

# СЦЕНИЧЕСКАЯ РЕЧЬ. УПРАЖНЕНИЯ




## Сценическая речь — одно из основных средств выразительности актёра.



Через мастерство речи актёр передаёт зрителю внутренний мир, социальные, психологические, бытовые, национальные особенности характера персонажа.

Для этого артисту нужно владеть техникой, которая связана с:

- ✓ Звучностью голоса
- ✓ Громкостью голоса
- ✓ Развитием дыхания
- ✓ Дикцией (чёткостью и ясностью произношения)
- ✓ Интонационной выразительностью



Навыки сценической речи оттачивали актёры ещё в Древней Греции. Известный оратор Демосфен много времени посвящал занятиям красноречием, но говорил он невнятно, за что частенько подвергался насмешкам. Совсем отчаявшись, он обратился к своему другу – известному актёру театра. Тот прочитал ему отрывок из произведения Софокла настолько выразительно и живо, что Демосфен понял – важна не только речь, но и произношение, тембр и сила голоса.



**Этими качествами Демосфен, к сожалению, не обладал. У него был слабый голос, он шепелявил и прерывисто дышал.**



Оратор начал работать над своими недостатками. Он произносил речи, стоя на краю скалы у моря, преодолевая шум моря и порывы ветра.

Во рту Демосфен держал мелкие камушки, проговаривал без вдоха длинные фразы и целые предложения.

Несколько месяцев он спускался в пещеру и там разговаривал, слушая свой голос.



**Занятия дали результат. Сегодня мы говорим о Демосфене как о величайшем ораторе античного мира.**

Развить свой голос может каждый!  
Для этого нужно желание и регулярные  
тренировки!



***ТЕАТРАЛЬНЫЙ ПРИНЦИП  
ТРЕНИРОВОК ТАКОВ: СДЕЛАТЬ  
СЛОЖНОЕ ПРИВЫЧНЫМ,  
ПРИВЫЧНОЕ – ЛЕГКИМ,  
ЛЕГКОЕ СДЕЛАТЬ  
УДОВОЛЬСТВИЕМ!***

# Упражнения для постановки дыхания.



Важное умение для сценического дыхания – формирования вдоха через нос вместо привычного «хватания» воздуха ртом.

1. С открытым ртом сделайте вдох и выдох через нос. Повторите 10 раз.
2. Рука – на животе. Делаем медленный вдох, считая в уме до 4. Без задержки выдыхаем, снова считая до 4. Во время упражнения важно ощущать рукой как поднимается и опускается живот. Если эти движения едва различимы, следует наклонить корпус вперёд, положив руку на поясницу. На вдохе должно чувствоваться расширение этой области. Каждый следующий вдох-выдох увеличиваем счёт на единицу (5,6,7,...)

# Упражнения для постановки дыхания.



Оптимальным дыханием считается грудное. Но его нужно развивать.

1. Исходное положение стоя. На вдохе представляем, что нюхаем цветок. Выдох плавный со звуком «пфф», при этом нужно втягивать живот. Вдох короткий, выдох долгий.
2. Классическое упражнение. Нужно вдохнуть и на выдохе, на «одном» дыхании проговорить длинную фразу. Например,

*У лукоморья дуб зеленый;  
Златая цепь на дубе том:  
И днем и ночью кот ученый  
Всё ходит по цепи кругом.*

# Упражнения для артикуляции



Артикуляция – совокупность работ отдельных произносительных органов при образовании звуков речи.

Чем лучше развита артикуляция и артикуляционный аппарат, тем внятнее и чётче речь человека.



Проговорите негромко, но чётко артикулируя  
каждый звук в такой последовательности:



**А О У Э Ы И**

А теперь к этому звукоряду добавляйте согласные,  
стараясь постепенно увеличивать громкость голоса,  
звук направляя вперед как «снежный комочек» в игре.



БА – БО – БУ – БЭ – БЫ – БИ

ПА – ПО – ПУ – ПЭ – ПЫ – ПИ

БА -ПА - БО - ПО - БУ - ПУ - БЭ - ПЭ - БЫ - ПЫ - БИ – ПИ

СТА – СТО – СТУ –СТЭ – СТЫ – СТИ

ПТКА – ПТКО – ПТКУ – ПТКЭ – ПТКЭ – ПТКИ

ГБДА – ГБДО – ГБДУ – ГБДЭ – ГБДЫ – ГБДИ

ВРПА – ВРПО – ВРПУ – ВРПЭ – ВРПЫ – ВРПИ

# Упражнения для дикции



**Чистоговорка – произнесение скороговорки медленно, чётко артикулируя каждый звук и выделяя окончания.**

От топота копыт **пыль** по полю летит.

Добыл бобов **бобыль**.

Пакет под **поп-корн**.

Пришёл **Прокоп** — кипит **укроп**, ушёл **Прокоп** — кипит **укроп**.

Как при **Прокопе** кипит **укроп**, и так и без **Прокопа** кипит **укроп**.

**Стоит поп** на копне, **колпак** на попе, **копна** под **попом**,

**поп** под **колпаком**.

# Сценическая речь и актёрское мастерство неразрывно связаны.



Прочитайте стихотворение со следующего слайда громко, чётко, «посылая звук» вперёд со следующими актёрскими задачами:

- Ребёнок, который только учиться говорить;
- Судья читает приговор
- Рассказываете страшилку
- Пытаетесь незаметно подсказать однокласснику
- Стесняетесь выступить
- Расскажите стих так, как будто ругаете кого-то

# Агния Барто Смешной цветок



Смешной цветок поставлен в вазу!

Его не полили ни разу,

Ему не нужно влаги,

Он сделан из бумаги.

А почему такой он важный?

А потому, что он бумажный.