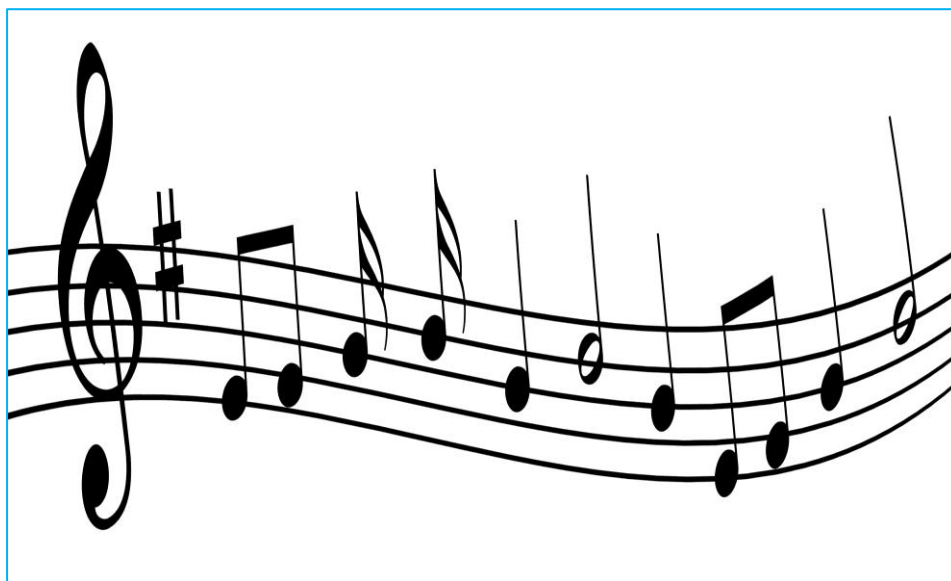


*Муниципальное автономное учреждение  
дополнительного образования «Центр «Поиск»*

# Артикуляционный аппарат, ДИКЦИЯ.



*Составил  
руководитель творческого объединения «Мечтатели»  
Патраков А.Н.*

*с.Саранпауль, 2019 год.*

## *Артикуляционный аппарат, дикция.*

Наше слово, обращенное к аудитории либо в речи, либо в пении, должно быть четким по произношению, выразительным и достаточно громким, чтобы слышали в последнем ряду зрительного зала.

Необходима хорошая дикция, то есть четкое, ясное произношение слов. Чтобы добиться хороших результатов, надо работать над усовершенствованием артикуляционного аппарата, разрабатывать его технические возможности.

**Артикуляционный аппарат** - это часть голосового аппарата, формирующая звуки речи, а органы, входящие в его состав - артикуляционные органы. Работа этих органов, направленная на создание звуков речи (гласных, согласных) называется артикуляцией.

К артикуляционному аппарату относятся: ротовая полость (щеки, губы, зубы, язык, челюсти, небо), глотка, гортань. Надо помнить, что ротовая полость - это очень важный резонатор (подвижный резонатор), от "архитектуры" которого зависит качество звука.

Первое условие работы артикуляционного аппарата - естественность и активность. Добиваться активной естественности можно через снятие различных зажатий и стимуляции четкой работы различных мышц и органов. Конечно очень просто сказать: "снятие зажатий", - но ведь их надо сначала обнаружить и только после длительной работы перед зеркалом и с постоянным *вниманием*, эти недостатки начнут исчезать. В этой работе нам помогут простейшие упражнения.

Активная естественность или активная свобода - это нормальная жизненная манера (но не манерность!) произношения звуков, чуть-чуть утрированная, активизированная с расчетом "на последний ряд зрительного зала". Активизация не должна создавать новых зажатий. Она возникает через удобство, естественность и свободу. Даже Карузо говорил: "Плох тот певец, который думает петь с зажатой челюстью". Эта фраза говорит о том, как ценил большой мастер гармонию и естество в процессе творчества. Зеркало - большой помощник в работе над приобретением этой гармонии и естества, так как многие зажатия отражаются не только в звуке, но и на лице поющего и говорящего. Вот упражнения вам в помощь.

1. *Рассмотрим анатомию своего рта. Взгляните в зеркало. Лицо спокойное. Обратите внимание на естественную форму губ. Теперь попробуйте их активизировать: пошлепать губами, собрать их в трубочку, поднять верхнюю губу, открыть верхние зубы. Откройте рот. Посмотрите, какая у него красивая форма, как спокойно в нижней челюсти лежит язык. У корня языка рассмотрите свод, маленький язычок, попробуйте его подобрать, освободив глотку. Попробуйте зевнуть, почувствовать мягкое небо, ведь от верхних зубов идет твердое небо, а затем мягкое, подвижное небо и маленький язычок.*

2. *Для активизации языка. Пошевелите языком из стороны в сторону, вперед, назад, вправо, влево, круговые обороты в обе стороны, "винтиком",*

"трубочкой". Высуньте кончик языка и быстро-быстро перемещайте его из угла в угол рта.

