



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Медведевская средняя школа имени Чехарина Владимира Алексеевича»
муниципального образования Черноморский район Республики Крым

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по ВР
школа

МБОУ «Медведевская средняя школа
Им. Чехарина В.А.»

_____ О.Л. Ивашкова-Имаретли .

«__» __08__ 2023г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ «Медведевская средняя

им. Чехарина В.А.»

_____ Е.В.Симоненко

приказ №__361__ от

«__31__» __08__ 2023г.

РАССМОТРЕНО и РЕКОМЕНДОВАНО

к утверждению на заседании методического
объединения классных руководителей

Руководитель МО

_____ Дюскина Е.А.

протокол №__10__ от

«__29__» __08__ 2023г.

**Рабочая программа курса
внеурочной деятельности
Клуб выразительного чтения
на 2023/2024 учебный год
Давыденко Е.В.**

Медведево, 2023г

Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС СОО, программой воспитания.

Пояснительная записка

Программа составлена на основании

- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897 (с изменениями и дополнениями;
- Письма Минобрнауки России от 18.08.2017 N 09-1672 ”;

Общая характеристика курса

Вся наша жизнь строится на общении - так устроено человеческое общество. Поэтому наибольших успехов в личной жизни, учебе, на работе достигает тот, кто умеет хорошо говорить. Такой человек на голову выше остальных. Говорить, конечно же, можем мы все, даже малолетние дети. Но вот говорить красиво, логично, доходчиво, увлекательно, а также уверенно держаться перед аудиторией может все-таки не каждый. Мастерами общения не рождаются - ими становятся, но существует категория людей, которым с детства не составляет никакой трудности выступить перед публикой, они чувствуют себя перед группой людей уверенно, могут смело вступить с ними в беседу, не испытывают стеснения. Это социальная одаренность. Социально одарённые дети всегда обращают на себя внимание. Их трудно не заметить среди сверстников: они выделяются активностью, ярко выраженным интересом к людям, потребностью в общении с детьми и взрослыми. Результатом социальной одарённости является формирование социальнокоммуникативной компетентности как проявления социальной одарённости в деятельности: способность четко, уверенно, интересно, ярко и убедительно излагать свои мысли. Как мы знаем, научиться плавать, стоя на берегу, невозможно. Нужно войти в воду и тренироваться. То же самое относится к навыкам выступления перед публикой и к навыкам общения.

Курс «Клуб выразительного чтения» дает возможность развития социальной одаренности, позволяет учащимся получить не только полезные знания, но на практике отработать все приемы, способствующие развитию грамотной, красивой, смелой речи, развитию навыков выступления перед аудиторией. Выразительное чтение – это - умение чётко и ясно выражать свою мысль; - конструктивность речи; - динамичность речи; - презентация речи.

Цель курса:

Развитие у учащихся навыков выразительного чтения, умения ориентироваться в речевой ситуации и решать поставленную коммуникативную задачу.

Задачи курса:

Обучающие: формировать у учащихся навыки владения материалом выступления, средствами общения, аудиторией, собой, своим поведением;

Воспитывающие: формировать культуру дискуссии, уважительное отношение к мнению другого человека;

Развивающие: развивать творческий потенциал учащихся, умение анализировать свою речь, «видеть» свое выступление.

Цель программы:

овладение умениями и навыками публичных выступлений, приобретение прочных навыков управления аудиторией. А также овладение искусством блестящего рассказчика, умения говорить увлекательно, развитие красноречия.

Формы и методы работы на занятиях кружка – это лекции (ознакомление с ораторским искусством, особенностями публичной речи), беседы, встречи с интересными людьми и, безусловно, практика (дебаты в группе, публичные выступления перед малыми группами учащихся, участие в общешкольных мероприятиях).

Большая часть работы с кружковцами отводится именно практическим занятиям, в процентном соотношении – примерно 60-70%. Ребята на занятиях данного курса учатся: снижать излишнее волнение; удерживать внимание публики; уместно использовать разные уровни энергетики; активно и грамотно использовать жесты, интонации, контакт глазами и т.д.; владеть своим речевым голосом; умению выступать перед публикой.

