

Основные правила красивой речи.

- При разговоре необходимо придать телу удобную и свободную позу (мышцы шеи и плеч не напряжены, плечи отведены назад и располагаются на одном уровне).
- Во время речи следует держаться естественно, желательно смотреть на собеседника.
- Перед началом речи сделайте вдох (при вдохе не поднимайте плечи) и сразу же начинайте говорить на *плавном* выдохе, не торопясь, слитно.
- Чётко артикулируйте, произносите гласные протяжно, делайте на них голосовую опору.
- Согласные произносите легко свободно, без напряжения.
- В каждом слове выделяйте ударный гласный звук, произносите его громче и длительнее остальных гласных в этом слове.
- Первое слово во фразе говорите тихо, низким голосом, немного медленнее обычного.
- Длинные предложения делите на смысловые отрезки. Все слова внутри отрезка и короткие предложения произносите слитно, как одно длинное слово.
- Чётко выдерживайте паузу в конце предложения и между его смысловыми отрезками.
- Избегайте монотонности. Говорите выразительно.
- Выдерживайте ровный, умеренный темп и ритм речи. Говорите уверенно и спокойно.
- Не спешите с ответом. Сначала обдумайте высказывание.
- При неудачах остановитесь, успокойтесь и продолжайте говорить более медленно, пока не почувствуете уверенность в речи.
- Постоянно контролируйте себя: не делайте лишних движений руками, ногами, головой, туловищем.
- Не преодолевайте напряжение дополнительным напряжением. При возникновении запинки не следует преодолевать её ещё большим напряжением мускулатуры, так как это ведёт к увеличению её длительности и затрудняет процесс дальнейшего произношения.