

普通話

# 如何改善普通話



# 自學中心資源



- 網上自學平台「普樂網」

[http://www.ilc.cuhk.edu.hk/Chinese/plw/\\_home/index.html](http://www.ilc.cuhk.edu.hk/Chinese/plw/_home/index.html)

- 書刊

<http://www.ilc.cuhk.edu.hk/Chinese/resource.htm>

- 網站

<http://www.ilc.cuhk.edu.hk/Chinese/links.htm>

- 課程

<http://www.ilc.cuhk.edu.hk/Chinese/activity.htm>

- 語文輔導

[http://www.ilc.cuhk.edu.hk/Chinese/lang\\_consulting.htm](http://www.ilc.cuhk.edu.hk/Chinese/lang_consulting.htm)

- 語言伙伴

<http://www.ilc.cuhk.edu.hk/english/lep.asp>



# 普通話聲調——四聲發音要點

- 1、普通話的第一聲（陰平調）是高平調，調值是55。發音時要盡量提高調值，讀得高一些，並且堅持平調，將音拉長，不要降下來。例如：

chūntiān-huākāi                      gāofēi

春 天 花 開                      高 飛

zhōukān                      jīnzhōng

周 刊                      金 鐘

練習：根據韻母表練習聲調

<http://www.ilc.cuhk.edu.hk/Chinese/elearnCHI/sounds.htm>



2、普通話的第二聲（陽平調）是升調，調值為**35**，和粵語的陰上（如：古）一樣，移植過來就成了。例如：

lí míng - lái lín                      huí dá

黎明 來臨                      回答

luó hú                      lán tián

羅湖                      藍田

練習：根據韻母表練習聲調

<http://www.ilc.cuhk.edu.hk/Chinese/elearnCHI/sounds.htm>

3、普通話的第三聲（上聲調）是降升型曲調，調值是214，特點是低降高升，粵方言裏沒有曲調調形，讀曲調就有些困難。粵語區的人往往讀成升調。我們讀上聲要把降升結合起來才行，注意降、升之間不要斷開，以免聽感上像兩個字；升的時候還要注意收住，不要拉得太長。例如：

dǎ xiǎo lǎohǔ

打 小 老虎

shuǐ guǒ

水 果

Fěnlǐng

粉 嶺

mǎchǎng

馬 場

練習：根據韻母表練習聲調

<http://www.ilc.cuhk.edu.hk/Chinese/elearnCHI/sounds.htm>

4、普通話的第四聲（去聲）是個全降調，調值是51，讀音注意降幅要夠，不要降至半途就停止。例如：

àihù-shùmù

愛護 樹木

xiànmù

羨慕

bàogào

報告

lèfù

樂富

練習：根據韻母表練習聲調

<http://www.ilc.cuhk.edu.hk/Chinese/elearnCHI/sounds.htm>

# 普通話變調



- 第三聲的實際調值是**2114**，音長最長，但是後段**14**容易丟失，因此大部分情況下第三聲都發生變調，讀全調的機會很少。總體而言，第三聲有兩種變調：



1) 第三聲 + 第一 / 二 / 四 / 輕聲 : 後段14丟失, 調值由214

變為半上聲211, 發音時低調短促。例如:

■ bǎituō

■ 擺脫

■ zǔguó

■ 祖國

■ tāolùn

■ 討論

■ ǎizi

■ 矮子

bǎowēn

保溫

dǎoyóu

導遊

tiǎozhàn

挑戰

nǎinai

奶奶

bǐnggān

餅乾

gǎigé

改革

gǎnxiè

感謝

jiějie

姐姐

xiǎoshuō

小說

lǎngdú

朗讀

gǎojiàn

稿件

ěrduo

耳朵

2) 第三聲 + 第三聲：前一個第三聲的調值變為第二聲35。例如：

- |   |        |            |          |        |
|---|--------|------------|----------|--------|
| ■ | lǎnsǎn | shǒuzhǐ    | mǔyǔ     | hǎidǎo |
| ■ | 懶 散    | 手 指        | 母 語      | 海 島    |
| ■ | lǚguǎn | guǎngchǎng | zhǔjiǎng | gǔdiǎn |
| ■ | 旅 館    | 廣 場        | 主 講      | 古 典    |
| ■ | xiǎozǔ | jiǎnshǎo   | bǎoxiǎn  | xǔjiǔ  |
| ■ | 小 組    | 減 少        | 保 險      | 許 久    |

