Agnieszka Szumlicz

JAK ĆWICZYĆ DYKCJĘ

"Wymowa sceniczna to wariant wymawianiowy o najwyższym stopniu poprawności. Pod względem wyraźności i technicznego sposobu jej funkcjonowania wymowa sceniczna jest tworem specjalnie wyuczonym, pielęgnowanym i warunkującym sprawność zawodową aktora."

Jednakże wymowa sceniczna ma swoje zastosowanie nie tylko w pracy zawodowej aktora, powinna funkcjonować również w innych miejscach, np. w radio, telewizji, na uczelniach kształcących aktorów, nauczycieli, logopedów, ale również na kółkach teatralnych i recytatorskich oraz na lekcjach języka polskiego.

Przykłady ćwiczeń na zajęcia recytatorskie lub teatralne:

AGATKI ZAGADKI TO GADKI DO TATKI

GADKI AGATKI –ZAGADKI DLA TATKI:

WYDATKI AGATKI NA DATKI, PODATKI I SZMATKI?

GAPA KAPĘ MA W ŁAPIE

Z KAPY GAPY COŚ KAPIE.

TATO POD DOBRĄ DATĄ KOŁDRĘ DRZE.

A TO GAD TEN KAT.

BABKA PCHA LEPKIE ŁAPKI DO PAPKI.

KUP PSU DROPSA JEŚLI MASZ PSA

BO PSY MOPSY LUBIĄ DROPSY.

JESZCZE DESZCZE CHŁODZĄ LESZCZE

JESZCZE LESZCZE PIESZCZĄ KLESZCZE.

TRZĘSIE SIĘ NA MIĘSIE MUCHA W KREDENSIE.

POMPKA ZA TRĄBKĄ GĄBKA PO TRĄBCE

STĄPAJĄ Z POMPĄ W GÓRNEJ PORĄBCE.

KRÓL KRÓLOWEJ TARANTULĘ WŁOŻYŁ CZULE POD KOSZULĘ.

NA PODWÓRKU PIÓREK GÓRKA

KOŁO BURKA KUREK PIÓRKA

WPADA BUREK W GÓRĘ PIÓREK

KURKI Z GÓRKI GNA ZA MUREK.

POWSTAŁY Z WYDM WIDMA

W WIDM ZWAŁY WPADŁ RYDWAN.

DAMY NA TAMIE

DAMA PRZY DAMIE.

Następne ćwiczenie mówimy dość szybko i na jednym oddechu:

CZWAT MAT SZEDŁ W ŚWIAT

POD PŁOT KOT WPADŁ-

MAT CHWAT W ŚWIAT SZEDŁ

NA PŁOT KOT WBIEGŁ-

W ŚWIAT SZEDŁ CHWAT MAT

A KOT NIC.

KURA BIAŁA PIAŁA KACZKA CZKAWKĘ MIAŁA

GDYBY SŁOTA BYŁA ZE ZŁOTA

TO BY KAROCĘ KRYŁA POZŁOTA.

WYKLASKAŁA KLIKAKLAKĄ

TĘ AKTORKĘ BYLE JAKĄ.

IZDEBKA Z LIPKI W IZDEBCE SZYBKI

KLEBKA W KOLEBCE TAKŻE JEST Z LIPKI.

RAZ DO CYKUTY CYKADA WPADA  
BIADA CYKADZIE W CYKUCIE BIADA!

PŁACZĄCE BRZDĄCE NA ŁĄCE.

SKALAŁ SZCZUR BÓR RAZ-  
SZCZUR W KALAMBUR WLAZŁ  
SIEDŹŻE SZCZURZE W KALAMBURZE!  
SZCZUR NA MUR I JUŻ PO SZCZURZE  
WPADŁ SZCZUR W BÓR PO PAS!

Ćwiczenia oddechowe:  
1. Wiersz K. Iłłakowiczówny ćwicz szeptem, każdy wers na jednym wydechu:  
Jarzębiny koralowe głaszcze  
Jesień tutejsza,  
A ja rwę na rżyskach strzępy płaszcza,  
Coraz smutniejsza.

2. W zaznaczonych miejscach zatrzymaj wdech na 1 sekundę, robiąc pauzę. Tekst wyszepcz na jednym wydechu.

Miedzą idę / co nie znała kosy/  
W las się zapuszczam...

Ćwiczenia motoryki narządów mowy:  
Ćwiczenia żuchwy:  
Język spoczywa płasko i luźno na dnie jamy ustnej krawędzią dotykając dolnych siekaczy. Masujemy opuszkami palców mięśnie policzków, górnej wargi i brody.

