

جامعة الموصل
كلية الفنون الجميلة
قسم التربية الفنية
المرحلة الاولى
المادة : فن الالقاء
مدرس المادة : م . م . جنان عبد الرزاق خضر
(المحاضرة الثالثة)

وظيفة اجهزة التنفس :

التنفس : هو نقل الاوكسجين من خارج جسم الى الخلايا في انسجه الجسم وبعكس الاتجاه نقل ثاني اكسيد الكربون من خلايا الجسم الى خارج

فتقتم عملية التنفس عبر الجسم بعمليتين :-
تنفس داخلي: يستفاد منه الجسم في تامين الطاقة للجسم
تنفس خارجي: شهيق وزفير

الوظائف :

- ١ - تزويد الجسم بالاكسجين من الجو الى الرئتين ثم اكسته في الرئتين
- ٢ طرح ثاني اكسيد الكربون وذلك بفضل فرض الضغط الجزي الجزي له في الخلايا والاوردة
- ٣ - المحافظة على التوازن
- ٤ - يتم تجديد الهواء داخل الرئتين بواسطه ظواهر ميكانيكيه حركه القص الصدري الشهيق والزفير .

فيما يخص الالقاء يحتاج الممثل او مقدم البرامج او الشاعر الى سيطره تامه على اجهزة التنفس والتحكم بكيفيه تلك الاجهزه لكي تسهل عليه مهمه الالقاء الجمل الحواريه والجمل الاخباريه من غير تعب واجهاد

الفرق بين التنفس الصحيح والتنفس الخاطئ

التنفس الضعيف الخاطئ

- ١ . عدم ا يصل الكلمات الاخيرة من الجمل الى المترجين او المستمعين بسبب قله كميه الزفير المتبقى في الرئتين والذى يدفعها الى الخارج .
- ٢ . عدم اكمال الجمل الطويلة التي يقتضى معناها عدم السكوت بين كلماتها حيث ترتبط الواحدة بالاخري في الحركة والمعنى .
- ٣ . ظهر اللهاث المتكرره لدى المذيع في المايكروفون بسبب اضطراره لأخذ الشهيق وإعطاء الزفير المتكرر .
- ٤ . فقدان السيطره على الكلام بسبب الانشغال في تنظيم عمله التنفس بعد ان يفقد الشخص السيطرة عليها.
- ٥ . توتر اجهزه التنفس الذي يؤدي بدوره الى توتر اجهزه الصوت وشده الاوتار الصوتيه ويعرضها للتمرين

التنفس الصحي :

- ١- يأخذ اكبر كميه من الهواء اثناء الشهيق بدون توتر
- ٢- عليه ان يصرف باطول وقت ممكن اثناء الزفير بدون توتر
- ٣- يمكن للملاقي ان يتذوق بكلامه وحواره مهما طالت الكلمات وتعقدت الجمل والتراكيب.
- ٤ - على الملاقي ان ينظم نفسه في امتلاك طاقه تنفسيه جيده لكي يلقي عدة اسطر طويله بنفس واحد
- ٥ - على الملاقي ان يوفر له شخصيه ثانية ومركزه وانقه من نفسها بالإضافة الى تنفسه بشكل جيد وينظم تصريف الهواء.