* **口腔控制**

**一、口腔的作用表现在字、声两个方面，控制得当，相得益彰，以字带声是处理字、声关系的总原则，脱离了吐字要求，声音再美也没有意义。**

**（1）准确规范**

**（2）清晰集中**

**（3）圆润饱满**

**（4）流畅自如**

**二、吐字过程中的口腔总体状态：**

**口盖提起如穹隆，唇舌灵活力集中。**

**口盖提起如穹隆：**

**1、咀嚼练习：张口咀嚼与闭口咀嚼结合练习，舌头自然平放 —— 克服口腔开度（目的）。**

**2、口的开合练习：闭嘴如啃苹果（半打哈欠）**

**唇舌灵活力集中：**

**1、弹舌、刮舌、伸舌、立舌、顶腮；**

**2、展唇、撮唇**

**“后开前有力”**

* 播音发声学中把口腔控制要领分为四个要点："提颧肌、打牙关、挺软腭、松下巴”。 其实提颧肌就是多微笑。
* 具体到方法就是：“提颧肌之前下巴先稍微往后收，牙关（上下槽牙张开）打开，软腭自然上提挺起，颧肌自然向上提”。
* 吐字归音
* 普通话音节分为声母、韵母、音调，也可叫做字头、字腹、字尾、字神。
* 是使字音清楚，准确，完整，饱满的传统发音手段，要想说出的声音具备“大珠小珠落玉盘”的效果，要从张嘴、运气、吐气、发声、保持、延续到收尾的一系列控制，需要把握出字，立字，归音的要领。
* 1，出字，是指吐字归音过程中对字头的处理．要求作到字头有力，叼住弹出。
* 2，立字，是指吐字归音过程中对字腹的处理．要求做到字腹饱满，拉开立起。
* 3，归音，是指吐字归音过程中对字尾的处理，要求做到弱收到位，趋势鲜明。
* 吐字归音特点图（枣核形）
* 绕口令练习：
* 白石塔，白石搭，白石搭白塔，白塔白石搭，搭好白石搭，白塔白有大。
* 四是四，十是十。
* 十四是十四，四十是四十。
* 不能把十四说成四十，
* 也不能把四十说成十四。