



「尋找古時月：古典詩文地圖共創」
香港小學普通話朗誦及短片製作比賽（2025/26學年）
專題課程

普通話朗誦及表演藝術

楊濤老師

小問題

朗誦是甚麼？



普通話朗誦： 語言的聲韻之美

1

聲、韻、調的準確把握 ✓

注重吐字歸音 ✓

氣息控制 ✓

節奏變化 ✓

2

以聲傳情



普通話朗誦：
語言的聲韻之美

常見朗誦題材：

詩歌

散文

小說



考考大家



如何進行普通
話朗誦及表演
呢？

一、打牢普通話基礎，讓語言「標準好聽」

1. 拼音糾正

例如：平翹舌：z/c/s-zh/ch/sh

Yuán rì
《元 日》

王安石

爆竹聲（shēng）中一歲除（chú），
春（chūn）風送（sòng）暖入屠蘇（sū）。
千門萬戶曈曈日，
總（zǒng）把新桃換舊符。



一、打牢普通話基礎，讓語言「標準好聽」

2. 練習氣息與發聲



慢吸慢呼



快吸快呼



歡迎各位.....同學參加.....
普通話朗誦.....及表演.....
藝術。

避免說話氣短

Chū dōng mén , guò dà qiáo , dà qiáo dǐ xià yí shù zǎo ,
出東門，過大橋，大橋底下一樹棗，

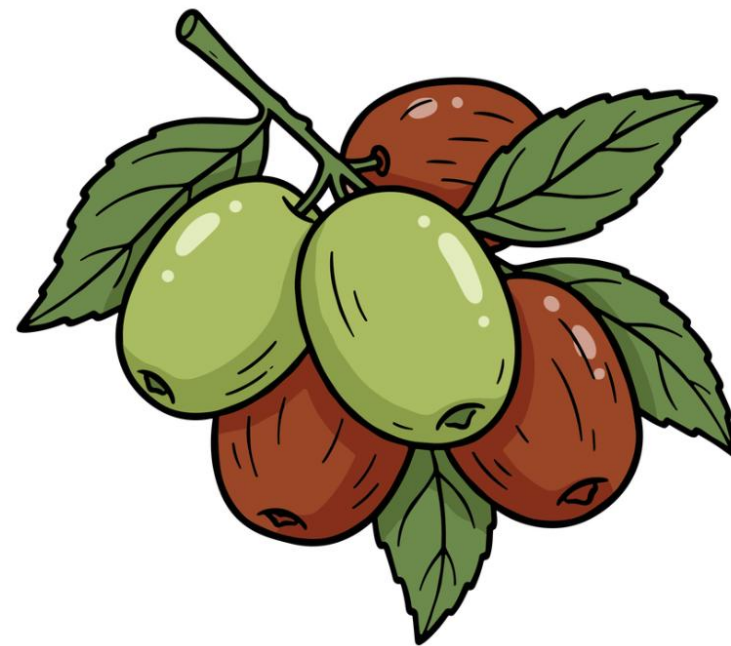
ná zhe gān zi qù dǎ zǎo , qīng de duō , hóng de shǎo 。
拿着杆子去打棗，青的多，紅的少。

