

---

## ТЕХНИКА РЕЧИ КАК ОДИН ИЗ АСПЕКТОВ ПРЕПОДАВАНИЯ ФОНЕТИКИ СТУДЕНТАМ-ИНОСТРАНЦАМ

Л.Р. Биктеева

Кафедра русского языка как иностранного и культуры речи  
Нижегородский государственный педагогический университет  
*ул. Ульянова, 1, Н. Новгород, Россия, 603950*

В статье поднимается вопрос о развитии и совершенствовании фонационного дыхания в звучащей речи, голоса как основного инструмента будущего преподавателя, а также четкости его дикции.

В речи первостепенную роль играет правильно поставленное дыхание. В состав речевого аппарата входит дыхательный отдел, обеспечивающий рече-производство, фонетическое оформление звучащей речи необходимой для этого энергией.

Дыхание принимает самое активное участие в деятельности человека. Поэтому дыхание называют началом общения, «праматерью речи и мелодии», а речевой аппарат сравнивают со скульптором, который «лепит» звуки речи из волн «движущегося воздуха».

Речевое дыхание, связанное со звукопроизводством, называется фонационным (от греч. *phono* — «звук»). Оно отличается по своему характеру от дыхания во время молчания. Если физиологическое (во время покоя) дыхание состоит из ритмически чередующихся вдоха и выдоха, приблизительно равных по длительности, то в фонационном дыхании вдох значительно короче выдоха, причем во время речи дыхание гибко подчиняется требованиям артикуляционного аппарата и гортани, которые формируют звуки русской речи, произносимые с той или иной эмоциональной нагрузкой. В зависимости от того, какой звук произносится — гласный [у], сонорный [м], согласный шумный звонкий [д] или согласный шумный глухой [к], с какой силой он должен прозвучать, определяется и количество воздуха, и необходимое давление его на голосовые связки. Вдох и выдох физиологического дыхания осуществляется в основном через нос, время вдоха и выдоха одинаково коротко.

Если дыхание нетренированное, то при длительном говорении может участиться пульс, покраснеть лицо, появится одышка. Различается четыре типа дыхания в зависимости от того, какие мышцы принимают участие в дыхательном процессе:

— ключично-плечевое (верхнее) дыхание совершается мышцами, поднимающими и опускающими плечи и самую верхнюю часть грудной клетки. Это слабое, поверхностное дыхание, при котором активно работает лишь верхняя часть легких;

— грудное дыхание осуществляется межреберными мышцами. Поперечный объем грудной клетки изменяется. Диафрагма малоподвижна, поэтому выдох недостаточно энергичен;

— диафрагмально-реберное дыхание происходит за счет изменения продольного объема грудной клетки вследствие сокращения диафрагмы (наблюдается и сокращение межреберных дыхательных мышц, но очень незначительное);

— брюшное дыхание осуществляется путем изменения объема легких в продольном и поперечном направлениях вследствие сокращения диафрагмы, межреберных дыхательных мышц и брюшных мышц живота. Данный вид используется как основа для речевого дыхания.

Дыхание важно не только для верного звучания голоса, но и для разборчивости речи, для выработки хорошей дикции. Оно одновременно дает энергию для голоса и выступает в роли регулировочного механизма, который автоматически выравнивает силу звучания всех звуков русской речи, которые по природе своей разномошны. Это можно проверить, произнося поочередно, например, гласные [а], [и]: более сильное напряжение в области диафрагмы будет ощущаться при произнесении гласного [и], потому что он забирает больше энергии, чтобы «не отстать» в громкости звучания от гласного [а]. Такое «выравнивание» звуков речи — необходимое условие ее разборчивости, создания музыкальной выразительности звучащего слова.

Любой человек самой природой наделен голосом, который при наличии специальной тренировки может стать более сильным, гибким, звучным.

Генерация звука происходит в голосовых связках, щелях, затворах в полости рта. Работа голосовых связок обеспечивает дифференциацию звуков — их разделение на тональные (гласные и сонорные) и шумные.

Основными качествами голоса считаются следующие:

— сила, зависящая от активности работы органов речевого аппарата: чем больше давление выдыхаемого воздуха через голосовую щель, тем больше сила звука;

— полетность — способность посылать голос на различные расстояния, регулировать его громкость;

— гибкость, подвижность голоса — умение легко его изменять, прежде всего по высоте.

Хорошо поставленному голосу свойственно богатство тембральной окраски. Тембр — окраска звука, яркость, индивидуальность.

