

КОМПЛЕКС УПРАЖНЕНИЙ, ПРЕДНАЗНАЧЕННЫХ ДЛЯ РАБОТЫ НАД ДИКЦИЕЙ И АРТИКУЛЯЦИЕЙ В РЕЧИ И ПЕНИИ

EXERCISES, DESIGNED TO WORK ON DICTION AND ARTICULATION IN SPEECH AND SINGING

A. Pokrovsky

Annotation

The article describes the complex bestvalue and sound exercises designed to help the singer learn to manage their articulation, get rid of muscle tension, to adjust the inhalation and exhalation, to learn vocal and speech technology.

Keywords: vocal art, articulation, diction, vocal pedagogy, singing, voice, vocal apparatus, vocal articulation.

Покровский Андрей Викторович
Санкт–Петербургский государственный
университет культуры и искусств

Аннотация

В статье приводится комплекс беззвуковых и звуковых упражнений, призванных помочь вокалисту научиться управлять своей артикуляцией, избавиться от мышечных зажимов, отрегулировать вдох и выдох, овладеть вокальной и речевой техникой.

Ключевые слова:

Вокальное искусство, артикуляция, дикция, вокальная педагогика, пение, голос, голосовой аппарат, певческая артикуляция.

Правильное произнесение различных звуков речи происходит благодаря подвижности органов и мышц, участвующих в образовании звука.

Точность, сила и дифференцированность движений этих органов развивается постепенно.

Для непринужденной работы артикуляционного аппарата в пении необходимы регулярные тренировки, благодаря которым вырабатывается автоматизм качественного, красивого и легкого произношения любых сочетаний звуков и слов.

Ознакомившись с особенностями строения и функционирования речевого аппарата, можно переходить к стадии подготовки органов речи для предстоящей работы, то есть настроить и активизировать основные группы мышц, участвующие в процессе произнесения звуков. Такая работа по развитию основных движений артикуляционных органов проводится в форме артикуляционной гимнастики.

Целью артикуляционной гимнастики является выработка полноценных движений и определенных положений органов артикуляционного аппарата, необходимых для правильного произнесения звуков.

Приступая к артикуляционным упражнениям, необходимо помнить о правильной осанке, благодаря которой лучше функционирует голосовой аппарат. Для этого голлову нужно держать прямо, а спину ровно, не сутулясь, расправив плечи, сохраняя свободу и естественность положения всего тела.

Комплекс артикуляционных упражнений полезно выполнять перед зеркалом. Это способствует лучшему освобождению от зажимов и раскрепощению, поскольку многие зажатия отражаются не только в звуке, но и на лице поющего. Это связано с одной из основных ошибок артикуляции – перенесением движений, предназначенных для органов речи на другие части тела: руки, бедра, ноги. Для контроля движений всего тела необходимо брать зеркало в полный рост.

Выполняя упражнения, нужно расслабиться, но тело двигаться не должно. Во время артикуляционной гимнастики работает только речевой аппарат. Особенно необходимо следить за свободой мышц шейно–плечевого отдела.

Для достижения максимальной эффективности темп артикуляционных упражнений должен быть замедленным.

Рекомендации по проведению упражнений артикуляционной гимнастики

1. Для закрепления вырабатываемых навыков выполнять упражнения нужно ежедневно.
2. Упражнения лучше выполнять 3-4 раза в день по 3-5 минут.
3. Каждое упражнение выполняется 7-10 раз подряд.
4. При отборе упражнений необходимо идти от простых к более сложным.
5. Из выполняемых упражнений новым может быть только одно, остальные выполняются для повторения и закрепления.
6. Начинать гимнастику лучше с упражнений для губ.

На начальной стадии обычно наблюдается напряженность движений органов артикуляционного аппарата. Такое напряжение постепенно исчезает, движения становятся непринужденными и более точными. Постепенно можно увеличить продолжительность времени проведения гимнастики или количество выполнения определенных упражнений.

Подготовительные упражнения

- ◆ Внимательно рассмотрите анатомию своего рта перед зеркалом.
Лицо спокойное. Обратите внимание на естественную форму губ, щек, положение нижней челюсти.
- ◆ Активизируйте губы.
Попробуйте собрать их в трубочку, поднять верхнюю губу, открыв верхние зубы.
- ◆ Откройте рот. Внимательно рассмотрите его форму и анатомию.
Посмотрите на спокойное положение языка.
- ◆ Попробуйте зевнуть. Наблюдайте за поднятием мягкого неба и натяжением маленького язычка.
- ◆ Сделайте оскал, покажите себе язык, надуйте щеки, наморщите лоб и переносицу.
- ◆ Поднимите брови как можно выше и удерживайте их в этом положении до полного изнеможения мышц. Затем зажмурьте глаза и сразу же расслабьте их.
- ◆ Изобразите радость, грусть, обиду, гнев, усталость.
Внимательно наблюдайте за изменением положения мышц лица и их движениями.
- ◆ Сделайте поколачивающий массаж лица кончиками пальцев.
Удары пальцев должны быть легкими, как капельки дождя. Можно соединить этот массаж с "мычанием" на одной ноте в удобной tessiture.

Упражнения для губ

- ◆ Поочередное покусывание зубами верхней и нижней губы.
- ◆ Попеременное чередование вытягивания вперед "трубочкой" сомкнутых губ и растягивание их в улыбку.
- ◆ Последовательные движения вытянутыми "трубочкой" губами: вправо-влево, вверх-вниз, по кругу (зубы при этом всегда сомкнуты, работают только мышцы губ).
- ◆ Откройте рот и "почешите" зубами сначала верхнюю, а затем нижнюю губу. После этого натяните губы, стараясь закрыть ими внутреннюю поверхность зубов.
- ◆ Активный посыл выдыхаемого воздуха к сомкнутым губам, пока они не станут вибрировать. Получается звук, похожий на фырканье лошади. Если при этом включить в работу звуковой вибратор, получится звук, похожий на игру ребенка с машинкой.
- ◆ Энергичное произнесение чередования звуков П – Б, П – Б, П – Б.
- ◆ Произнесение чередований звуков Ч – Щ, Ч – Щ, Ч – Щ, с максимальным обнажением верхних и нижних зубов.
- ◆ Последовательное произнесение звуков мммИ – мммЭ – мммА – мммО – мммУ. При этом губы напряжены и активны.