На занятиях уделяется большое внимание обсуждению различных ситуаций, групповым дискуссиям, ролевому проигрыванию, творческому самовыражению, самопроверке и выступлению перед аудиторией

Планируемые результаты освоения курса «Клуб выразительного чтения»

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые они должны приобрести в процессе освоения курса «Ораторское искусство»:

- понимать культуру речи;
- знать систему речевого тренинга;

- осознать «внешнюю» и «внутреннюю» технику словесного действия;
- познать законы речевого общения;
- освоить приемы ораторского мастерства и законы риторики.

Метапредметными результатами изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

- понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем;
- планировать свои действия на отдельных этапах работы над публичным выступлением;
- осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности;
- анализировать причины успеха/неуспеха, осваивать с помощью учителя позитивные установки типа: «У меня всё получится», «Я ещё многое смогу».

Познавательные УУД:

- пользоваться приёмами анализа и синтеза при чтении и просмотре видеозаписей;
- понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
- проявлять индивидуальные творческие способности при сочинении публичного выступления, подборе простейших рифм.

Коммуникативные УУД:

- включаться в диалог, в коллективное обсуждение, проявлять инициативу и активность, работать в группе;
- учитывать мнения партнёров, отличные от собственных;
- обращаться за помощью;
- формулировать свои затруднения;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;
- договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;
- приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Предметные результаты изучения курса отражают опыт учащихся в публичной творческой деятельности:

- строить свою речь в соответствии с языковыми нормами;

- анализировать свою речь с точки зрения её нормативности, уместности и целесообразности;
- устранять ошибки и недочеты в устной речи;
- работать над сценическим словом;
- использовать логику и выразительность речи в общении.

Содержание курса «Клуб выразительного чтения»

На первом этапе обучения ученики пока еще не владеют определенными навыками публичного выступления. Поэтому основной задачей является развитие коммуникативных способностей ребят, знакомство с элементами ораторского искусства, актерской техники и использование этих знаний во время своего выступления.

Тема 1. Особенности ораторского искусства (1 час). Сущность и основные этапы развития ораторского искусства, его место и значение в современном обществе.

Особенности ораторского искусства и методика его познания. Использование принципов и навыков данной науки в управлении предприятием, их эффективность.

Ораторское искусство – это искусство построения и публичного произнесения речи с целью оказания желаемого воздействия на аудиторию. Оратору полезно обращать на следующие особенности собственной речи: дикция (произнесение звуков), темп речи (скорость нашей речи, нормальный темп русской речи: 120 слов в минуту), сила голоса: полетность, тембр голоса, словарный запас.

Тема 2. Личность оратора (1 час). Способности лектора: развитое произвольное внимание, быстрое переключение и четкое распределение, высокая концентрация; хорошая образная и логическая память, сообразительность, гибкость глубина и широта мышления и др. Специальные способности оратора: наблюдательность, развитое мышление, самостоятельность ума, способность к сильным эмоциональным переживаниям (проявляется в увлеченности темой, экспрессивности изложения, что положительно воздействует на слушателей), речевые способности, умение доносить свои мысли ясно, живо, впечатляюще.

Тема 3. Подготовка речи: выбор темы, цель речи (3 часа). Название темы должно быть ясным, четким, по возможности кратким. Оно должно отражать содержание выступления и обязательно привлекать внимание слушателей. Приступая к подготовке речи («Требуется более трех недель, чтобы подготовить хорошую короткую речь экспромтом»

- Марк Твен), необходимо определить цель выступления. Говорящий должен ясно представлять, для чего, с какой целью он произносит речь, какой реакции слушатель добивается. Цель речи не только для себя, но и для своих слушателей. Четкая формулировка целевой установки облегчает восприятие ораторской речи, определенным образом настраивает слушателей. Именно так и поступали выдающиеся ораторы разных времен.

Тема 4. Структура в выступлении (2 часа). Четкий порядок выступления. Сделать выступление структурированным помогает проработка следующих пунктов: логика выступления, расстановка акцентов, распределение времени, что говорить и не говорить в начале и заключении выступления.

Тема 5. Композиция речи (2 часа). Законы речевой динамики, строение, структура и стройность речи, целостность и последовательность выступления, приемы изящного начала и яркого окончания.

