附录 B　家庭练习单（可打印）

小主播课堂·备选课 B1·家庭练习单（三四年级·××学校）
学员姓名：_____　　每天约 7 分钟（接话 5 分钟 + 平翘舌 2 分钟），完成请打勾
□　平翘舌四对，每对慢读 3 遍：早上–找人　字帖–纸条　撕开–师父　粗心–初级（舌尖对了才算过）
□　绕口令 Z-02 慢速读 3 遍：隔着窗户撕字纸，是字纸撕字纸，不是字纸不撕纸
□　请家长当甲，你当乙，念《倒霉》，练 2 遍（**接在拍上，不抢话**）
□　自己打拍子数一遍：「一、二、三，开口」——数到自己能跟上拍子；跟不上，不是抢了就是拖了
□　对着镜子练两次搭档体态：侧身 45°、眼睛看「搭档」、接话时身体微前倾
家长的话（请写一句具体表扬，比如「今天你接『懂，上了榨汁机』那句接得又快又稳」）：
家长签名：_____　　日期：_____

附录 D　相声段子卡（A5，人手一张，可直接印发）

对口相声 · 《倒霉》（自编 · 非教材）

标色说明：**蓝字 = 翘舌**（zh / ch / sh，舌头翘起来）；**没标色的都是平舌**（z / c / s，舌头放平）。

垫话



甲：昨天我遇**上**一件**事**，**说出**来你都不信。

乙：那你**说说**。

一 · 早上

甲：昨天学校办文艺汇演，老**师**让我**上**台。

乙：台**上**那风光好啊。

甲：我一听，喜欢得不得了。

乙：你倒**是真**欢喜。

甲：紧**张**得我一宿没**睡**。

乙：一宿背稿子，倒**是**不浪费。

甲：早**上睡**眼惺忪，**刷**牙都捅嗓子眼了。

乙：你那牙**刷**没**受伤**吧？

甲：**出**门一忙，门锁没锁都没顾**上**看。

乙：那你赶紧回去锁门啊。

甲：我回去把门锁**上**了。

乙：没遭贼吧？

甲：没，就**是**忘带钥**匙**了。

乙：得咧，把自个儿锁外头了。

二·路上

甲：**出**了门就往**车站**跑，到**站正**好来了一辆**车**。
乙：那你赶紧**上车**啊。
甲：我一步跨**上**去——**车上**那个挤呀，能把我挤**出汁**来。
乙：懂，**上**了**榨汁**机。
甲：**站**了八**站**，两**只**脚都没**沾着**地。
乙：那就得免**车**票了。
甲：下**车**一**着**急，一脚迈空，从**车**门台阶**上摔**了下来，**书**包拉链都崩开了。
乙：稿子**准**撒了一地吧？
甲：你怎么**知**道的？我胡乱塞回**书**包就跑了。
乙：我猜的——倒霉**事**都**成双**。

三·到校

甲：到了学校，汇演已经开**展**了。
乙：那好戏可就**展**开了。
甲：那会儿**主持**人挨个念人名，念到我。
乙：念到你，你就**成**名人啦。
甲：甭提了，我心都提到嗓子眼儿了。
乙：没**事**，嗓子眼儿已经**刷**干净了。

四·上台

甲：我**站**到舞台**中**心。
乙：心**中**怕**是**五味杂**陈**。
甲：刚想开口讲**这**故**事**，觉**察出**不对劲——话筒没反应。
乙：**察**觉得晚了吧。
甲：我脑子里咯噔一下，一个念头**产生**：拍一拍，看它响不响。
乙：好嘛，你**这**脑子**是**个**车**间，念头**生产**得倒快。
甲：我抬**手**一拍——「咚」的一**声**，全**场**都听见了。
乙：得，**这**就**成事**故了。

五·忘词

甲：我赶紧**重**来，你猜怎么**着**？
乙：不猜。
甲：我忘词了。
乙：得，老毛病了。
甲：我心里一计算：**装**咳嗽，糊过去。
乙：你**这**算计得挺精。
甲：结果我一咳嗽，把自己给呛了。
乙：得咧，把自个儿算进去了。
甲：呛得我**是**半点力气都**使**不**上**。
乙：气力都拿来想歪点子了。

六·逆转

甲：就在**这时**候，老**师**在后台小**声**提了我一句。
乙：好嘛，救星来了。
甲：我接**上**了，一口气背完，一个字没错。
乙：还**真**接**住**了。
甲：最后——我得了三等奖。
乙：妥了，**事**故又变回故**事**了。

底

甲：所以**说**，遇**事**别慌——接**住**了，就能翻盘。
乙：那你今天来**上**课，**是**故**事**还**是事**故？
甲：……你**这是**挖苦我呢。
合：谢谢大家！

（背面印节奏拍子表；课文标色只标翘舌——**蓝字是要翘的字，没标色的都是平舌**，**课上指认不圈写**）