Достигала

• Положение тела в пространстве. Не вжималась в стену. Находила оптимальное положение между стеной и первым рядом (камерой).

• Ноги – на ширине плеч.

• Ноги – ровные, не сгибаем в коленях.

• Соблюдаем правило «Глаза и носки ботинок смотрят в одну сторону». Если нужно поговорить с разными флангами аудитории, мы делаем переходы: перешли, встали, говорим. Во время переходов можно говорить, но не ключевые мысли.

• Избегаем частых переходов.

• Тело – немного напряжено, но собрано.

• Руки. Руки были на уровне грудной клетки. Раскрыты. Не держалась все-время сомкнутыми.

• Избегаем скрещенных рук, ног, не убираем руки в карманы

Не достигла

• Жестикуляция. Были жестикуляции нефункциональные. Руки двигаются в такт речи но не помогают описывать предмет речи.

• Локти оторваны от тела, руки свободно двигаются от плеч.

• Осанка. Осанка неуверенна и не позволяет правильно звучать голосу.

• Зрительный контакт. Я просто «бегаю» глазами.