Тема 6. Техника речи и постановка голоса (3 часа). Сила и полетность звука, четкость дикции и произношения, речевое дыхание, владение взором, темпом речи, устранение «зависаний», мусорных слов-паразитов, строение фраз. Мастерство донесения речи до публики четко и без искажений.

Дыхательные упражнения (нахождение и развитие диафрагмального дыхания для дальнейшей постановки голоса и преодоления технических речевых трудностей (быстрый темп речи, одышка, нехватка воздуха и т.д.). Постановка голоса (развитие голосовых данных (нахождение и включение резонаторов, увеличение диапазона, развитие силы, выносливости голоса, работа над тембром). Дикция (произношение, четкость и ясность произношения, чистота каждого звука, слов и фраз в целом). Плохая дикция, проглатывание отдельных звуков и даже частей слов, небрежность речи затрудняют понимание сути произносимого текста. [4]

Тема 7. Речевое дыхание (2 часа). Дыхание - основа звучания голоса. Правильное дыхания (развитие правильного вдоха и правильного выдоха), бесшумный, короткий вдох, выдох – длительный, лавный.

Тема 8. Постановка на публике и контакт с аудиторией (3 часа). Приемы вовлечения, захват и удержание внимания аудитории, создание уважения, доверия и расположение публики. «В звуке голоса, в глазах и во всем облике говорящего заключено не меньше красноречия, чем в словах». (Ларошфуко): внешний вид оратора, выход на сцену, стойка

оратора, пауза в выступлении.[5]

Тема 9. Энергетика речи и уверенность оратора (2 часа). Управление стрессом, владение психологическим состоянием, методы устранения страха, секреты привлекательности оратора, свобода речи и самовыражения на публике.

Тема 10. Владение содержанием речи (2 часа). Освоение основных стилей и жанров речи. Убеждающее, информационное выступление, художественный рассказ, анекдот, притча, торжественная речь, спонтанное выступление без подготовки. Умение оперативно мыслить на публике, точно выражать и четко формулировать содержание.

Тема 11. Импровизация в речи (2 часа). Словесная импровизация - это умение легко, спонтанно, без предварительной подготовки говорить на любую тему. Словесная импровизация помогает: снять паузы зависания; не заучивать дословно текст, а импровизировать на основе только 20-30 ключевых слов; выступать на высокой энергетике; легко отвечать на вопросы; уменьшить страх публичных выступлений; взбодрить аудиторию или дать ей передышку в случае необходимости; легко поддерживать светскую беседу.

Тема 12. Креативность и остроумие в речи (2 часа). «Подвешенность» языка, нестандартность, оригинальность, юморотворчество. Образность речи, богатство языка, расширение активного словарного запаса.

Тема 13. Убедительность и влияние на публику (2 часа). Мастерство убеждения, методы эффективной аргументации, логическое и эмоциональное воздействие. Оказание влияния на публику речью, использование манипуляции, приемы софистики и внушения.

Тема 14. Выразительные средства речи (3 часа). Наглядность, владение паузой, интонационная яркость, артистизм. Художественные приемы, выразительные средства языка: тропы, фигуры, пословицы и поговорки, фразеологизмы. Выразительность жестикulations, детализация, драматизация, ролевое перевоплощение и гибкость, актерские техники.

Тема 15. Работа с аудиторией (5 часов). Управление слушателями, вдохновение на диалог, психология общения с залом. Публичное выступление. Моральная настройка на успех. Мастерство ведения дискуссий, переговоров и презентаций. Эффективные методы работы с вопросами публики. Практикум.

Тематическое планирование

№	Тема	Количество часов		
		теория	практика	всего
1	Вводное занятие. Особенности	1	1	2
2	ораторского искусства.			
3	Личность оратора.	1	1	2
4	Подготовка речи: выбор темы, цель речи.	1	2	3
5	Структура в выступлении.	1	1	2
6	Композиция речи.	1	1	2
7	Техника речи и постановка голоса.	1	2	3
8	Постановка на публике и контакт с	1	2	3
9	аудиторией.			
11	Энергетика речи и уверенность оратора.	1	1	2
12	Владение содержанием речи.	1	1	2
13	Импровизация в речи.	1	1	2
14	Креативность и остроумие в речи.	1	1	2
15	Убедительность и влияние на публику.	1	1	2
16	Выразительные средства речи. 1 2 3	1	2	3
17	Работа с аудиторией (выступление на массовых мероприятиях).		4	4
18		13	21	34

