



## Оглавление

Введение.....	4
ГЛАВА 1. Основные сведения об ораторском искусстве.....	6
1.1. История зарождения ораторского искусства.....	6
1.2. Что же такое ораторское искусство?.....	8
1.3. Роль ораторского искусства в современном мире.....	8
1.4. Известные личности в мире ораторского искусства.....	10
ГЛАВА 2. Формирование навыков ораторского искусства .....	13
2.1. Проведение опроса обучающихся, посвящённого формированию навыков ораторского мастерства .....	13
2.2. Разработка учебной тетради.....	14
2.3. Упражнения и тренинги на развитие дикции, артикуляции и дыхания... ..	16
2.4. Применение тетради.....	18
Заключение.....	19
Список использованных источников.....	20
Приложение ... ..	21

## Паспорт проекта

1. Название проекта: «Ораторское искусство в жизни каждого школьника».
2. Цель проекта: устранение страха публичных выступлений у школьников среднего звена через разработку учебной тетради.
3. Авторы проекта: Кривобородова Дарья Романовна, Космодемьянская Екатерина Валерьевна, 11 «А» класс.
4. Куратор проекта: Фролова Яна Викторовна, советник директора по воспитанию и взаимодействию с детскими общественными объединениями.
5. Тип проекта: прикладной.
6. Предметная область: учебно-образовательная.
7. Методы, использованные в работе: работа с научно-публицистической литературой, поиск информации в сети интернет, исследование и анализ, наблюдение, опрос среди школьников.
8. Продукт: учебное пособие.
9. Образовательное учреждение: МБОУ СОШ №57.

## Введение

*«Есть два искусства, которые могут возвести человека на высшую ступень почёта: одно – искусство хорошего полководца, другое – искусство хорошего оратора».*

*М.Т.Цицерон*

Первые мастера ораторского искусства появились в Древней Греции. Они участвовали в дебатах, играли на сценах театра и выступали с речами перед народом. В XXI веке умение красиво говорить помогает продвигаться по карьерной лестнице и заражать людей своими идеями. Этот навык необходим не только актерам, журналистам и адвокатам, но и обычным людям в их повседневной жизни.

В условиях современного мира наш жизненный успех зависит от способности правильно и в положительном ключе выражать свои мысли, произносить точно найденное слово в подходящий момент. К большому сожалению, не все обладают этой способностью. Умение эффективно общаться и чувствовать себя легко и свободно в любой компании, в любой аудитории — это уникальная способность, которая делает человека успешной и интересной личностью, позволяет добиваться в жизни поставленных целей! И поэтому мы считаем, что эту способность можно и нужно развить в себе, для того чтобы ваши слова были не только услышаны, но и восприняты слушателями.

**Проблема:** в современном мире у школьников плохо развиты риторика и ораторские навыки, что вызывает трудности при подготовке и осуществлении публичного выступления.

**Актуальность:** в школе постоянно нужно выступать на публике – читать доклад, рассказывать стихотворение, проводить мероприятия, участвовать в конференциях, представлять проекты на разных уроках. По

результатам проведенного опроса среди учеников мы выявили, что почти у всех школьников есть страх публичных выступлений. Мы считаем, что тема нашего проекта очень актуальна среди учащихся.

**Цель работы:** устранение страха публичных выступлений у школьников среднего звена через разработку учебной тетради и проведение мастер-классов.

**Задачи:**

1. Изучить научную литературу, ресурсы Интернета и собрать информацию по теме проекта.
2. Разработать и сформулировать правила подготовки публичного выступления.
3. Подобрать упражнения, задания для развития умения выступать публично.
4. Разработать тетрадь ораторского мастерства для обучающихся среднего звена.

**Объект исследования:** основы ораторского мастерства и риторики.

**Гипотеза исследования:** грамотному, красивому и уверенному выступлению можно научиться.

**Практическая значимость:** разработанная тетрадь может использоваться на уроках русского языка, классных часах, а так же для мероприятий и выступлений с целью улучшения ораторского мастерства учащихся.

**Методы, использованные в работе:** работа с научно-публицистической литературой, поиск информации в сети интернет, исследование и анализ, наблюдение, опрос среди школьников.

# ГЛАВА 1. Основные сведения об ораторском искусстве

## 1.1 История зарождения ораторского искусства

Настоящая история ораторского искусства началась в государствах, которые принято называть древними: Греции и Риме. Именно тогда люди впервые задумались о необходимости установления определенных правил для дискуссий, манеры поведения, принципов красноречия. Приблизительно около 5 столетия до нашей эры возникли первые учителя ораторы, которые упражнялись в искусстве стройно излагать свои мысли между собой, постепенно появились первые ученики. Практическая подготовка сводилась к следующему:

- умение мыслить, используя логику;
- наблюдение за речью оппонента (опытного оратора);
- детальный анализ вероятных ошибок, их исправление;
- споры-состязания на остроумие, выдержку

Изучение классических дисциплин разбивалось на несколько этапов:

- Чтение классической литературы.
- Правильное письмо на основе требований грамматики.
- Овладение красноречием с сочинением собственных речей.

Ораторское мастерство Греции и Рима имели некоторые различия. Но в ходе исторического развития римские философы – ораторы не отвергли познания греков, а отшлифовали и развили понятия, методы, приемы ораторского искусства [5].

История ораторского мастерства России тесно связано с развитием отечественной школы, происходящей по классической схеме: ознакомление с трудами античных авторов, обобщение их опыта, использование материалов европейских философов. Обычно, говоря об истории развития российского ораторского искусства, упоминают Ломоносова: это благодаря ему были созданы первые отечественные учебные заведения с обучением на русском

языке. Большинство писателей, просветителей, ученых были также и блестящими ораторами: это Гоголь, Салтыков-Щедрин, Белинский. Последнему принадлежит блестящая фраза, характеризующая его отношение к России, родному языку: “Употребление чуждых слов, в то время как есть русские, означает противоречить здравому смыслу и здравому вкусу”. Современные ораторы продолжают следовать правилам риторики. В немалой степени их успех связан не с природными талантами, а с упорными тренировками, шлифовкой своего мастерства, доведением его до степени высочайшего искусства [4].

## **1.2 Что такое ораторское искусство?**

Ораторское мастерство — это, в первую очередь, способность отдельной личности к самовыражению через собственную речь. Кроме того, ораторское искусство во многом — это ещё и умение быть хорошим собеседником.

