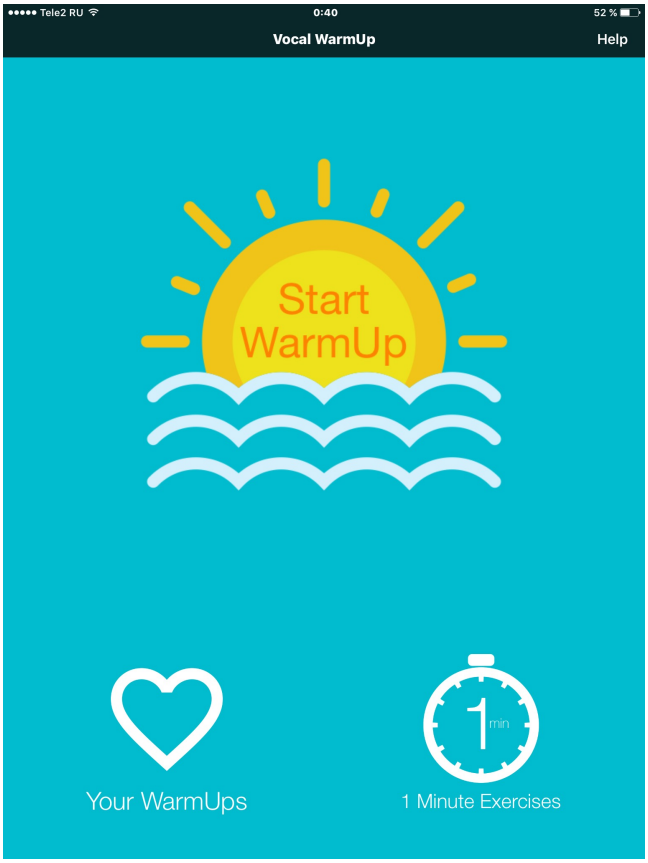
1 Minute Voice WarmUp - приложение для iOS/Android

«Важно не только то, что вы говорите, но и как вы говорите» - 38% вашей привлекательности зависит от тона голоса. Познакомьтесь с приложением «1 Minute Voice WarmUp”. Приложение содержит упражнения для голоса, которые используют актёры, учителя, ведущие и влиятельные люди с целью поддержания сильного, мелодичного и эффектного голоса.



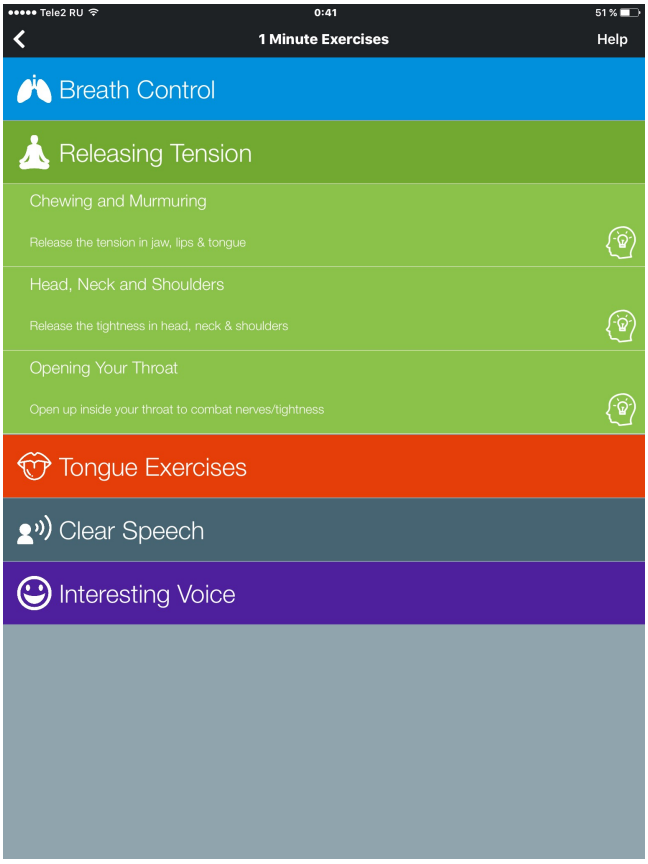
Это лучшие голосовые упражнения, которые помогут максимально реализовать возможности голоса.

К упражнениям прилагаются обучающие видео — пошаговые инструкции техники выполнения упражнений для голоса, мышц

языка и дикции.

Используйте одно из минутных упражнений перед важной встречей или создайте собственную комбинацию из нескольких упражнений на каждый день, чтобы поддерживать эффект сильного голоса.

