17.04.2020 года

Тема: «Сценическая речь. Интонирование звуков. Упражнение «Колокол» Педагог: Ребята! Каждое занятие по «Сценической речи» начинаем с упражнений по технике речи. Выдающийся методист М. А. Рыбникова писала, что в системе работы над выразительным чтением необходимо выделять время для специальных упражнений техникой произношения.

 В технику речи входят дыхание, голос, дикция, орфоэпия.

Правильное дыхание – это дыхание свободное (лишённое всякого напряжения), глубокое, незаметное, автоматически подчинённое воле чтеца. Хорошее дыхание обеспечивается при соблюдении следующих требований:

1) Вдыхать глубоко носом и ртом; 2)вдыхать бесшумно; 3)пополнять запас воздуха при малейшей возможности (и незаметно!); 4) не задерживать дыхания в паузах; 5) не расходовать весь запас воздуха.

Упражнения для развития диафрагмального – рёберного дыхания:

1. Встать. Плечи развернуть, голову держать прямо. Одну руку положить на диафрагму, другую - на рёбра. Глубокий вдох на счёт «раз» (про себя), задержка дыхания и выдох с плавным счётом от1 до 5 (вслух).

2. И. п. то же. Насчёт 1-2 (про себя) – глубокий вдох, на счёт «раз» задержка дыхания и на выдохе плавный счёт вслух от 1 до 10. Затем добрать воздух и продолжать счёт до 15, ещё добрать и считать до 20. Затем до 25 и 30. Считать надо стараться ровно, спокойно, не снижая голоса, так, чтобы в лёгких всегда оставался запас воздуха.

3. И.п. то же. Глубокий вдох на счёт от 1 до3 (про себя)) , задержка воздуха на счёт «раз» (про себя), медленный, плавный выдох на звук «ф», «с», «ш» (звуки надо произносить сначала каждый в отдельности, затем все вместе).

4. Полностью выдохнуть воздух. Не дышать в течение нескольких секунд. Затем наполнить лёгкие воздухом, но не за один вдох. А за несколько коротких активных вдохов. После каждого из таких коротких вдохов делать небольшую остановку, не вдыхая и не выдыхая. Когда лёгкие будут наполнены, задержать воздух, проследив, чтобы грудная клетка была полностью расширена. После этого сделать спокойный выдох.

Это упражнение очень полезно для тренировки диафрагмы и других дыхательных органов. Когда делается вдох, несколько раз добирая воздух, постепенно вырабатывается чувство опоры дыхания.

5. «Цветочный магазин» Делая вдох надо представить себе, что нюхаешь цветок. Выдох медленный, плавный. Упражнение выполняется 3 -4 раза.

6. «Свеча». Взять узкую полоску бумаги и, представив себе, что это свеча, дуть на неё. Выдыхаемая струя воздуха должна быть без резких колебаний – бумажка контролирует ровность выдоха. Вариант этого упражнения: задуть 3, 5,… 10 воображаемых свечей на одном выдохе или медленно выдыхая на каждую свечу.

7. «Поймай комара». Руки раздвинуты в стороны – делается вдох; сдвигаются постепенно вперёд ладонями друг к другу – делается выдох.

8. «На берегу моря». Закройте глаза, представьте, что находитесь на берегу моря. Слышите равномерный шум набегающих валов. Вы с наслаждением вдыхаете свежий морской воздух. Дышится ровно, глубоко.

Упражнения на постановку голоса «Колокол»:

1. Сесть, плечи развернуть, голову держать прямо. Сделав глубокий вдох произнести плавно и протяжно поочерёдно согласные звуки м, л, н: ммм…ллл…ннн…

2. И.п. то же. К согласным звукам м,л, н, поочерёдно прибавить гласные и, э, а, о, у, ы и произнести плавно и протяжно:

мми, ммэ, мма, ммо, мму, ммы;

лли, ллэ, лла, лло, ллу, ллы;

нни, ннэ, нна, нно, нну, нны.

Эти звуки могут быть заменены счётом от 1 до 10.

Упражнения выполняются с постепенным усилением голоса: сначала тихо, затем громче, громко, и наоборот, с постепенным ослаблением голоса: громче, тише, тихо.

 3. И.п. то же. Произнести звуки Бим, Бом: делая короткие паузы между ними. Сначала произнести равномерно, затем - убыстряя к концу, в третий раз - замедляя.

 4. а) просчитать на одной высоте от 1 до 10. Затем – повышая голос, а потом понижая;

 б) просчитать от 1 до 10, начиная тихо, кончая громко, и наоборот. Повторить это упражнение с наклонами. Начиная от пола: «Бим»- корпус и руки в правую сторону, «Бом»- в левую. Заканчиваем упражнение на самой высокой ноте голоса, постепенно и тело «От пола» и звук «От низкого и тихого» переходит с плавными покачиваниями в право и влево доходит до высшей точки: «Руки над головой» и «Самый высокий и громкий звук»

Контрольное занятие будет проходить после каникулярного времени.

Спасибо за внимание! Берегите свое здоровье!

Педагог д\о Москалева О.А.