Ораторское искусство невозможно без личности. Хороший оратор — почти всегда ярко выраженный лидер. Ведь нужно своей речью суметь вдохновить людей, успокоить и подтолкнуть к достижению цели. В наш век коммуникаций искусство красноречия приобретает особенно большое значение. Современное ораторское искусство опирается на такие дисциплины, как психология, философия, лингвистика, этика. Залог успеха оратора — грамотная речь. Искусство красноречия не даётся при рождении. Как и любой наукой, ораторским мастерством может овладеть практически любой человек [1].

Если говорить простыми словами, то ораторское мастерство – это красивая и эмоциональная речь, понятная аудитории и способная склонить ее к мнению выступающего.

## **1.3 Роль ораторского искусства в современном мире**

В современном мире, где общение играет ключевую роль в каждой сфере жизни, навык ораторского искусства становится неотъемлемой частью успешного человека. Этот искусственный стиль общения, основанный на умении говорить и воздействовать на аудиторию, имеет решающее значение во многих аспектах нашей жизни.

### **1. Профессиональный рост**



Независимо от сферы деятельности, умение четко и убедительно выражать свои мысли помогает не только в само продвижении, но и в создании положительного впечатления на коллег и начальство.

## 2. Лидерство и управление

Лидер должен владеть навыками ораторского искусства, чтобы вдохновлять команду, четко формулировать цели и эффективно решать конфликты.

## 3. Образование

В сфере образования ораторское искусство способствует развитию навыков критического мышления, анализа информации и формирования собственных точек зрения.

## 4. Межличностные отношения

Умение вести конструктивный диалог, выслушивать собеседника и четко выражать свои мысли создают благоприятную атмосферу для успешного взаимодействия

## 5. Публичная политика и общественная деятельность

В политике и общественной деятельности ораторское искусство необходимо для влияния на общественное мнение, формирования позитивного имиджа и побуждения к изменениям [4].

Таким образом, навык ораторского искусства не только помогает успешно общаться, но и открывает двери к миру возможностей. Он придает уверенность, расширяет кругозор и делает нашу жизнь более насыщенной и интересной. Этот искусственный навык - ключ к лучшему пониманию мира и к успешному взаимодействию с ним.

## 1.4. Известные личности в мире ораторского искусства

Владеть навыками красноречия должны не только политики, адвокаты и преподаватели. В жизни каждого человека бывают ситуации, когда от него ждут красивой стройной логичной речи, будь то защита диплома, собеседование или даже свадебный тост. Мы решили найти нескольких великих ораторов прошлого, чей пример действительно вдохновляет:

**Демосфен.** Как известно, ораторское искусство зародилось в Древней Греции, и, стало быть, первые мастера красноречия появились именно там. На весь мир известна история Демосфена. С юных лет он был косноязычен, обладал слабым голосом и коротким дыханием, однако мечтал выступить на публике и донести до народа свои мысли. Работая над своими недостатками, он набирал в рот камешки и произносил речи на берегу моря, стараясь звучать громче волн. Эти и другие тренировки сделали его одним из величайших риториков всех времён.

**Лисий Афинянин.** Лисий был замечательным ритором. История гласит, что его речи отличались выразительностью, оригинальностью, чёткостью, логичностью, краткостью, продуманностью. Он часто использовал юмор и иронию, что особенно нравилось публике. По сей день Лисий является эталоном для ораторов со всего света, в особенности судебных.

**Авраам Линкольн.** XVI президент США Линкольн славился красноречием. Из-за бедственного положения семьи он учился в школе совсем недолго и многое (в том числе ораторское мастерство) постигал самостоятельно. Известно, что темы будущих выступлений он обсуждал чуть ли не с каждым встречным, в результате чего настолько привыкал к своей речи, что на публике она звучала как импровизация.

**Владимир Ленин.** Культовый персонаж отечественной истории предлагал народу то, во что верил сам, и потому его идеи так заражали

публику. Он говорил эмоционально и конкретно, тонко чувствовал настрой толпы, вёл со слушателями диалог, активно жестикулировал.

Ещё один выдающийся отечественный оратор — **Лев Троцкий**. Он обладал мощным звучным голосом, его речь была слышна издалека. Говорил он напористо и уверенно, строя последовательные монологи. Увлечённый и красноречивый, он мог выступать на публике по два-три часа кряду. Лозунги, которые он придумывал, мгновенно улетали в толпу.

### **Уинстон Черчилль и его ораторское мастерство.**

Историки утверждают, что великие политические деятели были искусными ораторами. Одним из таких лидеров был Уинстон Черчилль, выдающийся государственный деятель Великобритании. Именно ему принадлежит фраза о том, что наиболее ценным человеческим талантом является ораторское искусство. По словам историка-искусствоведа Саймона Шама, отличительной чертой Черчилля было его красноречие. Там, где его оппоненты плели интриги, британский премьер-министр пользовался словом.

### **Анатолий Кони.**

Один из выдающихся ораторов XIX века Анатолий Федорович Кони прославился как блестящий юрист и активный общественный деятель, А.Ф. Кони был почетным академиком Петербургской Академии Наук, прекрасным педагогом и литератором. Он всегда старался преподнести основную мысль своих высказываний доступно и понятно. Он был убежден в том, что хороший оратор должен досконально знать предмет своей речи, владеть русским языком и умело пользоваться его богатыми возможностями, не перегружать свою речь сложными оборотами и конструкциями, добиваясь легкости формы, в которой «сверкает пламень мысли и искренность чувства». По его мнению, оратор никогда не должен лгать. Только так он может быть убедительным и пробудить у публики интерес к своему выступлению. Умело применяя эти правила на практике, он порой своими речами решал вопросы государственного масштаба. Например, он одним из первых заговорил о

вопиющем произволе земских начальников и привлек к этой проблеме внимание общественности.

Участие в качестве обвинителя в крупнейших процессах, незаурядное ораторское мастерство, независимость суждений, гуманизм и широкая общественная и научная деятельность принесли ему невиданное признание в России.

### **Стив Джобс.**

В рейтинге великих ораторов Стив Джобс на четвёртом месте. Этому человеку присуща харизма, букет личностных характеристик, отличающих от остальных людей и наделяющих его исключительными качествами и могуществом.