### 3 ) 三個第三聲在一起

- a) 雙音節 + 單音節

三 + 三 + 三 → 二 + 二 + 三，例如：

- guǎnlǐ zǔ

- 管理 組

zhǎnlǎn guǎn

展覽 館

- xiǎngfǎ hǎo

- 想法 好

kěyǐ zǒu

可以 走

■ 單音節 + 雙音節

三 + 三 + 三 → 半三 + 二 + 三，例如：

■ xiǎo liǎngkǒu

■ 小  兩 口

xiǎo mǔzhǐ

小 拇 指

■ xiǎo lǎo hǔ

■ 小  老 虎

lǎo chǎngzhǎng

老 廠 長

## 4) 三個以上的第三聲在一起：先分詞，再根據前面的規則判斷



■ xiǎng fǎ hěn hǎo

■ 想 法 很 好

■ liǎng bǎ zhǐ yǔ sǎn

■ 兩 把 紙 雨 傘

■ wǔ bǎi chǐ yǐ hěn lǐ xiǎng

■ 五 百 呎 已 很 理 想

■ lǎo bǎn zǒu gǒu xiǎng dǎ xiǎo lǎo hǔ

■ 老 闆 走 狗 想 打 小 老 虎

## 2、「一」、「不」變調



1) 「一」、「不」 + 第四聲：

「一」、「不」都讀第二聲，例如：

yí dìng

一 定

yí mù-liǎo rán

一 目 了 然

yí bù-liú shén

一 不 留 神

bú biàn

不 變

bú lùn

不 論

bú yào

不 要

bú xìng

不 幸



2) 「一」、「不」 + 非第四聲：

「一」、「不」都讀第四聲，例如：

yì tiān      yì fān-fēngshùn      yì sī-bùgǒu

一天      一帆風順      一絲不苟

yì tóng      yì chóu-mòzhǎn      yìqǐ      yìdiǎn-jiùtōng

一同      一籌莫展      一起      一點就通

bù' ān      bùjīn      bùguāng      bùcéng      bùfú      bùxíng

不安      不禁      不光      不曾      不服      不行

bùxiǎng      bùmiǎn      bùxǔ

不想      不免      不許

# 四聲綜合練習

1. 根據韻母表順序練習聲調
2. 聽歌辨別聲調

歌名：盛夏的果實

作詞：李焯雄

作曲：Meyna Co

唱：莫文蔚

在線聆聽：[www.youtube.com](http://www.youtube.com)

答案：利用網上文字拼音轉換工具核對

# 課文朗讀

課文題目：

衝破禁忌 重建道德

(資料來源:香港獨立媒體

[http://www.inmediahk.net/public/article?item\\_id=216934](http://www.inmediahk.net/public/article?item_id=216934))

