

CUPRINS

PREFAȚĂ LA EDIȚIA A IV-A	7
INTRODUCERE.....	9
1. CE ESTE VORBIREA?	11
Mecanismul vorbirii	12
De ce vorbim?	12
Cuvânt - limbă	14
Limba vorbită – limba scrisă.....	14
Limba vorbită este vie	14
Modificările limbii vorbite.....	15
Limba moartă.....	15
Păstrarea limbii	15
2. CORPUL	16
Tensiune – relaxare	17
Dinamică.....	18
Vorbirea, vocea și tensiunea inutilă.....	18
Exerciții	20
3. POSTURA CORECTĂ	23
Repere ale posturii verticale corecte.....	26
Repere ale posturii corecte - șezând.....	29
Libertatea vorbirii în mișcare	30
Reglarea posturii	30
4. RESPIRAȚIA	33
Respirația – proces esențial	34
Respirația spontană – respirația condusă.....	34
Aparatul respirator.....	34
Mecanismul respirației	34
Respirația în vorbire.....	37
Tipuri de respirație.....	39
Susținerea respirației	40
Exerciții	41
5. VOCEA	45
Fonația.....	46
Laringele	46
Mișcările coardelor vocale.....	46
Rezonanța	48
Faringele.....	48
Cavitatea bucală.....	48
Cavitatea nazală	50
Vălul palatin.....	50
Caracteristicile vocii umane	50
Registrele vocii umane	50
Exerciții	51
6. CLARITATEA VORBIRII	54
Ce presupune vorbirea clară?.....	55
Segmentul articulator.....	55
Limba română.....	57
Limba română literară	57
Alfabetul limbii române	57
Sunetele limbii române	57

Vocala A.....	59
Vocala E.....	59
Vocala I.....	61
Vocala O.....	62
Vocala U.....	63
Vocala A.....	63
Vocala Î/Ă.....	63
Consoanele S, Z, Ț.....	65
Consoanele T, D.....	65
Consoanele F, V.....	65
Consoanele P, B, M.....	66
Consoanele L, N, R.....	66
Consoanele Ș, J.....	66
Consoanele C, G (din CE/CI, GE/GI).....	67
Consoanele C', G' (din CHI/CHE, GHI/GHE).....	67
Consoanele C, G.....	67
Consoana H.....	68
Graiurile limbii române.....	68
Exerciții.....	74
Principii generale de lucru.....	74
Principii generale de igienă vocală.....	75
Etapele antrenamentului de încălzire.....	75
Antrenamentul.....	77
Srijinul vocalic.....	77
Lanțul consonantic.....	77
Exerciții pentru vocale.....	79
Vorbirea în vocale.....	79
Exerciții pentru vocala A.....	79
Exerciții pentru vocala E.....	80
Exerciții pentru diftongi.....	81
Exerciții pentru consoane.....	83
Exerciții pentru consoanele S, Z, Ț.....	83
Exerciții pentru consoanele T, D.....	86
Exerciții pentru consoanele F, V.....	88
Exerciții pentru consoanele M, P, B.....	90
Exerciții pentru consoanele L, N.....	91
Exerciții pentru consoana R.....	92
Exerciții pentru consoanele Ș, J.....	96
Exerciții pentru grupurile CE/CI, GE/GI.....	99
Exerciții pentru consoanele C, G.....	101
Exerciții pentru X.....	102
Exerciții pentru I scurt în final de cuvânt.....	103
Ritmicitatea vorbirii.....	103
ANEXE.....	107
Anexa 1: Scrisoarea lui Neacșu din Câmpulung.....	107
Anexa 2: Pledoarie pentru limba vorbită.....	108
Anexa 3: Despre pedagogia vorbirii scenice.....	111
DICȚIONAR.....	118
LISTA TABELELOR.....	121
BIBLIOGRAFIE.....	122
INDEX.....	124
CREDITE FOTO.....	126