

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 42 г. Армавир**

Выступление из опыта работы

Тема: Мастер – класс для педагогов «Основы ораторского искусства»

Автор:

**Каспарова Ирина Петровна
педагог - психолог МАДОУ № 21 г. Армавира**

2022

Цель: создать благоприятные условия для работы в группе участников, актуализировать и развить необходимые для публичных выступлений **умения и навыки** – ораторские, управления аудиторией, привлечения внимания.

Задачи:

- освоить элементы внутренней и внешней техники (управление собой);
- изучить методы речевого взаимодействия (управление аудиторией);
- выработать алгоритм подготовки выступления (управление материалом);
- создать условия для получения участниками обратной связи от группы и формулирования индивидуальных результатов работы.

Ход тренинга

Слайд №1

Добрый день, уважаемые коллеги! Прежде чем начать, я хотела бы задать вам вопрос: «Вы любите выступать перед аудиторией: перед родителями на таком мероприятии как родительское собрание, семинар для педагогов города?»

Прошу ответить искренне, честно не стесняясь. Подключайте микрофоны, и не бойтесь, того что сможете ошибиться, сказать что-то не точно, все ответы принимаются, будем учиться говорить в «прямом эфире»...

Прошу вас дать ответ?

Любите..... почему?

Не любите...почему?

Спасибо.

Чтобы продолжить наш разговор необходимо уточнить, **кто такой оратор?**
Оратор (лат. ого — «я говорю») - тот, кто произносит речь, а также человек, обладающий даром красноречия и/или владеющий ораторским искусством.

Слайд №2

Безусловно, выступать на публике всегда сложно. В. Ключевский, (*профессор русской истории московской духовной академии и московского университета (1895)*) говорил:

«Многие выражают свою мысль и подают её так, что она вянет и блекнет, как цветок, попавший под тяжёлую жесткую подошву».

Действительно, порой кажется, что рассказать-то мне нужно о том то, что я очень хорошо знаю, умею **делать**, но донести свою мысль, свои идеи не всегда удаётся. Почему? Да потому что умению говорить и умение «держать» аудиторию в течение определённого времени таким образом, чтобы слушатели не потеряли интерес к тебе – это настоящее искусство. Ораторскому искусству можно учиться всю жизнь. Сейчас существует

множество курсов, семинаров, тренингов которые можно проходить даже дистанционно. Вот и я сегодня хочу предложить вам занятие-тренинг «Обучение ораторскому мастерству»

Слайд №3

Немного истории.

Умение говорить убедительно, красиво, доходчиво и интересно высоко ценилось ещё древними греками. Именно они создали риторику – науку публичного выступления, или теорию красноречия.

В *Древнем Риме* использовался термин «элоквенция» — ораторское искусство, способность оратора оказывать влияние на аудиторию, добиваясь своих целей.

А вот на *Руси* риторика понималась скорее как напыщенная, красивая, но малосодержательная речь.

В *настоящее время* ораторское искусство высоко ценится в профессиональной среде.

Прошу высказать свое мнение

Почему?...как вы думаете?

(Высказывание педагогов)

Слайд №4

Конечно, сегодня, когда действует новый закон «Об образовании в Российской Федерации», введен Федеральный Государственный Образовательный Стандарт дошкольного образования, когда предъявляются высокие требования к качеству дошкольного образования - воспитателю, педагогу необходимо найти единомышленников среди своих коллег, помощников - среди родителей. От эффективного выступления, презентации своих идей и предложений, грамотных ответов на вопросы зависит авторитет педагога, его статус в организации.

Искусство ораторского мастерства предполагает наличие некоторых личностных качеств: спокойствие и внутренняя собранность, склонность к саморазвитию, проницательность, уверенность и коммуникабельность.

Не стоит забывать и о красноречии, потому что умение формулировать свои мысли в привлекательной форме большой дар.

О том, как работать над собой, как научиться быть собранным уверенным и коммуникабельным сегодня мы говорить не будем. А, давайте вспомним, какие эмоции возникают у нас во время подготовки к выступлению?

(Ответы педагогов)

Слайд №5

Конечно, сама мысль о предстоящем выступлении у нас часто вызывает бурю негативных эмоций и даже провоцирует стрессовое состояние.

