、情感炽热的地方,大都不在显韵之处。因此,在体现时,要仔细将韵脚“藏”起,即有意将它弱化,将它的力度和棱角破掉,使之随着诗的情感脉搏自然流出,在情感激流中若隐若现、似有似无。这样,就可把全部精力贯注到对诗的内在激情的感悟中,并最终将全部激情释放出来,从而产生震撼人心的艺术力量。

二、散文朗诵要领

1. 感悟心境

作家置身于某种环境之中,之所以能有感可发,定然是胸中情感久久的积淀而酿成的某种特定的心境所致,没有这种创作所必需的心境,没有这种心境同与之相合的事物、情景相碰触,恐怕难有所感、难有所言。因此,要读好一篇散文,首要的是潜心挖掘,明了作家创作时的特殊心境和作品表达的心境。进而,于内心逐渐培植起与作家、作品相同的或相近的心境。这样,才能把握住作品的情调,道出它的韵味。

2. 揣摩情感

很多散文佳作往往借助于所处环境、景物或其他事物,以其为媒介或依托,通过含蓄或隐喻的手法,间接地抒发自己的胸臆,即借景生情、借物抒怀。因而,我们在领悟和表达时,不能囿于文辞表层,浅尝辄止,而应该细心揣摩其中蕴含的丰富情感,深入开掘文辞背后的深意。

3. 突出散文的语言风格

散文的语言风格多介于生活语言和诗的语言之间。在表达时,既要注意不失语言的“生活化”,语气的自然、素朴与表情达意之自如、顺畅,又要内含诗的语言之和谐的节奏与美妙的音韵,使之在语言效应上,比生活语言更深刻、更动人、更耐人寻味。但读来又不可过于“诗化”,而应该比诗更加含蓄和内在,更加柔和而细腻。

4. 讲求“形散神不散”

首先,在把握了文章灵魂及本质的基础上,还要将它幻化成自己的切身经历和体验。带着这样的感受,再去精心处理和调节声音和技术上的停续断连,使言语有机可为,节奏和谐流畅,气势前后贯通。但是,散文毕竟还有“形散”之态,它不像小说、故事那样令人听来饶有兴味。因此,在文章整体气韵的统领下,一般不宜念得太快、太强,处理情感的起与转折的棱角也不宜过大,语气的分切也不宜太碎。这样,既有完好伏

的整体感,又留有充分的想象空间。

三、小说朗诵要领

1. 把握基调,抓住风格

读好一篇小说,对于基调的把握是必需的。要以原创为基础,从作品主题、内容出发,着眼全篇,把握好作者的创作动机,形成准确的朗诵基调。此外,还必须对作品的风格有所掌握,形成基本语气并融入基调中,将其体现在声音形式上,才能完美地表达。

2. 驾驭叙述语言,表现人物语言

小说语言可分为叙述语言和人物语言两大类。

叙述语言的作用是:介绍人物、事件、情节;描写时代背景、自然环境;帮助塑造人物形象,表现人物的行为、内心活动以及回忆与幻想等。叙述语言应遵循一条基本原则:它不应是“客观的旁听者”,而应是“热情的知情人和讲述者”,是一个有具体身份和心灵的人物。叙述语言的用声,基本应在中声区,应自然、有情、流畅、平稳。

人物在小说中占有重要地位,是作品描写的主要对象,是主题的主要体现者。人物要有鲜明的性格特征,而人物语言则是表现人物性格特征的途径。因此,朗诵人物语言时要注意:

首先,从作品出发,确立人物基调。不同的人物的性格、经历、形象与气质,因此,也具有不同的人物基调。在作品中找出“直接”或“间接”的信息,以现实生活为参照物,塑造出具体、可信的人物。

其次,处理人物的对白与独白。小说中的人物语言分为对白与独白,对白朗诵由一个人表现两个或几个不同人物的性格语言的直接交流。因此,除了需要有快速转换、跳出跳进的能力外,还要准确体现人物关系、语言目的、情感状态、形体动作等不同感觉。

最后,为了求得生动的效果,在人物语言中可加上表情、声音,如哭泣、咳嗽、气颤等,以求得人物情状的逼真。有时,为了渲染环境、气氛,也可加一些相应的象声词,如跑步声、风声、雨声、枪声、打耳光声等,以增加视觉和听觉感,达到引人入胜的目的。

综上所述,小说的朗诵难度较高,综合了所有学过的语言技巧:较高的叙述能力、较强的人物造型和表演能力、丰富的表达技巧与多方面的基本功和素养。

