

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 5
имени Сергея Викторовича Молчанова Белоглинского района»

Конспект курса внеурочной деятельности
«Театральная деятельность»
на тему: « Культура и техника речи. Дыхание и речевой аппарат» для
обучающихся 5 класса

Подготовила: Загорко К.Г.

2023 г.

Введение

Техника речи – это совокупность характеристик звучащей речи, ее голосовой, дыхательной, дикционной и интонационной составляющей. Занятия техникой речи предполагают выработку правильных способов голосообразования и артикуляции, а также разнообразия интонационной составляющей речи. Упражнения по технике речи помогают «поставить» голос, сделать его гибким, выносливым и звучным. Тренировка голоса позволяет работать в большой аудитории без микрофона, чем профессионально владеют артисты, работающие в театре, как известно, без технических приспособлений. Этому можете научиться и вы путем последовательных тренировок в технике речи.

Как бы ни была интересна и познавательна речь, она не будет воспринята слушателями, если выступающий произнесет ее нечленораздельно, хриплым, слабым, невыразительным голосом. Голос при выступлении важен в такой же степени, как и содержание речи, как внешность и манеры оратора. Это тот инструмент, с помощью которого говорящий доносит свое сообщение до аудитории. Человеческий голос - могущественное средство воздействия на публику. Благодаря красивому звучному голосу оратор может с первых минут привлечь внимание слушателей, завоевать их симпатию и доверие.

1. Техника речи

Для делового разговора большое значение имеет техника речи, составными частями которой являются постановка речевого дыхания, дикция и орфоэпия (т.е. правильное литературное произношение). Суть техники речи — в координации дыхания, голоса, артикуляции при соблюдении норм произношения. Такая организация обеспечивает такие качества голоса, как звучность, темп, тембр, высота, четкость дикции.

Сила голоса оратора имеет очень большое значение для аудитории. Если он говорит чрезмерно громко да еще имеет крикливый голос, то это вызывает раздражение у слушающих его людей, и эффект выступления существенно снижается. Если оратор говорит тихо, его могут слышать только находящиеся рядом, а до остальных суть его речи не доходит, что также вызывает неудовольствие аудитории. Поэтому говорить надо так, чтобы была полная уверенность, что речь не утомляет слушающих и всем им хорошо слышно.

Как тихая, так и громкая речь может быть монотонной, что быстро утомляет аудиторию, и она перестает слушать оратора. Чтобы избежать этого, во время выступления постепенно и плавно то повышайте, то понижайте голос, делайте его то громким, то тихим.

Оратор, который хочет быть убедительным, говорит медленно и в низкой тональности. Но он должен оставаться в рамках естественного диапазона своего голоса, иначе он будет казаться неискренним.

Хороший голос необходим не только для достижения профессиональных успехов в деловой сфере, но и в повседневном общении. Людей, имеющих приятный проникновенный голос, обычно более охотно и долго слушают, чем тех, кто обладает резким пронзительным или грубым хриплым голосом.

Научиться четко, ясно, красиво говорить можно. Этому поможет техника речи - особый раздел риторики и важная сторона ораторского мастерства. Техника речи - это «совокупность умений и навыков,

применяемых для оптимального звучания речи; владение приемами эффективно использовать речевой аппарат».

Составными частями техники речи являются:

- 1) постановка правильного речевого дыхания;
- 2) постановка речевого голоса, развитие тех его качеств, которые обеспечивают его звучность, выразительность.
- 3) работа над дикцией;
- 4) работа над интонацией;
- 5) развитие речевого слуха.

Техника речи является специфическим разделом риторики. Здесь, как нигде, важны упражнения и упорная, длительная практическая работа над навыками произношения.

1.1 Дыхание

Чтобы добиться звучности голоса, необходимо правильно поставить дыхание. Речевое дыхание, его отличие от физиологического. Это означает дышать глубоко, включая диафрагму в процесс вдоха и выдоха. Это значит также уметь контролировать свое дыхание, экономно распределяя выдох.

Многие ораторы ошибочно считают, что вдох нужно делать на знаках препинания или по окончании фразы. На одном вдохе можно произнести только короткую фразу. Если же вы произносите длинную фразу, то по мере приближения ее конца неизбежно падают сила и звучность голоса. Хорошая звучность заключается не в том, чтобы на данные звуки затратить тот или иной запас воздуха, а в том, чтобы за ними был обеспечен воздушный столб, непрерывно и с силой подпирающий и выталкивающий их. Поэтому дышать надо часто, поддерживая постоянный запас воздуха, причем вдох делать следует во время естественных (логических) пауз и незаметно.