Упражнения для щек

- ◆ Поочередное надувание и втягивание обеих щек.
- ◆ Перегонка воздуха по кругу из одной щеки в другую.
- ◆ Легкое покусывание, похлопывание и растирание щек ладонями рук.
- ◆ Легкое похлопывание ладонями по надутым щекам, в результате чего воздух с силой и шумом прорывается через сомкнутые губы.

Упражнения для языка

- ◆ Размять язык, слегка покусывая его зубами.
- ◆ Рот широко открыт, язык спокойно лежит в ротовой полости.
- ◆ Рот открыт. Узкий напряженный язык "иголкой" вытянут вперед.
- ◆ Рот открыт. Кончик языка упирается в нижние зубы, спинка языка "горкой" поднята вверх.
- ◆ Рот открыт. Боковые края языка "трубочкой" загнуты вверх.
- ◆ Рот широко открыт. Передний и боковые края широкого языка подняты "ложечкой".
- ◆ Рот закрыт. Напряженный язык попеременно упирается то в одну, то в другую щеку.
- ◆ Рот закрыт. Круговые движения языка между губами и зубами.

- ◆ Рот открыт. Дотянуться кончиком языка до носа и до подбородка.
- ◆ Рот открыт. Расслабленным языком провести по твердому небу от зубов к мягкому небу и обратно.
- ◆ Рот открыт. Напряженный кончик языка упереть в твердое небо, затем расслабить.
- ◆ Рот открыт. Язык "присасывается" к твердому небу, затем с силой отцепляется от него с характерным "цокающим" звуком (упражнение выполняется медленно, чтобы тянулись подъязычные связки).
- ◆ Побейте кончиком языка по зубам изнутри, произнося: да-да-да-да.
- ◆ Многократно и отчетливо произнесите звуки ддд, тт-дд, тд-дд-тд.

Упражнения для глотки и мягкого неба

- ◆ Зевок с закрытым ртом.
- ◆ Имитация полоскания горла.
- ◆ Надувание щек с зажатым пальцами носом.
- ◆ Произнесение гласной с легким зевком.
- ◆ Медленное и отчетливое произнесение согласных "К", "Г".

Упражнения для нижней челюсти

- ◆ Аккуратные движения нижней челюстью вперед-назад, вниз до максимальной точки, по кругу.
- ◆ Произнесение с сильным зевком звуков АААХ, ЭЭЭХ, ЫЫЫХ, ОООХ, УУУХ.
- ◆ Поочередное смыкание и максимальное растягивание губ при очень широко раскрытом рте.

После выполнения комплекса упражнений артикуляционной гимнастики можно переходить к упражнениям на развитие дикции. Дикция и артикуляция – это связанные понятия. Дикционные упражнения предполагают одновременную активизацию работы всего речевого аппарата при четком произнесении слов и словосочетаний.

Рекомендации:

1. Работайте над навыком брать дыхание перед каждой новой фразой.
2. Следите, чтобы дыхание было не шумным, так как любые призвуки мешают воспринимать текст.
3. Перед началом фразы губы должны быть разомкнуты, чтобы не запаздывать с началом звука и не производить призвуков.
4. Закрывать рот следует после окончания звука, иначе происходит "съедание" окончания и специфический призвук на конце слова.

5. Следите за количеством набираемого воздуха при громком и тихом произнесении текста.
6. Произносите текст утрированно.
7. Для выработки произнесения гласных ровным потоком прочитайте текст на одних гласных: "белеет парус одинокий" - (е-е-е-а-у-о-и-о-ий), затем вставьте быстрые, четкие и легкие согласные, стараясь не нарушать ровный поток гласных.
8. При работе над вокальными произведениями полезно выразительно читать текст в заданном музыкальном материале ритме, утрированно выделяя трудные для произнесения слова.
9. Вокальные произведения с активным произношением полезно предварительно пропеть на слоги "бра", "дри", "гри" и т.д.
10. Обращайте особое внимание на активное подчеркивание в словах окончаний - это улучшает дикцию.

Дикционные упражнения

◆ Если у вас неблагополучно с какими-то звуками, то возьмите любой словарь, откройте его на той букве, которая вас затрудняет при произношении и, не торопясь, читайте подряд все слова, вслушиваясь в трудный для вас звук. Многократное контролируемое произнесение звука изменит ситуацию к лучшему, а словарь поможет не тратить внимание на придумывание слов с нужной вам буквой.

◆ Возьмите любое стихотворение, отрывок в прозе или текст вокального произведения, которые вы знаете наизусть. Прочитайте его, стоя перед зеркалом. Проследите за своим лицом, ртом, глазами во время чтения. Послушайте звучание своего голоса. Критерий оценки – эстетическое восприятие, естественность, комфортность физического и психологического состояния.

◆ Для тренировки и работы над дикцией полезно использовать скороговорки. Читать скороговорки надо сначала медленно, постепенно ускоряя темп.

Предлагаемые для упражнений скороговорки упорядочены по обрабатываемым звукам

А

- ◆ Ура-ору, ору-ура.
- ◆ У попа папа поп, у кока папа кок.
- ◆ Наша река широка, как Ока.