利用網上文字拼音轉換工具給該文標上拼音，並跟讀。

# 普通話聲母



## ■ 一、聲母練習

b p m f d t n l  
g k h j q x  
zh ch sh r z c s

## 二、難點講解及訓練

1.  **j q x** 發音時舌尖自然下垂，下探至下齒  
 齦，但一定不能碰到上、下齒背，例如：





jī jīn

基金

jí jiāng

即將

jì jié

季節

jì jiào

計較

jiā jù

家具

jiāojiē

交接

jiāojiǎn

膠捲

jiējìn

接近

jīngjì

經濟

jiānjué

堅決

jiāngjūn

將軍

jiāngjiù

將就

jiāngjú

僵局

jiǎngjiě

講解

jiǎngjiū

講究

jiūjìng

究竟

jùjí

聚集





qīqiè

淒切

qíquán

齊全

qìquán

棄權

qìqiāng

氣槍

qiàqiǎo

恰巧

qiānqiǎng

牽強

qiūqiān

鞦韆

qièqǔ

竊取

qīnqi

親戚

qīngqiǎo

輕巧

qíngqù

情趣

qǐngqiú

請求

quēqián

缺錢

quèqiè

確切

qǔqiǎo

取巧

qiúquán

求全





xiànxàng

現象

xiāngxìn

相信

xiángxì

詳細

xiāoxi

消息

xiǎoxué

小學

xīnxiōng

心胸

xìnxìāng

信箱

xìnxīn

信心

xíngxiōng

行兇

xióngxīn

雄心

xiūxiǎng

休想

xuéxiào

學校

xuǎnxiū

選修

xuéxí

學習



2. zh ch sh r 發音時舌尖翹起抵住上齒齦後，然後快速鬆開一條縫隙讓氣流出來；雙唇可略突出。例如：



zhànzhēng

戰爭

zhēnzhèng

真正

zhèngzhì

政治

zhìzhǐ

制止

zhǎngzhě

長者

zhēnzhòng

珍重

zhízhào

執照

zhōngzhǐ

終止

zhāozhì

招致

zhēnzhū

珍珠

zhǐzhāng

紙張

zhǔzhāng

主張

吉祥如意

chāi chuān

拆穿

chéng chú

乘除

chōu chá

抽查

吉祥如意

吉祥如意

吉祥如意

cháng chéng

長城

chí chěng

馳騁

chú chuāng

櫥窗

chāo chū

超出

chōng chì

充斥

chuán chāo

傳抄

shānshuǐ

山 水

shǎoshù

少 數

shùshuō

述 說

shǎngshí

賞 識

shèshī

設 施

shuāngshǒu

雙 手

shàngshēn

上 身

shíshì

時 事

shuòshì

碩 士

吉祥如意

rěnràng

忍讓

rénrén

人人

réngrán

仍然

róngrěn

容忍

róngrǔ

榮辱

róuruǎn

柔軟

ruǎnruò

軟弱

rúruò

如若



3. **z c s** 發音時舌尖由下齒背向上接近上齒背，舌面兩側接觸兩側上齒齦，保證氣流從口腔中路通過，兩邊不要漏氣。例如：





zāizāng

栽 賊

zì zài

自 在



zàizào

再 造

zì zūn

自 尊

zàngzú

藏 族

zǔzōng

祖 宗

zǒngzé

總 則

zuòzuo

做 作

# 吉祥慶

cāicè

猜測

cuīcù

催促

cāngcù

倉促

cuòcí

措辭

cǎocóng

草叢

cūcāo

粗糙

cóngcǐ

從此

cáo cāo

曹操





sǎosao

嫂嫂

sèsù

色素

sī suǒ

思索

sì sàn

四散

sòngsǐ

送死

sōusuǒ

搜索

sùsòng

訴訟

suǒsuì

瑣碎



# 聲母混合練習

吉祥如意

sōng

松

yán

言

zhǐ

只

yún

雲

xià

下

shī

師

zài

在

shēn

深

wèn

問

cǎi

採

cǐ

此

bù

不

tóng

童

yào

藥

shān

山

zhī

知

zǐ ,

子 ,

qù .

去 。

zhōng ,

中 ,

chù .

處 。



cāochǎng qiánmian yǒu sānshísān kē sāngshù ,  
操 場 前 面 有 三 十 三 棵 桑 樹 ，

sùshè hòumian yǒu sìshísì kē zǎoshù.

宿 舍 後 面 有 四 十 四 棵 棗 樹 。

zhāngsān bǎ sānshísān kē sāngshù rènzuò zǎoshù ,  
張 三 把 三 十 三 棵 桑 樹 認 作 棗 樹 ，

zhào sì bǎ sìshísì kē zǎoshù rènzuò sāngshù.

趙 四 把 四 十 四 棵 棗 樹 認 作 桑 樹 。



# 聽歌辨別聲母

吉祥如意

歌名：棋子

作詞：[潘麗玉](#)

作曲：[楊明煌](#)

演唱：王菲

在線聆聽：[www.youtube.com](http://www.youtube.com)

答案：利用網上文字拼音轉換工具核對



# 課文朗讀



課文題目：

哈佛教授忠告：參加同學聚會是件危險的事

(資料來源：北大未名，轉載自一場糊塗

<http://www.ytht.cc/?viewnews-828.html>)

利用網上文字拼音轉換工具給該文標上拼音，  
並跟讀。

# 普通話韻母



## 一、韻母練習

a o e i u ü er

ai ei ao ou iu

ia ie ua ui üe

an en in un ün

ang eng ing ong

## 二、難點講解及訓練

1. 單韻母 a o e i u ü

2. 複韻母 ao ou uo üe iao iou(iu) uai uei(ui)