При оценке выдающихся способностей Стива Джобса как оратора многими выделяется неумелая жестикуляция. Жест представляет собой любое телодвижение. Выступление оратора без жестов произведёт неблагоприятное впечатление и посеет у слушателей недоверие и предубеждение.

Уникальность Джобса состоит в полноценном и гармоничном сочетании:

- Сам имидж.
- Понимания цели.
- Знание материала.
- Использование ораторских методов.
- Неповторимая харизма .

Освоение хотя бы половины используемых им методов позволят выделиться из толпы выступающих и выглядеть на их фоне человеком с исключительными способностями [7].

## **ГЛАВА 2. Формирование навыков ораторского искусства**

### **2.1. Проведение опроса обучающихся, посвящённого формированию навыков ораторского мастерства**

В начале работы нами был проведён опрос среди учащихся 6-8 классов (56 человек) «**Ораторское мастерство в жизни каждого школьника**», чтобы понять испытывают ли ребята трудности в выступлении перед аудиторией, и какие проблемы у них возникают. Было задано пять вопросов с кратким ответом и один развёрнутый:

1. Как вы считаете, должны ли люди иметь минимальные знания ораторского искусства?
2. Был ли у вас опыт в публичных выступлениях?
3. Испытывали ли вы страх во время выступления?
4. Чувствуете ли потребность в обучении ораторскому мастерству?
5. Хотели бы вы узнать, как правильно подготовиться к публичному выступлению?
6. Напишите впечатления о своём выступлении. (Если никогда не пробовали себя на сцене, то напишите, что вы ожидаете от выступления оратора в целом?)

#### **Результаты опроса:**

На основании проведённого анкетирования мы сделали выводы:

- 98,2% учащихся считают, что каждый человек должен иметь знания ораторского искусства
- 67,9% опрошенных имели опыт публичных выступлений, и так же 83,9% человек испытывали страх на сцене
- 82,1% учащихся чувствуют потребность в обучении ораторскому мастерству и хотят узнать, как правильно подготовиться к публичному выступлению

Так же мы изучили развёрнутые ответы и выяснили, что ребята испытывают дискомфорт и страх, так как бояться забыть текст, перепутать слова или не заинтересовать публику. Все опрашиваемые считают, что умение выступать перед публикой необходимо современному человеку. Большинство учеников хотят развить в себе ораторские навыки, так как они пригодятся им в учебе, в будущей работе и в жизни.

## **2.2. Разработка учебной тетради**

Так как мы выявили недостаток знаний в области ораторского мастерства среди звена учащихся 6-8 классов, то было решено разработать и напечатать тетрадь для подготовки учеников к публичным выступлениям.

Тетрадь **«Немного об ораторском мастерстве. 7 уроков, которые помогут тебе говорить красиво и уверенно!»** включает в себя курс тем и положений об основах ораторского искусства.

**Тетрадь разделена на подтемы:**

- Что же такое ораторское мастерство?
- Урок 1. Разогрев.
- Урок 2. План выступления.
- Урок 3. Ораторские приёмы.
- Урок 4. Произнесение речи.
- Урок 5. Запоминание текста.
- Урок 6. Как проявляется уверенность.
- Урок 7. Взаимодействие оратора с аудиторией.

**Что же такое ораторское мастерство?**

Этот раздел состоит из теоритического материала по теме. Включает в себя информацию о понятии ораторского мастерства и риторики, четырёх основных праилах риторики и статьи об выдающихся ораторах.

**Урок 1. Разогрев**

Включает анкетирование «Колесо успеха» по выявлению навыков владения красноречием у обучающихся, по таким аспектам как начитанность, активность, воображение, коммуникабельность, уверенность и сосредоточенность, а так же рефлекссию над полученными результатами.

### **Урок 2. План выступления**

Данный урок ориентирован на подготовку публичного выступления. В нем вы сможете узнать об основных правилах составления плана вашего сообщения.

Для этого используется логика речи и составляющие ее компоненты.

### **Урок 3. Ораторские приемы**

Включает приемы ораторского искусства, которые помогут оформить речь. Они улучшают восприятие информации слушателями. Также, размещены два QR-кода: один из которых содержит видео ролик о серетах великих ораторов, а во втором находится тест на самопроверку ораторских навыков.

### **Урок 4. Произнесение речи**

Этот урок содержит упражнения для улучшения техники речи. Также, приемы для правильного дыхания и развития дикции, так как эти компоненты – основы успешного выступления.

### **Урок 5. Запоминание текста**

В данном разделе есть элементы, которые помогают легче запоминать текст выступления. Правильная тренировка памяти необходима оратору, так как она помогает избавиться от страха забыть текст.

### **Урок 6. Как проявляется уверенность**

Здесь представлена информация о том, как обрести и прокачать уверенность в себе во время выступления.

### **Урок 7. Взаимодействие оратора с аудиторией**

Какое бы количество слушателей не было во время вашего выступления, они сразу почувствуют страх, негатив или враждебность. Следовательно,

каждому оратору необходимо научиться правильно взаимодействовать с зрителями.

Этот урок направлен на то, чтобы обучающийся научился не бояться общаться с аудиторией, для того чтобы ваше выступление смогло стать интересным.

### **2.3. Упражнения и тренинги на развитие дикции, артикуляции и дыхания**

Так как цель нашей тетради развитие навыков ораторского мастерства, то для нашей тетради мы подобрали самые актуальные и эффективные упражнения для развития речи.

Перед тем, как начать упражнения для дикции, нужно провести артикуляционную зарядку. Она помогает размять мышцы звукового аппарата, облегчить проговаривание звуков, развить свою речь, сделать ее четкой и внятной.

Упражнения для развития голоса выполняют последовательно, начиная с разминки языка:

1. Язык высовывают как можно дальше, затем возвращают его обратно, также стараясь завести как можно глубже. Продолжительность зарядки — 5–7 минут.

2. Языком дотрагиваются поочередно к каждой щеке на протяжении 7–10 минут.

3. Языком совершают круговые движения по внутренней поверхности зубов (рот при этом закрыт). В каждую сторону нужно сделать не менее 20 вращений.

4. Высовывают язык, вращают его сначала по часовой стрелке (10 кругов), затем против часовой стрелки также 10 кругов.



