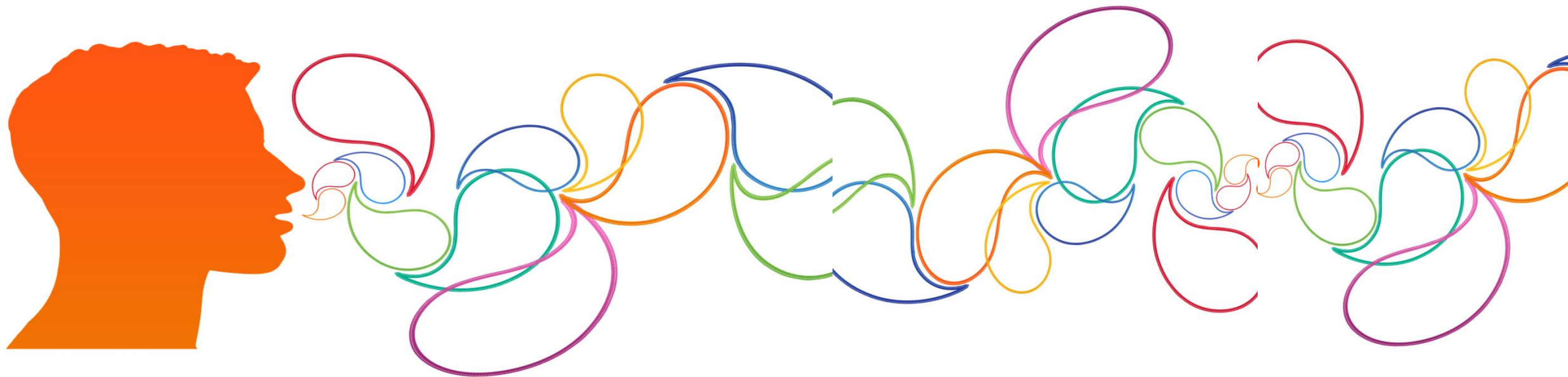


Техника речи в работе ведущего



Здравствуйтесь, ребята! Тема нашего сегодняшнего задания «Техника речи в работе ведущего». На этом занятии вы разберете основные инструменты техники речи и рассмотрите упражнения для постановки голоса.

Техника речи представляет собой науку в сфере постановки речи, артикуляции, дикции, интонации, мимики и прочих элементов. Людям, определенных профессий, необходимо изучать данную науку на протяжении всей жизни. Их задачей является сделать свою технику речи правильной, красивой и понятной.



Дикция

Весомым показателем, который характеризует качество техники речи человека является дикция (это то, как чисто он выговаривает звуки). Этот элемент речи сопоставим с почерком. Сообщение, написанное кривым, неразборчивым почерком, будет непонятно и неинтересно адресату, так же, как и скомканное, невнятное выступление маловероятно заинтересует слушателя или вызовет массу встречных вопросов.



Один из способов постановки дикции использовала главная героиня из фильма «Карнавал», она оттачивала речь при помощи повторения скороговорки про кукушонка, набив рот грецкими орехами.

Голос

Приятный голос является одним из основных показателей правильной речи. Голос тоже поддается тренировке и его возможно поставить. Каждая личность способна научиться управлять силой голоса, в зависимости от ситуации повышать или понижать его, достаточно сдерживать эмоции, быть спокойным и говорить размеренно. Немаловажным фактором является здоровое горло.



Многие люди в немалой степени обязаны своим успехом именно голосу. Так же как и о внешнем виде, люди судят о голосе собеседника в течение первых нескольких секунд. Неважно, известный вы человек или нет. Несмотря на запоминающуюся внешность некоторых известных людей, вспоминая их, мы в первую очередь вспоминаем их голос.

Ваш голос важен также, как ваша внешность, манеры, текст вашего выступления. Голос - это инструмент, с помощью которого вы донесете свое сообщение до аудитории.

Тембр

Следующий показатель — тембр голоса. В этом случае главное не переусердствовать, так как излишне низкий или высокий голос воспринимается фальшиво. Для отработки тембра голоса важный момент — это дыхание и работа с диафрагмой.

