

Интеллектуальный студенческий клуб «Свободные программисты»  
открытый проект «Лаборатория слова»

Познаём

**мастерство и искусство**

Постигаем

**презентации**

[www.spro-club.ru](http://www.spro-club.ru)

# Рассматриваемые вопросы

- Кому и для чего нужно развивать навыки речи?
- Как наша речь влияет на успех в нашей жизни и карьере?
- Что мешает нам говорить и выступать публично?
- Как избавиться от волнения и обрести уверенность?
- Как научиться применять выразительные средства в речи и сделать её более яркой и насыщенной?
- Как составить хорошую презентацию для иллюстрации своего выступления?

# Умеем ли мы говорить?

- *Является ли произнесение членораздельных звуков умением говорить?*
- *Умение говорить – это способность точно передавать информацию посредством устной речи*

# Кому нужны навыки речи?

- Искусство хорошо говорить и выступать публично – это удел избранных или насущная необходимость каждого члена общества?
- **Очевидно**, что навыки хорошей речи нужны:
  - преподавателям, студентам, аспирантам, учёным, политикам, общественным деятелям, менеджерам по продажам, певцам и актёрам и т.п.
- **Неочевидно**, что уметь говорить нужно:
  - школьникам, ИТ-специалистам и инженерам, общающимся с заказчиками, обычным менеджерам (управленцам) разного звена – всем тем, кто хоть немного общается с людьми в процессе работы и жизни.

# Ситуации, в которых нужно уметь выступать перед аудиторией

- Собеседование при приёме на работу
- Защита учебного (курсового/практического/дипломного) проекта
- Сдача зачёта, экзамена
- Разговор по телефону
- Выступление на семинаре, конференции и т.п.
- Презентация проекта инвесторам
- и т.п.

# Что даёт умение говорить?

- Развитие речи приводит к развитию сознания и интеллекта
- *Стройная* упорядоченная речь – *стройные* мысли
- Успех и даже безопасность человека в современном мире во многом зависят от его речевых навыков
- Также умение хорошо и правильно говорить даёт:
  - успехи в учёбе
  - продвижение в карьере
  - повышение авторитета в общении
  - и т.д.

# Структура речи

- Речь имеет:
- форму
- содержание

# Раздел 1: создаём форму речи



Что мешает говорить и  
выступать?

# Что мешает говорить и выступать?

- Незнание предмета (предметной области) или *недостаточно структурированное* знание
- Недостаточное умение владеть голосом и телом
- Страх публичного выступления перед аудиторией
- Неумение владеть вниманием аудитории
- Незнание законов композиции
- Недостаток навыков и опыта публичных выступлений

# Проявление страха и волнения

- Дрожь в теле и в голосе
- Потение тела
- Учащение или скованность дыхания
- и т.п.
- Причина – активизация деятельности тела и мозга (выброс адреналина и т.п.)
- Этот механизм можно поставить себе на службу

# Методы обретения

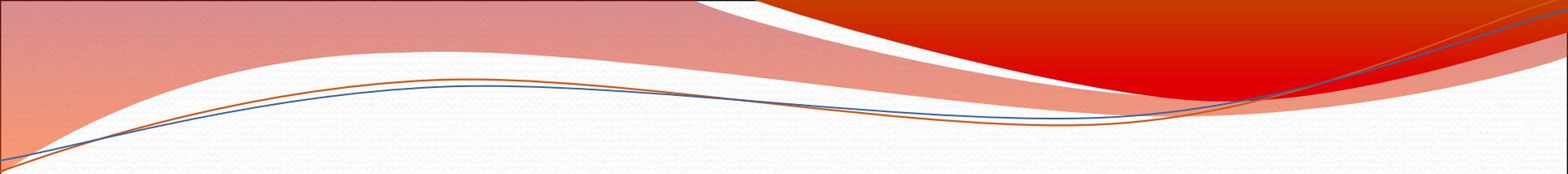
## уверенности

- Необходимо осознать и принять свой страх
- Нужно обеспечить контроль над ситуацией (продумать варианты возможных событий и т.п.)
- Преодолеть свой страх можно только сделав то, чего вы боитесь («идите на страх»)
- Чётко осознайте, что произойдёт в случае провала вашего выступления, примите это без страха
- Не бойтесь быть смешным
- Готового рецепта нет, это дело практики. Больше практикуйте!
- Стремитесь, чтобы речь была не в тягость, а приносила радость

# Методы обретения

## уверенности

- Техники преодоления волнения и страха:
  - кинестетические
    - принять правильное положение
    - дать физическую нагрузку
    - подвигать челюстью, сделать гимнастику для лица
  - дыхательные
    - дышать глубоко и медленно, диафрагмой
  - психосоматические
    - вообразить «генеральскую шинель» (расправить и опустить плечи) или другой образ
- Занимайтесь психо-физиологическими практиками (йога, ушу, аутогенная тренировка и т. д.)