- ◆ Оренбургский арендатор рендовал для своего друга адмирала арбалет.
- ◆ Командир давал команды командирам чужих команд.
- ◆ Две кваквы в аквалангах квакали, кувыркаясь в акватории.
- ◆ Парад Победы порадовал после Победы. После Победы рады параду Победы.
- ◆ У того, кто не банкрот, полон банкомат банкнот, у того же, кто банкрот, в банкомате нет банкнот.
- ◆ На дворе дрова, за двором дрова, под двором дрова, над двором дрова, дрова вдоль двора, дрова вширь двора, не вмещает двор дров! Наверно, выдворим дрова с вашего двора обратно на дровяной двор.
- ◆ Выговаривая скороговорки, ломала я язык, ломала, переламывала... Да не выломала.

Б

- ◆ Дубовый столб стоит столбом, в него баран уперся лбом. Хотя не жаль барану лба, но лбом не сбить ему столба.
- ◆ Бомбардир бомбардировал Бранденбург.
- ◆ Бобр добр для бобрят.
Для бобрят бобр добр.
- ◆ Бык бодается с быком.
Убегают все кругом.
Береги, бегун, бока
От бодливого быка.
- ◆ Бублик, баранку, батон и буханку
пекарь из теста испёк спозаранку!!!
- ◆ Бык тупогуб, тупогубенький бычок,
у быка бела губа была тупа.
- ◆ Всё может быть, но, быть может, только то не
может быть, что быть может, быть не может,
остальное может быть.
- ◆ Купила Марусе бусы бабуся,
на рынке споткнулась бабуся о гуся.
Не будет подарка у внучки Маруси –
все бусы склевали по бусинке гуся.

- ◆ Все бобры для своих бобрят добры.
Бобры берут для бобрят бобы.
Бобры, бывает, будоражат бобрят, давая им бобы.
- ◆ Чеботарь чеботарит, никому чеботаря не
перечеботарить, а я чеботаря перечеботарю.

В

- ◆ Те, кто водят хороводы, – хороводоводы.
Те, кто изучают творчество хороводоводов, –
хороводоводоведы.
Те, кто любят читать хороводоводоведов, –
хороводоводоведофилы.
Те, кто ненавидит хороводоводоведофилов, –
хороводоводоведофилофобы.
Те, кто поедает хороводоводоведофилофобов, –
хороводоводоведофилофобофаги.
Те, кто ведет борьбу с
хороводоводоведофилофобофагами, –
антихороводоводоведофилофобофаги.
Те, кто выдает себя за
антихороводоводоведофилофобофагов, –
квазиантихороводоводоведофилофобофаги!!!!
- ◆ Говорил, говорил–проговаривал,
да не выговаривал, скороговорки прочитал,
читал–читал, но быстрее говорить не стал.
Может, просто плохо проговаривал
невыговариваемые скороговорки.
- ◆ Выдра у выдры норовила вырвать рыбу.
- ◆ До того заврался, что аж врунометр взорвался.
- ◆ Варвара караулила цыплят, а ворона воровала.
- ◆ Из–под выподверта да на подвыподверт заяц
приподвыподвирнулся.
- ◆ Гитаристы реверберировали, реверберировали
да не выреверберировали.
- ◆ Вороватые вороны разворовывали варенье,
сваренное Варварой в воскресенье.
- ◆ Вокалист возгласил вокализ.
- ◆ На дворе трава, на траве дрова, не руби дрова на
траве двора.
Раз дрова, два дрова, три дрова.

Г

- ◆ Гребни грибы грибник граблями.
- ◆ Гордость города городом гордится.
- ◆ Горожане нагородили, пригород разгребают.
- ◆ Скороговорщики скороговаривали скороговорки.
- ◆ Бегемот в бегемотонарии искал бегемотиху, бегемотиху в бегемотонарии бегемот не нашел.
- ◆ Проговори говорилки–приговаривалки. Приговариваю к проговариванию говорилок–проговаривалок.
- ◆ Пропагандист пропагандирует правду пропагандистов.
- ◆ Испугался грома Рома. Заревел он громче грома. От такого рева гром притаился за бугром.
- ◆ Гравитационный парадокс непредвзято рефлектирует естественный здравый смысл, открывая новые горизонты!
- ◆ Повстречались две подружки, две подружки – две болтушки, говорили–говорили, говорили–говорили, говорили–говорили, да не выговорились.

Д

- ◆ Дачу сдаю, сдачу даю.
- ◆ Рододендрон из дендрария.
- ◆ Дед Додон в дуду дудел, Димку дед дудой задел.
- ◆ Три дроворуба на трёх дворах дрова рубят.
- ◆ Дремлет в дремучем древнем лесу древний дед, древу подобный.
- ◆ Дефибриллятор дефибриллировал, дефибриллировал, да не выдефибриллировал.
- ◆ Говорили в ГИБДД: "Учи ПДД", а то ДТП. Попал в ДТП, учу ПДД, не люблю ГИБДД.

- ◆ Был ли у Джона Мейджора пейджер? Был ли у Джона Мейджора менеджер? Знал ли менеджер номер пейджера Мейджора?
- ◆ Выдра из ведра выпрыгнула, воду из ведра выплеснула. Выпрыгнуть–то она выпрыгнула, выплеснуть–то она выплеснула, а обратно впрыгнуть да вплеснуть не смогла!
- ◆ В недрах тундры выдры в гетрах тырят в ведра ядра кедров! Выдрав с выдры в тундре гетры, вытру выдрой ядра кедров. Вытру гетрой выдре морду. Ядра в ведра, выдру в тундру!

Е

Ёж под ёлкой ел мёд.

- ◆ Проверь–перепроверь проверенное–перепроверенное проверяющими.
- ◆ Переходя на переходе, переходи с переходящими.
- ◆ Ехал Грека через реку, Видит Грека в реке рак, Сунул Грека в реку руку, Рак за руку Греку цап.
- ◆ Перепёлка перепеленала перепелёнка.
- ◆ Еле–еле Елизар, едет–едет на базар. А с базара, а с базара не догонишь Елизара.
- ◆ Мы ели, ели ершей у ели, их еле–еле у ели доели.
- ◆ Легко лечить, легко калечить, калечить легче, чем лечить.
- ◆ У четырех черепашек по четыре черепашонка.
- ◆ Крупье в часах от картье съел рантье под песню Мирей Матье.

