

第二章

普通话语音基础知识

一、普通话语音系统

普通话语音系统主要包括声母、韵母、声调以及音变等。音节是语音的自然单位。一个汉字就是一个音节，例如“普通话（pǔtōnghuà）”写出来是三个汉字，读起来是三个语音单位。音节由声母、韵母构成，每一个音节一定有声调贯穿始终。一个音节可以没有声母，但不能缺少韵母和声调。普通话语音中有儿化韵，例如“花儿（huār）”有两个汉字，但它只是一个音节，这是特殊的语音现象。汉语的音节共有 400 多个。

二、普通话声母

（一）什么是声母

声母是汉语音节开头的辅音，如普通话“pǔtōnghuà”三个音节中，p、t、h 都是声母，其余的音叫韵母。字音的高低升降叫声调。汉语字音可以分成声母、韵母、声调三部分。例如，“中（zhōng）国（guó）、富（fù）强（qiáng）”的 zh、g、f、q 是声母，ong、uo、u、ang 是韵母；“中”的声调是阴平，“国”的声调是阳平，“富”的声调是去声。大部分字的声母是辅音声母，只有少部分的字用元音起头（就是直接用韵母起头），它的声母叫“零声母”，如“艾（ài）、额（é）、偶（ǒu）”等字。普通话声母有 22 个，其中辅音声母有 21 个，零声母有 1 个。



(二) 声母的分类

1. 按不同的发音部位可以分为七类

(1) 双唇音 b、p、m, 上下唇阻挡气流。

发音例词: 宝贝 bǎobèi 批评 pīpíng 美妙 měimiào

(2) 唇齿音 f, 下唇与上门齿阻挡气流。

发音例词: 丰富 fēngfù 方法 fāngfǎ 仿佛 fǎngfú

(3) 舌尖中音 d、t、n、l, 舌尖与上齿龈(牙床)阻挡气流。

发音例词: 道德 dàodé 团体 tuántǐ 男女 nánǚ 利率 lìlǜ

(4) 舌面后音 g、k、h, 舌面后部(舌根部分)与硬腭后部阻挡气流。

发音例词: 改革 gǎigé 刻苦 kèkǔ 欢呼 huānhū

(5) 舌面前音 j、q、x, 舌面前部与硬腭阻挡气流。

发音例词: 经济 jīngjì 确切 quèqiè 学习 xuéxí

(6) 舌尖后音 zh、ch、sh、r, 舌尖上翘与硬腭前端阻挡气流。

发音例词: 主张 zhǔzhāng 抽查 chōuchá 设施 shèshī 柔软 róuruǎn

(7) 舌尖前音 z、c、s, 舌尖与上齿背阻挡气流。

发音例词: 自在 zìzài 粗糙 cūcāo 思索 sīsuǒ

2. 按不同的发音方法可以分为五类

(1) 塞音——两个发音器官阻挡气流后, 突然放开, 使气流爆发而出。b、d、g 呼出的气流较弱, 是不送气音; p、t、k 呼出的气流较强, 是送气音。

b、p 发音例词: 奔跑 bēnpǎo 爆破 bàopò

d、t 发音例词: 代替 dàitì 地图 dìtú

g、k 发音例词: 概括 gàikuò 公开 gōngkāi

(2) 塞擦音——两个发音器官阻挡气流后慢慢放开, 形成缝隙, 气流摩擦而出。j、zh、z 呼出的气流较弱, 是不送气音; q、ch、c 呼出的气流较强, 是送气音。

