

Национальный Исследовательский
Томский Политехнический Университет



РЕЧЕВАЯ КУЛЬТУРА ПРЕПОДАВАТЕЛЯ ВЫСШЕЙ ШКОЛЫ

Практика 1. Культура устной речи

Владимирова Татьяна Леонидовна
кандидат филологических наук,
доцент кафедры инженерной педагогики ИСПК



План

1. Подготовка к выступлению
2. Речевое дыхание
3. Элементы голоса
4. Паузирование, логическое ударение
5. Практикум



Устная речь

Речь в профессиональной сфере:

- не только **средство** общения и самовыражения,
- **инструмент** управления, идеологического, мотивационного и практического воздействия.



Как справиться с волнением?

- 1. Настрой**
- 2. Тренировка дыхания**
- 3. Упражнения для снятия напряжения**
- 4. Подготовка к выступлению**
- 5. Практика**



Тренировка дыхания

- Тренировка дыхания – необходимое условие для звучного, гибкого, красивого голоса.
- Жалобы выступающих: голос «подводит» – появляются сип, хрипота, начинает першить в горле, голос «садится» к концу выступления.
- Исправить положение может совершенствование речевой техники.



Как и где практиковаться?

- Используйте любую возможность для совершенствования навыков публичного выступления: в беседах с друзьями, знакомыми, коллегами, партнерами.
- Где бы вы ни находились, репетируйте, проговаривайте то, что вы хотите сказать.
- Чем чаще вы будете это делать, тем увереннее будете чувствовать себя, когда придет время выступить публично.



Эффективное упражнение

- Громко читайте текст вслух, бросая время от времени взгляды на воображаемых слушателей.
- Добивайтесь с помощью контакта глаз с воображаемой публикой ощущения свободной речи. При этом вы систематически мгновенно читаете, забегая вперед, небольшие отрывки и сохраняете их в памяти.
- Это лучшее упражнение для подготовки речевого мышления, при котором мысли немного опережают слова.



Восприятие информации

- Как выглядим (зрительный канал) – 60 %
- Как говорим (слуховой канал) – 30 %
- Что говорим (содержание) – 10 %



Внешний вид

- не допускать дисбаланса между тем, что вы говорите, и тем, как вы выглядите,
- не думать о том, как вы выглядите в глазах слушателей,
- сконцентрироваться на выполнении поставленных задач, на достижении цели выступления,
- думающий о деле забывает бояться.



Как одеться?

Одежда и обувь не должны доставлять внутренний дискомфорт и отвлекать внимание.

Мужчины	Женщины
средне-темный костюм	длинный рукав
светлая рубашка	юбка средней длины, не слишком узкая
элегантный выразительный галстук	цвет должен идти
чистая обувь	избегать массивных украшений



Типы дыхания

- **верхнее дыхание,**
- **грудное дыхание,**
- **диафрагмальное дыхание,**
- **диафрагмально-рёберное дыхание**
(это дыхание считается правильным, его используют как основу для речевого дыхания).



Речевое дыхание

Физиологическое дыхание	Речевое дыхание
непроизвольное	произвольное (с опытом становится непроизвольным)
через нос	через рот
вдох и выдох равны	выдох длиннее вдоха
вдох – выдох – пауза	короткий вдох – пауза – длинный звуковой выдох
1:1	1:10, 1:15



Упражнения для развития речевого дыхания

1. Выберите удобную позу (лёжа, сидя, стоя), положите одну руку на живот, другую – сбоку на нижнюю часть грудной клетки. Сделайте глубокий вдох через нос (живот выпячивается вперед и расширяется нижняя часть грудной клетки, что контролируется той и другой рукой). После вдоха сразу же произведите свободный, плавный выдох (живот и нижняя часть грудной клетки принимают прежнее положение).
2. Произведите короткий, спокойный вдох через нос, задержите на 2–3 секунды воздух в легких, затем произведите протяжный, плавный выдох через рот.