Ё

- ◆ "Жалко Ёлку, – думал ёжик, – Не побегать ей без ножек". Удивлялась ёлка: "Ёж, без корней ты как живёшь?"
- ◆ Ёж, ёж, где живешь? Ёж, ёж, что несешь?
- ◆ Ёршик буква "Ё" взяла, ёжику его дала. Моет ёж себя ершом. Дружит буква "Ё" с ежом.
- ◆ У водоёма растёт ёлка, у ёлки колкая иголка. Под ёлкой в норке живёт ёж. Его руками не возьмёшь.
- ◆ Ёлка, ёлка, ёлочка, колкая иголочка.
- ◆ У ёлки иголки колки.
- ◆ Лежит ежик у елки, у ежа иголки.
- ◆ Мы в поход с утра идём. Заберём с собою дом. Трудно дом нести в руках, сложим этот дом в рюкзак. А когда мы в лес придём, под сосной поставим дом.
- ◆ Ёжик в бане вымыл ушки, шею, кожицу на брюшке. И сказал еноту ёж: "Ты мне спинку не потрёшь?"
- ◆ Я сегодня был в восторге от затейника Егорки. За его скороговорки я поставил бы пятёрки.

Ж

- ◆ Рожа негожа, да душа пригожа.
- ◆ Плохо падать на ежа со второго этажа.
- " Жестокость порождает жестокосердие.
- ◆ Жизнь жестока к жестоким, жестокостью ожесточённым.
- ◆ Жужелица в жимолости жила и живёт. Жужжелята жужелицины жимолость жуют, жуков

жевать обожают. Жуткую живность выуживают из жимолости.

- ◆ Не жужжу, когда сижу, не жужжу, когда хожу. Ну, а если я кружусь, тут уж вдоволь нажужжусь.
- ◆ Ужа ужалила ужица, ужу с ужицей не ужиться. Уж уж от ужаса стал уже. Не ешь ужица ужа-мужа, без ужа-мужа будет хуже.
- ◆ В луже, посредине роци есть у жаб своя жилплощадь. Здесь живет ещё жилец – водяной жук-плавунец.
- ◆ Ужа ужасно ужалили. Уж ужаснулся: "Ужас!" Ужиха ужаснулась: "Ужата! Ужинать!" – "Уже ужинали!"
- ◆ Над Жорой жук жужжа кружит. От страха Жора весь дрожит. Зачем же Жора так дрожит? Совсем не страшно жук жужжит.

З

- ◆ Сеня вёз воз сена.
- ◆ Приезжие разъездились.
- ◆ Размокропогодится или не размокропогодится.
- ◆ В заводи змеи зачин заводили, звонкие звуки над заводью взмыли.
- ◆ В телевизоре показывают телевизор, в котором рекламируют телевизор.
- ◆ Партизаны партизанили в партизанских зонах, за границами партизаны не партизанили.
- ◆ Озадачили на даче Зою задачами.
- " Рекомендованный мастером прекрасный реквизит грозит реквизировать мастер по реквизиту.
- ◆ Зелёная берёза стоит в лесу, Зоя под берёзой поймала стрекозу.
- ◆ Купили в магазине резиновую Зину, резиновую Зину в корзинке принесли. Она была разиней,

резиновая Зина, упала из корзины, измазалась в грязи. Мы вымоем в бензине резиновую Зину, мы вымоем в бензине и пальцем погрозим: "Не будь такой разиней, резиновая Зина, а то отправим Зину обратно в магазин".

И

- ◆ История истребления истинного исчезает, как и вся истинная история истреблений.
- ◆ Иней лег на ветви ели, иглы за ночь побелели.
- ◆ Лили ли лилипуты воды на лилию? Не залили ли? Не перелили ли лилию?
- ◆ Прилагательное прилагается к предлагаемому в предложении.
- ◆ Иней лёг на ветви ели, иглы за ночь побелели.
- ◆ Полили ли вы лилию?
- ◆ Играл Егорка с Игорьком, скатился с горки кувырком.
- ◆ Ишак в кишлак дрова возил, ишак дрова в траву свалил.
- ◆ У леса ли села лиса, у опушки ли леса?
- ◆ Испекла Иришка куклам по коврижке, нравятся коврижки Гришке и Маришке.

Й

- ◆ Веселей, Савелий, сено пошевеливай!
- ◆ Пой, мой соловей, заливистей и веселей!
- ◆ Корова Красотка кормила крота морковкой, капустой, калиной с куста.
- ◆ Йоги йогурт обожают, йогурт силы прибавляет. К йогу буква Й пришла, йогу йогурт принесла.
- ◆ Букву "Й"зовут "И кратким". "Й", как "И", в твоей тетрадке, чтобы "Й" не путать с "И", сверху галочку пиши.
- ◆ Тащил Авдей мешок гвоздей, тащил Гордей мешок груздей.

Авдей Гордею дал гвоздей, Гордей Авдею дал груздей.

- ◆ Огорченная сорока возвращается с урока. Весь урок болтала с сойкой и домой вернулась с двойкой.
- ◆ Эй, поскорей–ка меня догоняй! Ай, но за хвостик меня не поймай! Ой, лучше спрячусь за шкаф у стены. Игры с котами для мышек вредны.
- ◆ Буква "Й" и буква "И" – очень схожие они. Палки две, еще косая перекладина такая. Только вот над буквой "И" шляпки нет, её ищи в медицинском слове "йод"... Ранки мажут им. Он жжёт.
- ◆ Слов на "Й" совсем немного: Йогурт, йод и слово йога. "Й" в конце обычно пишем: чай, случайный, тайный, лишний.