j、q 发音例词: 坚强 jiānqiáng 金钱 jīnqián

zh、ch 发音例词: 战场 zhànchǎng 真诚 zhēnchéng

z、c 发音例词: 遵从 zūncóng 操作 cāozuò

(3) 擦音——两个发音器官相接近形成缝隙, 气流摩擦而出。f、h、x、sh、s 不振动声带, 是清音; r 振动声带, 是浊音。

f 发音例词：反复 fǎnfù 非法 fēifǎ

h 发音例词：航海 hánghǎi 呼喊 hūhǎn

x 发音例词：形象 xíngxiàng 闲暇 xiánxiá

sh 发音例词：山水 shānshuǐ 上升 shàngshēng

r 发音例词：仍然 réngrán 容忍 róngrěn

s 发音例词：琐碎 suǒsuì 诉讼 sùsòng

(4) 鼻音 —— 两个发音器官阻挡气流，使气流改从鼻腔共鸣后呼出。鼻音都振动声带，是浊音。

m 发音例词：盲目 mángmù 面貌 miànào

n 发音例词：奶牛 nǎiniú 能耐 néngnài

(5) 边音 —— 舌尖与上齿龈阻挡气流后，舌尖两边放松下垂形成空隙，使气流从空隙中呼出。边音是浊音。

l 发音例词：联络 liánluò 轮流 lúnlíu

3. 零声母

普通话语音还有一类零声母。有些音节是韵母独立自成音节，发音时音节开头有一点轻微的摩擦成分，但不是辅音声母，所以语音学里把这种成分称为零声母。

零声母共有两类：一类是 i、u、ü 和 i、u、ü 开头的韵母自成音节时前面的成分，《汉语拼音方案》规定这类零声母用 y、w 作为书写形式；另一类是 a、o、e 开头的韵母自成音节时前面的成分，《汉语拼音方案》没有用字母来表示它的书写形式，只是当它们与前面一个音节连写时采用隔音符号 “’” 分隔。

零声母音节举例：

yi(i): yī 一; ya(ia): yā 压; ye(ie): yě 也; yao(iao): yáo 摇; you(iou): yōu 优;
yan(ian): yān 烟; yin(in): yīn 因; yang(iang): yāng 秧; ying(ing): yīng 英; yong(iong):
yōng 拥

wu(u): wū 屋; wa(ua): wā 挖; wo(uo): wǒ 我; wai(uai): wài 外; wei(uei): wēi 微;
wan(uan): wān 弯; wen(uen): wēn 温; wang(uang): wāng 汪; weng(ueng): wēng 翁

yu(ü): yú 余; yue(üe): yuē 约; yuan(üan): yuán 元; yun(ün): yún 云

a: ā 阿; ai: ài 爱; ao: āo 凹; an: ān 安; ang: áng 昂

o: o 哦; ou: ōu 欧; pèi'ǒu 配偶

e: è 饿; en: ēn 恩; er: ér 儿; jī'è 饥饿



三、声母的发音

声母的发音过程可分为三个阶段：成阻、持阻、除阻。声母的发音部位不同，吐字时的着力点就不一样，如 b、p、m 发音时着力点在双唇；d、t 发音时着力点在舌尖，靠舌尖的弹力。因此，发声母音时不要拖长，要“咬住”、弹开。

