

# 專家四大貼士 在家訓練朗誦高手

雖然愈來愈多學校鼓勵學生參加個人獨誦，但並非每間學校都有為學生提供訓練，難道家長唯一擲千金，聘請名師指導子女？香港教育大學中國語言學系系主任施仲謀認為，如果因為擔心訓練問題而不讓小朋友出賽，未免可惜。「透過朗誦，可以加深小朋友對文學作品的認識，也可同場觀摩其他對手，取長補短，這個經驗很寶貴，是一個難得的學習經歷。」

習經歷。」

因此，無論如何，他都支持孩子參賽，大不了由家長「自家訓練」。「如果不以獲獎為目標，家長亦有中等以上文化水平的話，不妨買一些有關朗誦的書籍來參詳一下。其實通過跟小朋友一起蒐集資料，再引導他們如何朗誦出來，亦是一個不錯的親子活動。」

施仲謀就以中文（粵語）朗誦為例，向家長大派四大訓練貼士。

## 1. 理解誦材

朗誦最重要是把握到基調，只有「知人論世」，充分了解作者的生平、經歷、寫作背景，才能循應有的感情脈絡去演繹作品。當然，還要仔細研究字詞、句子的意思，再總結段落大意、文章主旨。

## 2. 讀字典音

普通話的讀音有全國統一的審音標準，廣東話卻沒有。撇除懶音不說，廣東話不少字也有正音（字典音）與常用音（俗音）之別。舉例，「澡」字的正音讀「早」，常用音則讀「醋」；「倩」字的正音讀「線」，常用音卻讀「善」。「朗誦要求讀字典音，若讀了常用音，沒明文規定要扣分，但多少會影響評判的印象，雖不至於『致命』，但

如果兩名同學表現不相伯仲，只是其中一人某個字讀了常用音，在爭名次上肯定『輸蝕』。」

## 3. 注意停頓

施仲謀說，很多學生在朗誦時都忽略了「停頓」。其實在語句、詞組之間，往往要因應邏輯、語義，或感情的轉折，作出不同層次的停頓。他以陶鑄《松樹的風格》為例分析（見大圖）。

## 4. 恰當台風

朗誦除了要注意各種聲音技巧的運用，還要加入眼神、面部表情、手勢和動作等台風。**眼神**：可多與聽眾溝通交流，加強表達效果；也可以集中凝想，進入詩境之中。**表情**：木無表情、乾燥枯澀是朗誦大忌；表情過火、矯揉造作則過猶不及。**動作**：手勢和動作要少而清楚，動作範圍要細，一般限於胸前，但不能使用道具；腰部以下不應有所動作，頓足尤其不可。**台風**：態度必須優雅自然、彬彬有禮；行動不疾不徐、安詳鎮定。

## 知多啲

### 新手朗誦 選散文還是詩詞？

散文和詩詞，都是獨誦最熱門的組別，究竟新手應該參加哪一項賽事呢？施仲謀教授笑指兩者各有特色，很難評論。「散文的好處是明白如話，容易理解，但篇幅較長，不易背誦；而且散文的感情相對於詩詞會較平淡，營造聲音效果要花工夫。詩詞就要深入鑽研內容，但篇幅較短，易記易背，加上詩詞有平仄、押韻的幫助，聲音技巧較易處理。」

## 陶鑄《松樹的風格》 (節錄)

我常想：<sup>(1)</sup>楊柳<sup>(2)</sup>婀娜多姿，<sup>(3)</sup>可謂嫵媚極了，<sup>(4)</sup>桃李<sup>(5)</sup>絢爛多彩，<sup>(6)</sup>可謂鮮艷極了，<sup>(7)</sup>但它們<sup>(8)</sup>只給人一種<sup>(9)</sup>外表好看的印象，<sup>(10)</sup>不能給人以力量。<sup>(11)</sup>

以上誦材共有 11 個停頓位，以停頓時間由長至短排列，又可分為 6 個層次：

- ◆ 停頓最長是 (11)，因為句號是一句的結尾；
- ◆ 次長的是 (1)，因為冒號表示作者深思的神態，並帶出下文；
- ◆ 接着是 (7)，這處是一個間隙，為了讓聽眾感到語意有所轉折，作者即將發表意見；
- ◆ 繼而是 (4)；它是兩組排偶句中間的頓歇；
- ◆ 至於 (3)、(6)、(10) 結構和層次相同，停頓得很短，用意是提引下文，因此宜把每一處停頓的最後一字延宕下去，與停頓後的第一個字連接，造成緊密相連的感覺；
- ◆ 最後，(2)、(5)、(8)、(9) 雖然沒有標點符號，但也必須稍作語氣上的停頓，惟略略停一停就可以。

## 自行訓練

香港教育大學中國語言學系系主任施仲謀教授認為，就算沒有名師指導，由家長自行訓練，都應該讓小朋友參加朗誦比賽。（沈雅詩攝）



## 不同技巧

獨誦除了聲音技巧外，還要加入恰如其分的眼神、面部表情和手勢動作。（劉煥陶攝）

## 香港學生主要朗誦比賽

### 香港學校朗誦節

主辦：香港學校音樂及朗誦協會  
對象：幼稚園、中小學、專上學院及大學生  
今年比賽日期：11 月至 12 月  
查詢：2761 3877  
網址：www.hksmsa.org.hk

### GAPSK 全港普通話朗誦比賽

主辦：GAPSK  
對象：幼稚園及小學生  
今年比賽日期：10 月 27 日  
查詢：3101 0800  
網址：www.gapsk.org/speech

### 全港兒童兩文三語朗誦大賽

主辦：香港教育工作者聯會  
對象：幼稚園、小學一至二年級學生  
比賽日期：每年 4 / 5 月  
查詢：2963 5155、2963 5106  
網址：www.hkfew.org.hk

### 紫荊盃全港小學德育及公民教育朗誦比賽

主辦：香港各界文化促進會、中國文化院、朗園文化教育基金、培僑中學  
對象：小學生  
比賽日期：每年 4 / 5 月  
查詢：2566 2317  
網址：www.pkms.edu.hk/pc