Упражнение «Свеча»

- Медленно дуйте на «пламя». Оно отклоняется, постарайтесь держать пламя во время выдоха в отклоненном положении.
- Вместо свечи можно взять полоску бумаги шириной 2–3 см и длиной 10 см.
- Положите левую ладонь между грудной клеткой и животом, в правую возьмите полоску бумаги, используя ее как свечку, и дуйте на нее спокойно, медленно и равномерно. Бумажка отклонится. Если выдох ровный, то она будет до конца выдоха находиться в отклоненном положении.
- Обратите внимание на движение диафрагмы – левая ладонь во время выдоха как бы «медленно погружается».



Речевой аппарат

- **губы**
- **язык**
- **челюсти**
- **зубы**
- **твёрдое и мягкое нёбо**
- **маленький язычок**
- **гортань**
- **задняя стенка глотки (зев)**
- **голосовые связки**



Основные недостатки

- Основные недостатки голоса связаны с недостаточной работой речевого аппарата: зажатая нижняя челюсть, неподвижные губы, малоподвижный язык.
- Нельзя выступать, пережевывая текст, съедая начало и концы слов, заменяя одни звуки другими или объединяя отдельные слова в одно бессмысленное сочетание.



«Читаем с карандашом»

- Карандаш или винную пробку зажимаем между передними зубами. При этом рот приоткрыт, язык не касается пробки (карандаша), зубы обнажены. Произносим те звуки, при проговаривании которых губы не включаются в движение: к, г, гь, кь, й, нь, н, ль, л, дь, д. Далее соединяем их с гласными.
- Берем любую книгу и читаем вслух несколько страниц в этом неудобном положении. Повторять необходимо ежедневно. Положительный эффект замечается быстро.



Элементы голоса

- **звучность** (громкость и сила, выразительность, фразовое (логическое) ударение);
- **темп** (скорость речи, длительность звучания, пауза);
- **высота** (низкий/высокий тон, мелодический рисунок);
- **тембр** (эмоциональная «окраска звука» или «цвет голоса», недостатки тембра: одышка, хрипота, резкость, гнусавость);
- **артикуляция** (правильное и отчетливое произношение звуков).



Совет № 1

Будьте внимательны и осторожны в произношении сочетаний *ae, ee, oe, ye* в личных формах глагола.

НЕ рекомендуется	Рекомендуется
[думаэт]	[думаит]
[знаэт]	[знаит]
[делаэт]	[делаит]
[зреэт]	[зреит]
[валнуэт]	[валнуит]



Совет № 2

Не пропускайте гласных звуков.

НЕ рекомендуется	Рекомендуется
[япшол]	[я пашол]
[ятперь]	[я типерь]
[яграл]	[я играл]
[янапсал]	[я написал]
[маястра]	[мая систра]



Совет № 3

**Не удваивайте и не утраивайте
согласные звуки.**

НЕ рекомендуется	Рекомендуется
[юннасть]	[юнасть]
[иззъящный]	[изъящный]
[иннагда]	[инагда]
[Анннам куда итти?]	[А нам куда идти?]
[Арразве вы не знаете?]	[А разве вы не знаете?]
[Асссами вы как думаете?]	[А сами вы как думаете?]



Совет № 4

Следите за тем, чтобы согласные звуки **в** и **м**, находящиеся между гласными, были хорошо слышны.

НЕ рекомендуется	Рекомендуется
[ноуму]	[новаму]
[гатоуму]	[готоваму]
[красиуму]	[красиваму]
[самамалинькаму]	[самаму малинькаму]
[саммасильнаму]	[самаму сильнаму]



Совет № 5

Старайтесь не «проглатывать» слоги.

НЕ рекомендуется	Рекомендуется
[скока]	[сколька]
[стока]	[столька]
[када]	[кагда]
[щас]	[сийчас]
[здрасьти]	[здраствуйти]



Совет № 6

Отчетливо произносите начальный согласный звук, особенно в тех случаях, когда за ним следует другой согласный.

НЕ рекомендуется	Рекомендуется
[цены звились]	[цены взвились]
[ани прашли пирёд]	[ани прашли вперёд]
[друг атварилась верь]	[вдруг атварилась дверь]
[рак стаит у варот]	[врак стаит у варот]



Совет № 7

Отчетливо произносите начальный согласный звук, особенно в тех случаях, когда за ним следует другой согласный.