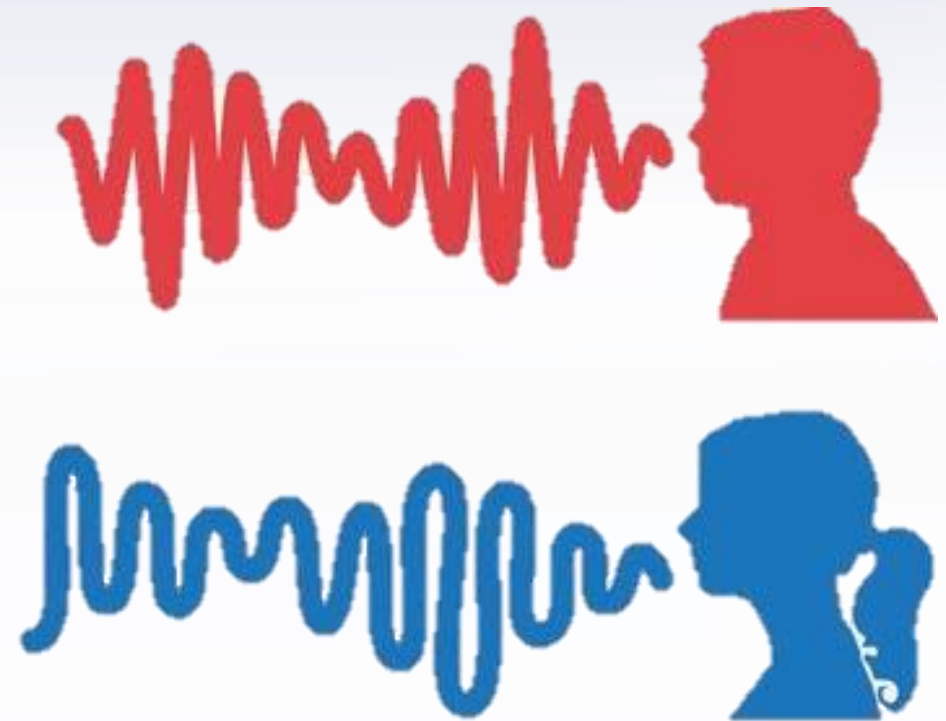


Если вы хотите быть интересным докладчиком или собеседником, обратите внимание на темп собственной речи. Важно уметь не только придерживаться нормального темпа (примерно 120 слов в минуту), но и уметь варьировать скорость речи в зависимости от содержания. Если вы хотите привлечь внимание к своим словам, подчеркнуть их, в этом месте нужно замедлиться, а вот эмоциональное повествование допускает небольшое ускорение.

Интонация

Следите за интонацией и правильным произношением, важно правильно расставлять ударения в словах и делать логические паузы. Это дает возможность вам перевести дыхание, правильно выстроить дальнейшую речь, а также привлечь внимание слушателей.

К.С.Станиславский называл паузы «важнейшим элементом нашей речи и одним из главных ее козырей». Пауза выполняет очень важные задачи: она выделяет главные слова, придает им вес и убедительность, она дает слушателю время, чтобы осмыслить сказанное и сделать выводы, она позволяет оратору (или его герою) собраться с мыслями. В ряде случаев пауза может быть намного выразительнее и красноречивее слов. Минимальные или искусственно затянутые паузы делают человеческую речь живой.



Практические упражнения для постановки голоса



Дыхание

Отрабатываем дыхание:

- Ноги поставьте по ширине плеч.
- Поставьте ладони на талию и неспешно выдохните, чтобы вы чувствовали противодействие губами воздуха (параллельно нужно повторять четверостишие).
- Сделайте упражнение совмещая с ходом, ускоряясь на легкий бег, подражая срезу травы, рубке деревьев и метению пола. При точном исполнении и выдох должен быть ровным, не сбиваться.
- Держите спину прямо, склонитесь вперед и сделайте глубокий вдох.
- При выпрямлении в изначальную позу сделайте выдох и неспешно проговаривайте «ги-м-м-м-м», синхронно совмещая с легким бегом.
- Возвратитесь в положение прямой стойки. Глубоко вдохнув нагнитесь прямо, а руки объедините за головой. В этом же расположении выдохните и выпрямитесь, проговаривая «гн-н-н...», совмещая с легким бегом. Далее требуется исполнить задание для усовершенствования носового дыхания.
- С закрытым ртом проделывайте небольшой носовой вдох, увеличивая ноздри, выдыхая легонько ударяем по ним кончиками пальцев. На основе прошлого примера, при выдохе медленно произносите буквы «М» и «Н» и легонько ударяйте краешками пальцев по ноздрям по очереди.

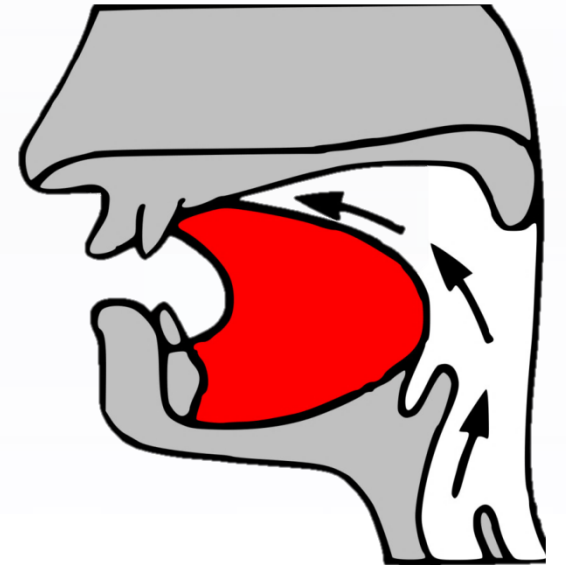
Практические упражнения для постановки голоса

Упражнение для губ и языка

- Для отработки верхней губы проговорите: «ГЛ», «ВЛ», «ВН», «ТН», для нижней – «КС», «ГЗ», «ВЗ», «БЗ».
- Расслабьте язык и повторите форму лопаты, уложив его на нижнюю губу, выговорите: «И», «Э», пять раз.
- Языком примите подобие искривившегося крюка и проведите по небу кончиком языка, синхронно выговаривая «О», «У».
- Вытягивайте букву «М» с закрытым ртом, перемещая язык к губам, щекам и небу.