Приложение 1

Тест "Есть ли у Вас задатки блестящего оратора"

1. Задумывались ли вы когда-нибудь, о чем размышляют другие, когда вы говорите? Пытаетесь ли вы бессознательно поставить себя на их место?
2. Нравится ли вам помогать другим решать их проблемы?
3. Чаще ли вы употребляете “вы”, чем “я”?
4. Когда вы смотрите по телевизору дискуссию, хочется ли вам тоже поучаствовать?
5. Когда вы смотрите по телевизору передачу «Брейн-ринг», или «Своя игра» случается ли так, что вы можете ответить на вопрос ведущего раньше игроков?
6. Хорошая ли у вас память?
7. Ощущаете ли вы, что чувствуют другие?
8. Бывает ли с вами так, что в разгаре оживленного спора вы иногда начинаете защищать иную точку зрения только потому, что вам нравится спорить?
9. Можете ли вы прекратить путаный, бестолковый разговор, ухватив главное и, высказав это так, что все поймут и согласятся с вами?
10. Кажется ли вам, что другие говорят слишком медленно?
11. Прислушивались ли вы когда-нибудь к собственному голосу просто из интереса, как он звучит?
12. Снимали ли вы когда-нибудь себя на видео просто из интереса, как вы держитесь, как двигаетесь, как выглядите со стороны?
13. Случалось ли вам первым начинать аплодировать?
14. Любите ли вы рассказывать другим то, что знаете сами? Получился ли бы из вас хороший преподаватель?
15. Способны ли вы мыслить зрительными образами? Представляются ли вам, когда вы говорите, воображаемые картины?
16. Способны ли вы прямо сейчас, взглянув в окно, подробно описать, что увидели?
17. Интересно ли вам выполнять упражнение, предложенное в предыдущем вопросе?
18. Хороший ли вы редактор? Можете ли вы, переварив обширный материал, изложить его простым, понятным языком?
19. Любите ли вы чувствовать себя хозяином положения?
20. Способны ли вы держать себя в руках, оказавшись в трудном положении? Можете ли вы спокойно отвечать на провокационные вопросы?
21. Нравится ли вам демонстрировать свою работу и объяснять, как вы это сделали?
22. Нравится ли вам наглядно демонстрировать то, о чем вы говорите? Хочется ли вам “разыграть” то, что вы описываете?
23. Оптимист ли вы?
24. Приходилось ли вам выступать в школьных/студенческих спектаклях?
25. Смотрите ли вы людям в глаза, когда к ним обращаетесь?
26. Смотрите ли вы людям в глаза, когда они обращаются к вам?
27. Поворачиваются ли участники совещания в вашу сторону, когда наступает время подводить его итоги?

Каждый утвердительный ответ - 1 балл.

Сколько баллов у вас?

Больше 13? – Блестяще. Вам будет легче других

Меньше 13? – Отлично. Вам будет интереснее

Меньше 8? – Супер! Ваши результаты будут наиболее заметны

Приложение 2

Тест "Ваш стиль общения"

Ситуация 1. Выступление перед большой аудиторией

Представьте себе, что вас попросили выступить перед большой аудиторией на представительной конференции. Зал велик, и все места в нем заняты. Со своего места на возвышении вы видите огромное количество незнакомых лиц, которые выжидающе смотрят на вас. Даже если вы никогда не сталкивались с подобными трудностями, попытайтесь представить, как вы будете себя чувствовать в такой ситуации.

Ожидая, пока вас представят, вы будете:

- a. Немного волноваться, но ощущать уверенность в своей способности эффективно донести до слушателей свои мысли.
- b. Явно нервничать, чувствуя подташнивание и сухость во рту, а также неуверенность в своей способности ясно изложить свои идеи.
- c. Испытывать сильное волнение и смущение, со спазмами в животе, потеющими ладонями и дрожащими руками; уверенность, что вы обязательно поставите себя в глупое положение и окончательно опозоритесь?

