Подготовка к публичному выступлению

Разработала : учитель ОПД МБУ средней школы №18 г. Тольятти Тачкова Е.Н.



Публичное выступление -

это процесс презентации и открытого выражения вашего мнения, мыслей, идей и чувств в интересах общественности,

адресовано публике и требует демонстрации лидерских способностей.

Определить цель выступления



- Перед выступлением всегда полезно подумать, какова ваша цель.
- Цель выступления должна быть конкретная и в каждом случае своя.
- Чем точнее вы определите цель своего выступления, тем выше вероятность успеха.
- Оставаться самим собой, быть искренним в общении скорее плюс, чем минус.
- Надо уметь скрывать свои недостатки и подчеркивать достоинства в любой ситуации.

4 способа подготовки



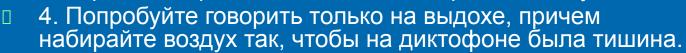


- □ Экспромт выступление без подготовки.
- План-конспект выступления— заранее готовится подробный план, где каждый пункт сопровождается кратким указанием новых идей, которые должны быть изложены.
- Текст выступления текст, который затем в процессе выступления полностью зачитывается.
- Воспроизведение Наизусть — выступление заучивается и воспроизводится по памяти, без опоры на какие-либо записи.

Секреты успеха



- 1. Напишите план своего выступления, переверните листок, постарайтесь сосредоточиться и вспомнить самые важные моменты. Проверьте. Знание материала придает уверенности!
- 2. Организуйте фокус-группу своих преданных поклонников и перескажите им речь. Попросите не критиковать вас, а только отметить то, что получилось хорошо.
 - 3. Запишите себя на диктофон, послушайте, не дрожит ли голос. Перепишите с другой интонацией, более напористой. Сравните какая манера вам по душе.



- 5. Учитесь держать паузу, это всегда придает уверенности. Спросили зал о чем-то подождите спокойно, пока не раздастся ответ (можете даже заранее договориться с кемто, чтобы не волноваться излишне!). Если забыли следующий тезис вернитесь к предыдущему, предложите залу повторить то, что только что сказали. Это даст вам необходимую передышку.
- □ Постарайтесь на практике применить тезис если у вас проблема, лучше поделиться ею с залом, тогда он вас поддержит!



Что поможет в выступлении?

- □ интонация;
- предварительная подготовка;
- □ знание аудитории;
- □ эмоции;
- □ реакции;
- □ уверенность;
- □ подручные средства;
- 🛮 ваш личный опыт;
- □ шутки;
- □ паузы;
- □ техника речи;
- □ владение родным языком;
- □ чувство времени;
- □ память.



Подготовка конспекта выступления



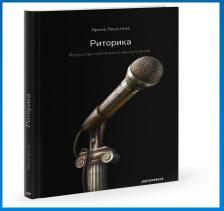
- Составьте перечень фактов, которые вы считаете возможным отнести к данной теме.
- Отберите главное и вычеркните второстепенное.
- Вычеркните все лишнее, не относящееся к делу, из первичного перечня фактов. Теперь посмотрите, чего вам не хватает.

Как пользоваться конспектом?

- □ Выступать по полному тексту.
- □ Импровизировать.
- Писать полный текст, брать
 запись в аудиторию с собой,
 держать перед собой на кафедре, но не заглядывать в нее.
- □ Читать, но при этом как бы рассказывать.
- □ Выступать, изредка заглядывая в записи.

Репетиция выступления





- Репетируйте речь про себя, идя по улице. Уединившись, произнесите негромко свою будущую речь с жестами.
- Можно ли тренироваться перед зеркалом? Лучше не надо: зеркало отвлекает; для тренировки перед зеркалом необходим, значительный навык; да и зеркала перед вами не будет, когда вы будете выступать.

Психологическая и физическая подготовка к выступлению





- □ Не бойтесь слушателей.
- Сконцентрируйте внимание не на своих собственных переживаниях, а на содержании своей речи.
- Скажите слушателям не все. Оставьте себе разные знания мысль о них укрепит вашу уверенность.
- Не готовьтесь в день выступления.
- За час-полтора до выступления не занимайтесь неожиданными и непривычными для вас делами, не начинайте новых дел это рассеет ваше внимание.
- Постарайтесь не есть перед ответственным выступлением.

Желаю удачи!