Когда же дело доходит до самого выступления, то на первый план выплывают коварные страх, скованность, растерянность и смущение. Как их преодолеть? Наверняка, у каждого есть свой секрет, и я предлагаю вам им поделиться.

(Ответы педагогов)

Мы с вами видим, что Универсального рецепта (такого как принял допинг, сделал пару вдохов, помассировал определенные места — и тут же приобрел страшную уверенность в себе) — к сожалению, не бывает. Победа над тревогой, страхом требует некой работы над собой.

Предлагаю несколько правил, помогающих снизить уровень тревожности:

Слайд №6

1. Репетируем своё выступление

Как это лучше делать? Репетируйте речь про себя, идя по улице.

Уединившись, произнесите негромко свою будущую речь с жестами.

Д. Карнеги советует: играйте в семье в произнесение речей.

2. Позволяем себе быть несовершенными

Не бойтесь сделать ошибки в своём выступлении. Концентрируйтесь на плюсах, а не на минусах. Не бойтесь слушателей. Отто Эрнст писал: «Еще ни разу ни один из ораторов не упал в обморок на трибуне, даже если его выступление действительно было ниже всякой критики».

Не знаю, кому принадлежат, эти слова, но мне они помогают «Важно понять, что и после самого провального выступления жизнь не остановится. Ни всего человечества, ни собственная. Вселенная не сожмется до размеров горошинки. Планеты не остановят свой бег. Кубань не высохнет. НТВ не прекратит вещание. ФГОС не отменят. Ничего не произойдет!!! И это даже обидно...»

3. Относимся с любовью к аудитории

Мысли материальны, и если вы будете настроены враждебно к публике, то это к вам вернется. Поэтому любите людей, перед которыми выступаете. Знайте, что если они пришли вас слушать, значит, нуждаются в вашей информации. Значит, ценят и верят вам.

4. Поддерживаем визуальный контакт с позитивными лицами из зала

Не обращайтесь к негативному слушателю, сконцентрируйтесь на положительно настроенном человеке с добродушным лицом. Лучше если он будет в конце зала, таким образом, вы будете работать для всего зала, а не его первых рядов.

5. Уделяем должное внимание внешнему виду

Универсальное правило успешного публичного выступления: не допускать дисбаланса между тем, что вы говорите, и тем, как вы выглядите.

6. Учимся расслабляться перед выступлением

Перед выступлением хорошенько отдохните. Съездите на природу, пообщайтесь с близкими людьми, займитесь спортом. Отвлечитесь от

предстоящего выступления. *Только без стимуляторов!* Учитесь расслабляться позитивными способами. Умеете делать это с помощью речевой гимнастики? *Давайте попробуем.*

Слайд №7

А сейчас я научу вас расслабляться с помощью речевой гимнастики

Упражнение «Звуковая гимнастика»

Прежде чем приступить к звуковой гимнастике, нужно встать, расслабиться, выпрямить спину. Сначала делаем глубокий вдох носом, а на выдохе громко и энергично произносим (*поём*) звуки:

Слайд №8

- А – воздействует благотворно на весь организм;
- Е – воздействует на щитовидную железу;
- И – воздействует на мозг, глаза, нос, уши;
- О – воздействует на сердце, легкие;
- У – воздействует на органы, расположенные в области живота;
- Я – воздействует на работу всего организма;
- М – воздействует на работу всего организма;
- Ха – помогает очищению организма;
Ха-ха – помогает повысить настроение.

Слайд №9

А сейчас я вас хочу познакомить с ещё одним приёмом преодоления страха.

Какое дыхание характерно для страха?

Поверхностное, частое, прерывистое, верхней частью груди, с частым замиранием перед выдохом. Даже если ничего вам не угрожает, но вы попробуете несколько минут подышать таким образом — то через полминуты уже почувствуете себя неуютно.

Соответственно просто изменив дыхание, на любое другое, вы почувствуете себя более уверенно:

1. Классический вариант: **глубокий вдох и резкий выдох.**

Вдохнули-выдохнули и вперед, в бой! Такой «силовой» вдох-выдох позволяет сбросить лишнее напряжение в области грудной клетки.