1. 双唇音

◎ b：双唇不送气清塞音

发音时双唇闭合，同时软腭上升，关闭鼻腔通路；气流到达双唇后蓄气，凭借积蓄在口腔中的气流突然打开双唇成声。

单音节字词

包 bāo 百 bǎi 兵 bīng 本 běn 帮 bāng

多音节词语

变动 biàndòng 鄙视 bǐshì 捕捞 bǔlāo

必然 bìrán 报告 bàogào



声母 b 发音视频

◎ p：双唇送气清塞音

成阻和持阻阶段与 b 相同。除阻时，声门（声带开合处）大开，从肺部呼出一股较强气流成声。

单音节字词

品 pǐn 普 pǔ 漂 piào 平 píng 配 pèi

多音节词语

配伍 pèiwǔ 叛逆 pànnì 平行 píngxíng

破格 pògé 拍手 pāishǒu



声母 p 发音视频

◎ m：双唇浊鼻音

双唇闭合，软腭下垂，打开鼻腔通路；声带振动，气流同时到达口腔和鼻腔，在口腔的双唇后受到阻碍，气流从鼻腔透出成声。

单音节字词

梅 méi 秒 miǎo 麦 mài 猫 māo 孟 mèng

多音节词语

冒火 màohuǒ 灭亡 mièwáng 美貌 měimào

门生 ménshēng 苗木 miáomù



母 m 发音视频

2. 唇齿音

◎ f: 齿唇清擦音

下唇向上靠拢，形成间隙；软腭上升，关闭鼻腔通路；使气流从齿唇形成的间隙摩擦通过而成声。

单音节字词

富 fù 风 fēng 费 fèi 帆 fān 房 fáng

多音节词语

粉末 fěnmò 附庸 fùyōng 赔付 péifù

范畴 fànchóu 防备 fángbèi



声母 f 发音视频

3. 舌尖中音

◎ d: 舌尖中不送气清塞音

舌尖抵住上齿龈，形成阻塞；软腭上升，关闭鼻腔通路；气流到达口腔后蓄气，突然解除阻塞成声。

单音节字词

达 dá 跌 diē 短 duǎn 堕 duò 栋 dòng

多音节词语

洞察 dòngchá 地板 dìbǎn 弹药 dànyào

冬至 dōngzhì 得失 déshī



声母 d 发音视频

◎ t: 舌尖中送气清塞音

成阻、持阻阶段与 d 相同。除阻阶段声门大开，从肺部呼出一股较强的气流成声。

单音节字词

听 tīng 退 tuì 躺 tǎng 铜 tóng 太 tài

多音节词语

庭院 tíngyuàn 调皮 tiáopí 提升 tíshēng

图书 túshū 透彻 tòuchè



声母 t 发音视频

◎ n: 舌尖中浊鼻音

舌尖抵住上齿龈，形成阻塞；软腭下垂，打开鼻腔通路；声带振动，气流同时到达口腔和鼻腔，在口腔受到阻碍，气流从鼻腔透



出成声。

单音节字词

闹 nào 纳 nà 宁 níng 怒 nù 拈 niān

多音节词语

难产 nánchǎn 能量 néngliàng 耐力 nàilì

拟订 nǐdìng 牛犊 niúdú

◎ l: 舌尖中浊边音

舌尖抵住上齿龈，阻塞气流从口腔中路通过的通道；软腭上升，关闭鼻腔通路，声带振动；气流到达口腔后，从舌头跟两颊内侧形成的空隙通过成声。

单音节字词

楼 lóu 落 luò 恋 liàn 林 lín 廊 láng

多音节词语

利益 lìyì 吝啬 lìnsè 量变 liàngbiàn

莲花 liánhuā 罗盘 luópán

4. 舌根音

◎ g: 舌根不送气清塞音

舌面后部隆起抵住硬腭和软腭交界处，形成阻塞；软腭上升，关闭鼻腔通路；气流在形成阻塞的部位后积蓄，突然解除阻塞而成声。

单音节字词

纲 gāng 歌 gē 稿 gǎo 干 gàn 宫 gōng

多音节词语

高手 gāoshǒu 公馆 gōngguǎn 股份 gǔfèn

冠名 guànmíng 根源 gēnyuán

◎ k: 舌根送气清塞音

成阻、持阻阶段与 g 相同。除阻阶段声门大开，从肺部呼出一股较强气流成声。

单音节字词

考 kǎo 空 kōng 矿 kuàng 垮 kuǎ 肯 kěn



声母 n 发音视频



声母 l 发音视频



声母 g 发音视频



声母 k 发音视频

多音节词语

恪守 kèshǒu 抗衡 kànghéng 空前 kōngqián

开幕 kāimù 恐高 kǒnggāo

◎ h: 舌面后清擦音

舌面后部隆起，接近硬腭和软腭的交界处，形成间隙；软腭上升，关闭鼻腔通路，使气流从形成的间隙摩擦通过而成声。

单音节字词

换 huàn 豪 háo 户 hù 哼 hēng 淮 huái

多音节词语

黄金 huángjīn 火箭 huǒjiàn 怀念 huáiniàn

互动 hùdòng 婚姻 hūnyīn

5. 舌面音

◎ j: 舌面前不送气清塞擦音

舌尖抵住下门齿背，使前舌面贴紧前硬腭，软腭上升，关闭鼻腔通路。在阻塞的部位后面积蓄气流，突然解除阻塞时，在原形成闭塞的部位之间保持适度的间隙，使气流从间隙透出而成声。

单音节字词

肩 jiān 经 jīng 卷 juàn 景 jǐng 缴 jiǎo

多音节词语

鉴定 jiàndìng 酱油 jiàngyóu 进程 jìnchéng

角度 jiǎodù 激励 jīlì

◎ q: 舌面前送气清塞擦音

成阻阶段与 j 相同，不同的是当前舌面与前硬腭分离并形成适度间隙的时候，声门开启，同时伴有一股较强的气流成声。

单音节字词

琼 qióng 前 qián 群 qún 腔 qiāng 屈 qū

多音节词语

洽谈 qiàtán 穷困 qióngkùn 去处 qùchù

群落 qúnluò 秋风 qiūfēng



声母 h 发音视频



声母 j 发音视频



声母 q 发音视频



◎ x: 舌面前清擦音

舌尖抵住下门齿背,使前舌面接近硬腭前部,形成适度的间隙,气流从间隙摩擦通过而成声。

单音节字词

县 xiàn 性 xìng 修 xiū 薛 xuē 小 xiǎo

多音节词语

相处 xiāngchǔ 驯化 xùnhuà 小心 xiǎoxīn

绣花 xiùhuā 星空 xīngkōng



声母 x 发音视频

6. 舌尖后音

◎ zh: 舌尖后不送气清塞擦音

舌头前部上举,舌尖抵住硬腭前端,同时软腭上升,关闭鼻腔通路。在形成阻塞的部位后积蓄气流,突然解除阻塞时,在原形成闭塞的部位之间保持适度的间隙,使气流从间隙透出而成声。