5. Губы вытягивают в трубочку, задерживают в этом положении на несколько секунд. Затем губы растягивают в широкой улыбке, также фиксируют положение на несколько секунд. Движения чередуют в течение 7–10 минут.

6. Губы вытягивают в трубочку, в этом положении стараются совершить губами движения по кругу и вверх-вниз. Длительность упражнения — 5–7 минут.

7. Надувают щеки как можно сильнее, воздух внутри рта «перекатывают» по кругу в течение минимум 5 минут.

8. Проводят разминку лицевых мышц: для этого можно корчить рожицы, выпучивать глаза, надувать щеки — делать любые движения, которые заставят работать мимические мышцы [8].

После артикуляционной разминки приступают к упражнениям для развития дикции.

### **Упражнение 1:**

Тренируем правильное дыхание. Станьте прямо, но не напрягайтесь. Положите одну ладонь на верхнюю часть живота, вторую – сбоку на талию. Это нужно, чтобы вы могли почувствовать движения ребер и диафрагмы во время упражнения. Без усилия вдохните, а выдыхайте на счет от 1 до 5. Считать вслух не надо, сосредоточьтесь на движении ребер и диафрагмы. Грудная клетка не должна растягиваться, как при глубоком вдохе! Вдох короткий и естественный, выдох – долгий и плавный, но без усилия.

### **Упражнение 2:**

Упражнение на экономный выдох. Сделайте глубокий вдох через нос на счет 1-3. Задержите дыхание на счет «раз», а затем плавно выдыхайте через рот, произнося «с», «ф» или «ш». Звук «с» должен звучать без толчков, вибрации или ослабления к концу выдоха.

### **Упражнение 3:**

Разверните плечи, подберите живот, расслабьтесь. Это рабочее положение. Сделайте глубокий вдох носом, на выдохе произнести короткую скороговорку – любую. Например, «купи кипу пик». Сначала беззвучно шевелите губами, на новом выдохе проговорите ее четко, но шепотом. Затем тихо, громче и громко. Темп должен нарастать вместе с громкостью, но не спешите строчить, как из пулемета, главное – правильность артикуляции.

#### **Упражнение 4:**

Для техники произношения полезно читать вслух стихи, отбивая ритм ладонями и двигая плечами. Стихотворения выбирайте на свой вкус, но эффективнее всего работать с детскими стихами, потому что у них простой ритм. Тренировка техники произношения требует упорства и дисциплины. В среднем, чтобы добиться результатов, нужно 2-3 месяца.

Эти и многие другие упражнения и советы для прокачивания своих навыков можно будет найти в нашей тетради оратора.

## **2.4. Применение тетради**

В течении 2023-2024 года, нами были проведены несколько образовательных мероприятий для учеников 6-8 классов МБОУ СОШ № 57.

Мастер-класс для учеников 6-х классов:

13 декабря 2023 года нами был проведён мастер-класс, направленный на формирование навыков риторики и красноречия у среднего звена нашей школы.

Разработанный сценарий мероприятия – приложение 1.

## Заключение

Таким образом, умение выступать перед публикой необходимо современному человеку. Как выяснилось, для этого нужно не только желание говорить красиво перед аудиторией, но и регулярная работа над собой и своей речью. В нашей работе мы попытались показать как можно больше приемов, помогающие овладеть искусством выступления на публике. Исследовательская работа заставила нас осознать, насколько важно уметь выступать публично, вселила уверенность в то, что ораторскому искусству можно научиться. Но, кроме желания говорить красиво перед аудиторией, необходима, безусловно, регулярная работа над собой и своей речью. Мы думаем, что наши рекомендации и упражнения, оформленные в виде учебной тетради, помогут учащимся задуматься над проблемой осуществления успешного выступления.

Данное исследование несёт в себе практическую пользу. Оно всецело направлено на повышение навыков ораторского мастерства школьников.

В дальнейшем, наша проектная работа сможет применяться для различных школьных мероприятий, концертов, конференций, так как упражнения, содержащиеся в разработанной тетради, влияют на успешную подготовку выступления.

Проведенные мастер-классы, помогли многим ребятам осознать значимость ораторского искусства в нашей жизни. Наши выступления смогли заинтересовать школьников, поэтому, в дальнейшем, это направление сможет активно развиваться и реализовываться

## Список использованных источников

1. Лешутина И.А. Риторика. Искусство публичного выступления. - М.: Претекст, 2008. – 302 с.
  2. Пиз, Аллан. Язык телодвижений. Как читать мысли окружающих по их жестам / Аллан и Барбара Пиз ; [пер. с англ. Т. Новиковой]. Москва : Эксмо, 2022. – 400 с.
  3. Шахиджанян В.В. Ораторское искусство для начинающих. Учимся говорить публично. - М.: АСТ, 2020. – 416 с.
  4. Шестакова Е.С. Говори красиво и уверенно. Постановка голоса и речи. - СПб.: Питер, 2019. – 192 с.
- Электронные ресурсы:
5. История красноречия древнего мира [Электронный ресурс]. - URL: [https://studopedia.net/18\\_11992\\_iskusstvo-krasnorechiya-drevnego-rima.html](https://studopedia.net/18_11992_iskusstvo-krasnorechiya-drevnego-rima.html) ( дата обращения 12.11.2023).
  6. Как защититься от страха публичных выступлений. Правило 1 [Электронный ресурс]. - URL: <https://orator.biz/library/oratorical/kak-zashchititsya-ot-strakha-publichnykh-vystupleniy-pravilo-1/> (дата обращения 12.11.2023).
  7. Что такое ораторское искусство? [Электронный ресурс]. - URL: [https://vsetreningi.ru/schools/oratorskoe\\_iskusstvo/#ixzz8D7tXhB42](https://vsetreningi.ru/schools/oratorskoe_iskusstvo/#ixzz8D7tXhB42) (дата обращения 12.11.2023).
  8. Онлайн-курс ораторского мастерства. 4brain [Электронный ресурс]. - URL: <https://4brain.ru/oratorskoe-iskusstvo/> (дата обращения 14.11.2023).
  9. Самоучитель по ораторскому искусству. Урок 1 [Электронный ресурс]. - URL: <https://bolsunov.com/samouchitel-po-oratorskomu-iskusstvu-kak-nauchit-sebya-vystupat-publichno-urok-1/> (дата обращения 14.11.2023).

