

Публічний виступ – це усне монологічне висловлення з метою досягнення впливу на аудиторію.



Готуючи виступ, потрібно:

- з'ясувати, де відбудеться захід;
- з'ясувати особливості аудиторії;
- поцікавитися членами комісії і їхніми науковими здобутками;
- спланувати доповідь;
- дібрати цікаві приклади, порівняння, епітети;
- записати остаточний текст доповіді;
- продумати структуру виступу;
- відкоригувати свій текст;
- підготувати тези виступу;
- визначити стиль виступу.

Підготовка до виступу

Сприймайте виступ або конкурс-захист науково-дослідних робіт як чудову нагоду для саморозвитку, а не як важке випробування. Захист роботи – це лише один з багатьох способів досягнення мети, а не остання надія.

Спробуйте виступити перед дзеркалом. Працюйте над собою: збагачуйте свою мову, розвивайте в собі навички впевненої поведінки.

Виступ

На початку доповіді слід забезпечити контакт з аудиторією, захопити її увагу. Для цього наведіть цікаві приклади чи показові статистичні дані, зачитайте афоризм тощо.

Під час доповіді слід:

- підтримувати зоровий контакт зі слухачами;
- зосередитися на аудиторії, а не дивитися в підлогу чи стелю;
- намагатися передавати головний зміст доповіді своїми словами;
- змінювати темп і тональність мовлення;
- стояти впевнено (не навалюватися на стіл чи кафедру);
- рухатися й жестикулювати помірно;
- до записів заглядати відкрито, але не демонстративно;
- не зловживати незнайомими термінами;
- уникати вживання слів-паразитів «так би мовити», «ну ось» тощо;
- не виголошувати промову дуже голосно чи дуже тихо;
- не вживати забагато сполучників.

Підбиваючи підсумки, доцільно:

- коротко повторити основні положення доповіді;
- зробити слухачам доречний комплімент;
- процитувати авторитетну особу;
- навести найяскравіший аргумент тощо.

Пам'ятка про жести під час виступу

- ✓ Жести мають бути природними;
- ✓ Вдавайтесь до жесту, відчувши потребу в ньому;
- ✓ Жестикуляція не має бути неперервною;
- ✓ Не жестикулюйте протягом усієї доповіді. Керуйте жестами – жест не повинен відставати від слова;
- ✓ Жести мають відповідати своєму призначенню;
- ✓ Будь-які рухи, пози, жести, міміка виправдані лише в тому разі, коли вони не відвертають уваги слухачів від змісту доповіді.

Пам'ятка про голос під час виступу

- ✓ Голос, тон, виклад, уся сукупність виразних засобів і прийомів повинні свідчити про слушність думки й щирість почуття доповідача;
- ✓ Контролюйте правильність мови;
- ✓ Не говоріть надто голосно – це справляє враження агресивності;
- ✓ Не говоріть надто тихо – це справляє враження, ніби людина погано володіє тим матеріалом, який презентує, або ж не впевнена в собі;
- ✓ Бережіть голос за кілька днів перед виступом. Уникайте голосних вигуків, холодних напоїв, розмов на морозі;
- ✓ Силу голосу пристосовуйте до акустики й розмірів приміщення.

Пам'ятка про виступ

- Оратор-початківець повинен запам'ятати текст виступу після кількаразового його повторення;
- Якщо ви сумлінно підготуєте виступ, то впевнитесь у своїх силах і позбавитеся однієї з причин хвилювання;
- Зовнішній вигляд, поведінка й манери спілкування повинні відповідати конкретній ситуації;
- Не виставляйте напоказ особисті хвилювання. Не ставте під сумнів значущість виступу;
- Не бійтеся робити паузи;
- Основна думка завжди повинна виражатися в головному реченні, а не в підрядному;
- Не затягуйте промову. Пік уваги слухачів припадає на середину відрізка часу, відведеного для виступу;
- Не забувайте, що порівняння, приклади й малюнки допомагають зрозуміти суть справи.

Корисно знати!

Під час виступу промовця увага слухачів зосереджується на:

- зовнішності – на 90%;
- невербальній комунікації – на 50%;
- тембрі голосу й інтонації – на 38%;
- інформації – на 7%.

Найголовніша порада: готуватися

Поради «Вечір перед виступом»

1. Пережміть свою нервову систему на вільний хід. Усі ваші думки зайняті тільки виступом.
2. Якщо у вас є запис виступу, прослухайте його на одинці, щоб краще запам'ятати.
3. Якщо ви ще не записали свій виступ, скористуйтеся вільним часом і просто наговоріть його в диктофон.
4. Прослуховуйте запис і фіксуйте час. Виріжте якийсь фрагмент, якщо не вкладається у відведений час.
5. Влаштуйте репетицію.
6. Спробуйте виступити перед дзеркалом.
7. Лягайте спати не пізно.
8. Прослухайте свій виступ ще раз уранці.
9. Вас чекає приголомшливий успіх!

Донецький обласний палац
дитячої та юнацької творчості

*Оратор повинен вичерпати тему,
а не терпіння слухачів.*

- Уїнстон Черчилль

Успішний публічний виступ



методист методичного відділу
ОКСАНА ЛІХУТА