К

- ◆ Король–орёл, орёл–король.
- ◆ Коля колет колья.
- ◆ Купи папику кепку.
- ◆ Кокосовары варят в скорококосоварках кокосовый сок.
- ◆ На карнавале короновали клонированного крокодила.
- ◆ Каракалпакский каракалпак окаракалпачил каракалпаков.
- ◆ Кабардино–Балкарский валокордин из Кабардино–Балкарии.
- ◆ Кромсал короед кору карельской берёзы.
- ◆ Прискакала крошка блошка с крысы на красотку кошку.
- ◆ Выскороговаривай скороговорки на скороговорном конкурсе скороговорок.

Л

- ◆ Город Нерль на Нерле–реке.
- ◆ Либретто Риголетто.
- ◆ Залы малы, малы залы.
- ◆ Валерий с Ларисой ушли за кулисы.
- ◆ Регулировщик лигуриец регулировал в Лигурии.
- ◆ Владислав слушает слова, а слышит слоги.
- ◆ Село Соломатино насолило солонятины.
- ◆ На лугу под лопухом
У лягушки летний дом.
А в болоте лягушачьем
У неё большая дача.
- ◆ Поломала я язык, попереламывала,
пока молола языком перемальвала.
- ◆ Жили приятели Пил и Пол. У Пила была пила, у
Пола была половица. Как–то пила Пила
перепилила половицу Пола до половины прежде,
чем Пол понял, что Пил пилит пилой его половицу.
Если бы Пол понял, что пила Пила перепилит его
половицу прежде, чем пила Пила перепилила
половицу Пола до половины, тогда бы пиле Пила
не перепилить половицу Пола до половины.
Но Пил приступил к перепиливанию половицы
прежде, чем Пол понял, что Пил пилит пилой его
половицу, поэтому пила Пила и перепилила
половицу Пола до половины. Пилу позор за то,
что его пила перепилила половицу Пола до
половины прежде, чем Пол понял, что Пил пилит
пилой его половицу.

М

- ◆ А мне не до недомогания.
- ◆ Не мы ли на Ниле налима ловили?
- ◆ На меду медовик, да мне не до медовика.
- ◆ Мороз мост мостил, мостил – не вымостил.
- ◆ Малюсенькой малюпавочке милы мелкие
малявочки.

- ◆ Масляничный блинок масли масляным маслом
из маслёнки.
- ◆ Погода размокропогодилась.
- ◆ Вез корабль карамель, наскочил корабль на
мель. И матросы три недели карамель на мели
ели.
- ◆ Баркас приехал в порт Мадрас.
Матрос принёс на борт матрац.
В порту Мадрас матрац матроса
порвали в драке альбатросы.
- ◆ На мели мы лениво налима ловили,
и меняли налима вы мне на линия.
О любви не меня ли так мило молили
и в туманы лимана манили меня?

Н

- ◆ Инцидент с интендантом.
- ◆ Константин констатировал констатацию фактов
в Конституции.
- ◆ Непременно нужно норке,
Чтоб такси подали к норке.
Ясно – в норковом манто
Не пойдет пешком никто.
- ◆ Это колониализм? – Нет, это не
колониализм, а неоколониализм.
- ◆ Червяк чинил свой чемодан,
Потом, бурча, чинил диван.
- ◆ Крокодил зарылся в ил, крокодила Нил манил.
- ◆ В один, Клим, клин колоти.
- ◆ Вашему пономарю нашего пономаря не
перепономарить.
Наш пономарь вашего пономаря
перепономарит, перевыпономарит.
- ◆ В семеро саней семеро Семёнов с усами уселись
в сани сами.
- ◆ На речной мели мы на налима набрели.

О

- ◆ Три рулона паралона, паралона три рулона.
- ◆ Сорока за строчкою строчка строчит сорочатам сорочки.
- ◆ Саша – само совершенство, а еще самосовершенствуется.
- ◆ Кусок пирога просто так не дарован, а ворован украдкою в барских хоробах.
- ◆ Около колодца кольцо не найдется
- ◆ Пора пороть горячку.
- ◆ Скороговорки скороговариваем скороговорно!
- ◆ Орел на горе, перо на орле. Гора под орлом, орел под пером.
- ◆ Рогатый троллейбус торопился, пока рог от проводов не отвалился.
- ◆ Почему–то простолюдину просто по–людски поступать преступно, а по–простецки – прощается.

П

- ◆ Всех денег не перезаработать, не перевызаработать.
- ◆ Неперсонифицированные карты персонифицированных сотрудников.
- ◆ Перепись переписала трижды переписанные результаты переписи.
- ◆ Премированный преемник премьера – пример непремированному преемнику премьера.
- ◆ Пишет Пушкин о пушках и пышках, а о пышках из пушек не Пушкин пишет.
- ◆ Нет серьёзных преград для прогресса, кроме непреодолимых преград, порождённых прогрессом.
- ◆ Параллельные прямые не пересекаются. А если пересекаются, то либо не прямые, либо не параллельные.

- ◆ Повар Пётр и повар Павел. Пётр пёк, а Павел парил. Павел парил, Пётр пёк. Повар Павел, повар Пётр.
- ◆ Стоит поп на копне, колпак на попе, копна под попом, поп под колпаком.
- ◆ Говорил командир про полковника и про полковницу, про подполковника и про подполковницу, про поручика и про поручицу, про подпоручика и про подпоручицу, про прапорщика и про прапорщицу, про подпрапорщика, а про подпрапорщицу промолчал.