### 1 СЛАЙД

**Ведущий 1:** Всем привет, меня зовут Кривобородова Дарья, я Космодемьянская Екатерина, мы ученицы 11 «А» класса. *(Приветствие, краткий рассказ о себе и деятельности в школе)*

### 2 СЛАЙД

**Ведущий 1:** Попробуйте повторить нашу скороговорку, прыжок с переподвыподвертом. Если у вас не получилось за мной повторить, то вам обязательно нужен сегодняшний урок ораторского мастерства, но если у вас всё же получилось, то вы огромные молодцы и я советую вам и дальше прокачивать свои навыки!

### 3 СЛАЙД

**Ведущий 2:** Согласитесь, что в школе постоянно нужно выступать на публике – читать доклады, рассказывать стихотворение, проводить мероприятия и конференции. По результатам проведенного опроса среди учеников мы выявили, что почти у всех школьников есть страх публичных выступлений. Дети боятся проявить себя, опозориться, боятся чужого мнения и критики. Большинство опрошенных переживают, что в классе над ними будут смеяться. Проблема публичных выступлений является достаточно важной и серьезной в настоящее время.

Коммуникативная компетентность - «слабое звено» в современной школе. Часто выпускники школ, даже обладая знаниями по предмету, не могут их продемонстрировать, связно и логично изложить, теряются перед необходимостью самопредставления.

**Ведущий 1:** Поэтому на первый план в подготовке конкурентоспособной личности, ориентированной на самореализацию в процессе общения, общество ставит основы ораторского искусства и риторики.

### 4 СЛАЙД

**Ведущий 2:** **Чего Вы больше всего боитесь, выступая на сцене?**  
*(Выслушиваем ответы)*

**Ведущий 1:** Знакомо ли вам состояние тревоги и даже паники, которое охватывает Вас после того, когда вам предлагают выступить перед одноклассниками? Бессонная ночь, тревожное утро, пугающая, даже зловещая тишина в классе, чужой, дрожащий голос и утешающие реплики друзей после выступления: «Ничего! В следующий раз будет легче...».

## 5 СЛАЙД

**Ведущий 2:** Как вы думаете, можно ли от публичного выступления получать удовольствие? Можно ли научиться блестяще подготовить и провести презентацию? *(Выслушиваем ответы)*

## 6 СЛАЙД

**Ведущий 2:** В каких ситуациях нам пригодились бы ораторские умения, т.е. умения говорить публично? *(Выслушиваем ответы)*

## 7 СЛАЙД

**Ведущий 1:** Делаем вывод: Ораторское мастерство — это, в первую очередь, способность отдельной личности к самовыражению через собственную речь. Кроме того, ораторское искусство во многом — это ещё и умение быть хорошим собеседником.

**Ведущий 2:** Общение с аудиторией состоит из двух частей: вербальной, т.е. того, что мы произносим словами, и невербальной - того, что за нас говорит наше тело, мимика, жесты. А знаете ли вы, что от невербальной части зависит успех нашего выступления на 93%.

## 8 СЛАЙД

**Ведущий 2:** Давайте проведем известный всем эксперимент, описанный в книгах психологов *(Упражнение для участников мастер класса)*

Разверните плечи, закиньте руки за голову, откиньтесь на спинку стула и ... почувствуйте себя несчастным. Получается? А теперь опустите плечи и голову и ... вызовите состояние радости. Не получается? И не получится, потому что несчастье нас сгибает, а радость заставляет раскрыться.

Вот почему наше появление перед аудиторией и первые впечатления являются решающими.

**Ведущий 1:** Итак, создаем «Ситуацию успеха»:

- Спина прямая
- Плечи расправлены
- Опора на обе ноги. Иначе происходит зажим диафрагмы и вам может не хватить воздуха для выступления.
- Подбородок параллельно полу

Всё это говорит о том, что вы успешны!

Следующей задачей является установление контакта с аудиторией. **Как привлечь к себе внимание аудитории?** (*Репликой или ожиданием тишины*).

Не начинайте говорить, пока вас не начнут слушать.

**Как установить зрительный контакт?** Мысленно разделить аудиторию на 3 сектора и попеременно переводить взгляд на каждый сектор. Не “блуждайте” взглядом поверх голов, не смотрите постоянно на одного человека

**Ведущий 2: Как вы думаете, с чего начинается публичное выступление?**  
(*Выслушиваем ответы*)

Публичное выступление начинается с подготовки. Удачным выступление бывает тогда, когда оно хорошо продумано и подготовлено.

Но даже хорошо продуманное и подготовленное выступление не будет иметь должного эффекта, если мы не затратим некоторое время на разминку, это необходимо, чтобы не производить впечатления усталого человека, не поправлять одежду и не прочищать горло на глазах у изумлённой публики. Плохая дикция затрудняет понимание сути произносимого.

## 9 СЛАЙД

**Ведущий 1:** Прежде чем мы начнем выполнять упражнения, я предлагаю кому-нибудь из вас прочитать выразительно текст. А потом его же прочтем после упражнений.

*«Слово со скомканным началом подобно человеку с расплющенной головой. Слово с недоговоренным концом напоминает человека с ампутированными ногами. Выпадение отдельных звуков и слогов то же, что выбитый глаз или зуб» (К.С.Станиславский).*

## 10 СЛАЙД

**Ведущий 2:** Артикуляционная зарядка, помогает размять мышцы звукового аппарата, облегчить проговаривание звуков, развить свою речь, сделать ее четкой и внятной. Упражнения для развития голоса выполняют последовательно, начиная с разминки языка:

Предлагаю вам встать в пары, друг напротив друга и повторять за нами упражнения.

1. Язык высовываем как можно дальше, затем возвращаем его обратно, также стараемся завести как можно глубже 5-7 раз.

2. Языком совершаем круговые движения по внутренней поверхности зубов (рот при этом закрыт). В каждую сторону нужно сделать не менее 10 вращений.

### **Ведущий 1:**

3. Высовываем язык, вращаем его сначала по часовой стрелке (5 кругов), затем против часовой стрелки также 5 кругов.

4. Губы вытягиваем в трубочку, задерживаем в этом положении на несколько секунд. Затем губы растягиваем в широкой улыбке, также фиксируем положение на несколько секунд. Движения чередуем 5-7 раз.