Yí gè zǎo , liǎng gè zǎo , sān gè zǎo , sì gè zǎo ,
一個棗，兩個棗，三個棗，四個棗，

wǔ gè zǎo , liù gè zǎo , qī gè zǎo , bā gè zǎo ,
五個棗，六個棗，七個棗，八個棗，

jiǔ gè zǎo , shí gè zǎo 。
九個棗，十個棗。

來試試吧！



二、深化朗誦表達，讓文字「有情感有畫面」

1. 分析作品主題和情感基調，標出重音、停連

Dēng Guànnquè Lóu
《登 鸛 鵲 樓》

王之渙

Bái rì yī shān jìn

白日 | 依山盡，

Huáng hé rù hǎi liú

黃河 | 入海流。

Yù qióng qiān lǐ mù

欲窮 | 千里目，

gèng shàng yì céng lóu

更上 | 一層樓。



二、深化朗誦表達，讓文字「有情感有畫面」

2. 多模仿、多積累，學習語氣、語速的變化



二、深化朗誦表達，讓文字「有情感有畫面」

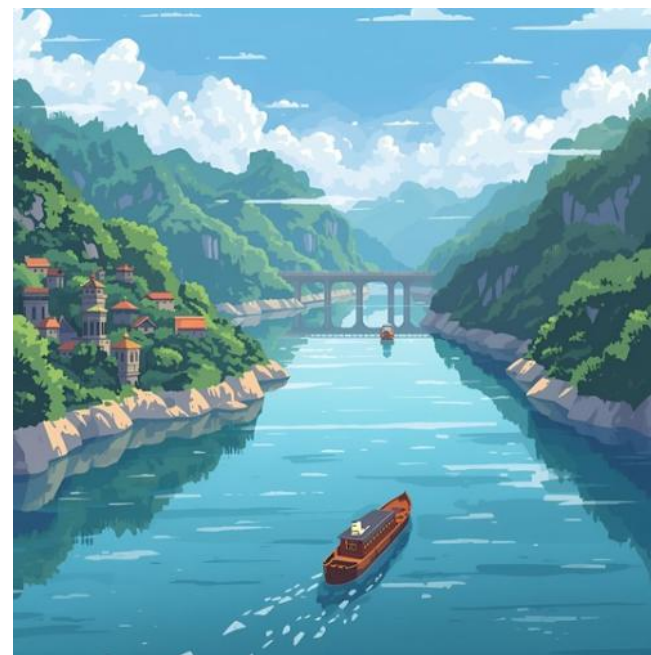
3. 練習「內心視像」，朗誦時在腦海裏聯想文字對應的畫面

「春風又綠江南岸。」



春風

青草



江水

三、提升表演呈現：讓舞台「有感染力」

1. 加上肢體動作與表情



激動



悲傷

三、提升表演呈現：讓舞台「有感染力」

2. 嘗試代入角色，用語氣區分不同人物



放緩變沉



輕快活潑

三、提升表演呈現：讓舞台「有感染力」

3. 多在家人、朋友面前展示，克服表演緊張



四、長期堅持：在練習中找不足



1. 錄音復盤：每次練習後錄音，對照範本聽自己的發音、情感、節奏問題，針對性改進。

2. 參加實踐：積極參與朗誦比賽、文藝演出，在實戰中積累經驗，提升臨場應變能力。



詩歌朗誦及表演 技巧

Qīngmíng

《清明》

杜牧

Qīngmíng shí jié yǔ fēn fēn
清 明 時 節 雨 紛 紛，

lù shàng xíng rén yù duàn hún
路 上 行 人 欲 斷 魂。

Jiè wèn jiǔ jiā hé chù yǒu
借 問 酒 家 何 處 有，

mù tóng yáo zhǐ xìng huā cūn
牧 童 遙 指 杏 花 村。



朗誦第一句技巧：「清明時節雨紛紛」

語氣控制：
語調平緩柔和，如
細雨綿綿般溫和。

節奏把握：
節拍稍慢，模擬
雨滴連綿不絕的
韻律。

音調處理：
起伏不大，營造陰
雨天氣的沉靜氛
圍。

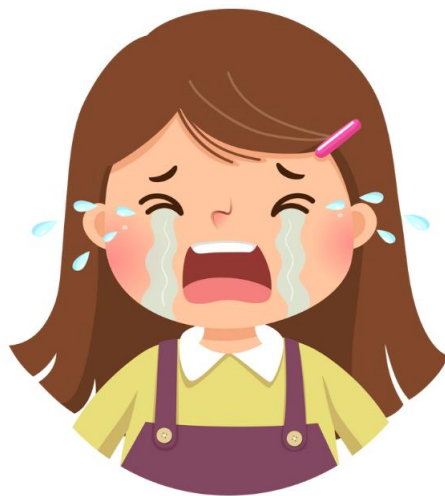
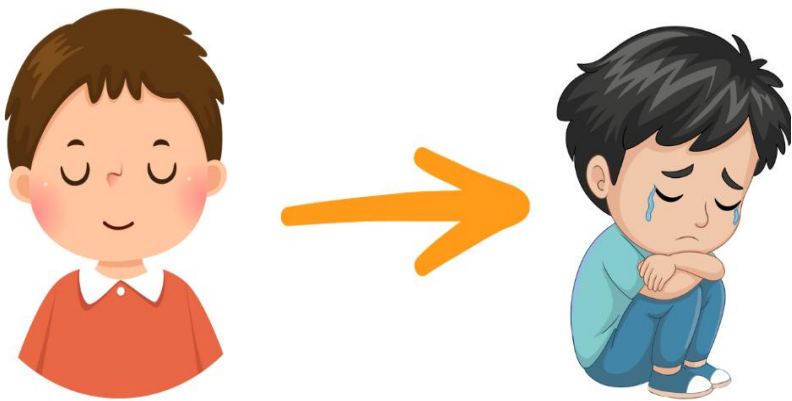