В подавляющем большинстве случаев все дышат так, как придется, так как получается само собой. Люди в жизни учатся практически всему - ходить, говорить, читать, правильно держать ложку и вилку, водить автомобиль и многое, многое другое ... кроме обучения правильному

дыханию. О том, что существует правильное дыхание, обычно вспоминают, когда, например, "садится" голос или не хватает воздуха закончить речевую фразу.

Дыхание - это сила, без которой голос не зазвучит. Постановка голоса начинается с развития правильного дыхания, а именно с развития правильного вдоха и правильного выдоха.

Человеческий организм так устроен, что может осуществлять процесс дыхания разными способами. Дыхание может быть поверхностным, когда вдох производится за счет подъема верхней части груди, может быть грудным, когда расширяется грудная клетка, и может быть брюшным (диафрагмальным), когда на вдохе увеличивается живот.

1.2 Голос

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. Взаимопонимание между вами и вашей аудиторией зависит от ваших голосовых и речевых данных. Голос может привлечь слушателей на вашу сторону, убедить их, завоевать их доверие. Вы можете расшевелить людей или усыпить, очаровать или оттолкнуть. Неприятный голос может оказаться ахиллесовой пятой вашего имиджа. Он может перечеркнуть все ваши достоинства. Вспомните, насколько раздражает резкий или писклявый голос продавца, когда вас, буквально ное, умоляют сделать покупку. Такие люди могли бы добиться большего, если бы улучшили свой голос. Ваш голос должен содействовать вашей карьере, а не портить ее.

Хорошо поставленный уверенный голос является ценным средством демонстрации власти и оказания влияния. Когда другим людям нравится, как звучит ваш голос, они со значительно большей готовностью прислушиваются к тому, что вы говорите.

Человеческий голос - могущественный инструмент. Всегда следует помнить, что ваши слушатели ожидают - и вполне заслуживают - услышать приятный голос. Как бы вы ни были талантливы, обаятельны и умны, но если вы искажаете звуки, неверно ставите ударение, неправильно произносите слова и к тому же не используете свои голосовые возможности, то вы не сможете стать успешным человеком.

1.3 Артикуляция

Артикуляция – это работа речевого аппарата для правильного создания звука. При правильной артикуляции происходит четкое расчленение звуков, которые мы можем различать.

Понятия артикуляция и дикция тесно связаны между собой. Постановке правильной дикции предшествует артикуляционная гимнастика, активизирующая каждую из частей речевого аппарата. Для того, чтобы добиться хорошей дикции, сначала необходимо разогреть и подготовить органы, участвующие в произношении звуков (язык, небо, гортань и т.д.). Этому способствуют артикуляционные упражнения.

Артикуляция в первую очередь является правильным и отчетливым произношением звуков. И основная роль здесь отводится не голосовым связям, а органам произношения, которые бывают активными (язык и губы) и пассивными (зубы, десны, мягкое и твердое небо).

Произношение слов является довольно сложной системой, к составным частям которой относятся органы дыхания, голосовые связки, полость рта и носа, язык, губы и прочее. Действия этой системы скоординированные между собой и, что не мало важно без приложения усилий говорящего человека. При выступлении, человек не нужно

задумываться про это взаимодействие, к примеру, как между собой должны взаимодействовать голосовые связки и мягкое небо, язык и десны. Иначе, при выступлении, он очень легко запутается и артикуляция звуков будет просто ужасной. При непосредственном, машинальном говорении наши органы, которые отвечают за произношение выполняют необходимое воздействие на все свойства голоса, обуславливающие его качество: громкость, скорость произношения, высоту, тембр.

Артикуляция речи является работой органов отвечающих за речь, которые необходимы для произношения звуков. Органы отвечающие за речь состоят из:

- головного мозга, который при помощи моторного центра речи посылает конкретные импульсы при помощи нервной системы к органам отвечающим за артикуляцию речи т.е ее произношение;

- дыхательного аппарата (легких, бронхов, трахеи, диафрагмы и грудной клетки), образующего воздушную струю, которая обеспечивает создание необходимых голосовых колебаний, нужных для артикуляции;

- органов произношения речи, которые в основном называются органами речи.

Главным условием для того, чтобы артикуляция звуков была правильной необходимо чтобы человек воспринимал речь окружающих людей при помощи слуха. И это непосредственно закладывается в детстве, когда ребенок впервые слышит произношение слов, так он их и будет произносить. Если есть хотя бы незначительные проблемы со слухом, то освоение речи занять определенный промежуток времени.

