**Ключевая точка**

1. **Самая важная информация на курсе была**

Самая важная информация, которую я получила на курсе, это понимание структуры эффективного публичного выступления. Также было интересно узнать, как четко формулировать тему и цель, строить логическую линию аргументации и использовать разнообразные ораторские приемы, такие как риторические вопросы.

1. **Мои сильные стороны как выступающего**

Я не сильно волнуюсь перед выступлением, а также мне довольно легко удается устанавливать зрительный контакт и использовать жестикуляцию.

1. **Мои слабые стороны как выступающего**

Пока мне не особо удается четко формулировать свои мысли и использовать интонацию в своей речи, то есть выступления получаются монотонными.

1. **Сравните свое первое и последнее видео по следующим критериям, используя традиционную пятибалльную шкалу**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Критерий** | **Описание** | **оценка видео 1** | **оценка видео 2** | **Обоснование** |
| 1 | Тема и цель выступления | Четко сформулирован и обозначен тезис, который доказывает спикер, четко понятны тема и цель выступления. | 5 | 5 | Тема обозначена в самом начале и раскрывается в течение всего видео |
| 2 | Структура выступления | Четко прослеживаются вступление (вызван интерес), основная часть, заключение. Грамотно выстроена линия аргументации (аргументы + поддержки). | 3 | 4 | Структура в первом видео довольно единая, во втором видео она лучше разделена, иногда не хватает аргументов |
| 3 | Соответствие выступления ЦА | Аргументы, внешний вид, подача соответствуют целевой аудитории, оправданное использование терминологии. | 5 | 5 | Аргументы и терминология соответствуют целевой аудитории |
| 4 | Ораторские приемы | вопросы, метафоры, присоединение, работа с эмоциями, метафора, визуализация, сторителлинг... | 2 | 4 | В первом видео практически не используются, во втором ораторских приемов больше |
| 5 | Речь | Отсутствие слов-паразитов, дикция, грамотное построение фраз, «косноязычие», слишком простая или слишком сложная речь. | 4 | 4 | Слова-паразиты отсутствуют, дикция не всегда четкая |
| 6 | Голос | Громкость, темп (скорость), интонирование (переходы от низкого к высокому). | 4 | 4 | Темп хороший, интонирование слабое |
| 7 | Язык тела | Осанка (ровная), поза (нет защитных поз), положение тела в пространстве (уместное); движения гармоничны, мимика (активная, не напряженная), жестикуляция (достаточная, уместная, иллюстрирует текст), зрительный контакт. | 5 | 5 | Открытая поза, есть жестикуляция, зрительный контакт присутствует |
| 8 | Соблюдение тайминга | Время выступления 4 минуты. Допускается выступление в диапазоне 3 минуты 45 секунд – 4 минут 15 секунд. | 5 | 4 | В последнем видео выступление заняло на несколько секунд дольше регламента |
|  | Итог: |  | 4 | 4 | Есть хорошие моменты, надо продолжать развиваться и уделить внимание недостаткам, которые есть сейчас |

**Основной вывод за курс** – это понимание, что успешное выступление требует подготовки и самодисциплины.

**В будущем уделю внимание на** дальнейшее развитие ораторских приемов и совершенствование управления эмоциями перед выступлением.

**Мне нужно поработать над** улучшением интонаций и использованием ораторских приемов.

**Я благодарна за** этот курс, так как он дал мне уверенность в своих силах.