朗誦第二句技巧：「路上行人欲斷魂」

情感轉換：
從柔和轉為沉重哀傷，語氣加深變重。

重點強調：
「欲斷魂」三字特別加重，表現悲傷欲絕。

音調延長：
適當拉長音調，讓聽眾感受哀愁重量。



朗誦第三句技巧：「借問酒家何處有？」

語氣轉折：
帶有一絲期待與希望，情感開始回暖。



節奏變化：
「借問」語速略快，表現主動尋求的心情。



對話語調：
口吻親切自然，彷彿真在與人對話。



朗誦第四句技巧：「牧童遙指杏花村」

明朗語氣：
語調輕快活潑，帶有指引的明朗感。



動作表現：
「遙指」要表現牧童隨手指點的自然。



美好期待：
「杏花村」帶有溫馨與希望的色彩。



來試試
朗誦吧！

Qīngmíng
《清明》

杜牧

Qīngmíng shí jié yǔ fēn fēn
清 明 時 節 雨 紛 紛，

lù shàng xíng rén yù duàn hún
路 上 行 人 欲 斷 魂。

Jiè wèn jiǔ jiā hé chù yǒu
借 問 酒 家 何 處 有，

mù tóng yáo zhǐ xìng huā cūn
牧 童 遙 指 杏 花 村。



Dēng Fēi lái Fēng

《登飛來峰》

王安石

Fēi lái Fēng shàng qiān xún tǎ