Р

- ◆ Гора с Дорой вдруг повздорил, раззадорил разговор: "Дура!!!" – кроет Гора в споре, Дора вторит: "Крохобор!"
- ◆ Краб крабу сделал грабли. Подарил грабли крабу: "Грабь граблями гравий, краб".
- ◆ Пора призвать тебя к ответу: принёс ты тройку по предмету. Пока трояк свой не исправишь, собою атмосферу травмишь.
- ◆ Бюро технической инвентаризации инвентаризаторами инвентаризировало инвентарный инвентарь.
- ◆ Дружно в оркестре играли дети: Карл играл на черном кларнете, Кирилл – на валторне, На арфе – Алла, а на рояле Лара играла.
- ◆ Надравшись вдрызг, король Артур с Минервой закрутил амур. А Мерлину всё трын–трава, он на траве рубил дрова.
- ◆ С точки зрения банальной эрудиции, каждый индивидуум, критически мотивирующий абстракцию, не может игнорировать критерии утопического субъективизма, концептуально интерпретируя общепринятые дефанизирующие поляризаторы, поэтому консенсус, достигнутый диалектической материальной классификацией всеобщих мотиваций в парадогматических связях предикатов, решает проблему усовершенствования формирующих

геотрансплантационных квазипузылистых всех кинетически кореллирующих аспектов.

- ◆ Теоретизировали–теоретизировали и дотеоретизировались.
- ◆ Тридцать три корабля лавировали, лавировали, да не вылавировали.
- ◆ Дыбра – это что–то среднее между выдрой и коброй. Водится в дебрях тундры, бодро тыбрит ядра кедра в вёдрах и дробит добро в недрах.

С

- ◆ Шишкосушитель Сашка сушил шишки на шишкосушке.
- ◆ Везёт Сенька Саньку с Сонькой на санках. Санки скок, Сеньку с ног, Саньку в бок, Соньку в лоб. Все в сугроб.
- ◆ Саша шустро сушит сушки. Сушек высушил штук шесть. И смешно спешат старушки сушек Сашиных поесть.
- ◆ Сорок сорок воровали горох, сорок ворон отогнали сорок. Сорок орлов напугали ворон, сорок коров разогнали орлов.
- ◆ Саша Маше шлёт привет, Маша Саше шлёт ответ.
- ◆ Сказано – не доказано, надо сделать.
- ◆ Сетчатый сачок зацепился за сучок.
- ◆ Носит Сеня в сени сено, спать на сене будет Сеня.
- ◆ Сшила Саша Сашке шапку, Сашка шапкой шишку сшиб.
- ◆ Хитрую сороку поймать морока, а сорок сорок – сорок морок.

Т

- ◆ Каждый фильтикультистый менеджер должен уметь не только качественно

зафильтикультивать товар, но перефильтикультивать своей фильтикультипистостью конкурирующую компанию.

- ◆ От топота копыт пыль по полю летит, пыль по полю летит от топота копыт. От топота, от топота, от топота копыт, пыль по полю, пыль по полю, пыль по полю летит.
- ◆ У Тани Надины нити, у Нади Тонины ноты, у Тони Танины тени.
- ◆ Три террориста затерроризировали триста трестов.
- ◆ Премьер–министр Маргарет Тэтчер.
- ◆ Тарахтящий трактор трижды проверит предусмотрительный тракторист.
- ◆ Три тревожащих требования: трудиться, страдать, пробиться.
- ◆ Протестую против протеста протестующих.
- ◆ Триста тридцать три трамплина трём спортсменам по нутру: с трёх трамплинов три спортсмена начинают поутру.
- ◆ Граф Пато играет в лото. Графиня Пато знает про то, что граф Пато играет в лото, а граф Пато не знает про то, что графиня Пато знает про то, что граф Пато играет в лото.

У

- ◆ Уже ужи в луже.
- ◆ Установщик в установленные сроки установил установку.
- ◆ Крыша всё хуже. Покажу лужу мужу.
- ◆ Утят учила утка–мать улиток на лугу искать.
- ◆ Улитки на лугу без шуток учились прятаться от уток.
- ◆ Сиреневенькая глазовыкалупывательница.
- ◆ Кукушка кукушонку купила капюшон. Надел кукушонок капюшон. Как в капюшоне он смешон.

- ◆ Учиться учтивости у чукчи и почувствуйте чуточку чутче.
- ◆ Выхухоль выхухолёнка выхолила, выхухолёнок выхухоль похулил.
- ◆ У ежа – ежата,
у ужа – ужата,
у чижа – чижата,
у жука – жучата.
- ◆ У осы не усы и не усища, а усики.

Ф

- ◆ У Фани – фуфайка, у Феди – туфли.
- ◆ Рифмует рифмач рифмоплёта, не зарифмует, рифмуя, не перерифмует, рифмуя рифмача, рифмоплёт, нет рифмо – ритма без ритма рифмы.
- ◆ У Феди в фейсбуке фейк, Федин фейк всем фейкам фейк.
- ◆ В поле полет Фрося просо, сорняки выносит Фрося.
- ◆ У Феофана Митрофановича три сына Феофановича, три дочери Феофановны, три внучки Митрофановны.
- ◆ Феофанова фуфайка Фёкле впору.
- ◆ Фараонов фаворит на сапфир сменил нефрит.
- ◆ Фаня в гостях у Вани. У Вани в гостях Фаня.
- ◆ Была у Фрола, Фролу на Лавра наврала. Пойду к Лавру, на Фрола Лавру навру.
- ◆ У филина Фили два филинёнка – Филька и Филимонка. Филин с филинихой лелеют филинят, Фильке с Филимонкой клеваться не велят.

Х

- ◆ Хорваты охраняли хаты.
- ◆ Вставай, Архип, петух охрип!

- ◆ Хохотал хохол, ухохатывался.
- ◆ Волхвовал волхв в хлеву с волхвами.
- ◆ Халявщик нахваливает халявную халву.
- ◆ Хохлатые хохотушки хохотом хохотали.
- ◆ Нюхал хохол уху да нахваливал: "Ух, хороша уха!"
- ◆ Пульхерья, похикивая, пухом пуховики напихивала.
- ◆ Хороши ромашки на халате Машки. Хороши и дырочки на чулках у Ирочки.
- ◆ Захар сахар запасал. Закрома им заполнял. Захаровы закрома засахарены сполна.