单音节字词

职 zhí 住 zhù 闸 zhá 摘 zhāi 章 zhāng

多音节词语

整齐 zhěngqí 震颤 zhèncàn 榨取 zhàqǔ

政法 zhèngfǎ 装载 zhuāngzài



声母 zh 发音视频

◎ ch: 舌尖后送气清塞擦音

成阻阶段与 zh 相同,不同的是在突然解除阻塞时,声门开启,同时伴有一股较强的气流成声。

单音节字词

昌 chāng 成 chéng 厨 chú 川 chuān 撑 chēng

多音节词语

沉默 chénmò 川剧 chuānjù 抽查 chōuchá

厂商 chǎngshāng 出让 chūràng



声母 ch 发音视频

◎ sh: 舌尖后清擦音

舌头前部上举,接近硬腭前端,形成适度的间隙;同时软腭上升,关闭鼻腔通路,使气流从间隙摩擦通过而成声。



声母 sh 发音视频

单音节字词

烧 shāo 收 shōu 栓 shuān 胜 shèng 属 shǔ

多音节词语

失衡 shīhéng 书法 shūfǎ 伤寒 shānghán

申报 shēnbào 树林 shùlín

◎ r: 舌尖后浊擦音

舌头前部上举，接近硬腭前端，形成适度间隙；同时软腭上升，关闭鼻腔通路，使气流从间隙摩擦通过成声。发音部位与 sh 相同，不同的是声带振动，摩擦轻微。

单音节字词

仁 rén 荣 róng 嚷 rǎng 润 rùn 然 rán

多音节词语

容忍 róngrěn 热能 rènéng 软化 ruǎnhuà

瑞丽 ruìlì 肉眼 ròuyǎn

7. 舌尖前音

◎ z: 舌尖前不送气清塞擦音

舌尖抵住上门齿背形成阻塞，在阻塞的部位后积蓄气流；同时软腭上升，关闭鼻腔通路；突然解除阻塞时，在原形成阻塞的部位之间保持适度的间隙，使气流从间隙透出而成声。

单音节字词

在 zài 增 zēng 族 zú 则 zé 尊 zūn

多音节词语

资本 zīběn 总结 zǒngjié 赞美 zànměi

增长 zēngzhǎng 字条 zìtiáo

◎ c: 舌尖前送气清塞擦音

成阻阶段与 z 相同，与 z 不同的是在突然解除阻塞时，声门开启，同时伴有一股较强的气流成声。

单音节字词

苍 cāng 村 cūn 从 cóng 草 cǎo 蹭 cèng



声母 r 发音视频



声母 z 发音视频



声母 c 发音视频



多音节词语

刺刀 cìdāo 餐厅 cāntīng 拼凑 pīncòu

慈爱 cíài 粗放 cūfàng

◎ s: 舌尖前清擦音

舌尖接近上门齿背，形成间隙；同时软腭上升，关闭鼻腔通路，使气流从间隙摩擦通过成声。

单音节字词

孙 sūn 素 sù 随 suí 僧 sēng 耸 sǒng

多音节词语

俗话 sùhuà 酸枣 suānzǎo 唆使 suōshǐ

虽说 suīshuō 扫描 sǎomiáo



声母 s 发音视频

8. 零声母

零声母也是一种声母。实验语音学证明，零声母往往有特定的、具有某些辅音特性的起始方式。普通话零声母可以分为两类：一类是开口呼零声母；另一类是非开口呼零声母。

非开口呼零声母即除开口呼以外的齐齿呼、合口呼、撮口呼三种零声母的起始方式。

齐齿呼零声母音节，汉语拼音用隔音字母 y 开头，由于起始部分没有辅音声母，实际发音带有轻微摩擦，是半元音 [j]，半元音仍属辅音类。

合口呼零声母音节，汉语拼音用隔音字母 w 开头，实际发音带有轻微摩擦，是半元音 [w]。

撮口呼零声母音节，汉语拼音用隔音字母 y(yu) 开头，实际发音带有轻微的摩擦，是半元音 [ɥ]。

发音例词：

威望 wēiwàng 万物 wànwù 洋溢 yángyì 语言 yǔyán 医药 yīyào

四、普通话声母综合训练

(一) 双唇阻声母——b、p、m

发音要领：发音时，发音部位的着力点应集中在双唇中央 1/3 处，使字音清晰有力度。注意一定不要抿唇、裹唇，以免字音闷暗不清楚。

b: 双唇成阻塞音、不送气、清辅音

单音节字词

巴 播 班 奔 帮 泵 比 背 布 崩 笨 标 备 悲 边 丙

多音节词语

本部 板报 包办 标兵 辨别 遍布 把柄 颁布 宝贝 报表

别具一格 宾至如归 悲欢离合 百发百中 波澜壮阔 博学多才

☆ 绕口令

八百标兵

八百标兵奔北坡，炮兵并排北边跑。炮兵怕把标兵碰，标兵怕碰炮兵炮。(b、p)

