

Подготовка к докладу



Ермилина Е.В.
Школа юного
исследователя
ИПФ РАН
Нижний Новгород

Формы подведения итогов

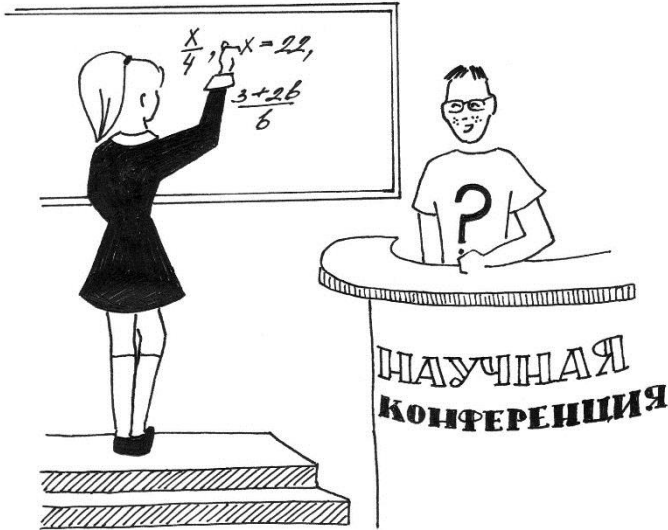


Симпозиумы
Конференции
Семинары
Защиты

Семинар (от латинского *seminarium* – рассадник) – собрание исследователей, на котором обсуждается какая-либо одна научная проблема.

Конференция (от латинского *conferre* – собирать в одно место) – собрание учёных, на котором обсуждаются научные материалы по разным проблемам, но объединённые, например, тематически.

План выступления



Любую школьную работу можно рассказать за 5 – 8 минут.

Помните, что лучше всего запоминается последняя фраза.

1. Почему была избрана эта тема?
2. Какую цель преследовало исследование?
3. Какие ставились задачи?
4. Какие гипотезы проверялись?
5. Какие использовались методы и средства исследования?
6. Каким был план исследования?
7. Какие результаты получены?
8. Какие выводы сделаны по итогам исследования?
9. Что можно исследовать в этом направлении дальше?

О чем говорить?

1. Вступление

задачи

- привлечь внимание, заинтересовать
- установить контакт, создать безопасную обстановку.
- сформулировать цель презентации – ожидаемый результат



что делаем

- приветствие
- представляемся
- обозначаем цель.

2. Основная часть

задачи

- последовательно разъяснить выдвинутые гипотезы
- доказать их истинность и верность
- подвести слушателей, комиссию к необходимым выводам.



что делаем

- выделяем ключевые тезисы
- готовим за ранее речевые обороты
- продумываем модель убеждения
- владеем фактами, статистикой, примерами

3. Заключение

задачи

- суммировать сказанное
- подчеркнуть значение сказанного
- сохранять эмоциональный фон



что делаем

- ГОТОВИМ ОСНОВНЫЕ ВЫВОДЫ
- благодарим аудиторию
- отвечаем на вопрос

Как добиться уверенности?

1. *Готовьтесь к выступлению.* Чем лучше знаешь тему, тем увереннее себя чувствуешь.
2. *Используйте визуальные средства.* Презентация или стенд помогут иметь перед глазами план выступления.
3. *Сделайте текст доклада своим помощником.*
Отметьте в нём, когда сделать паузу, когда подчеркнуть что-то важное, когда обратиться к визуальным средствам. Если предстоит выступать с презентацией работы, то текст при подготовке к выступлению разбейте по слайдам.
4. *Практикуйтесь.* Потренируйте несколько раз своё выступление, пока не останетесь довольны собой.

Как добиться уверенности?

5. *Костюм должен способствовать успеху.*
Конференция – «официальное мероприятие».
наденьте то, в чём чувствуете себя комфортно, не забывайте, что выступление – торжественный момент и научное сообщество придерживается строгого традиционного делового стиля в одежде.
6. *Говорите громко и чётко.* Не расслышанные фразы приведут к дополнительным вопросам.
7. *Обращайтесь к нескольким дружелюбным лицам* во время выступления, защитите себя теплыми взглядами людей, которых вы знаете или тех, кто выражает свою поддержку.
8. *Не говорите долго,* максимум 8-10 мин.
9. *Наслаждайтесь общением и делитесь своими знаниями!*

Как рассказывать?

Рассказывайте так же просто, как однокласснику. Потренируйтесь на руководителях, родителях и согруппниках!

** Простота речи не означает использование неформальной лексики и злоупотребление словами-паразитами.*

Canned Speech (консервированная речь)



Если Вы вызубрили речь, это **очень опасно**. В этом случае Вас легко запутать, несмотря на то, что это не является целью жюри. **Но еще хуже читать по бумажке!**

Посмотрите на себя со стороны

Попробуйте заранее снять свое выступление на видео и посмотрите на свою манеру поведения.