2. **Двойной вдох — двойной выдох.** Вы вдыхаете и выдыхаете как бы двумя порциями. Вдох-вдох, выдох-выдох, вдох-вдох, выдох-выдох. Попробуйте!

3. **Вдох, пауза, еще вдыхаем, пауза, еще вдыхаем, пауза, еще вдыхаем...** и так еще несколько раз, пока уже не будем в состоянии воздушного шарика, готового вот-вот лопнуть. И после этого медленный, спокойный выдох, пауза, еще выдох, пауза еще выдох. И после этого рекомендуем подышать как обычно некоторое время, чтобы вернулось нормальное дыхание.

4. **Дыхание по квадрату.** Вдох 2 сек, пауза 2 сек, выдох 2 сек, пауза 2 сек. У вашего квадрата сторона может быть равной 3 сек или 4 сек.

5-8 минут будет достаточно для достижения оптимального состояния.

Техник и философий, связанных с дыханием много. Поэтому можно продолжать список приемов бесконечно. Но особого смысла в этом нет. Самое важное — понять принцип. Сменив дыхание характерное для «страха» на любое другое мы точно начнем чувствовать себя лучше.

С хорошим настроением и творческим настроением предлагаю продолжить нашу работу.

М. Жванецкий говорил: «Почему слушатели засыпают, а лектор — никогда? Видимо, у них более трудная работа». Чтобы это не произошло:

Во-первых, нужно иметь четкое произношение и хорошо поставленный голос.

Во-вторых, все малоупотребительные книжные слова и выражения должны быть заменены нейтральными. Исключение составляют научные понятия, на которых базируется исследование. Иноязычные слова следует по возможности заменять русскими.

В-третьих, текст лучше строить из простых, коротких предложений.

Для того чтобы ваша речь доставляла вам и вашим слушателям удовольствие, практикуйте упражнения для развития голоса.

Скороговорки, чистоговорки помогут сделать вашу речь чистой, внятной и четкой. Большое количество скороговорок, чистоговорок можно найти, пожалуй, в любом учебном пособии. Вот самые популярные: «Шла Саша по шоссе и сосала сушку», «В огороде у Федоры — помидоры, за забором у Федоры — мухоморы», «Корабли лавировали-лавировали, да не вылавировали» и другие. Можно обыграть скороговорку (проговаривание с разной интонацией, делая логическое ударение, выделяя наиболее существенные слова, произнести в разном темпе, меняя силу голоса). Например, скажи, как я: «От топота копыт пыль по полю летит».

(УПРАЖНЕНИЯ НА ВЫСОТУ СИЛУ И РИТМ)

Слайд №10

ВЫСОТА ГОЛОСА:

Чтобы научиться красиво, говорить, необходимо поработать над высотой звучания. Этому способствуют простые упражнения:

- ❖ Самолёт высоко летит – пропеваем звук [У] высоким голосом
- ❖ Самолёт низко летит – пропеваем звук [У] низким голосом.

Слайд №11

СИЛА ГОЛОСА

Пропевать можно любые гласные.

- ❖ По мере удаления воздушного шара сила голоса уменьшается
- ❖ При приближении – увеличивается

Слайд №12

РИТМ И ТЕМП ГОЛОСА

Лягушка прыгает и поет разные песенки: ква-ква, са-са, и т.д...

Если кувшинка расположена рядом- то звуки произносим подряд, а если они расположены на расстоянии, выдерживается паузы.

Ораторскому искусству за 20 минут научить невозможно. Я буду рада, если смогла вызвать у вас интерес и постигнуть его законы.

И на прощание позвольте напомнить вам замечательные слова из книги о публичном выступлении «Я вижу Вас голыми»:

Слайд №13

«Даже если свет в зале погас, слайд-проектор взорвался и даже самые смешные ваши истории не вызывают у публики ни малейшей улыбки – смело пробивайтесь вперед. Не теряйтесь. Не сдавайтесь. Не ослабляйте напора. Тех, кто остаётся в живых, нередко ждёт овация» (Рон Хофф).

Слайд №14

Всем, кто сегодня слушал и выступал в роли оратора наши аплодисменты...

Аплодируем все вместе себе.....

Слайд №15

Спасибо за внимание!