

普通话测试小技巧——前后鼻音

在普通话考试里，前后鼻音混淆可是扣分的“大户”。好多考生由于受方言习惯影响，或者发音意识不强，像“陈(chén)”和“程(chéng)”“心(xīn)”与“星(xīng)”这类字词，总是反复读错。

综合普通话测试评分规则，我们将方法归纳如下。

一、舌尖导航法：找准生理位置，告别发音模糊

前鼻音(-n)和后鼻音(-ng)最关键的区分就在舌位动作上。发前鼻音的时候，舌尖要迅速抵住上齿龈，就像发“奔(bēn)”这个字，收尾那一刻舌尖得碰到上齿龈；发后鼻音呢，舌根要向上隆起，靠近软腭，就如同打哈欠时舌根抬起的那个动作，比如发“崩(bēng)”字的尾音，能明显感觉到鼻腔共鸣变强。

☆训练小窍门

1.对镜练习法：用手机的慢动作功能录制自己发音的过程，仔细瞧瞧舌尖有没有放对位置。

2.触感强化法：发“-n”的时候，用舌尖轻轻压在牙齿背面；发“-ng”的时候，用手指轻轻按在喉结上方，感受那里的震动。

二、高频词库记忆法：借助数据，攻克易错难关

据统计，“eng”“ing”和“en”“eng”这两组混淆情况占比超过75%。比如说，“成功(chénggōng)”经常被错读成“陈功(chéngōng)”“省份(shěngfèn)”也容易读成shěng fèng”。所以

呢，建议大家优先记住《普通话测试高频 300 词》里的鼻音字，按照“声母韵母”的组合方式分类加强记忆。

☆记忆小妙招

1.场景联想法：把“风（fēng）、灯（dēng）”这些字，和“电灯摇晃还带着风声”这样一个画面联系起来。

2.形声字规律：带有“正、争、生”这些偏旁的字，大多读后鼻音，像“政、睁、性”就是例子。

三、录音反刍法：打造发音纠错的闭环系统

90%的高分考生都会用“读录听改”这四步训练法：首先，朗读《普通话水平测试实施纲要》里的 60 篇短文，同时全程录音。然后，以 0.5 倍的速度回放录音，把发音不太清楚的地方标记出来。接着，针对那些读错的片段，进行 10 次慢速跟读练习。最后，第二天重新测试同样的段落，直到读对为止。这里要提醒一下，考试的时候语速要保持中速，每分钟大概 220 字左右，要是语速太快，很容易出现鼻音归韵不完整的情况。

☆高分小秘诀

考试前三天，集中训练《鼻音字对比表》，像“信/性、民/明”这类。这样可以强化肌肉记忆。尤其要注意，来自方言干扰比较大地区的考生，比如川渝、两湖地区的，还得额外增加“an”

“ang”的专项训练。只要坚持每天科学练习 30 分钟，两周下来，发音清晰度就能有明显提升。

普通话考试可不只是一场简单的语言测试，它更考验你对细

节的把握能力。精准处理好鼻音，就是同学们在考试中拉开分数差距的秘密武器。

文：刘晓宁、贾丹丹、王莹