Обратите внимание на следующие особенности Вашей речи:

- Поза и движения (зажатость, положение рук, движение тела, раскачивание)
- Плавность речи, наличие разделительных пауз, хватает ли воздуха, лишние звуки, слова-паразиты...
- Выражение лица, мимика, глаза.

Хорошее настроение и улыбка – половина успеха!

Так не надо!



Жестикуляция

Жесты уверенности:

- Кисти рук соединены кончиками пальцев, ладони не соприкасаются
- Кисти рук сцеплены сзади, подбородок высоко поднят
- Во время передачи информации локти не прижаты к туловищу

Жесты неуверенности, раздражения:

- Прижатые вплотную к бокам локти
- Поправление пуговицы, манжета
- Потирание уха

Жесты, выражающие агрессивность:

- Тесно сплетенные пальцы рук
- Сжатый кулак
- «Указующий перст», направленный на партнера
- Руки упираются в поясницу, ноги широко расставлены

Жесты несогласия:

- Боковой взгляд – недоверие
- Прикосновение к носу

Жесты разочарования:

- Почесывание в затылке
- Удары ногой (по полу, воздуху)



Рекомендации по невербальным средствам

ПОЛОЖЕНИЕ

Правильная поза та, когда Вы стоите прямо, а не наклоняетесь вперед или назад.

Опустите руки вдоль туловища, не держите их, скрестив перед собой.

ГОЛОС

Выражайте эмоции голосом.

Говорите неторопливо, делайте паузы.

Глубоко вдохните и выдохните несколько раз, чтобы проконтролировать свой голос.

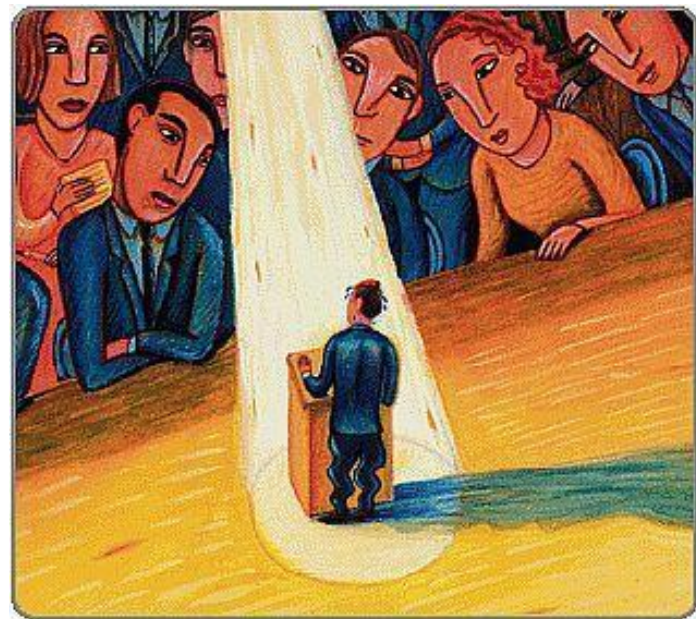
Потренируйте до выступления интонацию своих наиболее важных высказываний.

МИМИКА

Сохраняйте приветливое выражение лица.

Избегайте морщить лоб.

Находите визуальный контакт, но избегайте смотреть в упор.



Волнение



Речь четкая. Если волнуетесь, то все цифры, определения – под рукой.

- Перед началом ответа вдохните несколько раз как можно глубже, стабилизируйте дыхание.
- Если вы считаете, что ваши руки выдают ваше волнение, спрячьте их за спину.
- Если вы ощущаете волнение, ограничьте визуальный контакт с жюри, посмотрите на свой листок доклада.
- Если от волнения вы часто сбиваетесь на скороговорку, постарайтесь снизить темп высказываний, чтобы иметь время на обдумывание следующих предложений.

Как только справились с волнением, установите визуальный контакт.



Как реагировать на критику?

При защите. Внимательно слушайте вопросы и отвечайте конкретно, аргументируя фактами.

Не надо спорить, доказывая необъективность замечания. Согласитесь и приведите свои дополнительные доводы. Подчеркните, что имело место не незнание, а недостаток времени для ответа. Например: «Да вы правы, больше того, в этой части ответа из-за недостатка времени я упустил еще и то, что ...»



Запрограммируй себя на успех

| Негативная установка | Позитивная установка |
|---|----------------------|
| Я не могу этого сделать... | |
| Что будет, если я ошибусь... | |
| Я боюсь... (например, что у меня не хватит выдержки) | |
| Мне не хватит нужных аргументов... | |
| Мое слабое место будет заметно окружающим ... | |
| Я могу подвести... | |
| Мне поручили такое ответственное дело, а я его завалю... | |
| Никто не может сделать это лучше.... | |
| Они должны меня слушать... | |
| Перед этими людьми невозможно выступать... | |
| Не уроню ли я своего достоинства... (авторитетен ли, не смешон ли, не глуп, не скучен, не испуган, не суетлив) | |
| Сегодня я не в лучшей форме.... | |

Все получится!

