

5 рекомендаций по публичному выступлению



Студенческий совет Университета спорта и туризма

5 РЕКОМЕНДАЦИЙ ПО КРУТОМУ ПУБЛИЧНОМУ ВЫСТУПЛЕНИЮ

1. ОЦЕНКА АУДИТОРИИ

Если у вас заранее получилось узнать, перед кем вы будете выступать - вам крупно повезло. Постарайтесь максимально оперативно и досконально изучить вашу аудиторию.

При больших знаниях о публике вам будет проще находиться с ними.

2. САМОПОДГОТОВКА

Второй, но при этом самый важный этап любого появления на публике. Нужно заранее почитать, о чем вы будете говорить. Подготовленный план, сценарий, речь - это ваша страховка.

Вы заранее уверены в своих словах и отпалкиваете от того, что подготовили еще до выхода к людям.

Подпункт этого этапа - тренировка (проверка своих способностей). Не обязательно собирать целый зал.

Посадите рядом с собой друга/подругу и попробуйте прогнать свою речь, но при этом не давайте себе поблажек.

3. ПРИВЛЕЧЕНИЕ ВНИМАНИЯ

Ваш выход. За пять дней вы написали текст, за три дня начали его репетировать, за один день гень продумали, во что вы будете одеты, и наконец вы выходите.

- Привлекательный внешний вид
- Улыбка на лице
- Уверенный первый шаг выхода
- Вера в собственные слова
- Радость и приветствие удивленной аудитории

После слов «Здравствуйте, дорогие друзья!» Вы поймете легкость происходящего. Рассказывайте то, что вы подготовили. Не бойтесь ошибиться в порядке прописанной информации! Не бойтесь заглянуть в презентацию! Пока вы этого боитесь - вы притягиваете эти действия к себе.

4. ОТВЛЕЧЕНИЕ ВНИМАНИЯ

Вот вы уже на сцене и приличное количество времени пытаетесь рассказать людям о своих достижениях, либо донести очень важную информацию. Но пока это всего лишь слова.

Зрительный контакт - не менее важный компонент вашего выступления.

Презентация, фото, видео, творческий номер в перерыве между вашей речью - это и есть отвлечение внимания.

- Вы не даете возможности аудитории банально уснуть
- Не даете возможности аудитории покинуть локацию вашего выступления
- Вы предлагаете аудитории небольшой отдых от прослушивания, время от времени проводя с ними зрительную активность.

5. ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ

Так называемый «Диалог с аудиторией». Вы высказались, донесли информацию различными способами, приложили максимум усилий. Остался один тонкий момент:

Не отпускайте аудиторию без реакции! Их аплодисменты, ликования, слова, встречные высказывания - это их возможность ответить.

Ваша задача - погнать штур.

Оставайтесь стойким и хладнокровным во время всего нахождения за внимании. Будьте бдительны к реакциям людей. Оценивайте ситуацию во время самого выступления и анализируйте зрительный контакт с аудиторией.

Ну и не забудьте поблагодарить за внимание всех тех, кто находился с вами.

Где-то мы видели этого парня 😊

А, точно: на подавляющем большинстве мероприятий в роли ведущего

Сегодня Всеволод Александров поделится с тобой тем, как круто публично выступить

Смотрим, записываем, запоминаем 🗣️

Ну а карточки подготовила Анна Бегун

Рекомендация

На студентов ФГБОУ ВО «Поволжский ГУФКСиТ»

Я, как начальник отдела по связям с общественностью, подтверждаю, что студенты действительно являются участниками студенческого медиацентра и регулярно осуществляют информационное сопровождение мероприятий внутривузовского, республиканского и всероссийского уровня. Ходатайствую о:

1. Бегун Анна Олеговна, МИГМиТ, группа 23315
2. Мильчакова Юлия Сергеевна, ИС, группа 21110
3. Животенко Ксения Дмитриевна, ИС, группа 23108
4. Шуклина Ульяна Денисовна, ИФК, группа 22212
5. Воробьев Георгий Владимирович, ИС, группа 23125
6. Фадеева Полина Андреевна, МИГМиТ, группа 24342
7. Угадярова Виолетта Владимировна, МИГМиТ, 24342

Начальник отдела по связям
с общественностью



Салимзянова А.А.

02.02.2025

РЕКОМЕНДАТЕЛЬНОЕ ПИСЬМО

На студента 2 курса Международного института гостиничного менеджмента и туризма, группы 23315, Бегун Анну Олеговну

Я, как начальник отдела по связям с общественностью, подтверждаю, что Бегун Анна Олеговна является участником студенческого медиацентра и осуществил информационное сопровождение следующих мероприятий:

Дата мероприятия	Название мероприятия	Уровень мероприятия
02.02.24	5 рекомендаций по крутому публичному выступлению	внутривузовский
23.02.24	Подборка подарков на 23 февраля	внутривузовский
08.03.24	Международный женский день	внутривузовский
11.03.24	Масленица	внутривузовский
01.04.24	1 апреля	внутривузовский
09.05.24	День Победы	внутривузовский
01.06.24	День защиты детей	внутривузовский
10.06.24	Советы к сессии	внутривузовский
10.08.24	День физкультурника	внутривузовский
05.09.24	Просветительский марафон	внутривузовский
06.09.24	Просветительский марафон, знакомство с мероприятиями	внутривузовский
26.09.24	Кадровый резерв	внутривузовский
01.10.24	Международный день пожилых людей	внутривузовский
20.10.24	Всемирный день отца	внутривузовский

Начальник отдела по связям
с общественностью



Салимзянова А.А.

02.02.2025

