

## Ses Nasıl Oluşur?

Bir insan ses çıkarırken ağızını, akciğerlerini ve ses tellerini kullanır. Bilimsel bir şekilde tanımlarsak; Akciğerlerden gelen havanın ses telleri gibi ses organlarında oluşan ve kulak ya da bir takım aletlerle algılanan titreşimlerdir. Ses sayesinde konuşur, şarkı söyler, mırıldanır ya da bağırırız. Vücudumuzda oluşan bu sesler kaslar, ağız, dudak ve dişler sayesinde sözcüklere dönüşür.

## Sesin İlerlemesi – Ses Nasıl Yayılır?

Sesin oluştuğu yere ses kaynağı denir. Ses, kaynağından çıktıktan sonra havadaki taneciklerin titreşmesine sebep olur. Bu tanecikler birbirine çarparak dalga meydana getirir ve bu şekilde ilerler. Havadaki tanecikler ne kadar sıkı ise ses o kadar hızlı yayılır. Bu nedenle katı cisim üzerinde ses çok daha hızlı yayılmakta. Ses, katı cisim üzerinde 5.000 metre/saniye hızla ilerlerken sıvı ortamda 1453 metre/saniye hızla yayılır. Sesin havadaki ilerleme hızı ise 340 metre/saniye. Yalnız şunu unutmayın ki ses madde ortamında yayılır. Dolayısıyla boşlukta ses yayılmaz.

## *Ses Enerjisi Nedir? Ses Bir Enerji Türü müdür? Ses Enerjisine Örnekler*

## Ses Kullanım Teknikleri (Yöntemleri)

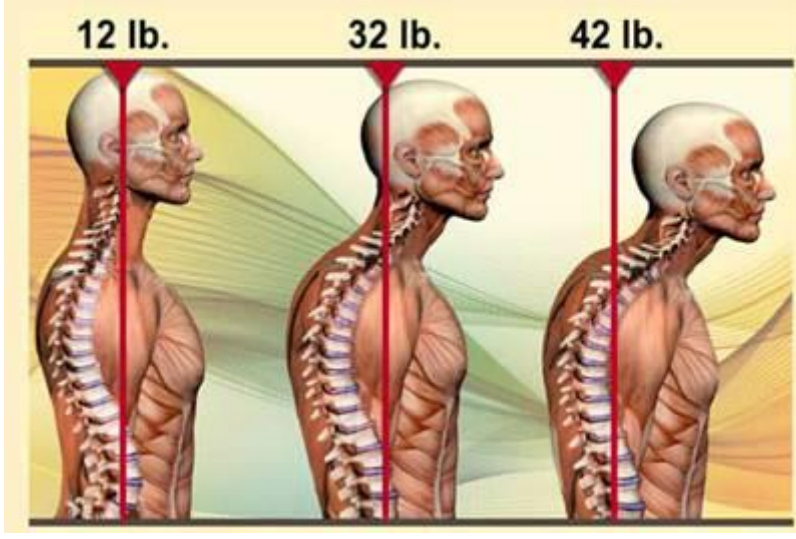
*Sesin doğru kullanılması için 4 farklı yöntem kullanılır. Bunlar;*

### Uygun Vücut Duruşu

Buna postür denilmektedir. Bunun için;

- Ayaklarınız omuz genişliğinde olmalı
- Bir ayak diğerinden biraz önde olmalı
- Dizleri geriye kilitlemeyip hafif öne doğru bükün
- Vücut ağırlığını ayak tarak kemiklerine verin, topuklara vermeyin
- Beden dik olsun ama sopa yutarcasına da değil
- Başınız düz ve omuz hizasında olsun. Ekstra bir yük bindirmeyin.

- Boyun ve gırtlığa ekstra yük bindirmeyin. Böyle olmazsa boyun kasları kasılıp gırtlığı sağa sola çekiştirir.



Uygun vücut duruşu

## Yeterli Nefes Desteği

Nefes alırken akciğerlere dolan hava sıkışır. Böylece sesin enerjisi oluşur. Alınan nefesin göğsünüzün ve karın boşluğunuzun içinde sıkışıp dışarı çıkması esnasında gırtlak sadece bir duraktır. Unutmayın gırtlak sesin kaynağı değildir. Yeterli nefes desteği için nefes açma egzersizleri yapmalısınız.

## Sağlıklı Ses Çıkarma

Eğer ilk iki kuralı doğru bir şekilde yaparsanız otomatik olarak sağlıklı bir şekilde ses çıkarmış olursunuz. Sonrasında ise ilgili egzersizleri yapın.

## *Ses Sağlığını Korumanın Yolları ve Gerekliliği*

### Ses Boşluklarını Uygun Kullanma

Bu sesin rengini ve şeklini oluşturan etkindir. Gırtlaktan çıkan ses ağız, burun, diş ve dil aracılığı ile kişiye özel bir hal alır. Eğer sesinizi doğru kullanırsanız elmacık kemiğinizin arkasında bir titreşim hissedersiniz. Bununla ilgili yine egzersizleri yapmanız gerekir.