3. 鼻韻母 an en in un ün ian uan üan

ang eng ing ong iang uang ueng iong

# 單韻母 a e ü



dǎchà

打岔

hǎdá

哈達

gēge

哥哥

sèzé

色澤

jùjū

聚居

yǔxù

語序

dǎfa

打發

lǎba

喇叭

gèsè

各色

tèsè

特色

qūyù

區域

qūjū

屈居

dàshà

大廈

mǎdá

馬達

hége

合格

zhéshè

折射

xūyú

須臾

xùqǔ

序曲

fādá

發達

nǎpà

哪怕

kēkè

苛刻

zhège

這個

xǔxǔ

栩栩

jūyú

居於

háma

蛤蟆

shāfā

沙發

kèchē

客車

gēshě

割捨

yùjù

豫劇

yùyǔ

玉宇

# 雙韻母 a o

ou

uo

üe



bàodǎo

報導

bàogào

報告

dàocǎo

稻草

dǎogào

禱告

hàozhào

號召

chǒulòu

醜陋

dōushòu

兜售

kǒuchòu

口臭

lòudǒu

漏斗

shōugòu

收購

bǎoshǒu

保守

hǎoshòu

好受

tàogòu

套購

zhāoshōu

招收

kǒushào

口哨

cuòguò

錯過

duōsuo

哆嗦

duòluò

墮落

guóhuò

國貨

huózhuō

活捉

quèyuè

雀躍

yuēlüè

約略

quèqiè

確切

juéliè

決裂

xuéyè

學業



# 介音+雙韻母 iao iou(iu) uai uei(ui)



diàoxiāo

吊銷

jiàotiáo

教條

miǎoxiǎo

渺小

qiǎomiào

巧妙

jiǔliú

久留

jiùjiu

舅舅

qiújiù

求救

xiùqiú

繡球

wàikuài

外快

huáiniàn

懷念

guǎiwān

拐彎

guàishì

怪事

chuíwēi

垂危

huíguī

回歸

tuìhuí

退回

wěisuí

尾隨



# 鼻韻母

吉祥慶

- **鼻韻母**是由一個或兩個元音後面帶上鼻輔音構成的。發音的**關鍵**，是要把握好從開頭的元音向韻尾的鼻音過渡的過程。

吉祥慶

吉祥慶

吉祥慶

吉祥慶

吉祥慶

吉祥慶

- 練習時，前面的元音可以發得短促些，後面的鼻音要發得長些、明顯些。
- 以-n結束的韻母，n的發音，要由舌尖（舌前部）抵住上齒齦而封閉口腔的氣流通道，上下門齒對齊，口微開。
- 以-ng結束的韻母，ng的發音，是舌根抵住軟腭而封閉口腔，使氣流進入鼻腔，舌後縮，口形開大一些。

# 前鼻音練習



ānrán

安然

cānzàn

參贊

cǎndàn

慘澹

sǎnmàn

散漫

qiánxiàn

前線

tiānxiān

天仙

xiānyàn

鮮豔

xiānqián

先前

běnfèn

本分

fènhèn

憤恨

rénwén

人文

shēnchén

深沉

bīnlín

瀕臨

jīnyín

金銀

mínxīn

民心

yǐnjìn

引進

gǔngǔn

滾滾

wēnshùn

溫順

lùnwén

論文

húntun

餛飩

jūnxùn

軍訓

qūnxún

逡巡

xúnhuán

循環

# 後鼻音練習

吉祥樓

bāngmáng

幫忙

cāngmáng

蒼茫

chǎngfáng

廠房

dāngchǎng

當場

gēngshēng

更生

lěngfēng

冷鋒

méngshēng

萌生

shēngchēng

聲稱

píngxíng

平行

Qīngmíng

清明

qīngtīng

傾聽

xíngjǐng

刑警

hōngdòng

轟動

hóngzhǒng

紅腫

tóngkǒng

瞳孔

xiōngyǒng

洶湧

# 對比練習

吉祥如意

ānfàng

安放

fánmáng

繁忙

gānzàng

肝臟

zànsǎng

讚賞

zhēnchéng

真誠

chéngkěn

誠懇

féng rèn

縫紉

chéng·fèn

成份

tǐngjìn

挺進

yíngxīn

迎新

yǐngyìn

影印

qīngxīn

傾心

zūn — jūn

尊 — 軍

cún — qún

存 — 群

sūn — xūn

孫 — 薰

# 聽歌辨別韻母

歌名：披著羊皮的狼

作詞：刀郎

作曲：刀郎

編曲：楊雲驃

歌唱：譚詠麟

在線聆聽：[www.youtube.com](http://www.youtube.com)

答案：利用網上文字拼音轉換工具核對

吉祥慶

# 課文朗讀



課文題目：

中文大學只是廣東話大學？

資料來源：亞洲週刊 > 譚天媚

(轉載自多維新聞

[http://www1.chinesenewsnet.com/MainNews/SinoNews/Hongkong/2005\\_2\\_19\\_8\\_15\\_57\\_26.html](http://www1.chinesenewsnet.com/MainNews/SinoNews/Hongkong/2005_2_19_8_15_57_26.html))

利用網上文字拼音轉換工具給該文標上拼音，並跟讀。

# 拼音練習

吉祥如意

- 教材：語文自學中心（ILC）> 中文部 > 網上學習 > 普通話拼音聲韻調配合表  
<http://www.ilc.cuhk.edu.hk/Chinese/sounds.htm>
- 聆聽教材錄音，配上四聲跟讀。