炮兵和步兵

炮兵攻打八面坡，炮兵排排炮弹齐发射。步兵逼近八面坡，歼敌八千八百八十多。
(b、p、m)

葡萄皮儿

青葡萄，紫葡萄，青葡萄没紫葡萄紫，吃葡萄不吐葡萄皮，不吃葡萄倒吐葡萄皮。(b、p)

爸爸抱宝宝

爸爸抱宝宝，跑到布铺买布做长袍，宝宝穿了长袍不会跑。布长袍破了还要用布补，再跑到布铺买布补长袍。(b、p)

巴老爷和芭蕉树

巴老爷有八十八棵芭蕉树，来了八十八个把式要在巴老爷八十八棵芭蕉树下住。

巴老爷拔了八十八棵芭蕉树，不让八十八个把式在八十八棵芭蕉树下住。八十八个把式烧了八十八棵芭蕉树，巴老爷在八十八棵树边哭。(b)

p: 双唇成阻塞音、送气、清辅音

单音节字词

盆 坡 砰 拍 蓬 品 铺 爬 破 偏 撇 票 跑 鹏 频 叵

多音节词语

偏僻 澎湃 批判 乒乓 拼盘 偏颇 评品 爬坡 匹配 皮袍



抛头露面 旁征博引 蓬头垢面 披星戴月 疲于奔命 迫在眉睫

☆ 绕口令

补皮裤

皮裤破，补皮裤，皮裤不破不补裤。(b、p)

买饽饽

白伯伯，彭伯伯，饽饽铺里买饽饽。白伯伯买的饽饽大，彭伯伯买的大饽饽。

拿到家里喂婆婆，婆婆又去比饽饽。不知白伯伯买的饽饽大，还是彭伯伯买的饽饽大？(b、p、m)

一座棚

一座棚傍峭壁旁，峰边喷泻瀑布长，不怕暴雨瓢泼冰雹落，不怕寒风扑面雪飘扬，并排分班翻山攀坡把宝找，聚宝盆里松柏飘香百宝藏，背宝奔跑报矿炮劈火，篇篇捷报飞伴金凤凰。(b、p)

m：双唇成阻鼻音、浊辅音

单音节字词

每 某 买 慢 门 梦 忙 面 母 明 满 灭 冒 庙 马 迈

多音节词语

买卖 美满 美妙 盲目 弥漫 牧民 面貌 命名 麻木 渺茫

马到成功 满城风雨 漫不经心 貌合神离 门庭若市 妙手回春

☆ 绕口令

一盆面

一盆面，烙一盆饼。饼碰盆，盆碰饼。(b、p、m)

白庙和白猫

白庙外蹲一只白猫，白庙里有一顶白帽。白庙外的白猫看见了白帽，叼着白庙里的白帽跑出了白庙。(b、p、m)

(二) 唇齿阻声母——f

发音要领：发音时上下唇的接触面越小越好，自然放松地靠在一起。发音时不要使拙劲，只需点到即止，否则杂音大，字音也就不清楚。

f: 唇齿成阻擦音、清辅音

单音节字词

飞 饭 非 副 翻 逢 乏 房 幅 发 费 富 匪 访 反 罚

多音节词语

仿佛 犯法 伏法 丰富 奋发 夫妇 反复 吩咐 愤愤 防腐

翻天覆地 反复无常 防微杜渐 放虎归山 飞扬跋扈 肺腑之言

☆ 绕口令

画凤凰

粉红墙上画凤凰，凤凰画在粉红墙。红凤凰、粉凤凰，红粉凤凰、花凤凰。(f)

缝飞凤

粉红女发奋缝飞凤，女粉红反缝方法繁。飞凤仿佛发放芬芳，方法非凡反复防范。
反缝方法仿佛飞凤，反复翻缝飞凤奋飞。(f)

理化和理发

我们要学理化，他们要学理发。理化不是理发，理化理发要分清，学会理化却不会理发，学会理发也不懂理化。(f)

缝裤

缝一条裤子七道缝，斜缝竖缝和横缝，缝了斜缝缝竖缝，缝了竖缝缝横缝。(f)