飛來峰 上 千 尋 塔，

wén shuō jī míng jiàn rì shēng

聞 說 雞 鳴 見 日 升。

Bú wèi fú yún zhē wàng yǎn

不 畏 浮 雲 遮 望 眼，

zì yuán shēn zài zuì gāo céng

自 緣 身 在 最 高 層。



《登飛來峰》朗誦技巧與表演藝術

感情基調：
堅定的意志
積極向上

意象：
雞鳴
日升



創作背景：
初入官場



地理位置：
千尋塔的最高層



朗誦技巧一：情感層次的把握

開頭語氣平和舒緩，帶有欣賞與讚嘆之情，語速適中，聲音清亮明朗。



結尾語氣堅定有力，情感漸強，重點突出「不畏浮雲」，表現自信決心。



善用停頓與重音。



朗誦技巧二：節奏與語調的運用

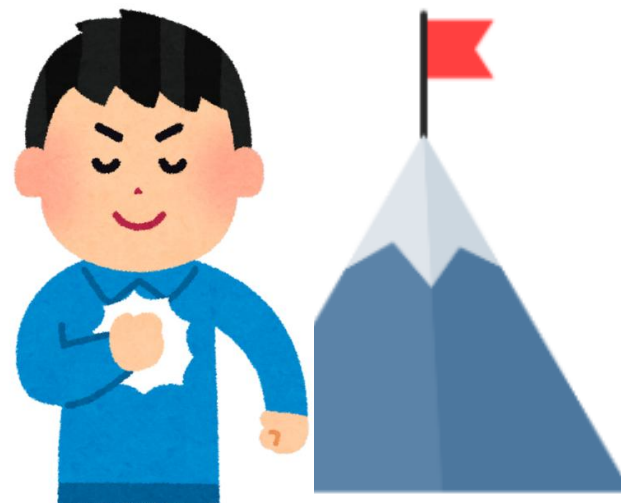
節奏緊湊而富有韻律感。



語調高低起伏，
營造「登高望遠」
的開闊意境。

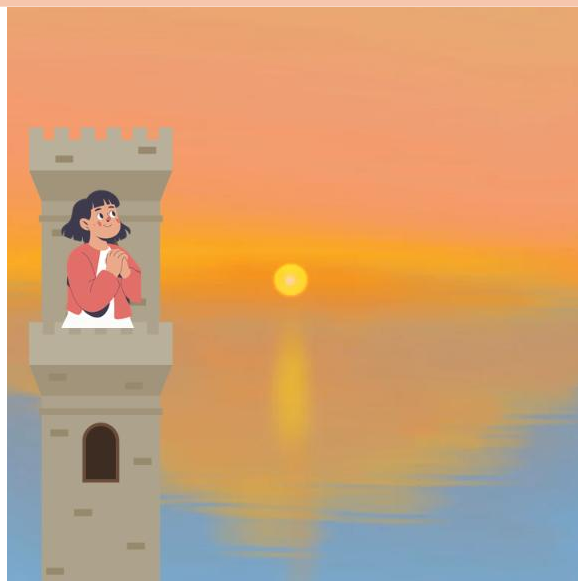


適當放慢「最高層」
三字速度，強調詩人
立身高處的自豪與超
然。



朗誦技巧三：情景交融，形象生動

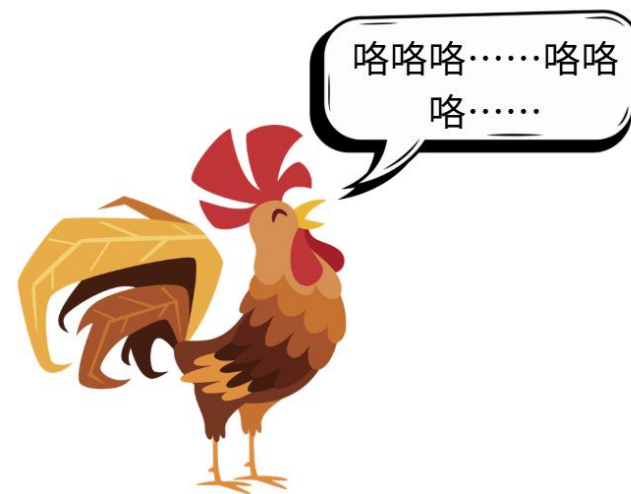
