

Основи техніки мовлення

1. **Поняття техніки мовлення.**
2. **Робота над диханням.**
3. **Природні та набуті властивості голосу. Дикція як складова культури усного мовлення.**



1. Поняття техніки мовлення



Техніка мовлення - базовий розділ культури мовлення, метою якого є зробити мовлення чітким, зрозумілим, виробити виразний, гарний голос.

- **«Слово со скомканным началом подобно человеку с расплющенной головой. Слово с недоговоренным концом напоминает человека с ампутированными ногами. Выпадение отдельных звуков и слогов то же, что выбитый глаз или зуб» (К.С.Станиславский).**



- **Постановка голосу** - це розвиток голосових даних (активізація резонаторів, збільшення діапазону, розвиток сили, витривалості голосу, робота над тембром).



- **Мовленнєвий апарат:**

- 1) дихальні органи;**
- 2) пасивні органи мовлення зуби, тверде піднебіння, гортань, задня стінка глотки (зів),**
- 3) активні органи мовлення (губи, язик, щелепи, м'яке піднебіння, голосові зв'язки);**
- 4) мозок.**





- Для розвитку органів мовлення необхідно займатися артикуляційної гімнастикою, з її допомогою виробляється гнучкість і рухливість мовного апарату й окремих м'язів.



- **Робота над диханням**



Розрізняють 4 типи дихання:

- **ключичне** (плечове) - наповнюються повітрям верхні сегменти легенів, які знаходяться під ключицями;
- **грудне** (реберне) - вдих виробляється за рахунок підйому верхньої частини грудей;
- **діафрагмове** (черевне) - на вдиху збільшується живіт;
- **реберно-діафрагмове** - найбільш корисний для мовного процесу тип дихання, при якому працюють міжреберні м'язи, діафрагма, косі м'язи живота. Цей тип дихання називають ще фонаційним.



Характеристики фонаційного дихання:

- **Активність**, пов'язана з тим, що дихання служить енергетичною базою нашої мови.
- **Організований видих**. При звичайному диханні ми не дбаємо про те, як відбувається видих, куди він спрямований. Фонаційне дихання пов'язане з виникненням і поширенням звуку, отже, видих повинен бути організований, струмінь повітря, що видихається повинен "фокусуватися" в одній точці.



- **Розподіл видиху** - вміння свідомо ділити весь обсяг повітря, що видихається, на рівномірні відтинки - порції.

Ритм фонаційного дихання відрізняється від звичного: вдих - пауза - видих. Вдих у 10-15 разів коротший видиху. За добре тренованого дихання видих легко можна розподілити на 25 - 30 порцій, і кожне слово є повнозвучним.



Добір повітря в процесі мовлення.

Потрібно навчитися швидко, енергійно, а головне непомітно для слухачів підхоплювати нову порцію повітря, поповнювати його запас у кожній зручній паузі.



- Постановка мовного дихання зводиться до розвитку і вдосконалення фонаційного типу дихання. Для оволодіння ним потрібно натренувати всі м'язи, які беруть участь у дихальному процесі, і перш за все м'язи "мовного поясу" - м'язи діафрагми, а також дихальні м'язи грудної клітини - міжреберні м'язи.



- **Природні та набуті властивості голосу. Дикція як складова культури усного мовлення.**



- **Виховати, поставити голос** - це означає розвинути і зміцнити всі голосові дані, відпущені людині природою - обсяг, силу і звучність голосу.



- Коливання, які виникають у **резонаторах** (порожнинах) сприяють появі додаткових звуків (обертонів), які підсилюють основний звук і надають йому особливого забарвлення - **тембр**.



- **Тренуванням верхніх резонаторів розвивають властивості голосу: дзвінкість, зібраність, свобода, політ, стійкість, рухливість, широта діапазону, витривалість, адаптивність, сугестивність.**



- **Дзвінкість голосу**, яка з'являється тоді, коли голос резонує в передній частині ротової порожнини. При глухому голосі звук ніби загнаний углиб, він формується біля заднього м'якого піднебіння.



- **Зібраність звуку** - це концентрація звуку біля зубів, що не допускає розповзання звуку, яке шкодить чіткості звучання.
- **Свобода звуку** вимагає усунення напруги голосового апарату. Потрібно стежити, щоб не було мускульних затисків. У ротовій порожнині необхідне вільне розмикання, слід достатньо відкривати рота.



- **Політ голосу**, тобто його здатність поширюватись як можна далі. Політ - це результат зібраності звуку.
- **Стійкість голосу** - це його здатність звучати рівно, не коливатися, не дрижати.
- **Рухливість** - властивість голосу точно передавати думки і почуття, змінювати силу звуку, висоту й тембр.



- **Діапазон** - висотний обсяг голосу. Зазвичай у нормальний діапазон входять півтори, зрідка - дві октави. Але людина говорить на трьох - чотирьох нотах. Граничного підвищення або зниження тону можна домогтися спеціальними вправами.



- **Витривалість** - висока працездатність, стійкість голосу, що забезпечується заходами з гігієни голосу.
- **Адаптивність** - здатність голосу пристосуватися до акустичних умов (зміна динаміки, тембру і мелодики).
- **Сугестивність** - здатність голосу вселяти емоції і впливати на поведінку адресата мовлення незалежно від змісту вимовлених слів.



Як виробити необхідні голосові якості?

