МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И КУЛЬТУРЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
МИНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 9

Тема: «Заговори так, чтобы я тебя увидел!» Или секреты успешного публичного выступления.

Проект подготовили: Воронина Полина

Пушко Александр

Руководитель: Петрухина Ирина Викторовна

г. Находка

2014 год

План:

1. Введение
2. Гипотеза, цель и задачи
3. Объект исследования и используемые методы
4. Ораторское искусство
5. Что это такое?
6. Истоки ораторского искусства

Результаты опроса молодежи и старшего поколения

Заключение и выводы

Список используемой литературы

1. Введение

Едва ли найдется человек, который так или иначе не имел бы в своей жизни опыта публичных выступлений. Мы все учимся в школе, и всем приходилось выступать на уроках с рефератами или, как минимум, нас просто спрашивали с места, чтобы проверить домашнее задание. Публичные выступления - неотъемлемая часть очень многих современных профессий.

Страх перед публичным выступлением - явление обычное. Боятся практически все. Даже многие опытные ораторы испытывают волнение, когда выходят выступать с новой темой или перед незнакомой аудиторией. И для того чтобы научиться справляться со страхом, давайте сначала разберемся, что он собой представляет. Но если вы не готовы к выступлению, то есть вы не владеете темой и не можете ответить на большинство вопросов, то никакие способы победить ваш страх не смогут.

**Гипотеза исследования:**

Умение грамотно говорить и уверенно чувствовать себя перед публикой необходимо каждому человеку.

**Цель:**

Исследование навыков и умений публичного выступления учащихся, составление рекомендаций выступающим.

**Задачи:**

1. Проверить истинность гипотезы.
2. Провести анализ литературы
3. Выяснить, какие умения и навыки вселяют уверенность при выступлении.
4. Провести опрос среди молодежи от 16 до 25 лет и сравнить данные.
5. Составить рекомендации успешного выступления.

**Объект исследования:**

Юноши и подростки, учащиеся 9-11 классов МБОУ «СОШ№9», молодые люди в возрасте 23-25 лет

**Используемые методы и методики:**

1. Метод частичной выборки материала.

2. Анкетирование.

3. Интервьюирование.

4. Сравнительный метод

 **Ораторское искусство**

Ора́торское иску́сство (красноре́чие, искусство красноречия) — искусство публичного выступления с целью убеждения. Оратор обращается к народу с ораторской речью — не только донести до слушателя информацию, но и получить ответную реакцию в виде заинтересованности (убедить) или каких-либо действий (побудить). Такая речь всегда имеет **агитационный характер.**

 Ораторское искусство — это гармоничное сочетание риторики, приемов актерского мастерства - подачи информации и психологических техник. Ораторское искусство и свойства ораторской речи изучает наука риторика.

Красноречие, как особый вид искусства, возникло в античной Греции. Ни одна другая древняя культура — ни египетская, ни аккадская, ни китайская, ни индийская — не уделяют такого пристального внимания ораторике, как греческая, и не дают высоких образцов содержательного и стилистического совершенства диалектики и искусства устного слова. Ораторское искусство учит тому, как сделать обычную речь ораторской. Традиции современной ораторской речи восходят к античной риторике Древней Греции и Рима.

**Истоки ораторского искусства**

Философско-эстетическое учение древнегреческого мыслителя Сократа (471-399 гг. до н. э.) дошло до нас в изложении его учеников, главным образом Платона.

Платон (427-347 гг. до н.э.) излагает свою теорию красноречия в философских диалогах “Федр” и “Горгий”. Он выступает против софисткой риторики, поскольку считает, что в основе ораторского искусства лежит знание человеческой души, т. е. психология и диалектика. По Платону, оратор должен постичь истину того, о чем собирается говорить. На первый план он выдвигает эмоциональную убедительность речи (воздействие на душу) и тезис о том, что деятельность оратора – творчество.

«Всякая речь должна быть составлена, словно живое существо, - у нее должно быть тело с головой и ногами, причем туловище и конечности должны подходить друг к другу и соответствовать целому» - говорил Платон.

Другим блестящим оратором своего времени является Цицерон Марк Туллий.

Цицерон Марк Туллий (3 января 106 г. до н. э. — 7 декабря 43 г. до н. э.) – древнеримский политический деятель, оратор, писатель. В политическую жизнь Древнего Рима Цицерон вошел как “новый человек”, всем обязанный своему ораторскому дару.

Он писал, что красноречием можно овладеть лишь сравнявшись в знаниях с образованнейшими людьми, тогда как ты совершенно отделяешь его от основательности знаний и видишь в нем плод известной природной способности и упражнения. Вот его некоторые требования к красноречию:

* …Речь должна расцветать и разворачиваться только на основе полного знания предмета; если же за ней не стоит содержание, усвоенное и познанное оратором, то словесное ее выражение представляется пустой и даже ребяческой болтовней.
* …Никто никогда не мог достичь ни блеска, ни превосходства в красноречии без науки о речи и, что еще важней, без всестороннего образования.