想像自己站在飛來峰頂，感受晨曦初升的壯麗景象，讓聲音傳達真實感受。



加上肢體動作與表情。



氛圍營造，可配合背景音樂或自然音效，如晨雞鳴叫、風聲。



來試試
朗誦吧！

Dēng Fēilái Fēng
《登飛來峰》

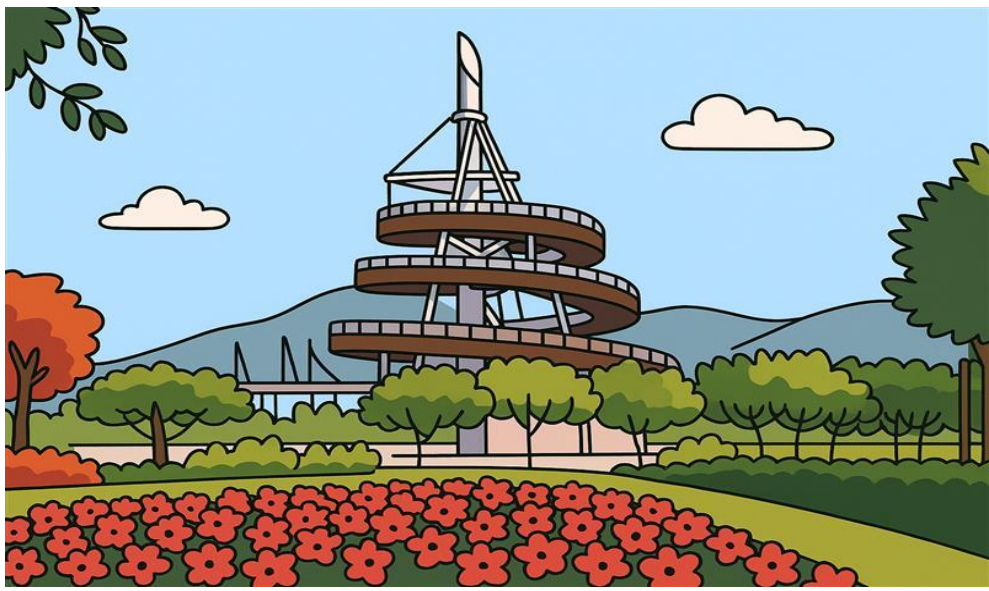
王安石

Fēilái Fēng shàng qiān xún tǎ,
飛來峰 上 千 尋 塔，

wén shuō jī míng jiàn rì shēng
聞 說 雞 鳴 見 日 升。

Bú wèi fú yún zhē wàng yǎn,
不 畏 浮 雲 遮 望 眼，

zì yuán shēn zài zuì gāo céng
自 緣 身 在 最 高 層。





小問題

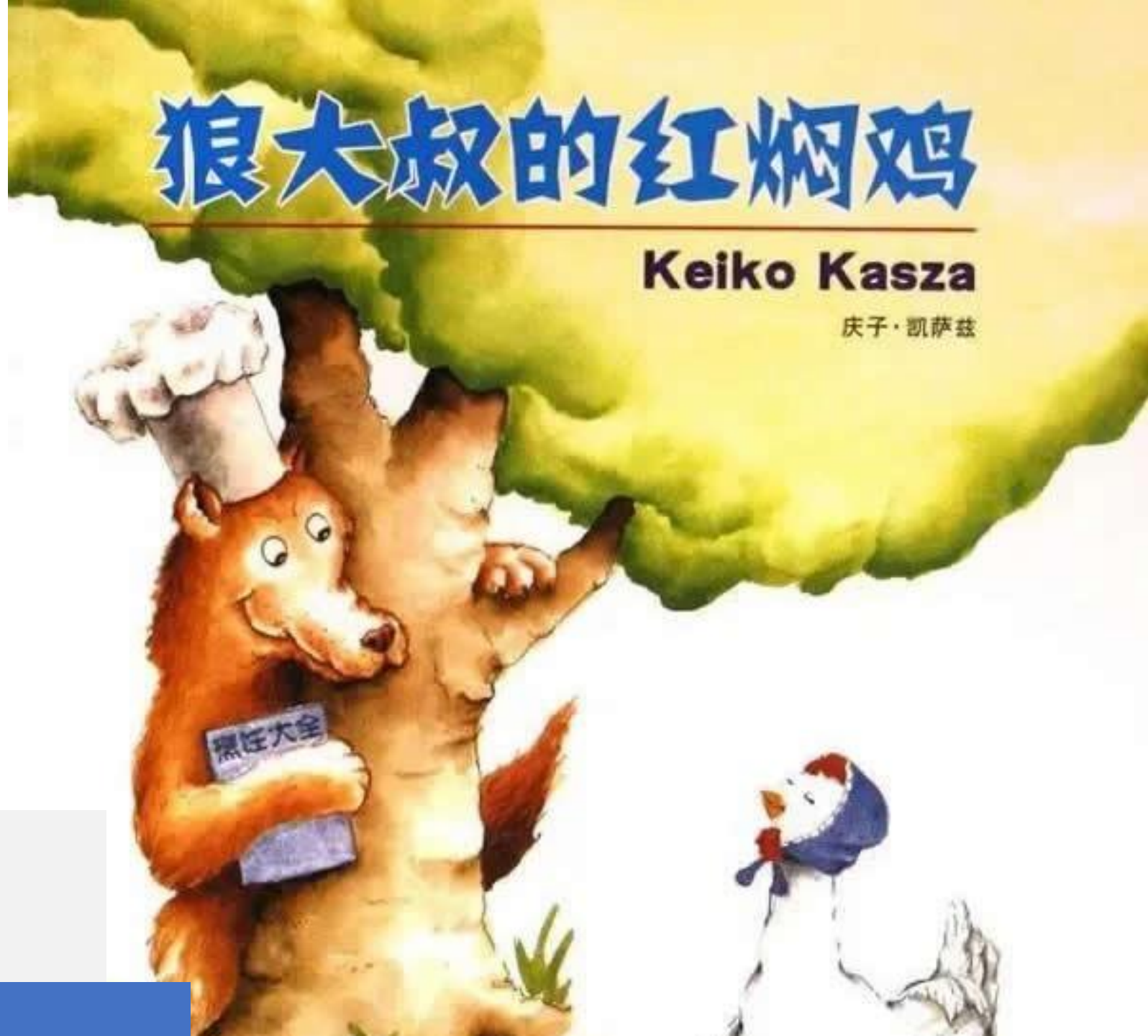


在這節課堂中，你學
到了甚麼朗誦及表演
技巧呢？

讀繪本

演故事

今天楊老師，給同學們推薦繪本故事《狼大叔的紅燜雞》，故事淡化了大灰狼原來兇惡的現象，隨着它的各種豐富表情、一舉一動，使小朋友們對大灰狼由大壞蛋慢慢改變印象，成了現在可愛善良的狼大叔，從而讓小朋友們領悟到友善待他人，能夠化敵為友這一理念。現在，就讓我們一起走進繪本故事《狼大叔的紅燜雞》吧！