Тембр — это природное свойство голоса. Он зависит от физической природы голосового аппарата, определяется всем психофизиологическим складом человека и несет индивидуальные, неповторимые тембральные признаки. Именно по тембру голоса мы узнаем человека, даже не видя, а только слыша его. Но тембр не является неизменным, неподвижным. У одного и того же человека тембр голоса меняется в зависимости от того, в каком состоянии находится говорящий: в спокойном или взволнованном, возбужденном.

Исходный тембр голоса может изменяться при помощи резонаторов, которые делятся на три типа: верхний (голосовой), средний (полости рта и носа) и нижний (грудной), в который входят трахея и бронхи.

Каждый гласный звук содержит свои, характерные для него, усиленные обертоны, так называемые форманты гласных. Каждый звук имеет две основные фор-

манты, одна из которых возникает в глоточной полости, а другая — в ротовой. При произнесении глухих согласных наблюдается только работа артикуляционного аппарата, гортань и резонаторы не принимают участия в образовании звуков. При произношении сонорных и звонких согласных в работу включаются гортань и резонаторы.

В речи гласные звуки образуют ее мелодику и при правильной их организации содействуют звучности речевого голоса.

Каждый гласный звук отдельно, а также в сочетании с различными согласными имеет свое индивидуальное звучание.

К.С. Станиславский писал, что неприятны пестрые голоса, в которых звук [а] вылетает из живота, звук [э] — из голосовой щели, [и] протискивается из сдавленного горла, звук [о] гудит точно бочка, а [у], [ы] попадают в такие места, из которых их никак не вытащить.

В процессе произношения гласных звуков гортань то поднимается ([и], [ы], [э]), то опускается ([о], [у]), то остается на среднем уровне — ([а]).

Резонаторные ощущения помогают организовать работу голосовых связок так, чтобы исходный тембр голоса, рождающийся в гортани, имел в себе те обертоны, которые вызывают резонанс в верхнем, среднем и нижнем резонаторах.

В звуках речи существует два типа тембров: звука с преобладающим музыкальным колоритом (звука определенной высоты) и звука шумового колорита, в котором ухо отказывается уловить звуковой тон. Музыкальными мы называем те звуки, в которых звук определенной высоты преобладает над сопутствующими шумовыми элементами, не анализируемыми по высоте. Музыкальные звуки создаются колебаниями голосовых связок, от числа и интенсивности колебаний зависит окрашенность звука, то есть тембр. Шумными мы называем звуки, в которых невозможно выделить основной высотный тон.

Звучность речи зависит от количества встречающихся в ней музыкальных элементов и от их длительности. В этом отношении речь отдельных людей и отдельных народов имеет свои характеристики. Есть люди, говорящие беззвучно, с малым количеством музыкальных звуков и с большим — звуков шумовых; и наоборот, люди, которые почти ноют, когда говорят.

Различают высокий речевой голос и низкий речевой голос. На практике высокий и низкий речевой голос встречается как у юношей, так и у девушек.

Высокий речевой голос определяется хорошим звучанием в верхнем и среднем регистрах и неудобством в нижнем регистре. Низкий речевой голос определяется хорошим звучанием в низком и среднем регистрах и неудобством в верхнем регистре.

Итак, речевой голос является одним из элементов речи и правильно формируется в том случае, если нет препятствий со стороны слуха, психики и речеголосообразовательных органов. Иностранцы студенты, будущие учителя русского языка, должны владеть своим голосом профессионально.

«Быть в голосе» — это значит добиться верного звучания его, без напряжения фонационных путей, когда голос переходит из одного регистра в другой, студент владеет силой, гибкостью голоса, может изменять темпоритм речи.

Дикционные недостатки делятся на органические и неорганические. Органические недостатки зависят от строения речевого аппарата, например, выдвинутая нижняя или верхняя челюсть, редко или криво поставленные зубы, длинный, толстый, неповоротливый язык, короткая уздечка языка. Органические недостатки являются причиной картавости, шепелявости, сюсюканья и т.д.

В этом случае дикционные упражнения могут лишь частично улучшить плохую дикцию. Полному ее исправлению не всегда помогает даже вмешательство медицины.

К неорганическим недостаткам относятся неправильное, нечистое произношение звуков из-за отсутствия внимания к речи. Это результат небрежного отношения к звуковой стороне языка в семье и в школе. С годами эти недостатки укореняются. К ним относятся:

1. Пассивность произносительного аппарата (вялость губ, языка, малоподвижная нижняя челюсть).
2. Неточность артикуляционных установок (дефектное произношение звуков).
3. Нарушение координации в работе артикуляционного и дыхательного аппаратов (органы артикуляции заняли необходимую позицию, однако энергия — дыхание — не подается вовремя и в необходимом количестве).
4. Нарушение координации в работе артикуляционного и голосового аппаратов (например, оглушение звонких согласных).
5. Разномощность (1) согласных и гласных, мешающая восприятию речи.
6. Нарушение фонетической структуры слова (выпадение согласных и их групп в начале, середине, конце слова и на стыке слов, выпадение гласных, слогов и даже значительной части слова из словесного комплекса).