Ц

- ◆ Прецедент с претендентом.
- ◆ Цыплёнок цапли цепко цеплялся за цепь.
- ◆ Со сцены цапля сцапала сценарий.
- ◆ Кот царапал, царапал, да не выцарапал.
- ◆ Бесценный сценарий сценарист поставил для сцены; сценарий актер процитировал цинично.
- ◆ Экзистенциальная экзистенция экзаменует экзистенциалиста.
- ◆ Пятнадцать птиц подписали петицию, пятьдесят птиц не подписали петицию.
- ◆ Цапля чахла, цапля сохла, цапля высохла и сдохла.
- ◆ Зачерпнула цапля чашкой чай целебный из ромашки. Целый чан у цапли чая. Цапля-врач больных встречает.
- ◆ Когда кот туп и глуп, как нуб, словно дуб, не работает тот нуб, а ест суп; не кормите подлеца, не давайте вы мясца и гоните вы с крыльца, чтоб нахального лица даже близко у крыльца видно не было.

Ч

- ◆ Чиновники чаёвничали чаем по-чиновничьи.
- ◆ Черепашка, не скучая, час сидит за чашкой чая.
- ◆ У пчелы, у пчёлки почему нет чёлки? Отвечаю, почему: "Чёлка пчёлке ни к чему".
- ◆ Грачиха говорит грачу: "Слетай с грачатами к врачу, прививки делать им пора для укрепления пера!"
- ◆ Четверть часа чиж чижихе пел частушки на плющихе. Черный кот, большой чудак, влез послушать на чердак.
- ◆ В час вечерний с чашкой чая паучок сверчка встречает. Пьёт сверчок чай в черевичках, паучок пьёт в рукавичках.
- ◆ У четырёх тёмненьких черепах пять чёрненьких черепашат пьют из пяти чашечек тёплый чай с печеньем.
- ◆ Червячок на пенёчке обточенном грыз черничный сучок с червоточинной. Вечерком червячок озабоченный час чесал свой бочок на обочине.
- ◆ В четверг четвёртого числа в четыре с четвертью часа четыре чёрненьких чумазеньких чертёнка чертили чёрными чернилами чертёж.
- ◆ Чешуя щучья в чашке трясущаяся щёголя на тщательно вычищенном подоконнике спугнула. И он, как кошечка, которая пугается шелеста дешёвого шелестящего пакетика, шмыгнул в окошечко, а затем в чащу полетел.

Щ

- ◆ Шершавый в шортах шершень, шурша шикарной шевелюрой, шил шелудивому шмелю из шерсти шарф и шапку с шубой.
- ◆ Мышка сушек засушила, мышка мышек пригласила. Мышки сушки кушать стали, зубы сразу же сломали.

- ◆ В шалаше шуршит шелками жёлтый дервиш из Алжира и, жонглируя ножами, штуку кушает инжира.
- ◆ Мышонку шепчет мышь: "Ты всё шуршишь, не спишь"! Мышонок шепчет мыши: "Щуршать я буду тише".
- ◆ Бесшабашный шалунишка из шиншиллы шил штанишки, но шиншилла шебаршилась, из штанишек шапка сшилась.
- ◆ На опушке в избушке живут старушки-болтушки. У каждой старушки лукошко. В каждом лукошке кошка. Кошки в лукошках шьют старушкам сапожки.
- ◆ Шесть щенков щека к щеке щиплют щётку в уголке.
- ◆ На шишкосушительном заводе требуется шишкосушительница!
- ◆ Стаффордширский терьер ретив, а черношёрстный ризеншнауцер резв.
- ◆ Даже шею, даже уши ты испачкал в черной туши. Становись скорей под душ! Смой с ушей под душем тушь! Смой и с шеи тушь под душем! После душа вытрись суше! Шею суше, суше уши и не пачкай больше уши!

Щ

- ◆ Овощи тащи – будут щи.
- ◆ Тщетно тщится щука ущемить леща.
- ◆ Щеночкам щеточками чистили щечки.
- ◆ Промежуточное упрощение упрощает построение.
- ◆ В роце щебечут чижи, чечётки, щеглы и стрижи
- ◆ Тащу, тащу... боюсь не дотащу, но точно – не выпущу.
- ◆ Щеткой чищу я щенка, щекочу ему бока.
- ◆ Этой щёткой чищу зубы, этой чищу башмаки, этой чищу свои брюки, эти щётки все нужны.

- ◆ Щebetал щегол с щеглихой, щекотал своих щеглят, а щеглиха–щеголиха и щеглята–щеголята по щеглиному пишат.
- ◆ Тощая тёща зятя щадила.
Кучу овощей, щей да борщей, щучьих щёчек и лещей немощному зятю тёща тащила, щедро пищей угощала, райские пущи предвещала.

Ы

- ◆ Рубили дроворубы сыры дубы на срубы.
- ◆ Чёрной ночью чёрный кот прыгнул в чёрный дымоход.
- ◆ Цыган подошёл на цыпочках к цыпленку и цыкнул: "Цыц!"
- ◆ Мама Милу мыла с мылом, Мила мыло не любила.
- ◆ Вы малину мылили? Мыли, но не мылили.
- ◆ Мыла Мила мишку мылом, Мила мыло уронила.
Уронила Мила мыло, мишку мылом не домывала.
- ◆ Не жалела мама мыла. Мама Милу мылом мыла.
- ◆ Милая Мила мылась мылом.
Намылилась и смыла. Так и мылась Мила.
- ◆ Буква "Ы" купила мыло, им она посуду мыла.
Мыло мылилось и мыло, много сил у мыла было.
- ◆ Крысы быстро рыли ход, чтоб не знал об этом кот,
чтобы мыши из буфета сыр таскали и конфеты.