5. Губы вытягиваем в трубочку, в этом положении стараемся совершить губами движения по кругу и вверх-вниз. Длительность упражнения — 2 минуты..

6. Надуваем щеки как можно сильнее, воздух внутри рта «перекачиваем» по кругу в течение минимум 5 минут.

**Ведущий 2:** Проводим разминку лицевых мышц: для этого можно корчить рожицы, выпучивать глаза, надувать щеки — делать любые движения, которые заставят работать мимические мышцы.

## **11 СЛАЙД**

**Ведущий 2:** Теперь предлагаю вам перейти к развитию дикции. Перед вами на слайде представлен ряд гласных звуков [И], [Э], [А], [О], [У], [Ы], они будут взяты за основу нашей тренировки.

Произносим звуки с ударением на 1 букву (2,3,4...)

## **12 СЛАЙД**

**Ведущий 1:** Согласные звуки более трудны для произношения. Они придают речи четкость, выразительность, помогают формировать слова.

Пример упражнений на согласные звуки.

Чередуем звук [П] - глухой, звук [Б] – звонкий с рядом гласных.

1. Чередовать: П, Б (*несколько раз*).
2. ПИ – ПЭ – ПА – ПО – ПУ – ПЫ.
3. БИ – БЭ – БА – БО – БУ – БЫ.
4. ПЕ – ПЯ – ПЕ – ПО.
5. БЕ – БЯ – БЕ – БО.



6. ПИББ – ПЭББ – ПАББ – ПОББ – ПУББ – ПЫББ.
7. БИПП – БЭПП – БАПП – БОПП – БУПП – БЫПП.
8. ПИББИ – ПЭББЭ – ПАББА – ПОББО – ПУББУ – ПЫББЫ.
9. БИППИ – БЭППЭ – БАППА – БОППО – БУППУ – БЫППЫ.

### **13 СЛАЙД**

**Ведущий 2:** Для достижения выразительности речи необходимо четко и ясно говорить с равной быстротой. Этому способствует работа над скороговорками.

Не нужно стремиться сразу быстро произносить скороговорки. Сначала произносим ее медленно, выговаривая каждый отдельный звук, останавливаясь после каждого слова.

При произнесении скороговорки следим за полнотой всех проговариваемых звуков, не допуская нечеткости.

**Ведущий 2:**

1. «Коси, коса, пока роса, роса долой – и мы домой».

### **14 СЛАЙД**

2. «Протокол про протокол протоколом запротоколировали».

### **15 СЛАЙД**

3. «Расскажите про покупки!

Про какие про покупки?

Про покупки, про покупки,

про покупочки мои».

Этим нужно заниматься систематически, постепенно усложняя их.

### **16 СЛАЙД**

**Ведущий 1:** И последний, но архиважный совет. Можно досконально повторить все рекомендации и не получить нужного результата. Не забывайте вкладывать душу в своё выступление!

### **17 СЛАЙД**

Помните, что в начале нашего занятия мы читали небольшой текст, готовы ли вы прочитать его ещё раз? (*Читаем*)

Почувствовали ли вы разницу? (*Вопрос сначала задается чтецу, затем слушателям*) Если да, то какую?

**Ведущий 2:** Из чего же складывается успешное публичное выступление

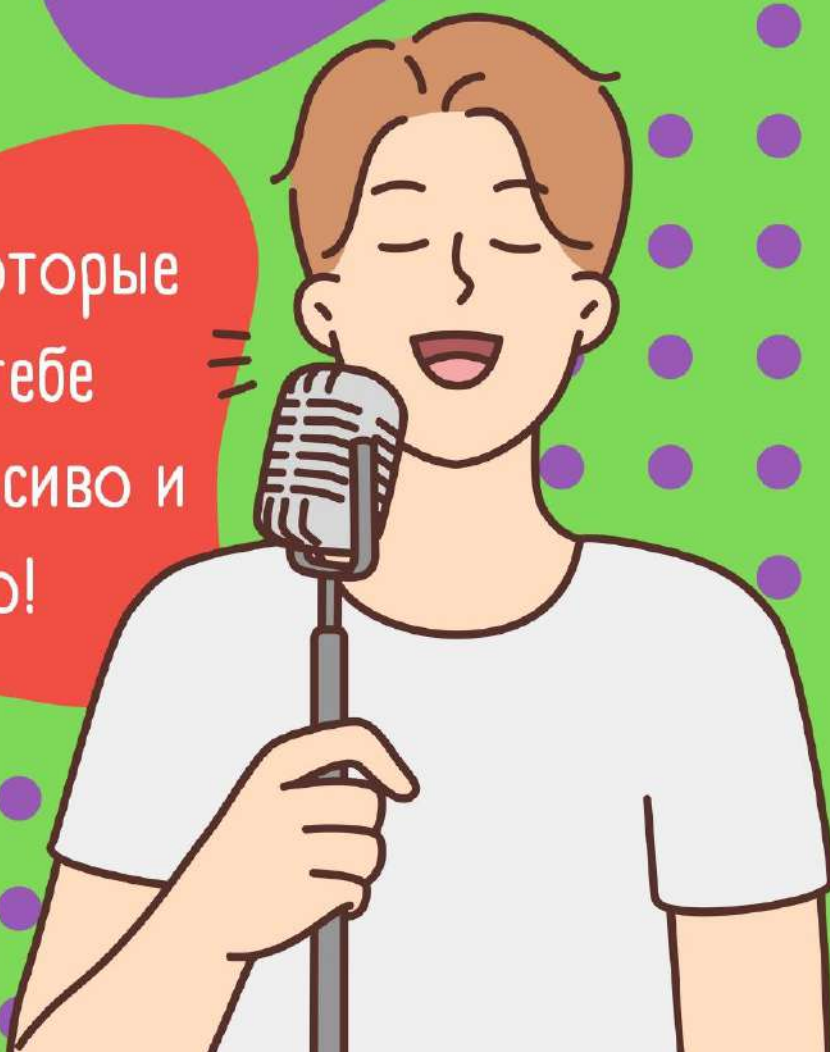
1. Начинать с подготовки
2. Необходимо размяться, чтобы не производить впечатления усталого человека, не поправлять одежду и не прочищать горло на глазах у изумлённой публики
3. Создавать самому себе «ситуацию успеха»
4. Установить зрительный контакт с аудиторией
5. Не забывать вкладывать душу в своё выступление

А теперь рассмотрите диагностическую карточку и выразите свое отношение к мастер-классу.