(三) 舌尖中阻声母——d、t、n、l

发音要领：发音时舌尖与上齿龈灵活有力地接触，注意弹发音节时除阻要干脆利落。

d: 舌尖中阻塞音、不送气、清辅音

单音节字词

对 当 但 多 动 得 带 点 党 丢 单 电 短 邓 顿 第

多音节词语

达到 奠定 地点 大胆 等待 弟弟 大地 带动 道德 单独

大庭广众 呆若木鸡 单枪匹马 当机立断 刀山火海 道貌岸然

**t: 舌尖中阻塞音、送气、清辅音**

单音节字词

它 提 听 透 兔 探

多音节词语

团体 探讨 疼痛 淘汰 抬头 拖沓 贪图 谈吐 坦途 逃脱

泰然自若 贪得无厌 谈笑风生 叹为观止 堂堂正正 滔滔不绝

☆ 绕口令

汤烫塔

老唐端蛋汤，踏凳登宝塔只因凳太滑，汤洒汤烫塔。(d、t)

打特盗

调到敌岛打特盗。特盗太刁投短刀，挡推顶打短刀掉，踏盗得刀盗打倒。(d、t)

白石塔

白石塔，白石搭。白石搭白塔，白塔白石搭，搭好白石塔，石塔白又大。(d、t)

颠倒歌

太阳从西往东落，听我唱个颠倒歌。天上打雷没有响，地下石头滚上坡；江里骆驼会下蛋，山里鲤鱼搭成窝；腊月苦热直流汗，六月暴冷打哆嗦；姐在房中手梳头，门外口袋把驴驮。(d、t)

n: 舌尖中阻鼻音、浊辅音

单音节字词

年 那 能 你 难 牛 怒 鸟 女 暖 捏 念 拟 脑 闹 泥

多音节词语

奶奶 男女 能耐 恼怒 拿捏 奶牛 妞妞 捏弄 南宁 泥泞

耐人寻味 南腔北调 南征北战 内忧外患 年富力强 逆来顺受

☆ 绕口令

碾牛料

牛拉碾子碾牛料，碾完了牛料留牛料。(n、l)

送牛奶

你能不能把公路旁树下的那头奶牛，拉到牛南山牛奶站来挤奶，牛奶拿到牛牛村，

送给南宁公社的牛奶奶。

l: 舌尖中阻边音、浊辅音

单音节字词

里 老 另 离 类 冷 路 落 乐 列 乱 蓝 料 临 留

多音节词语

力量 理论 来临 玲珑 流露 历来 联络 浏览 磊落 凌乱

来龙去脉 狼吞虎咽 老马识途 劳燕分飞 乐不思蜀 雷厉风行

☆ 绕口令

牛郎恋刘娘

牛郎年年恋刘娘，刘娘连连念牛郎，牛郎恋刘娘，刘娘念牛郎，郎恋娘来娘念郎。

(n、l)

(四) 舌根阻声母——g、h、k

发音要领：这是舌根与软腭成阻的一组音，发音时要注意发音位置不要太靠后，呼出的气流也不要太强，以免发出喉音等杂音。

g: 舌根阻塞音、不送气、清辅音

单音节字词

歌 高 古 贵 光 国 滚 归 工 刮 逛 沟 广 狗 鼓 瓜

多音节词语

哥哥 规格 骨骼 高贵 巩固 古怪 观光 广告 改过 故宫

孤芳自赏 古往今来 高屋建瓴 冠冕堂皇 光明正大 诡计多端

☆ 绕口令

古老街上胡古老

古老街上胡古老，古老街下古老胡，古老街上的胡古老，找古老街下的古老胡比古老。结果不知是胡古老的古老，比古老胡的古老古老，还是古老胡的古老，比胡古老的古老古老。(g、h、l)

哥哥捉鸽

哥哥过河捉个鸽，回家割鸽来请客，客人吃鸽赞鸽肉，哥哥请客乐呵呵。(g、h、k)



读古通古

苦读古书懂古通古熟古，不读古书不懂古不通古糊涂古。(g、k)

k：舌根阻塞音、送气、清辅音

单音节字词

可 空 亏 卡 阔 开 孔 扣 刻 坑 颗 靠 款 啃 跨 考

多音节词语

可靠 苛刻 空阔 开课 困苦 坎坷 亏空 宽阔 慷慨 克扣

克己奉公 口若悬河 苦口婆心 开诚布公 康庄大道 开天辟地

☆ 绕口令

哥挎瓜筐过宽沟

哥挎瓜筐过宽沟，赶快过沟看怪狗。光看怪狗瓜筐扣，瓜滚筐空哥怪狗。(g、k)

h：舌根阻塞音、清辅音

单音节字词

好 和 会 混 很 喝 花 哈 淮 灰 后 轰 户 慌 化 呼

多音节词语

缓和 荷花 后悔 辉煌 呼唤 合乎 欢呼 黄河 绘画 混合 航海

黑白分明 呼风唤雨 厚此薄彼 和风细雨 好为人师 汗马功劳

☆ 绕口令

华华和红红

华华有两朵黄花，红红有两朵红花，华华要红花，红红要黄花。华华送给红红一朵黄花，红红送给华华一朵红花。(h)