И вот наступил решающий момент. Председатель правления компании представил вас, слушатели вежливо поаплодировали, вы встали и начали свою речь. Вы будете чувствовать себя:

- a. Относительно спокойным, внимательным и менее встревоженным, чем до того, как вы начали говорить.
- b. Гораздо более взволнованным, чем несколько секунд назад; захлестывающие вас волны паники вызывают физический дискомфорт и путаницу в голове.
- c. Таким испуганным, что вы практически не способны думать о том, что говорите; уверенным, что все в зале видит вашу нервозность; желающим как можно скорее покончить с этим тяжелым испытанием.

Во время своего выступления вы:

- a. Способны думать о том, что говорите, и размышлять, каким образом можно отступить от подготовленного текста, чтобы более убедительно изложить ключевые мысли.
- b. Вынуждены сосредоточиться только на отпечатанном тексте, потому что слишком боитесь потерять нить рассуждений, отступив от него.
- c. Настолько взволнованы и смущены, что вам трудно четко произнести отпечатанный текст; вы запинаетесь и заикаетесь, часто теряете нить и повторяетесь?

Выступление закончено. Садясь на место, вы:

- a. Довольны эффективностью своего сообщения.
- b. Вполне удовлетворены, но убеждены, что могли бы выступить лучше, если бы меньше нервничали.
- c. Расстроены и огорчены неудачным выступлением, и это означает, что вам не удалось донести свои идеи до слушателей?

Добавьте 1 балл за каждое отмеченное утверждение (a), 2 балла за (b) и 3 балла за (c).

Общая сумма баллов для ситуации 1 =

Ситуация 2. Выступление перед коллегами

Представьте себе, что вы пытаетесь изложить свои идеи группе коллег. У вас неформальная встреча, во время которой вы намерены убедить их принять тот или иной план действий.

Начиная разговор, вы:

- a. Уверены, что сумеете убедить их в разумности и ценности своих предложений.
- b. Надеетесь, что у вас получится убедить их, но волнуетесь из-за вероятных возражений, на которые могут натолкнуться ваши предложения.
- c. Не уверены, что сможете склонить их принять вашу точку зрения, поскольку практика показывает, что они редко соглашаются с вашими идеями?

Когда вы доходите до ключевых моментов своего сообщения, вы:

- a. Излагаете их так убедительно, что остальные полностью признают их значимость.
- b. Из всех сил стараетесь подчеркнуть важность ваших предложений, но не до конца уверены, что их правильно понимают.
- c. Не делаете никаких реальных попыток указать на их важность, поскольку слушатели, похоже, не проявляют никакого интереса к вашим идеям?

Ваши коллеги начинают выдвигать возражения. Вы:

- a. Внимательно слушаете возражения и отмечаете их слабые места, чтобы эффективно парировать их.
- b. Теряете терпение, считая замечания безосновательной критикой, и отказываетесь принимать их всерьез.
- c. Теряетесь от выдвинутых возражений и не в состоянии предложить контраргументы до окончания дискуссии?

Если критика усиливается, вы:

- a. Продолжаете спокойно, но твердо отвечать на возражения.
- b. Чувствуете себя настолько раздраженным, что завершаете дискуссию прежде, чем будет принято решение относительно ваших идей.
- c. Так волнуетесь, что признаете свои предложения несовершенными и недостойными дальнейшего обсуждения.

**Добавьте 1 балл за каждое отмеченное утверждение (a), 2 балла за (b) и 3 балла за (c).
Общая сумма баллов для ситуации 2 =**

Ситуация 3. Беседа с начальником

Вы ожидаете в приемной встречи с непосредственным начальником или кем-то из высшего руководства, чья поддержка необходима для внедрения ваших предложений.

В последние секунды перед разговором вы:

- a. Повторяете свои аргументы, убеждаясь, что ключевые положения четко отпечатались в вашем сознании и что вы полностью понимаете подтверждающие вашу идею факты.
- b. Чувствуете, что вам трудно сосредоточиться на содержании ваших предложений, потому что вы слишком беспокоитесь по поводу возможной реакции на них.
- c. Убеждены, что вам не удастся достаточно ясно и убедительно изложить свои предложения, чтобы получить поддержку начальника?

Секретарь просит вас пройти в кабинет. Здороваясь с начальником, вы:

- а. Оцениваете его настроение и при необходимости обдумываете способ изменения своей аргументации, чтобы подстроиться под него.
- б. Наблюдаете за настроением начальника, чувствуя облегчение, если оно кажется вам благоприятным, и волнение, если начальник выглядит враждебно настроенным.
- с. Почти или совсем не замечаете настроения начальника, потому что слишком заняты обдумыванием предстоящего разговора?