- **1 етап роботи над голосом** - створення найкращих умов для вільного звучання. Для цього необхідно зняти зайве м'язове напруження в ділянці гортані, де розташовані голосові зв'язки, і плечового пояса.



- **2 етап** - пошук такого природного звучання, яке є для кожного з нас максимально зручним, виникає легко, без всяких м'язових зусиль.



- **Дикція** - чіткість і ясність вимови, чистота кожного звуку, а також слів та фраз у цілому. Погана дикція, ковтання окремих звуків і навіть частин слів, недбалість мовлення ускладнюють розуміння вимовного тексту.



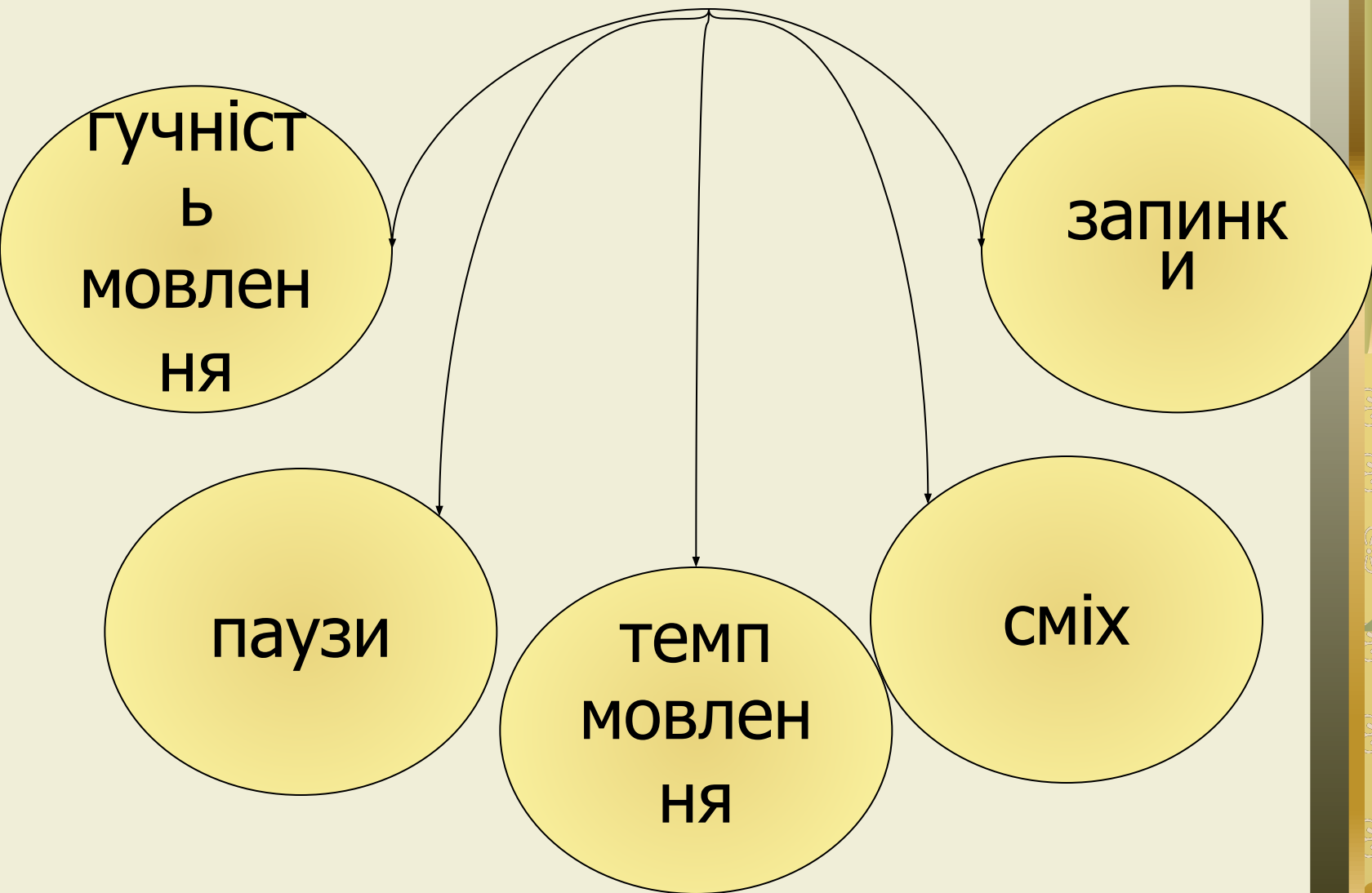
- Ясна, чітка дикція - обов'язкова умова гарного мовлення. Говорити потрібно ясно, привчаючись вільно відкривати рот, що є важливою умовою формування звуку і його "польоту". Гарна дикція готує мовний апарат до говоріння, робить звичною точну артикуляцію всіх звуків мови, допомагає доносити смислове звучання слова, його виразність і красу.



- **Екстралінгвістичні особливості мовлення виходять за межі лінгвістики, оскільки характеризують уже не голос, а звучання мовлення.**



ЕКСТРАЛІНГВІСТИЧНІ НЕВЕРБАЛЬНІ ЗАСОБИ ВПЛИВУ



- **Невербальні засоби спілкування.**



ОПТИКО-КІНЕТИЧНІ НЕВЕРБАЛЬНІ ЗАСОБИ ВПЛИВУ