画花也是花

画上盛开一朵花，花朵开花花非花。花非花朵花。花是画上花，画上花开花，画花也是花。(h)

(五) 舌面阻声母——j、q、x

发音要领：舌面和硬腭前端成阻的一组音。注意发音时舌尖抵住下齿龈，不要让舌尖碰触到上下齿的中间，只需舌面前部向上抬起与硬腭前端成阻即可，以免发出尖音。

j：舌面阻塞擦音、不送气、清辅音

单音节字词

急 进 见 节 脚 街 句 件 价 就 叫 卷 假 井 倦 炯

多音节词语

经济 解决 积极 阶级 季节 坚决 将军 即将 拒绝 究竟

饥不择食 坚不可摧 焦头烂额 截然不同 今非昔比 金科玉律

☆ 绕口令

京剧与警句

京剧叫京剧，警句叫警句。京剧不能叫警句，警句不能叫京剧。(j)

比尖

尖塔尖，尖杆尖。杆尖尖似塔尖尖，塔尖尖似杆尖尖。有人说杆尖比塔尖尖，有人说塔尖比杆尖尖。不知到底是杆尖比塔尖尖，还是塔尖比杆尖尖。(j)

q：舌面阻塞擦音、送气、清辅音

单音节字词

千 切 去 强 取 区 且 权 穷 秋 确 琴 怯 洽 群 抢

多音节词语

亲切 确切 恰巧 气球 亲戚 崎岖 齐全 七千 前期 全球

恰如其分 齐心协力 千篇一律 前仆后继 巧立名目 亲密无间

☆ 绕口令

七加一

七加一，七减一，加完减完等于几？七加一，七减一，加完减完还是七。(j、q)

稀奇

稀奇稀奇真稀奇，麻雀踩死老母鸡，蚂蚁身高三尺六，八十岁的老头躺在摇篮里。
(j、q、x)

x：舌面阻擦音、清辅音

单音节字词

想 向 新 写 小 选 学 寻 修 行 鞋 雪 消 凶 峡 信



多音节词语

学习 相信 虚心 小学 现象 新鲜 休息 信心 新兴

熙熙攘攘 喜笑颜开 先见之明 弦外之音 销声匿迹 笑逐颜开

☆ 绕口令

漆匠和锡匠

七巷一个漆匠，西巷一个锡匠，七巷漆匠偷了西巷锡匠的锡，西巷锡匠拿了七巷漆匠的漆，七巷漆匠气西巷锡匠偷了漆，西巷锡匠讥七巷漆匠拿了锡。请问锡匠和漆匠，谁拿谁的锡，谁偷谁的漆？（j、q、x）

（六）舌尖后阻声母——zh、ch、sh、r

发音要领：这是舌尖与硬腭前端成阻的一组音。注意，发音时，舌尖是抬起来向硬腭前端靠近，而不是向后卷起，而且发音部位的接触面越小越好，以免发音含混不清。

zh：舌尖后阻塞擦音、不送气、清辅音

单音节字词

这 只 真 扎 张 抓 重 周 追 正 中 转 准 装 拽 摘

多音节词语

政治 战争 住宅 挣扎 指正 转折 着重 专著 蜘蛛 专职

招兵买马 掌上明珠 招摇过市 真知灼见 正本清源 知己知彼

☆ 绕口令

知道不知道

认识从实践始，实践出真知。知道就是知道，不知道就是不知道。不要知道说不知道，也不要不知道装知道，老老实实，实事求是，一定要做到不折不扣的真知道。（zh、sh）

ch：舌尖后阻塞擦音、送气、清辅音

单音节字词

出 成 长 穿 插 车 查 柴 朝 冲 趁 船 拆 缠 唱 称

多音节词语

长处 超出 出差 长城 橱窗 车床 惆怅 超产 踌躇 长春



缠绵悱恻 长年累月 车水马龙 超群绝伦 陈词滥调 沉默寡言

☆ 绕口令

朱叔锄竹笋

朱家一株竹，竹笋初长出。朱叔处处锄，锄出笋来煮，锄完不再出，朱叔没笋煮，竹株又干枯。(zh、sh)

