

普通话指导:第七讲普通话声母训练 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/56/2021\\_2022\\_\\_E6\\_99\\_AE\\_E9\\_80\\_9A\\_E8\\_AF\\_9D\\_E6\\_c38\\_56388.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/56/2021_2022__E6_99_AE_E9_80_9A_E8_AF_9D_E6_c38_56388.htm)

一、声母的发音技巧

普通话的音节由声母、韵母和声调三部分组成，声母是音节的开头部分，传统的名词叫“字头”。声母由辅音充当，而辅音的特点是时程短（除擦音外f、h、x、sh、s、r）、音势弱，很容易受到干扰，也很容易产生“吃字”现象，从而影响语音的清晰度和可懂度。所以发声母要努力做到“咬得准、发得清”，使整个音节完整、清晰。

1.双唇音：b、p、m（双唇阻、塞音）指上唇与下唇接触构成阻碍后发出的一种辅音，共有三个。b和p的区别在于送气与不送气，而b、p和m的区别则是前两个辅音发音时软腭提起，气流从口腔出来。而后一个要发成鼻音，注意除阻时的爆发力。这三个音发不好的直接原因是发音唇舌无力、口腔松软。力量应集中在双唇中央，不要咧嘴角、不要双唇抿起，否则会影响音准。送气音的气流别太强。唇部收紧，接触有力，并注意与气息的配合。发音过程的三个阶段：准备 蓄气 发音 b、p的本音（纯粹音）声音不很响亮，我们为了学习方便，可以在这两个音的后面拼上一个元音，成了bo、po的声音。这是它们的“读音”。（p95《普通话训练指导》）见上面发音口

型图：2.唇齿音：f（擦音）指下唇与上齿接触构成阻碍后发出的一种辅音。发音时注意上齿与下唇形成阻碍时要自然接触，不要上齿咬住下唇发音，否则成阻部位面积大，力量分散，有发成塞音趋势，显得笨拙。接触面积不要太大，否则易产生杂音，要调理好气息，除阻后紧接元音，这样字音就

清楚了。如fA、fei、fo、fou、fu。（p59《普通话训练指导》）见上面发音舌位图：3.舌尖中音：d、t、n、l舌尖抵住上齿龈，气流在这一部位受到阻碍后发出的声音。练习时注意部位要准确，舌尖要有力度。调整好气息，使受腹部控制的气流，不断地冲击成阻部位，让舌尖灵活有力地弹击上齿龈，这就是所说的“舌地弹卷力”，要能够敲响它，所以“弹力”就是指舌尖阻被突然冲开，不要拖泥带水。注意着力点放在舌尖上。d、t的发音部位是舌尖和齿龈。n、ng：n是“舌尖中阻”、“鼻音”，ng是“舌根阻”、“鼻音”；n是前面用力，ng是后面用力；n在发音时，上下齿接近，ng在发音时上下齿可以离开；n的鼻气息轻些，ng的鼻气息重些，ng的发音部位与g、k、h相同，舌面后不要离开软腭，让声音延长下去。（p139《普通话训练指导》）要练习它们的本音（纯粹鼻音）的发音，发“ng”时，舌根高抬，软腭、小舌下垂，和软腭挤紧，鼻腔通路打开，声带颤动，带音气流由鼻孔出来形成ng，最后舌根下降，软腭小舌上升，发音完毕。l是“舌尖中阻”“边音”。发音时，舌尖顶住齿龈，比n稍后，声带颤动，气息由舌前部两边出来，最后，舌尖放下，发音完了。n、l两个音，发音方法完全不同，n是鼻孔出气，l是舌头两边出气。都是浊音。（p37《普通话训练指导》）见下面发音舌位图：4.舌根音：g、k、h指舌根和软腭相接，气流在这一部位受到阻碍后发出的一种辅音。它们是21个声母中发音最高\*后的3个音，音色也是属于最暗的一组。男声为了追求声音的宽厚、有气势，把这三个本已经\*后的舌根音发得更\*后，但它极容易把韵母也带到了后面，导致发声状态不正确。喉音的产生和它有直接的关系。要注意舌位有意识地前

移，也就是“后音前发”。g、k，是“舌根阻”“塞音”。发音部位是舌根和软腭。h是“舌根阻”（舌根接近软腭）“擦音”。g、k和h的成阻点比较自由，当与前高元音韵母相拼时，成阻点就前移，（如gei语音腭化也是这样造成的）；当与后元音韵母相拼时，成阻点相应后移（如gu、ku、hu）。见下面发音舌位图：100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 [www.100test.com](http://www.100test.com)