

## ПАМЯТКА « Четыре простых, но эффективных упражнения для улучшения дикции»:

### 1. Улучшение дикции.

Возьмите чистую пробку от бутылки сока, зажмите между передними зубами и произнесите: «ПЕ-ПЕ-ПЕ-БЕ-БЕ-БЕ-МЕ-МЕ-МЕ».

Сделайте паузу, а затем: «ТЕ-ТЕ-ТЕ-ДЕ-ДЕ-ДЕ».

И после еще одной паузы, третий блок звуков: «КЕ-КЕ-КЕ-ГЕ-ГЕ-ГЕ».

### 2. Убираем монотонность.

Выберите скороговорку и читайте ее, начиная с шепота и доходя до громкой речи, затем наоборот. Или читайте – одно слово тихо, другое громко. Например,

Кто хочет разговаривать,

Тот должен выговаривать

Все правильно и внятно,

Чтоб было всем понятно.

Мы будем разговаривать

И будем выговаривать

Так правильно и внятно,

Чтоб было всем понятно.

### 3. Устраняем ошибки.

Когда записываете видео или стоите у зеркала, фиксируйте все увиденные ошибки, так вам будет проще от них избавиться.

### 4. Убираем зажимы.

Перед выступлением снимайте зажимы в мышцах – разомните шею, плечи, суставы, лицевые мышцы. Так вы сможете избежать перенапряжения. Чтобы научиться выступать на публике – надо выступать на публике. Поэтому ищите возможность выступить, чтобы потом анализировать свои ошибки. Тренируйтесь перед зеркалом, записывайте себя на диктофон или на камеру. Так вы можете увидеть многие свои недочеты. Сила слова огромна и многими недооценена. До тех пор, пока существует наш «великий, могучий, правдивый и свободный русский язык», существует русская культура. Как только начинает исчезать язык, в опасности оказывается и культура, а с этим фактом нам, учителям, мириться никак нельзя.