從前，有一隻狼，他喜歡各種各樣的美食。除了吃，他再也沒有其他的愛好了。每天，他總是吃完了這頓飯，馬上開始想，下一頓該吃甚麼呢？想着想着，前面突然走過一隻母雞，於是狼大叔躡手躡腳地跟在母雞後面，越靠越近。當他正要伸手去抓他的獵物的時候……





**他有了另外一個主意。
如果有甚麼辦法能讓這只雞再
胖一點，他想，我就能多吃幾
口肉呢！**

“如果有什么办法能让这只鸡再胖一点，”
他想，“我就能多吃几口肉喽……”
于是……

於是，狼大叔跑
回家，沖進廚
房，開始準備



他先做了一百個香噴噴
的煎餅。然後，在那天
深夜，他把煎餅悄悄地
放在母雞家的走廊上。
快吃吧，快吃吧，我可
愛的母雞，長得肥肥又
胖胖，讓我痛痛快快吃
一場！
他小聲地念叨着。



他先做
然後，在那天
在母雞家的
“快吃吧
長得肥肥又
場！”他小聲

終於，萬事俱備，
那正是狼大叔一直
期待的一個夜晚。
他把一個大號燜鍋
取出來裝滿水，放
在火上，然後就興
高采烈地出發了。



他來到母雞家門口，他想，讓我先看看。
那只雞現在一定胖的像個氣球了。
就在他正要往母雞家裏偷看的時候



門突然打開了。母雞尖聲叫起來：
“啊呀，原來是您呀，親愛的狼大叔！”