3. Почувствуйте кончик языка, он активный и твердый, как молоточек. (В этом вам поможет воображение). Побейте кончиком языка по зубам изнутри, как будто (беззвучно) говорите: да-да-да-да. Хорошо в этот момент представить себе "высокое небо" и объемный рот.

Энергично произнесите: Т-Д, Т-Д, Т-Д.

4. "Внутренним взглядом" осмотрите полость рта, естественное положение языка, который спокойно лежит в нижней челюсти, его кончик касается внутренней поверхности нижних зубов у самого их корня. Наверху - "высокое небо". Корень языка спокоен, опущен, поэтому гортань спокойная, свободная. "Послушайте" и запомните эти ощущения. Если не получается сразу все почувствовать, то возьмите зеркало, посмотрите, а потом представляйте себе строение рта, как будто вы смотрите в зеркало. Педагоги-вокалисты заметили, что когда язык лежит горбом, то он подтягивает и напрягает гортань, нарушая спокойствие и гармонию в пении. Насильно укладывать язык не стоит, полезно с помощью зеркала зафиксировать этот дефект, почувствовать его и поискать комфортное положение и состояние. Здесь помогут глаза и внимание.

5. Чтобы освободить язык и гортань выполните такое задание: быстрый, короткий и глубокий вдох носом, затем полностью выдохнуть через рот. Выдох резкий, как "выброс" воздуха со звуком "ФУ" (щеки "оппадают").

А чтобы укрепить мышцы гортани, энергично произнесите: К-Г, К-Г, К-Г.

6. Чтобы активизировать мышцы губ, надуйте щеки, сбросьте воздух резким "хлопком" через сжатые (собранные в "пучок") губы.

Энергично произнесите: П-Б, П-Б, П-Б.

7. Это упражнение для освобождения нижней челюсти. Просто откройте рот, подвигайте челюстью в стороны, почувствуйте свободу этого движения. Делайте его перед зеркалом, пока не почувствуете легкую усталость. Нижняя челюсть должна быть свободной, но не приоткрытой. Тяжелая, болтающаяся нижняя челюсть бьет по гортани, делает звук бесформенным, артикуляцию переукрупненной.

8. Челюсти не должны быть зажаты. Постучите мелко, дробно передними зубами, как в ознобе. Чтобы случайно не возникли новые зажатия, пока вы старательно выполняете эти разные действия, контролируйте себя с помощью зеркала. Ваше лицо (лоб, брови, глаза) должно быть спокойно, без гримас страдания, напряжения и старания. Привыкайте к наблюдению за своим лицом. Проследите, какое из этих заданий вам доставило трудности, в каком вы почувствовали дискомфорт, напряжение или увидели мученическую гримасу в зеркале. Движение (лучше сказать - усилие), доставившее вам неудобство, нужно повторить много раз; многократным, контролируемым, сознательным повторением неудобного движения вы добьетесь желаемого результата. Обратите внимание, что в работе над дыханием ставится неперемное условие - не

уставать, а в работе с артикуляционными органами - повтор до легкой усталости. Эти легкие упражнения развивают, совершенствуют ваш артикуляционный аппарат. Простое рассматривание процессов в зеркале дает информацию для памяти и воображения. Очень часто бывает так, что само слово

"упражнение" вызывает у человека зажатие, потерю естественности, какой-то тормоз, неверный психологический настрой, особенно у начинающих. Однако у людей привыкших к регулярной работе, слово "упражнение" вызывает рабочее, активное состояние. Я говорю человеку: "Вообразите, что вы дуете на свечу", - и человек очень органично производит это действие, подключая и воображение. Если, работая с начинающим, я перед этой фразой скажу: "Сделаем упражнение", - то неопытный начинающий мгновенно теряет естественность, запирает дыхание, делает немыслимые паузы, невероятно напрягает губы и т.п. Надо учиться быстро входить в рабочее состояние, учиться подключать воображение, чтобы имитировать любое действие, образ, учиться концентрировать внимание на самых мелких движениях, ощущениях, процессах.

9. Возьмите любое стихотворение или отрывок в прозе, которые вы знаете наизусть. Прочитайте его для себя перед зеркалом. Проследите за своим лицом, ртом, глазами во время чтения. Послушайте звучание своего голоса. Критерий оценки - эстетическое восприятие, естественность, гармония во всех проявлениях, комфортность физического и психологического состояния. Очень часто для начинающих работа перед зеркалом - это настоящее испытание, так как интуитивно у каждого есть осознание своей неполноценности. Вы должны найти в этой работе комфортность, понравиться себе в зеркале. Очень важно справиться с этим комплексом. В.Барсова советует: "Перед разучиванием музыкального произведения обязательно несколько раз прочитать словесный текст, лучше перед зеркалом". Существует правило: перед произнесением любой фразы, звука обязательно берите дыхание и направляйте его к корням верхних зубов, в твердое небо. (В шутку представьте себя кроликом, грызущим морковь своими передними зубами. Такую же активность в области передних зубов должны ощутить вы в момент произношения текстов, звуков). С того момента, как вы занялись постановкой голоса, все звуки должны быть на дыхании и в позиции, причем это условие для всей жизни, даже для бытовой речи.