К.С. Станиславский прибавляет к указанному списку еще ряд пунктов:

- а) голоса, по тембру не пригодные для звучания (сильные, гнусавые, слабые);
- б) скороговорка, проявляющаяся в «пробалтывании» и «проглатывании» звуков и слогов, что разрушает фонетический облик слова;
- в) искажение звучания согласных («тсяки-дзяки» (2), когда к [т]-[д] прибавляются звуки [с], [з]; ламбдацизм — произнесение [л] как — [уо]: ротацизм — недостаточная вибрация кончика языка при произнесении [р] и др.); разновидности сигматизма [ш], твердые [ч]-[ш'], «острые» и «тупые» [с]-[з]-[ц];
- г) диалектные нормы произношения;
- д) ритмия речи (нарушение норм ударения).

Малой подвижностью артикуляционных органов обуславливаются зажимы глотки, вялость корня языка, вялость кончика носа, завышенность голосового звучания у девушек, заниженность у юношей и т.п. Все эти недостатки требуют упорной, кропотливой, систематической работы по их преодолению.

Иностранцы студенты, особенно начальных курсов обучения, как правило, обладают незначительным опытом публичных выступлений и потому, слабо владея техникой речи, мало заботятся о ее дикционной четкости. Более того, стремясь скрыть возможные ошибки в русской речи, они стараются говорить нарочи-

то невятно — не разжимая зубов и губ. В результате — неприятное бормотание, искаженное произношение и гласных и согласных звуков, невразумительность речи в целом. Будущие преподаватели, переводчики, менеджеры, журналисты, дипломаты до поры до времени не задумываются над тем, что говорящий публично волей обстоятельств предстает в роли лидера, авторитет которого, в ряду других факторов, мог бы укрепиться за счет мастерства его речи.

Хорошая дикция обеспечивает два важных коммуникативных качества речи — ее правильность и выразительность.

Выразительность речи — это такое ее свойство, благодаря которому обеспечивается привлечение и удержание внимания слушателей.

Для достижения дикционной выразительности нужна безупречная работа артикуляционных органов, всего речевого аппарата: глубокое речевое дыхание, не требующее напряжения: речевой голос приятного тембра и с широким диапазоном, четкое и правильное произношение, эмоциональная интонация.

Назовем важнейшие качества функционирования речевого аппарата, обеспечивающие четкость и выразительность дикции:

1. Мышечная свобода — состояние мышц речевого аппарата, при котором отсутствует избыточное напряжение как во всем аппарате, так и в отдельных его органах в моменты функционирования.

2. Активность — свойство артикуляционных органов точно и четко выполнять артикуляционные программы отдельных звуков в потоке речи.

3. Выносливость — свойство органов речи не утомляться при нагрузках любой сложности и продолжительности.

4. Эластичность — способность органов речи принимать любое положение, заданное артикуляционными программами звуков.

5. Плавность — способность артикуляционных органов плавно, без нажимов и препятствий переходить из одного положения в другое, согласно артикуляционной заданности.

6. Синхронность — умение всех органов речевого аппарата одновременно перестраиваться на заданную программу совместно с органами фонационного дыхания и голосообразования.

7. Темпоритмическая подвижность — способность артикуляционных органов откликаться на всевозможные изменения в темпоритах без нарушения артикуляционной базы в заданной артикуляционной программе.

#### ПРИМЕЧАНИЯ

- (1) Разномощность — это произношение звуков с разной степенью громкости.
- (2) «Тсяки-дзяки» — название искаженного звучания Т-Д, используемое К.С. Станиславским.

#### ЛИТЕРАТУРА

- [1] Станиславский К.С. Работа актера над собой. — М., 1958.
- [2] Станиславский К.С. Собрание сочинений. В 8 т. — Т. 2. — М., 1954.
- [3] Станиславский К.С. Собрание сочинений. В 8 т. — Т. 3. — М., 1955.
- [4] Чистович Л.А., Кожевников В.А. Речь. Артикуляция и восприятие. — М.; Л., 1965.

**THE TECHNIQUE OF SPEECH  
AS ONE OF THE TEACHING PHONETICS ASPECTS  
FOR FOREIGN STUDENTS**

**L.R. Bikteeva**

Both Culture of speech and Russian as a foreign language department NNSPU  
*Uliyanova str., 1, N. Novgorod, Russia, 603950*

In the article the question of both development and perfection of sound respiration in speech, of voice as the main future teacher's instrument and also its distinct diction is touched upon.