**Немного статистики.**

По данным исследований различных социологических и психологических институтов страх публичных выступлений стоит на втором месте в списке страхов человечества. А что же на первом? На первом месте стоит страх смерти. Несколько интересней выглядит эта статистика в США и Великобритании. В США публичное выступление стоит первым в списке страхов. То есть, если верить статистике, люди в США больше боятся выступать, чем умереть. В Великобритании на первом месте (согласно опросам, конечно) стоит боязнь пауков, а на втором - публичные выступления. И, конечно же, мы проведем исследования, чтобы узнать, насколько сильно боятся выступлений наши ровесники.

**Результаты опроса среди молодежи 16-25 лет**

Для начала мы задали вопрос « Часто ли вам приходится выступать на публике и как часто?» и выяснили, что 68% молодежи 16-18 лет делают это нечасто, 15% раз в два-три месяца, остальные % не делают этого вообще и стараются подобных вещей избегать. [см Приложение 1]. Опросив парней и девушек возраста 23-25 лет, мы увидели, что они выступают на публике еще реже.

Далее для нас стало интересно сильно ли волнуются ли выступающие перед выступлением, и оказалось, что волнуются 80% опрошенных, независимо от возраста. Но взрослые люди успокаиваются намного быстрее и делают это самостоятельно, то есть им не нужна внешняя поддержка. [см Приложение 2].

Третий заданный вопрос был «Тщательно ли вы прорабатываете план выступления?» и оказалось, что только 50% выступающих делают это, 25% прорабатывают только ключевые моменты, и еще 25% не делают этого вообще, что приводит к провалу. [см Приложение 3]

**Очень важно работать над предстоящим выступлением и над каждым пунктом в отдельности! Эрудиция, умение импровизировать - лишь предпосылки к успешному выступлению, а его залог - тщательно проработанный план!** **Вообще разработка содержания публичного выступления начинается с осмысления и уточнения темы, вычленения главной - центральной идее, уточнения основных положений и понятий, формулирования основного тезиса и подтверждающих его аргументов.**

Слушая выступление опытного оратора, часто поражаешься, насколько легко и непринужденно льется его речь. Слова сами собой рождаются и образуют красивую паутину мыслей и образов. Кажется, что оратор настолько хорошо подготовлен, что ничто не сможет нарушить плавное течение его речи. Иногда становится завидно и страстно хочется научиться так же легко жонглировать словами!

Опрашиваемым был задан еще один вопрос «Легко ли вам импровизировать?» и нами было выяснено, что только для 7% это не составляет большого труда, остальные 93% боятся это делать, так как считают, что уходят от темы. [См Приложение 4]

Словесная импровизация - это умение легко, спонтанно, без предварительной подготовки говорить на любую тему. Словесная импровизация - это не пустословие, не словесная пурга. Это искусство, владение которым не раз выручает оратора во время выступления.

Любой оратор, даже отлично подготовленный, может сбиться, запутаться, потерять мысль. Только у опытных ораторов мы этих срывов не замечаем, ибо они владеют словесной импровизацией. А у неопытных именно эти срывы и запоминаются.

Нет ничего тягостнее в выступлении, чем пауза-зависание. Оратор говорит-говорит - и вдруг замолкает. Начинает лихорадочно бегать глазами по потолку, пытаясь поймать ускользнувшую мысль, на его лице появляется извиняющееся выражение - "как же я мог потерять мысль!" - рот судорожно приоткрывается, выдавая бессмысленное "э-э-э", "ну", "вот" и другие звуки, призванные заполнить тягостное молчание. Слушатели начинают ерзать на стульях: им, как и оратору, становится неловко.

Скорее всего, через некоторое время мысль будет поймана, и речь, выбравшись из судорожной агонии, продолжится. Но в памяти слушателей этот момент растерянности, незнания, что сказать, останется, и на презентацию они будут смотреть сквозь призму тягостных пауз-зависаний.

Одна из стратегий подготовки к выступлению - выучить текст наизусть и, выйдя перед публикой, прочитать или пересказать его дословно. Многие, не обладая навыком уверенной словесной импровизации, именно так и делают: зазубривают текст наизусть!

Только умея непринужденно облекать мысли в слова, можно оторваться от бумажки или заученного текста.

**Необходимо работать с людьми от души, а не от бумаги! Без этого им ничто не поможет или, точнее, мало поможет. В 1720 году Петром I был издан указ: «Указую: господам сенаторам речь в присутствии схода держать не по писаному, а токмо словами, дабы дурь каждого всем видна была.»** Кроме высокой энергетики для вдохновляющего выступления оратору необходим дар импровизатора, умение мгновенно находить нужные слова, которые, сливаясь в единое целое с жестами, мимикой, движениями, голосом, вдохновят людей, подтолкнут к действию.

Также мы задали вопрос «Какие чаще всего недостатки встречаются у людей, выступающих публично?» И вот что получилось:

1. Каша во рту, то есть слова звучат на одной ноте.
2. Запинания: речь сбивчива, бессвязна; в ней много вводных слов, заиканий.
3. Выступление плохо спланировано, не акцентируется внимание на главной мысли.
4. Безразличие к аудитории.
5. Оратор не позаботился о том, чтобы тщательно отрепетировать свою речь.
6. Недостаточное знание предмета.