**ДИАГНОСТИЧЕСКАЯ КАРТОЧКА**

# Немного об ораторском мастерстве

7 уроков, которые  
помогут тебе  
говорить красиво и  
уверенно!



# Содержание

- Цели на курс.....
- Что же такое ораторское мастерство?.....
- Колесо Успеха .....
- Урок 1. Разогрев.....
- Урок 2. План выступления.....
- Урок 3. Ораторские приёмы.....
- Урок 4. Произнесение речи.....
- Урок 5. Запоминание текста.....
- Урок 6. Как проявляется  
уверенность .....
- Урок 7. Взаимодействие оратора  
с аудиторией .....
- Игра "Давай поговорим!" .....



*Поставь цели которых  
хочешь достичь на курсе*

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....



# КОЛЕСО УСПЕХА

Оцените своё владение перечисленными сторонами по десятибалльной шкале, где ноль — не владею совсем и десять — полностью владею.



Выполнив такую оценку, подумайте, какие навыки нужно улучшить, чтобы выровнять колесо и сделать его пригодным для эффективного передвижения по дороге Вашего ораторского успеха.

**1** В словаре современного русского языка «риторика» это:

- ораторское искусство, теория красноречия;
- эффектность, внешняя красивость речи;
- в старину – название младшего класса духовной семинарии;
- все перечисленное выше.

**2** Упражнение по риторике, использующееся до н. э. в школах:

- сочинение художественных текстов
- сочинение судебных речей
- составление описаний действий и предметов

**3** Раздел риторики изучающий вопросы композиции текста:

- эплокуция
- диспозиция
- инвенция

**4** Ораторское искусство предполагает:

- объяснить сложные термины простым языком.
- добиться понимания у людей и веры у народа.
- удержать внимание публики.
- в совершенстве овладеть дикцией.



## Урок 2

### План выступления

*Один человек в краткой 30-секундной беседе выдал, сам того не подозревая, точную формулу успешной презентации. Как все это было...*

Как вы поняли из предыдущего урока, чтобы приготовить хорошее выступление, важно знать, о чем говорить и как правильно донести свои мысли до аудитории. Для этого необходимо составить план своего выступления, ориентируясь на который, вы сможете произнести великолепную ораторскую речь.

Естественно, структура каждого публичного выступления индивидуальна и зависит от многих вещей, к которым относятся: количество и особенности слушателей, их заинтересованность, время выступления и многое другое. В данном уроке показаны основные правила составления плана публичной речи, которые вы сможете применить при любых обстоятельствах.

*Предлагаю вам поговорить на тему "Пошка реги" а после поиграть в игру "Давай поговорим" (правила находятся в конце тетради)*



# Логика речи

Логика речи – это основа убеждающей функции любого выступления.



Логике написания текстов посвящено множество теорий и правил в риторике и филологии, здесь будет сказано лишь о некоторых, наиболее действенных из них. Например, чтобы добиться логичности структуры выступления можно использовать декомпозицию поставленной цели, а также учитывать актуальное членение предложений и абзацев.

## *Декомпозиция*

Декомпозиция – это метод, позволяющий заменить достижение одной общей цели решением серии меньших взаимосвязанных задач.

Например, если ваша речь имеет целью показать пользу изучения риторики, то можно эту общую цель разделить на несколько вспомогательных задач: показать важность знания навыков риторики для каждого отдельного человека, рассказать о преимуществе дистанционных технологий обучения и т.д. Так декомпозиция позволяет добиться логичности структуры ораторской речи, упрощения ее понимания слушателями.

## *Актуальное членение*

В русском языке (в отличие, например, от английского) не фиксированный порядок слов в речи (то есть не субъект-предикат-объект), расположение слов в русской фразе зависит от смысла предложения, от контекста. Актуальное членение позволяет независимо от грамматического порядка слов проследить логику изложения: так сначала говорится о том, что уже известно или может быть легко понято – тема (старая, известная информация), а потом о чем-то новом – рема (новая, ранее неизвестная информация). Тема и рема помогают добиться последовательности и логики изложения, они вычленяются не только на уровне предложений, но и на уровне больших смысловых единиц – абзацев.







## Урок 4

### Произнесение речи

*Сегодня мы разберём несколько упражнений для улучшения техники речи)*

#### Упражнение «Кью-икс»

Этот несложный прием помогает не только раскрыть голос, но и овладеть верной артикуляцией. Само же упражнение очень простое: станьте перед зеркалом.

Протяжно произнесите «кью», вытягивая губы трубочкой.

А затем — «икс», растягивая их в широкой улыбке.

Рекомендуется выполнять такую «гимнастику» по 5–10 минут в день. Смотря на себя в зеркало, вы сможете контролировать движение губ для четкости и выразительности при произношении каждого звука. Результатом станет звучность речи, устранение монотонности и нечеткости

#### «Бим-бом».

Это упражнение заключается в протяжном произнесении слогов.

При этом последнюю букву нужно тянуть как можно больше.

Подойдут не только «бим» и «бом», но и сочетания гласных с любыми непарными звонкими: «ми», «ре», «му», «нэ» и другие.

Выполняйте упражнение 5–6 раз подряд, прочувствуйте, как резонирует звук «mmm» в полостях головы.

## Упражнения на дыхание

Дыхание – физиологическая основа речи, поэтому начинать постановку голоса следует с него.

### Упражнение 1

Тренируем правильное дыхание. Станьте прямо, но не напрягайтесь. Положите одну ладонь на верхнюю часть живота, вторую – сбоку на талию. Это нужно, чтобы вы могли почувствовать движения ребер и диафрагмы во время упражнения. Без усилия вдохните, а выдыхайте на счет от 1 до 5. Считать вслух не надо, сосредоточьтесь на движении ребер и диафрагмы. Грудная клетка не должна растягиваться, как при глубоком вдохе! Вдох короткий и естественный, выдох – долгий и плавный, но без усилия.

