

تکنیک‌های بنیادی آواز

(هبنی صداسازی)

نویسنده: رناته براون

مترجم: وحید آبادی



به همراه فایل صوتی

سرشناسه	:	براون، رناته
	:	Braun, Renate
عنوان و نام پدیدآور	:	تکنیک‌های بنیادی آواز / نویسنده رناته براون ؛ ترجمه وحید آبادی.
مشخصات نشر	:	تهران: مشاهیر هنر، ۱۴۰۳.
مشخصات ظاهری	:	۶۸ ص.
شابک	:	979-0-802648-19-7
یادداشت	:	عنوان اصلی: Voice Basics, 2012
موضوع	:	آوازخوانی -- آموزش
	:	Singing -- Instruction and study
شناسه افزوده	:	آبادی، وحید، ۱۳۶۰- مترجم
رده بندی کنگره	:	MT820
رده بندی دیویی	:	۷۸۳
شماره کتابشناسی ملی	:	۹۹۹۱۹۸۵

عنوان : تکنیک‌های بنیادی آواز (مبانی صدا سازی)

نویسنده : رناته براون

ترجمه : وحید آبادی

ناشر: مشاهیر هنر

شابک: 979-0-802648-19-7

نوبت چاپ: اول - ۱۴۰۳

تیراژ: ۵۰۰ جلد

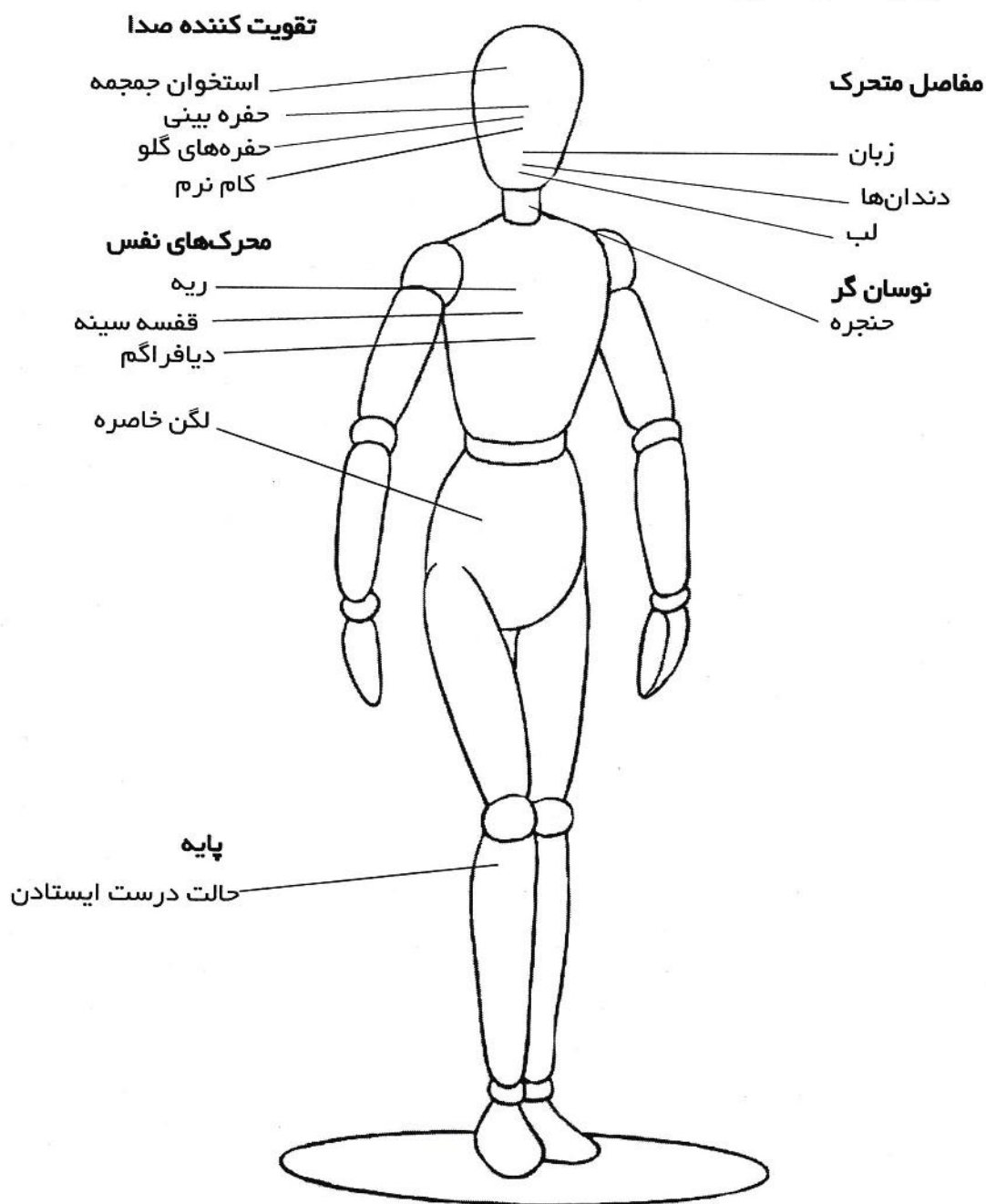
طرح جلد: شهرام شریعت

برای دانلود فایل صوتی QR code زیر را اسکن کنید:



ارتباط با ناشر: تهران ، خیابان انقلاب ، خیابان فخر رازی ، کوچه فاتحی داریان ،
پلاک ۲ ، واحد ۱۴، تلفن: ۰۲۱-۶۶۹۵۵۱۴۶ تلفن همراه و شبکه‌های اجتماعی:
۰۹۱۲۷۰۹۴۰۵۹ آدرس فروشگاه های اینترنتی: mashahirpub.ir و rohab.ir

ابزار اندازه‌گیری - بدن:

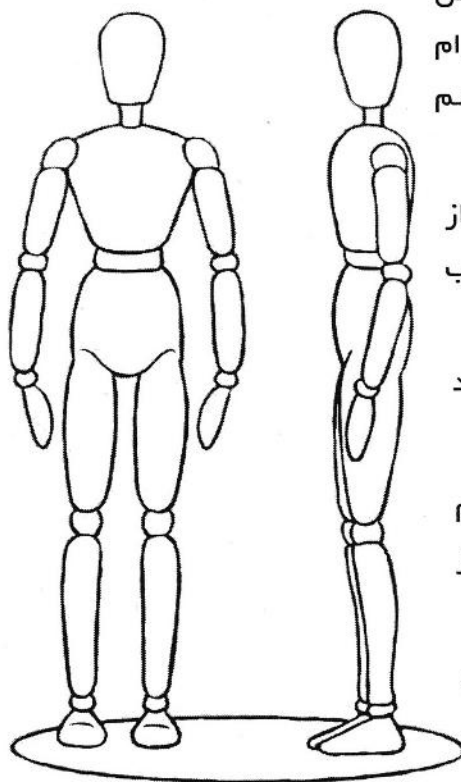


آواز خواندن سرگرمی است و نیاز عمیق بشر را برآورده می‌کند.

صدای انسان همه‌جا و هر زمان با اوست بدن به منزله ابزار است در هنگام آموزش باید به بدن خود توجه داشته باشید.

هیچ ورزشکاری بدون تلاش تمرین نمی‌تواند وارد مسابقه شود و باید شخص فیزیک مناسب و هوش بالا برخوردار باشد.

همه چیز با درست ایستادن شروع می‌شود.



برای ایستادن پاها را به اندازه عرض شانه باز می‌کنیم. زانوها شل و آرام هرگز نباید زانوهایتان را به هم بچسبانید.

به صورت راست و قائم بایستید و از فشار آوردن به ستون فقرات اجتناب کنید.

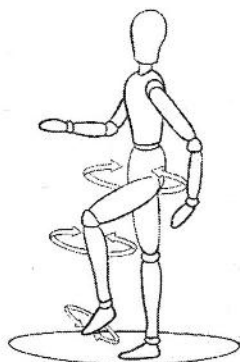
استخوان لگن منعطف است و می‌تواند به سمت جلو یا عقب خم شود.

شانه‌ها سر جای خود شل و آرام هستند. در هنگام نفس کشیدن و آواز خواندن شانه‌ها را به بالا نکشید.

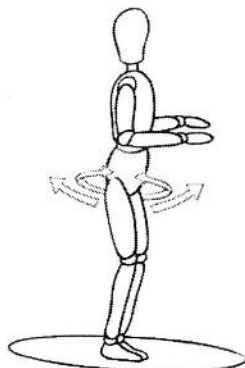
سر و گردن و ستون فقرات به شکل استوار و طبیعی هستند هرگز سر خود را مثل یک لاک پشت به جلو نیاورید.

تمرینات نرمشی برای بدن

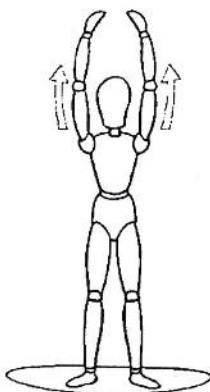
آموزش اصول اولیه برای تمام قسمت‌های بدن که به طور مستقیم و یا غیرمستقیم با خوانندگی در ارتباطاند را بیان می‌کنیم.



جنبش و حرکت هر دو پا به صورت متناوب و دویدن
یه کم به صورت گام به گام و متناوب. پای چپ اول
بعد آن دیگری و پیرامون حرکت دایره وار به سمت
راست و چپ. این یک تمرین خوب برای ایجاد تعادل
است.



ابتدا باسن را به سمت جلو و بعد عقب
حرکت دهید بعد اجازه دهید به هر دو جهت
بچرخد اطراف ناف و دنبالیچه و باسن را چند
بار شل و سفت کنید.



تیم تنه بالایی بدن را خارج از دنبالیچه کم کم به سمت
بالا ببرید تا اینکه بازوها بالای سر به هم برسند انگار که
می‌خواهید با دست از سقف چیزی بردارید.

Voice Basics

RENATE BRAUN

VAHID ABADI

آیا به تازگی صدای خود را کشف کرده‌اید و می‌خواهید
آن را بیشتر توسعه دهید؟ آیا به تازگی شروع به آواز
خواندن کرده‌اید و می‌خواهید صدای شما قاطعانه‌تر
شود و استقامت بیشتر داشته باشید؟ آیا می‌توانید از
درخشندگی بیشتر در محدوده بالا یا حجم اضافی در
محدوده کم استفاده کنید؟

شاید برای شما جالب باشد اینکه صدای شما چگونه و
در کجای بدن شما تولید می‌شود.

مشاهیر هنر

انتشارات مشاهیر هنر

ISBN: 979-0-802648-19-7



9 790802 648197