

Китайские ТОНЫ за 10 дней

Практический интенсив
для русскопзычных



Просто лингвист

КИТАЙСКИЕ ТОНЫ ЗА 10 ДНЕЙ

«Автор»

2026

лингвист П.

**КИТАЙСКИЕ ТОНЫ ЗА 10 ДНЕЙ / П. лингвист — «Автор»,
2026**

Ты уже учил китайский. Знаешь, что тоны важны. Но они всё равно «плывут». Собеседник переспрашивает. Ты сам не уверен, что услышал. Классическая боль почти всех русскоязычных. Обычные учебники не помогают: дали табличку с четырьмя тонами — и сразу к иероглифам. А эта книга решает одну конкретную задачу. За 10 дней ты научишься: стабильно слышать разницу между тонами более-менее правильно их произносить перестать путать слова из-за тонов в реальной речи. Никакой грамматики. Никаких иероглифов. Только тоны. Каждый день — чёткая структура: цель, простое объяснение, типичные ошибки именно русскоязычных, тренировка слуха на минимальных парах, произношение, упражнения, лайфхаки и домашнее задание. С 5-го дня — работа с сочетаниями и tone sandhi. В конце — шпаргалка, список самых опасных пар и система поддержки тонов после курса. Это не учебник. Это жёсткий практический интенсив с тренером. Если тоны до сих пор твоя главная слабость — начни здесь.

© лингвист П., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Введение	5
Почему тоны — это главная боль русскоязычных	6
Почему обычные учебники не помогают	7
Как правильно заниматься по этой книге	8
Важные принципы работы с тонами	9
День 1. Первый и четвёртый тон	10
Цель дня	10
Короткое объяснение	11
Основные трудности именно для русскоязычных	12
Тренировка слуха (минимальные пары)	13
Тренировка произношения	14
Практические упражнения	15
Конец ознакомительного фрагмента.	16

Просто лингвист КИТАЙСКИЕ ТОНЫ ЗА 10 ДНЕЙ

Введение

Ты уже учил китайский. Знаешь, что тоны важны. Но когда говоришь — они всё равно «плывут». Собеседник иногда понимает, иногда переспрашивает. Ты сам часто не уверен, какой тон услышал. Это классическая боль почти всех русскоязычных.

Почему тоны — это главная боль русскоязычных

В русском языке высота голоса не меняет значение слова. Мы повышаем и понижаем тон, чтобы показать эмоцию, вопрос или удивление. В китайском высота голоса — это часть самого слова. Одно и то же сочетание звуков с разными тонами — это совершенно разные слова.

Классический пример: mā (мама), má (конопля), mǎ (лошадь), mà (ругать). Четыре совершенно разных смысла. Если тон «поплыл» — тебя либо не поймут, либо поймут неправильно. В реальной жизни это приводит к неловким ситуациям, переспросам и ощущению, что «я до сих пор плохо говорю».

Большинство русскоязычных студентов застревают именно на тонах. Грамматику можно выучить, иероглифы — зазубрить, а тоны требуют мышечной памяти и тренированного слуха. Без специальной работы они остаются слабым местом годами.

Почему обычные учебники не помогают

Обычные учебники почти не помогают с тонами. Они дают табличку с четырьмя тонами, два-три примера и сразу переходят к иероглифам и грамматике. Тренировки слуха почти нет. Тренировки произношения в реальном темпе — ещё меньше.

В итоге человек «знает», что тоны существуют, но в речи их не использует. Он может назвать номер тона по картинке, но не слышит разницу в потоке речи и не ставит тоны автоматически. Это как знать ноты, но не уметь играть.

Эта книга решает одну задачу: за 10 дней дать тебе возможность стабильно слышать разницу между тонами, более-менее правильно их произносить и перестать путать слова из-за тонов в реальной речи. Никакой грамматики. Никаких иероглифов. Только тоны.

Как правильно заниматься по этой книге

Режим: каждый день 35–50 минут. Лучше каждый день по 40 минут, чем по два часа раз в три дня. Тоны — это навык, он требует регулярности.

Структура занятия:

Первые 10–12 минут — только слушание (наушники обязательны). Не произноси, только слушай и различай.

Потом 15–20 минут произношения: сначала медленно и преувеличенно, потом в нормальном темпе.

Обязательно записывай себя на диктофон и сравнивай с образцом. Это самый важный инструмент.

Если после упражнения чувствуешь, что «не получилось» — повтори его ещё раз на следующий день. Это нормально.

Не пропускай дни. Если пропустил один — на следующий день сделай два коротких блока. Главное — не терять контакт с материалом больше чем на 48 часов.

Важные принципы работы с тонами

1. Сначала слух, потом рот. Пока не слышишь разницу стабильно — произношение будет случайным. Не торопись говорить.

2. Преувеличивай. В первые дни говори тоны ярче и дольше, чем нужно. Потом они сами сядут в естественный диапазон.

3. Не гонись за скоростью. Лучше три чистых тона, чем десять смазанных. Скорость приходит после точности.

4. Нейтральный тон — не «отсутствие тона». Это отдельный короткий и лёгкий звук. Относись к нему как к полноценному тону.

5. Тоны живут в словах и фразах, а не в отдельных слогах. Поэтому с пятого дня мы почти не работаем с одиночными слогами.

6. Записывай себя. Ухо обманывает. То, что тебе кажется правильным, на записи часто звучит совсем иначе.

Готов? Тогда начинаем.

День 1. Первый и четвёртый тон

Цель дня

Научиться уверенно отличать и произносить высокий ровный тон и резкий падающий тон. Это два самых контрастных тона — с них легче всего начинать.

Короткое объяснение

Первый тон — высокий и ровный. Голос держится на одной высоте, как длинная ровная линия. Не поднимается и не опускается.

Четвёртый тон — резкое падение сверху вниз. Как будто рубишь воздух голосом. Начинается высоко и резко падает.

В русском языке ближайшие аналогии:

Первый тон похож на протяжное удивлённое «ааааа?» (когда что-то увидел и удивился, голос стоит высоко и ровно).

Четвёртый тон похож на короткое сердитое «Нет!» или команду «Стой!». Резкое, отрывистое падение.

Основные трудности именно для русскоязычных

Первый тон часто делают недостаточно высоким или слегка «заваливают» вниз к концу. Получается не ровная линия, а лёгкий спуск.

Четвёртый тон делают слишком мягким, без резкого падения. Получается что-то среднее между вторым и четвёртым — «смазанный» тон.

Многие начинают четвёртый тон слишком низко, поэтому падения почти не слышно.

Тренировка слуха (минимальные пары)

Слушай минимальные пары. После каждой пары делай паузу и говори вслух, какой тон был первым (первый или четвёртый). Наушники обязательны.

1. mā – mà

2. tā – tà

3. bā – bà

4. shī – shì

5. fēi – fèi

6. gāo – gào

7. qī – qì

8. yī – yì

Повтори весь список три раза. Если ошибаешься больше чем в двух парах — сделай ещё один полный проход.

Тренировка произношения

Произноси медленно, преувеличенно. Первый тон тяни 1–1,5 секунды. Четвёртый — резко и коротко:

māāāāā – mà!

tāāāāā – tà!

bāāāāā – bà!

Потом в нормальном темпе, но всё равно чётко:

mā – mà

tā – tà

bā – bà

Сделай 8–10 подходов. Между подходами слушай образец.

Практические упражнения

7. Произнеси подряд: mā mā mā mā (все первым тоном) — потом mà mà mà mà (все четвёртым). Следи, чтобы высота первого тона не падала.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.