НЕ рекомендуется	Рекомендуется
[цены звились]	[цены взвились]
[ани прашли пирёд]	[ани прашли вперёд]
[друг атварилась верь]	[вдруг атварилась дверь]
[рак стаит у варот]	[врак стаит у варот]



Практикум по орфоэпии

Люминесценция, концептуализация, ассоциативность, инновация, инвестиционный, ресурсоэффективность, месторождение, диссертация, энергоэффективность, полистиролбетон, аппроксимация, диффузия, дифференциал, абсорбционный, коэффициент, конгруэнтность, релятивистский, флюксметр, вольтамперометрический, адсорбированный, газораспределительный, диссертационный, сумма, инфразвукометрический, инновационный, термодинамический, трансцендентный, сжижение, рекуррентный, фибриляционный,.



Практикум

ведро	в ведро
пол-листа	полистай
голове	к голове
мех уже	мех хуже
пыль летит	полетит
вас звать	вызвать
прель листвы	прелесть вы
потащить	подтащить
по цепи	подцепи
из-за них	и за них



Паузирование

- одна из важнейших особенностей звучащей речи,
- деление звучащей фразы на более мелкие речевые отрезки,
- наличие пауз, которые естественно возникают на границах отдельных фраз,
- различное деление фразы может по-разному интерпретировать смысл предложения, например:

Казнить/нельзя помиловать;

Казнить нельзя/помиловать. Или:

Надо учиться/работать/и отдыхать;

Надо учиться работать/и отдыхать.



Как использовать паузы?

- **Перед тем как начать говорить.**
- **Для управления вниманием и усиления значения.**
- **Вместо знаков препинания.**



Смысловое ударение

С помощью чего оратор может делать смысловые ударения?

- **более медленное произнесение ключевых слов,**
- **изменение громкости в момент их произнесения,**
- **повышение или понижение интонации в процессе произношения слова,**
- **выделение паузой.**



Типы интонации

- **Восходящая (с повышением тона), или интонация незавершённости.**

Пример: *Вы закончили свой доклад?*

- **Нисходящая (с понижением тона), или интонация завершённости.**

Пример: *Благодарю за внимание и готов/а ответить на ваши вопросы.*



Прочитайте предложения с различным размещением пауз

- Как удивили | его слова | брата!
- Как удивили его | слова брата!
- Кабинет | истории московской школы № 123.
- Кабинет | истории | московской школы № 123.
- Недавно | побывавший в Австралии ученый | выступил с лекцией.
- Недавно побывавший в Австралии ученый | выступил с лекцией.
- На днях | готовившие спектакль восьмиклассники | показали свою работу.
- На днях готовившие спектакль восьмиклассники показали | свою работу.



Прочитайте предложения с различным размещением пауз

- Все школьники сидели, | спокойно слушая учителя.
- Все школьники сидели спокойно, | слушая учителя.
- Я остановился в недоумении, | оглянулся.
- Я остановился, | в недоумении оглянулся.
- Мой старший брат Коля очень любит футбол.
- Мой старший брат, | Коля, | очень любит футбол.
- Андрей встал быстро, | оделся, | позавтракал и отправился на работу.
- Андрей встал, | быстро оделся, | позавтракал и отправился на работу.



Практикум

Не спеши, | не будь тороплив в речи. | Не все понимают быструю речь. | Иной оратор, | как горох, сыплет слова, | не уследишь за его речью. || Конечно, и длинные паузы между отдельными фразами или словами утомляют слушателя, | делают его речь скучной, | утомительной. ||



Практикум

- Я еду сегодня в Новосибирск (а не мой сын).
- Я *еду* сегодня в Новосибирск (а не лечу);
- Я еду *сегодня* в Новосибирск (а не завтра);
- Я еду сегодня в *Новосибирск* (а не в Кемерово).



Интонационный рисунок

Экологическая **безопасность** | – состояние **защищенности** | природной среды и жизненно **важных** интересов человека | от возможного **негативного** воздействия | **хозяйственной** и иной **деятельности**, | чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, | **их** последствий. ||



Спасибо за внимание!