Ćwiczymy:  
- „krowie przeżuwanie”  
- energiczne przesuwanie żuchwy na boki  
- ziewanie  
- szczękanie zębami

Ćwiczenia warg:   
- wysuwanie warg, chuchanie  
- usta w dzióbek- ruchy koliste ust  
- przesuwanie dzióbka w lewo, w prawo  
- zdmuchiwanie płomienia świecy  
- cmokanie  
- naprzemienne rozciąganie kącików ust

Ćwiczenia języka:  
- krążenie językiem w lewo, w prawo  
- oblizywanie warg  
- szybkie, poziome ruchy języka  
- dotykanie czubkiem języka kolejno wszystkich zębów  
- układanie języka kolejno w strzałkę, łopatkę, rulonik  
- szybkie wymawianie głosek: ktktktkt.

Usprawnianie płynności zmian układu artykulacyjnego:  
Samogłoski są istotnym materiałem konstrukcyjnym naszych wypowiedzi: są nośnikami akcentu, wysokości głosu, jego barwy. Prawidłowo ukształtowane przez właściwy sobie układ narządów mowy, stanowią o zrozumiałości tekstu.  
Ćwiczenia wyrazów w izolacji:  
Ala  ale ara  Ela Ira  Ola  ule  oda  ona  uda  oba  oby

Obce  Andy  Anka  orna  odra  orka  akta  udko  ulga  udry  Irka  olcha  
Elka  igra

Agata  agenda  antena  aktorka  anegdota  agentura

Elegie errata elegantka entelechia etykieta etymologia

Utopia upalny ubiory umbrelka upominki

Wymawiamy po dwa wyrazy na jednym wydechu

Haga – hala

Kocha – kura  
Chochla- chuchać  
Góra – locha  
Chóry- chory  
Liga –lira

Ćwiczenia ortofoniczne  
Ćwiczenia instrumentacji głoskowej:  
Teksty zawierające liczne powtórzenia identycznych głosek lub cząstek wyrazów w bliskich odstępach czasowych, charakteryzują się zjawiskiem zwanym aliteracją. Takie udźwiękowienie tekstu przydaje formie specyficznego zabarwienia fonicznego.  
Ćwiczymy w tempie wolnym i umiarkowanym:  
Tak dwa stawy gadały do siebie przez pola  
Jak grające na przemian dwie arfy Eola.

Podawała baba babie przez piec malowane grabie.

Imama mama ma mamałygę.

Kubek w kubek- mój Jakubek.

Od serdecznego afektu to koło  
Ochotnie toczę ku tobie wesoło  
Ode mnie pokłon żeby oddawało   
O zdrowie prosząc, tego winszowało.  
Okażże tedy łaskawe twe oko,  
Obejrzyj onym chęci me szyroko  
Osobie, co twej słusznie należało.

Wymowa przyimków:  
Wygłosową głoskę przyimka wymawiamy pod względem dźwięczności tak, jak brzmi nagłosowa głoska wyrazu związanego z przyimkiem. W ćwiczeniu obydwa wyrazy mają jeden akcent:  
pod dachami  
pod dębem  
pod Nilem  
pod Tatrami  
nad topolą  
nad stołem

Wymowa samogłosek i zbitki spółgłoskowe:  
Jeżeli wyraz kończy się samogłoską, a następny zaczyna również od samogłoski, wówczas obydwie głoski wymawiamy rozdzielnie. Taki sposób artykulacji nie powinien wpłynąć na sposób akcentowania obu wyrazów, występujących tu jako zestrój akcentowy.

ta alegoria  
na ulicy  
te ekscesy  
przy ulu  
to okno

brat taty  
but turysty  
tupet Teresy  
skok kotka styk kabli  
łyk koniaku

Jeżeli w wygłosie pierwszego wyrazu występuje głoska bezdźwięczna, a w nagłosie następnego głoska dźwięczna zwarto- wybuchowa, szczelinowa lub zwarto-szczelinowa, to wygłos pierwszego wyrazu może się nieznacznie udźwięcznić, np.;  
splot wydarzeń  
kwiat doniczkowy  
garnek zupy  
kłus źrebaka

jeżeli głoska nagłosowa drugiego wyrazu jest bezdźwięczna, wówczas i wygłos pierwszego wyrazu wymawiamy bezdźwięcznie:  
lud tutejszy  
wóz siana  
lód stopniał  
kawałek chleba.

Bibliografia:  
B. Toczyska ; Łamańce z dedykacją, czyli makaka ma Kama, Wydawnictwo Podkowa , Gdańsk, 1998.  
B. Toczyska ; Elementarne ćwiczenia dykcji, Gdańskie Wydawnictwo Oświatowe, Gdańsk, 1998.