### Упражнение 2

Экономный вдох – короткий и бесшумный. Послушайте аудиокнигу, которую читает известный актер, и обратите внимание: вы не слышите, как он вдыхает. Вы также можете записать собственное чтение вслух, чтобы убедиться: вдох может быть слышен, иногда из-за него возникают нарушающие смысл паузы. Чтобы этого не происходило, тренируем экономный вдох. Для этого нужно вдохнуть носом, задержать на счет 1-3 дыхание и плавно выдохнуть через рот на счет от 1 до 5. Выдох – долгий и плавный, вдох – короткий и естественный. Следите за мышцами пресса! Они не должны расслабляться, живот должен быть подобран.

### Упражнение 3

Еще одно упражнение на экономный выдох. Сделайте глубокий вдох через нос на счет 1-3. Задержите дыхание на счет «раз», а затем плавно выдыхайте через рот, произнося «с», «ф» или «ш». Звук «с» должен звучать без толчков, вибрации или ослабления к концу выдоха.

# Развитие дикции

Если работать со сложными сочетаниями согласных хотя бы по 10-15 минут 6 дней в неделю, уже через месяц-другой у вас будет профессиональная дикторская артикуляция и правильная техника произношения. Но этого недостаточно, потому не забывайте про дополнительные способы улучшения артикуляции.

## Упражнение 1

Для техники произношения полезно читать вслух стихи, отбивая ритм ладонями и двигая плечами. Стихотворения выбирайте на свой вкус, но эффективнее всего работать с детскими стихами, потому что у них простой ритм. Тренировка техники произношения требует упорства и дисциплины. В среднем, чтобы добиться результатов, нужно 2-3 месяца. Самостоятельно заниматься так долго сложно, легко потерять мотивацию или наделать ошибок, поэтому приходите в нашу школу ораторского мастерства на индивидуальные или групповые занятия!

## Упражнение 2

Это упражнение развивает не только голосовой диапазон, но также артикуляцию. Используйте сложные сочетания согласных для отработки техники речи и правильности произношения. Для этого произносите слоги слитно. Но читайте их построчно: одна строка – один долгий плавный выдох. Сначала читайте медленно и шепотом, затем громче и в естественном темпе, затем быстро и громко. Используйте камушки или орешки – препятствия для языка. Примеры сложных слогов:



ПТКИ, ПТКЭ, ПТКА, ПТКО, ПТКУ, ПТКЫ, ПТКЕ, ПТКЯ, ПТКЁ, ПТКЮ  
БДГИ, БДГЭ, БДГА, БДГО, БДГУ, БДГЫ, БДГЕ, БДГЯ, БДГЁ, БДГЮ  
МРЛИ, МРЛЭ, МРЛА, МРЛО, МРЛУ, МРЛЫ, МРЛЕ, МРЛЯ, МРЛЁ, МРЛЮ  
ЛМНИ, ЛМНЭ, ЛМНА, ЛМНО, ЛМНУ, ЛМНЫ, ЛМНЕ, ЛМНЯ, ЛМНЁ, ЛМНЮ  
ФТЧИ, ФТЧЭ, ФТЧА, ФТЧО, ФТЧУ, ФТЧЫ, ФТЧЕ, ФТЧЯ, ФТЧЁ, ФТЧЮ

# Урок 5

## Запоминание текста

### Что нужно запоминать оратору?

Суть тренировки памяти для ораторского искусства заключается в том, чтобы научиться направленно запоминать необходимый материал для вашего выступления. Особенно полезно будет запомнить следующие элементы публичной речи:

- ✓ **Начало.** Хорошо выученное вступление речи позволит вам успешно пройти начальную фазу выступления, для которой часто характерно излишнее волнение.
- ✓ **Конец.** Как правило, начало и концовка выступления запоминаются слушателями лучше всего в соответствии с «правилом краев» Эббингауза.
- ✓ **Структуру выступления.** План речи, о котором говорилось во втором уроке, является важным элементом любого выступления. Он служит опорой для всей речи, и его запоминание необходимо.
- ✓ **Ключевые мысли.** Если в вашей речи есть важные тезисы, которые вы хорошо сформулировали, то будет полезно их запомнить, чтобы иметь уверенность в том, что вы сможете их правильно воспроизвести на публике.

*Знаешь ли ты упражнения для прокачки памяти, расскажи о нём!?*







## Урок 7

### Взаимодействие оратора с аудиторией

*Грамотный докладчик во время выступления обращается ко всем присутствующим слушателям. Его речь понятна и интересна каждому, она не навязывает мысли оратора, а заставляет задуматься и сделать свои выводы.*

Каких бы размеров ни достигало число слушателей, они сразу почувствуют страх, негатив и враждебность по отношению к себе, поэтому истинный оратор должен быть доброжелательным и вести себя профессионально, то есть:

Исключить упреки, шантаж, угрозы,

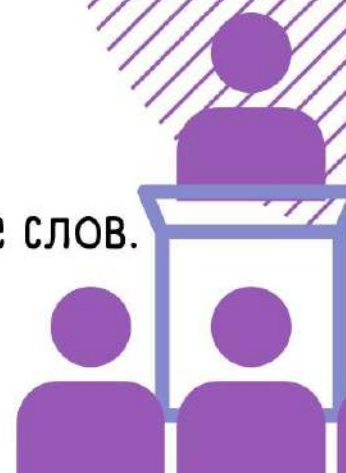
оскорбление слушателей или третьих лиц;

Не лгать и не увиливать при ответах на вопросы;

Не унижать оппонентов и несогласных;

Обращаться к чувствам слушателей, но не манипулировать ими;

- Не следует искажать факты
- или фразы оппонентов;
- Нельзя отказываться от сказанных ранее слов.





# “Давай поговорим”

Начнём свое риторическое путешествие, во время которого мы встретимся с различными заданиями для выступлений. В каждом раунде игроки кидают кубик 2 раза и первая цифра это тема (поле с картинками), а вторая это задание (поле с буквами и перечень заданий).

Рамки выступления определяет бросок кубика, что делает игру увлекательной и непредсказуемой. Речь длится одну-две минуты. Участники оценивают выступления, в конце подсчитывается общий балл, и определяется победитель.

- A)** Свободное высказывание на тему
- B)** Вопрос по теме от соседа слева
- C)** Рефлексия
- D)** Убеждение стоя спиной к зрителям
- E)** Утверждение что эта тема не нужна и не важна
- F)** Личная история на тему
- G)** Высказывание с использованием метафоры, пословицы, поговорки и т.д
- H)** Высказывание с использованием цитаты известной личности

Удачи