Каждую неделю вы будете получать новый вариант «Voice WarmUp», которая разработана лучшими в мире тренерами по вокалу, преподавателями сценической речи в проекте «Голос» в Великобритании - Gillyanne Kayes и Jeremy Fisher , которые являются авторами бестселлера «This is a Voice”.
Все упражнения в приложении «Voice WarmUp” делятся на несколько разделов, чтобы голос стал сильным, открытым и чистым.



Контроль дыхания. Сбилось дыхание и вы чувствуете нехватку воздуха в начале речи? Упражнения в разделе «Контроль дыхания» сделают выдох сильным и продолжительным для

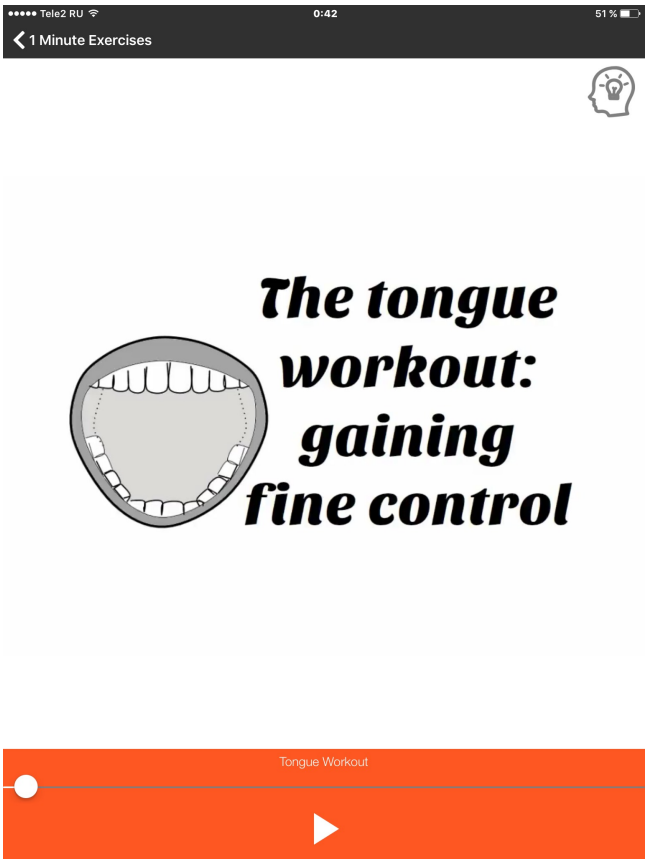
уверенного звучания голоса, и помогут удержать эффект в течение всего высказывания.

Снятие зажимов. В стрессовой ситуации тело, шея и голосовой аппарат могут быть напряжёнными. Это нежелательно как во время публичного выступления, так и при общении по телефону. Упражнения в этом разделе помогают снять излишнюю зажатость в челюсти, губах и языке, и содержат приёмы расслабления мышц шеи, головы и плеч в моменты волнения.

Упражнения для мышц языка. Если мышцы языка скованны и малоподвижны снижается разборчивость речи и окружающим трудно вас понять. Упражнения на развитие подвижности мышц языка помогут контролировать его движения, что способствует улучшению тембра голоса и сделает речь лёгкой и чёткой.

Чистая речь. Можно говорить с акцентом, речь может быть диалектной, но без чёткой дикции слушатели не поймут вас и не смогут уловить суть сообщения. Упражнения в этом блоке сделают движения органов артикуляции более координированными и научат произносить гласные и согласные звуки с максимальной чёткостью и без лишнего напряжения.

Интересный голос. Приятный тембр голоса важно уметь использовать правильно, иначе слушатели утратят интерес к вашей речи. Специальные упражнения продемонстрируют, как можно изменить темп речи или высоту голоса, чтобы удерживать внимание аудитории.



Голосовой аппарат — один из самых важных органов в вашем теле: он помогает сообщить информацию, делиться идеями с друзьями, родными и коллегами. В 1980 году учёный Albert Mehrabian провёл инновационное научное исследование, которое показало, что интерес слушателей формируется из нескольких составляющих: выражение лица и язык тела, содержание речи и звук голоса. Успешность выступления на 38% зависит от тембра голоса, его силы и высоты. Значение голоса увеличивается при общении по телефону или на видеоконференции.

С помощью приложения «1 Minute Voice WarmUp” можно улучшить эту важную составляющую вашего воздействия на собеседников и сделать общение продуктивным.

Автор перевода и адаптации текста - Шамардина Анастасия -

логопед-дефектолог.