Также мы попросили учителей и взрослых людей возраста 40 лет и выше оценить уровень грамотности речи современной молодежи и дать рекомендации к его повышению. Единогласно прозвучала речь о том, что говорят молодые люди безграмотно и в своей речи используют множество слов-паразитов.

**Заключение**

Проанализировав результаты опроса можно сделать следующие выводы: учащиеся не понимают насколько это важно умение выступать перед публикой. Впереди еще вся жизнь. Необходимо понимать, что еще не раз придется себя презентовать, т.е. красиво подавать себя, свою работу. Презентационные умения и навыки, это:

* навыки монологической речи;
* умение уверенно держать себя во время выступления;
* артистические умения.

А чтобы успешно овладеть этими навыками, мы дадим для вас несколько советов:

* 1. **Соответствующий внешний вид**

Одеться стоит просто и прилично. В костюме не должно быть ничего кричащего, костюм должен быть чист и опрятен. Это важно помнить, потому что психологическое действие на публику начинается с момента появления оратора на публике.

* 1. **Откажитесь от мысли, что вы должны всегда быть совершенны.**

Большинство людей боятся публичных выступлений из-за страха сделать ошибку перед всеми. Эта тревога еще больше усиливает вероятность ошибок. А от них не застрахованы даже профессиональные ораторы. Но они не считают свои ошибки препятствием к успеху. Секрет в том, чтобы относиться к ним как к случайностям и развивать умение быстро выходить из трудных положений. Оставьте ошибку позади и двигайтесь дальше. Помните, что вы не можете доставить удовольствие каждому в аудитории.

* 1. **Подумайте о содержании.**

Прекратите беспокоиться о себе и подумайте о докладе. У вас есть что сказать, и все хотят услышать об этом. Говорите на темы, которые вы хорошо знаете. Карнеги утверждал «многие совершают ошибку, не удосуживаясь подготовить свою речь».

* 1. **Находите подход к аудитории**

Если оратор говорит уверенно, ведет себя естественно, часто обращается к слушателям, держит весь зал в поле зрения, значит, он нашел нужный подход к аудитории. Бесспорно, на установления контакта с публикой влияют и актуальность рассматриваемого вопроса, новизна в освещении той или иной проблемы и интересное содержание выступления.

* 1. **Следите за своим поведением перед публикой. Язык тела выдает вас с головой**

Лишние механические движения отвлекают слушателей и становятся предметом обсуждения аудитории. Также слушателям совсем небезразлично КУДА смотрит оратор. Например, если во время речи медленно переводить взгляд от одной части аудитории в другую, то можно создать впечатление хорошего зрительного контакта. Кинесики – люди, изучающие язык тела, легко распознают вашу неуверенность, ложь, закомплексованность по вашим жестам и движениям.

* 1. **Фокусируйте взгляд на дружелюбных лицах.**

Во время выступления устанавливайте контакт с вашими слушателями. Найдите дружеское лицо и смотрите на него. Улыбка и одобрение наполнят вас сверхуверенностью.

1. **Импровизация - это ваш спасательный круг.**

Не бойтесь отходить от текста и импровизировать, но следите за тем, чтобы ваша речь не отходила от темы.

1. **Меняйте тембр голоса, чтобы не быть монотонным.**

Голосом подчеркивайте новые и важные мысли, контролируйте скорость речи. При быстрой речи аудитория ее не воспримет, при медленной люди будут отвлекаться. Произносите слова четко.

**Рекомендация от старшего поколения**

* 1. Больше читать, читать исключительно классическую и художественную литературу 18-20 веков, так как именно в те времена грамотности речи уделялось огромное внимание.
	2. Участвовать в различных дебатах, конференциях и митингах, дабы развивать свои навыки выступлений и слушать грамотных людей, что вызывает стремление к совершенствованию своей речи

**Список используемой литературы:**

1. Введенская Л. А., Павлова Л. Г., Кашаева Е. Ю. Русский язык и культура речи.- Ростов-на-Дону: Феникс, 2008
2. Черемисина - Ениколопова Н. В. Законы и правила русской интонации. - М.: Наука, 2000
3. Иванова-Лукьянова Г.Н «Культура устной речи.» - М.: Наука, 2001
4. Зарецкая Е. Н. Риторика. Теория и практика речевой коммуникации. – М.: Издательство «Дело», 2002
5. Колтунова М. В. Нормы. Риторика. Этикет. Москва «НПО "Экономика"», 2000
6. <http://shkolazhizni.ru/archive/0/n-22228/>
7. <http://www.km.ru/referats/91E514FDD05D41B4874E69D645918C60>
8. <http://libsib.ru/ritorika/teoriya-ritoriki/platon-ob-iskusstve-krasnorechiya>
9. http://www.oratorica.ru/news/articles/vystuplenie\_kak\_po\_notam