Подготовка мышц нёба

- Проговорите согласные «К», «Г» три раза без остановки. Далее проговорите гласные «А», «О», «Э» тоже трижды, но при зевке.
- Вдохните воздух ртом, как бы прополоскав его. Откройте рот и проговорите: «АММММ...АММММ», «А» должно быть чуть слышно, «М» – звучным и далее сделайте трижды.



Практические упражнения для постановки голоса



Упражнения, помогающие раскрыть и укрепить голос основной речи.

Проговорите скороговорку, применяя исключительно согласные буквы, гласные соответственно будут глухими и продолжительными. После это произнесите ту же скороговорку, только совершенным голосом. Старательно вслушиваясь в себя, вы ощутите эпицентр собственного речевого голоса, установите, в какое состояние артикуляционного аппарата звучит свободно и неподдельно. Повторите упражнение с наклонами головы, попеременно назад/вперед, вправо/влево.

Прочитайте скороговорку обозначенным приемом, но выставляя язык на губы, опуская и сменяя этим самым проговаривание гласных. Основательно вдохните и замедлите дыхание (можно стиснуть нос ладошками) и вслух прочтите какой-нибудь текст. Выдохните и ещё раз через нос вдохните в тех отрывках текста, где это требуется по грамматике и смысловым паузам.

По окончании всех работ прочитайте текст снова, уже непринужденным голосом, и вслушиваясь в звучание, поняв разницу в произношении до и после исполнения заданий.

Практические упражнения для постановки голоса

Упражнения для ослабленной нижней челюсти

- Скажите «ПАЙ», «БАЙ», «МАЙ», сдерживая в этот момент, ладонью подбородок в постоянном состоянии, голова должна отклоняться назад. При звуке «Й» она принимает начальное состояние. Далее проделайте данный пункт в привычном положении, сравнивая, не зародилось ли чувство мышечной независимости.
- Повторите упражнение, но с переворотом головы влево/вправо, попытайтесь дотянуться подбородком до плеч. При звуке «Й» голову опять верните в первоначальное расположение.

Податливое нёбо

- Склоните назад голову и ополаскивайте гортань воздухом, проговаривая протяженно звук «М», но не выставляйте нижнюю челюсть. Постарайтесь сделать зевок с закрытым ртом.
- Вдохните воздух носом и втяните щеки, кроме того челюсть потуплена, а губы в сжатом состоянии, на выдохе вытягивайте букву «М».

Упражнения для упрочения языка и рта

Каждое из перечисленных занятий непременно воспроизведите три раза подряд:

- проговаривайте «БЯ», уложив язык на нижнюю губу;
- выговаривайте «АС», активно работая языком вперед/назад;
- выговаривайте подряд «ТКР», «КТР», «ДРТ», «РКТ» повторите трижды;
- в целях поправки активности губ говорите «МБ», «ТВ», «БМ»;
- сверните губы трубочкой и вытягивайте звук «М-М-М-М», потом улыбнитесь.



Практические упражнения для постановки голоса



Упражнения на прорабатывание неразвитого звучания в груди

- Примите удобное положение тела, возложите ладонь на грудь, чтобы почувствовать пульсацию, а второй закройте рот для обследования собственного дыхания. Попробуйте издать различные гласные: ласковый выдох – звук («УУУУУУ») – ласковый вдох. Если вы все проделываете безошибочно – то появится желание зевнуть и легкость в зоне глотки.
- Дальнейший шаг похожий, только в момент стога следует попытаться его растянуть и выговорить ударение легким ударом диафрагмы вглубь, потом нежный выдох. Любое следующее задание повышает численность ударений на единицу и таким же способом нужно довести до пяти ударений, один за другим.

Упражнения на корректирование нехватки звука в говорящей полости рта

- при прямолинейном и непосредственном состоянии тела на неторопливом выдохе скажите: «СССС...», «ШШШ...», «ЖЖЖ...», «РРРР», «РЬРЬРЬРЬ...»;
- в такой же позе на напряжённом постоянном выдохе выговорите: «Ф!Ф!Ф!Ф!Ф!Ф!Ф!», которое передается в неизменный звук «ФФФФФФФ...»;
- закройте ладонью нос и рот, в такой позе постарайтесь промолвить звук «М», вслед за тем, уберите ладонь, прочтите какой-нибудь текст с максимальным числом «М», «Н».



Выполните практические упражнения.

Проанализируйте над какими инструментами техники речи вам следует поработать дополнительно.

Ознакомьтесь с видеоматериалом.

Видеоматериал по ссылке <https://yadi.sk/i/dpSHvIHmQphHMQ>

Рефлексия. Составьте 2 списка:

- 1. легко выполнил упражнение;**
- 2. упражнение далось с трудом, необходимо проработать.**

Результаты рефлексии необходимо отправить на электронную почту olya.iva@mail.ru