10. Работайте над навыком брать дыхание перед новой фразой. Читая стихотворение или отрывок, сознательно берите дыхание перед каждой фразой. Берите как умеете, но обязательно берите, привыкайте брать сознательно, не забывайте о нем, ведь дыхание необходимо и для звучания голоса, и как средство выразительности, значит его необходимо брать не только в начале фразы, но и на знаках препинания. (Это касается и литературного, и музыкального текста). Следите, чтобы дыхание было не

шумным, ведь любые призвуки мешают воспринимать текст. Запомните два правила:

1) В начале фразы губы должны быть слегка разомкнуты, чтобы не запаздывать с началом звука, не производить призвуки (ya, уэ, yo) и не "причмокивать".

2) Закрывать рот следует после окончания звука, иначе получается его "съедание" и звучит "М" на конце фразы.

11. Проследите, на какое произношение, громкое или тихое, вам нужно больше дыхания. Убеждена, что вы сразу поймете, что для громкого произношения потребуется больше воздуха (основательнее вдох), а тихая речь потребует меньшего объема дыхания, но большего контроля за его выдохом, концентрации, активности. Тихую речь тоже должны услышать ваши будущие слушатели.

12. Стихотворение или прозу читайте, утрированно произнося текст. Это хорошая гимнастика для аппарата. Утрированность снимается - активность остается. Утрированное произношение в классе - в зале прозвучит четко, ярко, однако утрированное произношение не должно приводить к зажатию челюстей, гортани, языка, губ. Надо всегда помнить, что согласные должны произноситься активно, мгновенно, четко и легко. Они не должны разбивать поток гласных, которые в пении переходят одна в другую. Утяжеление и укрупнение согласных дает зажатие аппарата. Очень сомнительна рекомендация "удесятерения" согласных при произношении, особенно в пении.

13. Чтобы отработать манеру произнесения гласных ровным потоком (континуальным) и четкого, мгновенного произношения согласных в этом потоке, надо стихотворение прочитать (протянуть) на одних гласных:

белеет парус одинокий

e-ee - a -y -o- и-о-ии

Послушайте этот ровный, красивый поток гласных. Затем в этот поток "вставьте" быстрые, четкие и легкие согласные, стараясь не нарушить ровность и красоту потока гласных. При этом надо следить, чтобы слово оставалось близким (на зубах), гортань - свободной, дыхание - активным. Это же упражнение надо делать и перед пением произведения сначала только с литературным текстом, а потом и с музыкой. Пение произведения на одних гласных дает хорошую кантилену.

14. Очень хороши для тренировки скороговорки. Читать скороговорки надо сначала медленно, постепенно убыстряя, по мере успешного совершенствования. Следить за ритмичностью произношения. Не забывать темп, дикцию.

а) На дворе трава, на траве дрова.

Не руби дрова на траве двора.

б) Шит колпак не по колпаповски,

Надо его переколпаковать.



*в) Ты, сверчок сверчи, сверчи,  
Сверчатъ сверчаток научи.*

*г) Шла Саша по шоссе и сосала сушку.*

*д) Ехал грек через реку, видит грек в реке рак.  
Сунул грек руку в реку, рак за руку грека цап.*

*е) Свил паук себе гамак в уголке, на потолке,  
Чтобы мухи, просто так, покачались в гамаке.*

*ж) Бык тупогуб, тупогубенький бычок.*

*15. Педагог Витт рекомендует обращать особо внимание на резкое подчеркивание в словах окончаний, это улучшает дикцию, но опять-таки надо помнить правило: согласные не крупнить не тяжелить, а активизировать.*

*16. Вялое произношение приводит к затягиванию темпов, особенно в пении.*

*17. Если у вас не благополучно с какими-то звуками, то возьмите любой словарь, откройте его на той букве, которая вас затрудняет при произношении и, не торопясь, читайте подряд все слова, вслушиваясь в трудный для вас звук. Многократное контролируемое произношение звука изменяет ситуацию к лучшему. Хорошо к этой работе подключить магнитофон. Словарь помогает не тратить внимание на придумывание слов с нужной вам буквой (звуком).*

*18. Для развития акустических и тембральных свойств голоса необходимо развивать мышцы глотки, языка, выявлять резонирующие свойства организма. Произнесите беззвучно А-Э-О, стараясь шире раскрыть полость зева, а не рот. Повторите 10 раз.*

После всех этих советов и упражнений делаем вывод, подводим итог:

*а) В работе с артикуляционным аппаратом важна тренировка, сознательный контроль, внимание.*

*б) Очень важна работа с зеркалом.*

*с) В работе над "активной свободой" надо быть к себе очень требовательным, чтобы не пропустить никаких зажатий типа "кривого рта", "бровей домиком" или "вытаращенные глаза".*

*д) При тренировке артикуляционного аппарата требуются многочисленные повторы неудобных движений до ощущения комфорта. Не надо бояться усталости мышц, но надо избегать новых зажатий.*

*е) Очень важно и полезно слушать записи хороших исполнителей, так как слуховое восприятие улучшает осознание мышечных ощущений.*