sh: 舌尖后阻擦音、清辅音

单音节字词

上 谁 说 使 手 水 受 树 声 沙 栓 闪 山 晒 双 烧

多音节词语

事实 叔叔 手术 上升 闪烁 收拾 失手 舒适 山水 膳食

山清水秀 善始善终 稍纵即逝 赏心悦目 舍己救人 身体力行

☆ 绕口令

热情学时事

史老师，讲时事，常学时事长知识。时事学习看报纸，报纸登的是时事，心里装着天下事。(zh、ch、sh)

羊上山

山羊上山，山碰山羊角，水牛下水，水没水牛腰。(sh)

r: 舌尖后阻擦音、浊辅音

单音节字词

如 让 热 仍 容 入 任 若 惹 韧 染 软 闰 扰 仁 柔

多音节词语

仍然 软弱 容忍 扰攘 融入 柔韧 闰日 荣辱 冉冉 荏弱

人杰地灵 仁至义尽 忍俊不禁 任劳任怨 日理万机 容光焕发

☆ 绕口令

练舌头

天上有个日头，地下有块石头，嘴里有个舌头，手上有五个手指头。不管是天上的热日头，地下的硬石头，嘴里的软舌头，手上的手指头，还是热日头，硬石头，软舌头，手指头，反正都是练舌头。(sh、r)



(七) 舌尖前阻声母——z、c、s

发音要领：这是舌尖和上门齿或下门齿成阻的一组音。发音时，舌尖与上门齿或下门齿的接触面要尽量小，成点不成片，否则发音部位的力量不集中，使发音显得混浊不干净。

z：舌尖前阻塞擦音、不送气、清辅音

单音节字词

在 走 做 最 字 早 杂 脏 怎 总 尊 紫 暂 砸 造 赠

多音节词语

组织 咂嘴 栽赃 再则 遭罪 曾祖 凿子 枣子 在座 藏族

杂乱无章 在所不辞 赞不绝口 载歌载舞 责无旁贷 再接再厉

☆ 绕口令

做早操

早晨早早起，早起做早操，人人做早操，做操身体好。(z、c)

c：舌尖前阻塞擦音、送气、清辅音

单音节字词

才 次 擦 册 此 曾 村 藏 侧 层 凑 蚕 菜 苍 窜 错

多音节词语

从此 层次 猜测 残存 粗糙 草丛 仓促 参差 蚕簇 差错

草木皆兵 层出不穷 从容不迫 粗枝大叶 聪明才智 促膝谈心

☆ 绕口令

子词丝

四十四个字和词，组成了一首子词丝的绕口词。桃子李子梨子栗子橘子柿子棒子，栽满院子村子和寨子。刀子斧子锯子凿子锤子刨子尺子做出桌子椅子和箱子。名词动词数词量词代词副词助词连词造成语词诗词和唱词。蚕丝生丝熟丝染丝晒丝纺丝织丝自制粗丝细丝人造丝。(z、c、s)

山前有个崔粗腿

山前有个崔粗腿，山后有个崔腿粗。二人山前来比腿，不知是崔粗腿比崔腿粗的腿粗，还是崔腿粗比崔粗腿的腿粗？(c)

s: 舌尖前阻擦音、清辅音

单音节字词

三 所 送 艘 扫 桑 色 涩 岁 素 索 塞 森 酸 孙 四

多音节词语

思索 色数 嫂嫂 僧俗 洒扫 搜索 飒飒 三思 瑟缩 诉讼

塞翁失马 三顾茅庐 丧权辱国 肃然起敬 所向披靡 耸人听闻

☆ 绕口令

糊字纸

纸刚往窗上糊字纸，你就隔着窗户撕字纸，一次撕下横字纸，一次撕下竖字纸，横竖两次撕了四十四张湿字纸。是字纸你就撕字纸，不是字纸，你就不要胡乱地撕一地纸。(zh、s、z)

三山四水

三山撑四水，四水绕三山，三山四水春常在，四水三山四时春。(s、sh)

四和十

四是四，十是十，十四是十四，四十是四十，谁能说准四十、十四、四十四，谁来试一试，谁说十四是四十，就打谁十四，谁说四十是细席，就打谁四十。(s、sh)

三月三，小三去登山

三月三，小三去登山；上山又下山，下山又上山；登了三次山，跑了三里三；出了一身汗，湿了三件衫；小三山上大声喊，离天只有三尺三。(s、sh)