

## **Здравствуйте, Юные Организаторы, сегодня мы будем работать над дыханием и голосом!**

Упражнения по сценической речи будут в обязательном порядке включать в себя правильное дыхание. Этот прием в ораторском искусстве имеет огромное значение. Тот, кто произносит важную речь перед аудиторией, не может позволить себе вдыхать воздух посредством рта. Это может привести к тому, что он собьется, из-за чего человек не сможет соблюдать интонацию и правильно расставлять акценты. Для работы над голосом ребенку нужно будет регулярно выполнять следующие специальные упражнения:

1. Дышать носом с открытым ртом на протяжении трех-пяти минут.
2. Положить сразу две руки на солнечное сплетение. Сделать глубокий медленный вдох (задержаться в таком состоянии на 3-4 секунды). При этом руки почувствуют, как живот поднимается, наполняется воздухом, а после опустится назад. Такое колебание должно быть хорошо выраженным. Если ребенок ничего не ощущает, то во время вдоха ему следует наклонить свое тело немного вперед. Со временем манипуляцию по втягиванию воздуха нужно будет увеличивать по длительности.
3. Упражнения для улучшения грудного дыхания. Для этого нужно сделать глубокий вдох, как словно вдыхая аромат цветов, после сделать медленный выдох с втягиванием живота. Это упражнение содействует свободной плавной речи. Короткий вдох и длительный выдох помогут улучшить грудное дыхание. После того как такое упражнение будет выполняться просто и быстро, на выдохе следует начать произносить длинные фразы.

Такие занятия довольно просты и прекрасно подойдут при развитии сценической речи для детей. Проводить их следует каждый день, и вскоре появится возможность произносить длинные фразы без заминок и сбоя дыхания.

## **Техника проведения**

Для проведения упражнения "Язык без костей" следует воспользоваться простым зеркалом. Для этого нужно встать перед ним и начать простую разминку:

1. Немного открыть рот. Концом языка начать выполнять круговые движения в разные стороны. Следует провести 10 вращений по часовой, а после против часовой стрелки.
2. Далее широко открыть полость рта, полностью высунуть язык и осторожно приподнять его боковые стороны вверх. При этом должно образоваться подобие трубочки. Далее следует начать пытаться двигать сложенным языком, подуть в него.
3. Языком очистить поверхность нижнего и верхнего зубного ряда. Попытаться повторить такое упражнение с закрытым и открытым ртом.

Аккуратные покусывания языка помогут немного ослабить напряженность такой мышцы. Упражнения следует повторять перед выступлением, в этом случае речь будет четкой и хорошо понятной.

## Упражнение

### 1. Артикуляция звуков «Ш - Ж»

- Шар - жар, ваш - важный, шутка - жутко, ширь - жир, жить - шить.
- Жужжит жужелица, жужжит, кружится. Вожжи из кожи в хомут вхожи.

### 2. Артикуляция звуков «К - Г, Х»

- Качели - газели, кол - гол, кость - гость, код - год, кнут - гнут, клуб - глуп, Кеша - Геша.
- Идет с козой косою козел. Краб крабу сделал грабли, подарил грабли крабу: грабь граблями гравий, краб!

### 3. Отработка звука «Ц»

- Цапля - сабля, цок - сок, цель - сель, цвет - свет, цирк - сыр, улица - лиса.
- Молодец против овец, а против молодца сам овца. Цапля чахла, цапля сохла.

### 4. Произнесите сначала медленно, затем быстрее:

Тлз, джр, врж, мкртч, кпт, кфт, кшт, кст, ктц, кжда, кждэ, кждо, кжду, кшта, кштэ, кшту, кшто.

### 5. Произнесите сначала медленно, затем быстрее:

Бодрствовать, мудрствовать, постскриптум, взбадривать, трансплантация, сверхзвуковой, всклокочен, контрпрорыв, пункт взрыва, протестантство, взбудоражить, сверхвстревоженный, попасть в ствол, ведомство, брендспойт, витийствовать, философствовать, монстр, горазд всхрапнуть.

### 6. Тренировка произношения согласных:

- К Кларе, к кому, к горлу, к гастролям, к Гале, к Кате, к Киеву, к концу, к городу, отдаленный, ввязаться, отдать, разжигать, отдушина, изжить, без шубы, безжалостный, бессмертие, восстановить, подтвердить, оттолкнуть.
- Верх — вверх, ведение — введение, толкнуть — оттолкнуть, держать — поддержать, тащить — оттащить, водный — вводный, сорить — ссорить.

### 7. Отработка сочетаний звуков в форме игры:

- Забивайте гвозди: Гбду! Гбдо! Гбдэ! Гбды! Гбда! Гбди! Гбде!
- Имитируйте лошадиный топот: Птку! Птко! Птка! Пткы! Пткэ! Птки!
- Бросайте воображаемые тарелки партнеру: Кчку! Кчко! Кчкэ! Кчка! Кчкы! Кчки!

### 8. Произнесите фразы сначала медленно, затем быстро:

В тот час тут пел дрозд. В тот год тут был град. Дуб был стар. Всем люб был Петр. Вмиг клуб полн. Мох скрыл гриб. Дед стал стар. Ваш гость взял трость. Волн всплеск — брызг блеск! Сто верст вскачь.

### 9. Отработка звуков:

- Купи кипу пик, пик кипу купи. Купи кипу пуха, кипу пуха купи.
- Волховал волхв в хлеву с волхвами.
- Рододендроны из дендрария даны родителями.
- Брит Клим брат, брит Глеб брат, брат Игнат бородат.
- Карл клал лук на ларь, Клара крала лук с ларя.
- Сшит колпак, да не по-колпаковски; вылит колокол, да не по-колоколовски. Надо колпак переколпаковать, перевыколпаковать, надо колокол переколоколовать, перевыколоколовать.
- Интервьюер интервента интервьюировал.
- Разнервничавшийся конституционалист был обнаружен ассимилировавшимся в Константинополе.
- Четверть четверика гороха без червоточинки.
- Яшма в замше замшела.

## 10. Повторите медленно, а затем быстро сложные слова:

- (В, ш) - воспользовавшемся
- (К) - мелкокалиберными
- (П, в) - опубликовывать
- (П, р) - опосредованному субсидированию
- (Р, т, с) - территориальная целостность
- (Р, т) - проиллюстрировала
- (Р, в) - ревербератор
- (С, ф) - средств
- (Ч, в) - четырехсотдолларового
- (Ч, ф, р) - фантазмагорический

Предлагаю упражнения по ссылке <https://cloud.mail.ru/public/ijar/pjZXXbAvb>