**門突然打開了。母雞尖聲叫起來：
啊呀，原來是您啊，親愛的
狼大叔！**

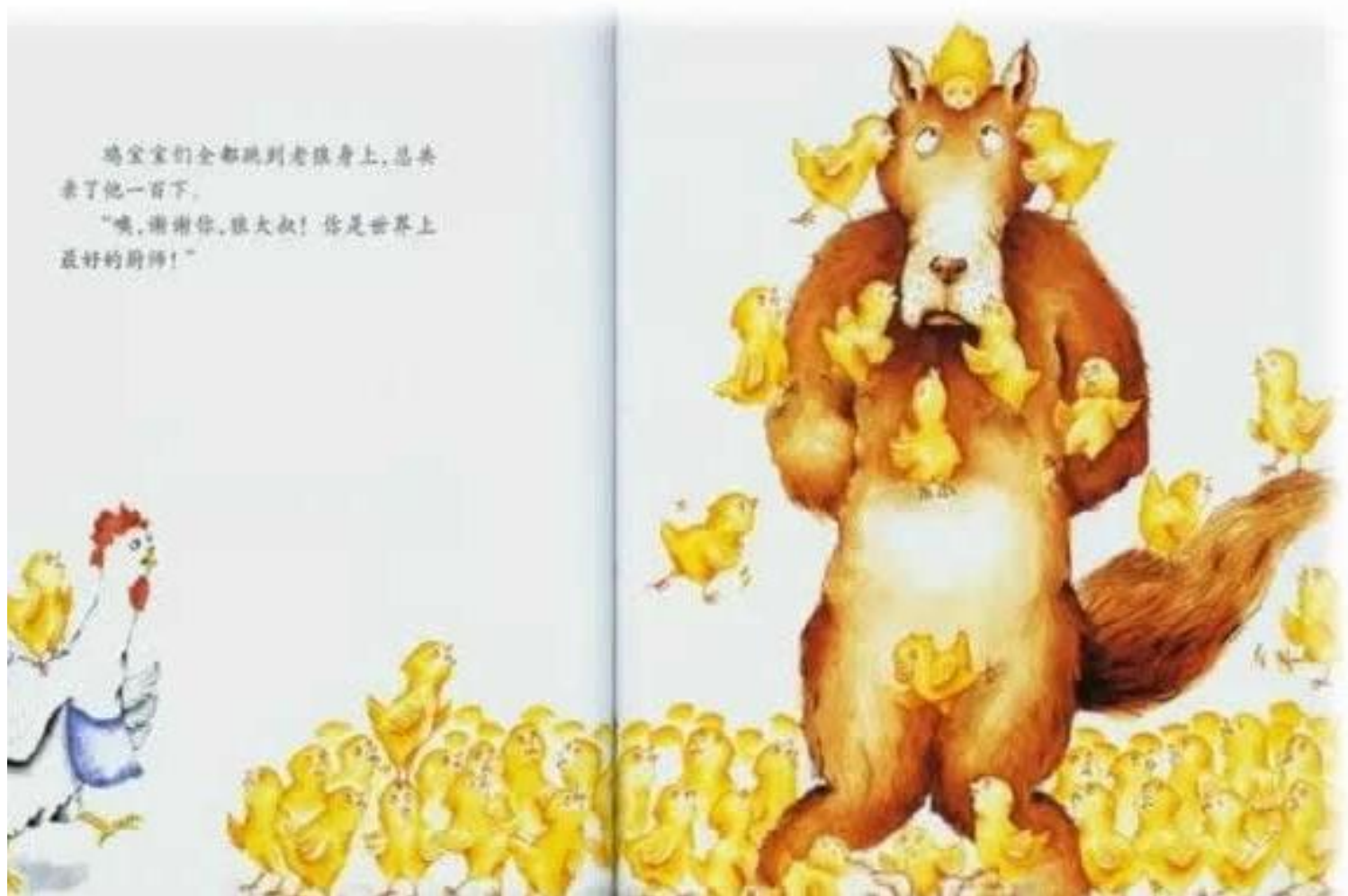


An illustration of a mother hen with a red comb and blue markings on her body, standing on the right side of the page. She is surrounded by a large group of small yellow chicks on the left side. The background is a light blue sky with faint clouds.

**母雞迫不及待地要將狼大叔介紹給
她的孩子們。孩子們，孩子們！快
來看哪，煎餅、甜甜圈和那個香甜
的大蛋糕不是聖誕老公公送來的！
那些都是狼大叔送給我們的禮物！**



雞寶寶們全都跳到老狼身上，總共親了他一百下。噢，謝謝你，狼大叔！你是世界上最好的廚師！



鸡宝宝们全都跳到老狼身上，总共亲了他一百下。

“噢，谢谢你，狼大叔！你是世界上最好的厨师！”





那天晚上，狼大叔沒有吃到紅燜雞。不過雞太太倒是給他做了一頓相當豐盛的晚餐。

“哎，怎麼會是這樣呢！”狼大叔回家的路上一邊走一邊想，“要不，明天我再給這些小傢伙們烤一百個香噴噴的小餅干吧！”

那天晚上，
狼大叔沒有
吃到紅燜
雞。不過雞
太太倒是給
他做了一頓
相當豐盛的
晚餐。



哎，怎麼會是這樣呢！狼大叔在回家的路上一邊走一邊想，要不，明天我再給這些小傢伙們烤一百個香甜的小餅乾吧！



那天晚上，狼大叔沒有吃到紅刺
雞。不過雞太太倒是給他做了一頓相
當豐富的晚餐。

“哎，怎麼會是这样呢！”狼大叔在
回家的路上一邊走一邊想，“要不，明
天我再給這些小傢伙們烤一百個香甜
的小餅乾吧！”

.....

生活中，我們每個人都喜歡被別人喜歡、被誇讚、被愛、被需要的感覺，因為這讓我們感到自己的價值。同學們，令人愉快的語言和對人友善的動作，可以讓別人感到幸福、溫暖和快樂，還可能改變別人不好的想法，變得越來越好。



那天晚上，狼大叔沒有吃到紅刺
雞。不過雞太太倒是給他做了一頓相
當豐富的晚餐。

“哎，怎麼會是这样呢！”狼大叔在
回家的路上一边走一邊想，“要不，明
天我再給這些小傢伙們烤一百個香甜
的小餅干吧！”