Причинами плохой артикуляции речи могут скрываться в самом человеке. Он может быть уставшим, застенчивым, или наоборот слишком самоуверенным, равнодушным, больным и множество других причин могут послужить этому. При устранении этих причины ваша артикуляция станет значительно лучше. Улучшить артикуляцию так же помогают специальные упражнения для улучшения артикуляции.

1.4 Дикция

В технике речи большое значение придается работе над дикцией. Многие ораторы говорят небрежно, неотчетливо, не разжимая зубов, неправильно артикулируя звуки, и в результате аудитория теряет интерес к выступлению, не в силах разобраться в нечленораздельном бормотании выступающего.

В обычном разговоре такое произношение допустимо, так как смысл речи подсказывается ситуацией, общей темой беседы, т. е. собеседники понимают друг друга с полуслова. Если же один из них и не понял чего-либо из речи другого, он тотчас же его переспросит. Во время выступления перед большой аудиторией понимания с полуслова быть не может.

Слова должны произноситься четко и ясно, поскольку любое отклонение от норм произношения и ударения переключает внимание аудитории с существа речи на ее форму, тем самым отвлекая от восприятия смысла.

Особенно распространенным недостатком среди деловых людей являются ошибки в произношении и ударении, которые отвлекают их собеседников от существа сказанного и создают негативный психологический фон. Поэтому надо постоянно следить за правильным произношением и ударением.

Отчетливость произношения часто зависит от помещения, где выступает оратор. Чем больше пространства, тем речь должна быть медленнее, чтобы все было слышно. Звук не распространяется так быстро, как свет. Для того чтобы звуковые волны не смешивались и не заглушали друг друга, нужно дать время для их распространения. Однако тот, кто обладает четким и ясным произношением, может меньше внимания уделять громкости своего голоса. Речь оратора с хорошей дикцией, даже если он говорит тихо, хорошо слышна в любом помещении.

Хорошая дикция предполагает умение «держаться паузу». Пауза облегчает дыхание, дает возможность сообразить, к какой мысли следует перейти дальше. Она позволяет важным соображениям глубже проникнуть

в сознание слушателя. Короткая пауза перед кульминационным моментом речи и после — один из способов выделить его. Пауза применяется между отдельными элементами мысли (фразами, придаточными предложениями, законченными суждениями). Она также оттеняет наиболее существенные слова.

Главная задача паузы — психологическая. Она нужна для того, чтобы привлечь внимание аудитории и дать ей рассмотреть говорящего, обеспечив тем самым возможность подготовиться к восприятию его речи.

Однако паузы в речи говорящего не всегда несут смысловую нагрузку. Чаще всего такие паузы возникают из-за того, что он затрудняется в поисках слова, которое наилучшим образом выразило бы его мысль. Эти паузы — свидетельства прерывистости устной речи, совершенно естественного ее свойства.

Заключение

Таким образом, каждый, кто заинтересован в успехе своего выступления, должен разбираться в том, что происходит с тоном голоса, как он изменяется, каков его интонационный рисунок при произнесении предложений.

Хороший голос необходим не только для достижения профессиональных успехов в деловой сфере, но и в повседневном общении. Людей, имеющих приятный проникновенный голос, обычно более охотно и долго слушают, чем тех, кто обладает резким пронзительным или грубым хриплым голосом.

Научиться четко, ясно, красиво говорить можно. Этому поможет техника речи - особый раздел риторики и важная сторона ораторского мастерства. Техника речи - это «совокупность умений и навыков, применяемых для оптимального звучания речи; владение приемами эффективно использовать речевой аппарат».

Техника речи является специфическим разделом риторики. Здесь, как нигде, важны упражнения и упорная, длительная практическая работа над навыками произношения.

Вести работу над техникой речи нужно начинать в школе. Во-первых, этой теме надо посвятить несколько отдельных уроков в начале курса риторики как в начальной, так и в средней школе.

Используемая литература

1. Василенко Ю.С., сост. Постановка речевого голоса. Методические рекомендации. - М., 1973
2. Гангстрем М.П., Кожевников В.А. Дыхание и речь. - В кн.: Физиология дыхания. - Л.: Наука, 1973.
3. Киселёв Е.А. Основы общей риторики. М., 2004г.
4. Речь: артикуляция и восприятие. - М.: Наука, 1965.
5. Савкова З.В. Техника звучащего слова. - М., 1988
6. Хазагеров Г.Г., Лобанов И.Б. Риторика. Учебник для вузов. М., 2006 г.