Э

- ◆ Есть у буквы "Э" машина, у нее ползет резина.
Это вам не экскаватор, это – длинный эскалатор.
- ◆ Эльфы и эхо в прятки играли:
пряталось эхо, а эльфы искали.
Эх, ну и трудно найти его было!
Разве что эльфам такое под силу?
- ◆ Эскимосы, эскимосы эскимо едят в морозы. И за
это эскимосов эскимосами зовут.

- ◆ Эдуарду как–то раз подарил Эраст КамАЗ. Ну, а
Эдик, Эдуард этому совсем не рад.
- ◆ Ели две Эли эклеры в постели.
Мама отмыла Эль еле–еле.
- ◆ Угукало, агакало, аукало и плакало, и
рассыпалось смехом, и называлось эхом.
- ◆ Это буква, буква "Э", нам она нужна. С "Э" в горы
мы пришли, но эхо там мы не нашли.
- ◆ Буква "Э" – однажды эхо чуть не лопнуло от
смеха. Эхо с дерева упало, до упада хохотало.
- ◆ Эскимосам эскимос эскимо в кармане нёс...
Эскимосы теперь знают: эскимо в кармане тает.
- ◆ Подал Эдик Эллочке эскимо в тарелочке, а
Эллине с Аллочкой эскимо на палочках.
Это эскимо тебе дарит лично буква "Э".

Ю

- ◆ Юля, Юленька, юла, Юлька юркая была, усидеть
на месте Юлька ни минуты не могла.
- ◆ Юла возле Юльки кружится, поёт,
Юльке и Юрке спать не даёт.
- ◆ Юла поёт: "Не устаю юлить я и крутиться. Пока
танцую – я стою и не хочу свалиться".
- ◆ У Любаши – юбка, у Павлушки – шляпка, у
Полюшки – плюшка,
у Илюшки – клюшка.
- ◆ Буква "Ю" юлу купила, чтобы Юля не грустила.
Юленька юлу взяла, завертелась вмиг юла.
- ◆ Утка–юннатка ютится в палатке.
Не ютись там утка – жить в палатке жутко.
- ◆ Вся согнулась буква "Ю", держит палочку свою.
Вот и выглядит такую – старой бабкою с клюкою.
- ◆ Юля постирала Ксюше юбку синюю из плюша.
Южный ветер кукле Ксюше юбку синюю
подсушит.
- ◆ Юрта – это домик в тундре, юнга плавает на
судне, юбка пышная у Кати, Юрка скачет на
кровати.

- ◆ Юморист – большой остряк, юнга – маленький моряк, юннат – друг растений и зверей, юрта – дом без окон и дверей.

Я

- ◆ Яхта легка и послушна моя, я бороздить на ней буду моря.
- ◆ Жили–были три японца: Як, Як–Цин–Драк, Як–Цин–Драк–Циндрони.
Жили–были три японки: Циби, Циби–Дриби, Циби–Дриби–Дримпомпони.
Вот женился Як на Циби, Як–Цин–Драк на Циби–Дриби, Як–Цин–Драк–Циндрони – на Циби–Дриби–Дримпомпони. Родились у них дети: Шах у Циби, Шах–Шарах у Циби–Дриби, Шах–Шарах–Шарони у Циби–Дриби–Дримпомпони.

- ◆ Ящерка на ялике яблоки на ярмарку в ящике везла.
- ◆ Щуку я тащу, тащу. Щуку я не упущу.
- ◆ Ярослав и Ярославна поселились в Ярославле. В Ярославле живут славно Ярослав и Ярославна.
- ◆ Ямки буква "Я" копала, я в них яблоньки сажала. Яша с Яной отдыхали и о яблочках мечтали.
- ◆ Ящерица неспроста появилась без хвоста: днём на ярмарке гуляла, хвост на яблоки сменяла.
- ◆ Яркие яблочки с ярмарки для Яночки.
- ◆ Я несу СУП–СУП! А кому? ПСУ–ПСУ!
- ◆ Алёша Ульяне сигнал подает. Ульяна слышит – Алёшу найдёт.

ЛИТЕРАТУРА

1. Богородицкий В.А. Фонетика русского языка. –Казань: 1930.
2. Бондаренко Л.В. Фонетика спонтанной речи. –М.: 1988.
3. Брауддо И.А. Артикуляция. –Л.: 1961.
4. Буденная Т.В. Логопедическая гимнастика. –М.: 2009.
5. Вербовкая Н.П. Искусство речи. Учебное пособие для театральных учебных заведений. –М.: 1964.
6. Груздева З.Г. Руководство по технике речи. –М.: 1966.
7. Зезеева А.Г. Скороговорки. –Пермь: 1973.
8. Кодзасов С.В. Общая фонетика. –М.: 2001.
9. Краузе Е.Н. Логопедический массаж и артикуляционная гимнастика. –М.: 2007.
10. Леонарди Е.И. Дикция и орфоэпия. Сборник упражнений по сценической речи. –М.: 1967.
11. Матусевич М.А. Альбом артикуляций звуков русского языка. –М.: 1963.
12. Новиковская О.А. Скороговорки и чистоговорки для развития речи. –М.: 2009.
13. Савкова З.В. Как сделать голос сценическим. –М.: 1968.
14. Скалозуб Л.Г. Динамика звукообразования. –Киев: 1979.
15. Скалозуб Л.Г. Палатограммы и рентенограммы согласных фонем русского литературного языка. –Киев: 1963.
16. Сорокин В.Н. Теория речеобразования. –М.: 1985.
17. Чистович Л.А. Артикуляция и восприятие. –М.: 1965.
18. Щерба Л.В. Языковая система и речевая деятельность. –М.: 1974.

© А.В. Покровский, (avrokrovskiy@yandex.ru), Журнал «Современная наука: Актуальные проблемы теории и практики»,