Что самое главное в речи?

# Что участвует в речи?

- Для хорошей речи нужно развивать:
- Дыхание:
  - диафрагму
  - трахею
- Артикуляцию:
  - язык
  - губы
  - челюсть (избавиться от челюстного зажима)

# Выразительные средства речи

- Голосовые :
  - Громкость
  - Скорость и ритм
  - Интонация
- Телесные:
  - Жестикуляция
  - Внешний вид
  - Положение тела

# Планы восприятия

- Мозг человека имеет 2 больших полушария, каждое из которых отвечает за свой тип мышления
- Выделяют две грани восприятия:
  - **эмоциональная** (ощущения, чувства, «нравится/не нравится» – иррациональное принятие решений)
  - **рациональная** (логическая оценка, выстраивание причинно-следственных связей и т.п.)
- Разным людям (по полу, возрасту, образованию, профессии, соц.статусу и т.п.) свойственно разное соотношение планов восприятия
- Это надо учитывать при подготовке и проведении выступлений

# Формы речи

- **«Форма адвоката»:** требует умения концентрироваться, создавать схемы из предложений, защищать то, что вы говорите, и уже затем убеждать. Слово имеет силу.
- **«Форма поэта»:** речь должна быть богата, насыщена яркими оборотами, рождающими некие ощущения в сознании.
- **«Форма музыканта»:** речь должна иметь ритм и определённое звучание, тон.

# Каналы восприятия

- Зрительный (визуальный)
- Слуховой (аудиальный)
- Тактильный (осязание), обоняние, вкус
- По данным экспертов, человек запоминает:
  - до 10% того, что он **слышит**
  - до 70% того, что он **видит**
  - до 90% того, в чём он **участвует**

Для умения хорошо  
говорить  
нужно уметь слушать

- Упражнение



# Раздел 2: наполняем речь содержанием

# Законы композиции

- Существуют **законы композиции**, в согласии с которыми создаются произведения разных видов искусства
- Человек способен интуитивно чувствовать законы гармонии и создавать произведения, которые воспринимаются гениальными
- Но законы композиции можно и постигать разумом

# Структура выступления

- Введение
- Основная часть:
  - завязка
  - **кульминация**
  - развязка
- Заключение

# Назначение частей выступления

- **Введение:** установление контакта с аудиторией
- **Основная часть:** наиболее продолжительная часть, её цель – подача информации
- **Кульминация:** наивысшая точка выступления, пик эмоций либо основная суть, «фишка» выступления
- **Заключение:** подведение итогов

# Пример: структура научной статьи

- **Аннотация:** краткое содержание статьи: о чём пойдёт речь? («презентация презентации»)
- **Вступление** (введение):
  - актуальность проблемы (действительно ли она существует,
- **Основная часть:** описание моделей для решения задачи, анализ результатов, прогнозирование и т.п.
- **Заключение:** что уже было сделано и что ещё предстоит сделать? Каково значение результатов решения задачи?

# Важные выводы

- Умение правильно говорить и слушать выводит человека на понимание более общих законов – законов гармонии, взаимодействия с окружающим пространством, миром.
- Язык *формирует* сознание и мышление
- Способность к речи *отличает* человека от других живых существ, это результат его *высшей* нервной деятельности

# Источники информации

- Радислав Гандапас. Презентационный конструктор (аудиокнига)
- Чарели Э.М. Культура речи. Уральская гос. консерватория. Свердловск, 1990.
- Радислав Гандапас. Учимся выступать публично (видеокурс)
- Дейл Карнеги. Книги 1926-1948.
- Глеб Чёрный. Гейс речи.  
[http://www.inbiworld.com/academy\\_program\\_art.php?num=214&newlang=\\_ru&newacademy=6](http://www.inbiworld.com/academy_program_art.php?num=214&newlang=_ru&newacademy=6)