Представляя свои идеи, вы:

- а. Смотрите в глаза начальнику и следите за языком его тела.
- б. С трудом выдерживаете взгляд начальника, потому что от этого ваше волнение только усиливается.
- с. Смотрите куда угодно, только не на начальника, потому что вы слишком смущены?

Суммируя аргументы в поддержку своего предложения, вы чувствуете:

- а. Что эффективно изложили свои мысли и скорее всего добились поддержки начальника.
- б. Беспокойство, сомневаясь, что были достаточно убедительны.
- с. Что не можете определить, поддерживает начальник ваши предложения или нет.

Вспоминая свою беседу впоследствии, вы думаете:

- а. Что наилучшим образом изложили свои мысли и что нельзя было выразиться более ясно и убедительно
- б. Что в вашей аргументации было одно или два слабых звена, но в целом изложение было достаточно убедительным;
- с. Что это была пустая трата времени, поскольку вы не смогли эффективно выстроить свою аргументацию или донести свои мысли до слушателя?

**Добавьте 1 балл за каждое отмеченное утверждение (а), 2 балла за (б) и 3 балла за (с).
Общая сумма баллов для ситуации 3 =**

Ситуация 4. Как вы излагаете свои мысли

Прочтите приведенные ниже утверждения и в зависимости от того, как вы себя вели во время последнего важного публичного выступления, подсчитайте суммарное количество баллов следующим образом: редко или никогда = 0; иногда = 1; часто = 2.

ВЫ.

- Бормотали себе под нос.
- Теряли нить рассуждений
- Смотрели в пол или на потолок
- Говорили МОНОТОННО.
- Произносили слова невнятно
- Играли с карандашом или другими предметами.
- Колебались и/или использовали такие междометия, как «гм» и «э».
- Ходили взад-вперед.
- Говорили без воодушевления.

Подсчитайте общую сумму баллов для всех четырех ситуаций.

Общая сумма =

О чем говорит общая сумма

50 баллов или больше. У вас обнаружилось несколько барьеров, препятствующих эффективному общению. Их следует устранить, прежде чем вы научитесь эффективному общению. Тем не менее, пройдя тренинг, вы обнаружите, что вам стало легче четко и убедительно излагать свои мысли — вне зависимости от ситуации, в которой вы оказались.

35—49 баллов. Вы встречаетесь с определенными трудностями при попытке донести свои идеи до собеседника. Совершенствуя свои навыки, вы устраните эти препятствия и усилите позитивные стороны вашего стиля общения.

20—35 баллов. Несмотря на определенные барьеры на пути к эффективному общению, эта сумма баллов свидетельствует о прочном фундаменте знаний и навыков, на который вы можете смело опираться.

12—20 баллов. В вашем стиле общения больше позитивных, чем негативных моментов, и в любых ситуациях у вас возникает немного проблем при изложении своих мыслей. Используйте навыки для совершенствования своих и так превышающих средний уровень навыков.

Сумма баллов для каждой ситуации

Сумма, равная 6 баллам или больше для любой из четырех приведенных выше ситуаций, указывает на возможные трудности с общением в подобной ситуации.

Ситуация 1 посвящена оценке волнения при публичных выступлениях, которое быстро приводит к неудаче.

Ситуация 2 рассматривает трудности, возникающие при столкновении с возражениями, поступающими в ответ на ваше предложение.

Ситуация 3 посвящена аспектам индивидуальной беседы с человеком, который выше вас по статусу или обладает большей властью.

Ситуация 4 исследует некоторые речевые и неречевые барьеры, возникающие частично вследствие волнения, отчасти из-за недостатка опыта, а иногда как результат дурных привычек.

Приложение 3

Советы начинающему оратору

Хорошая публичная речь должна быть прежде всего содержательной, целенаправленной.

Хорошая публичная речь должна быть абсолютно грамотной как в области произношения, так и в области грамматического выражения мысли.

Хорошая публичная речь меньше всего похожа на декламацию, высшее ее качество — непринужденный разговор (беседа) со слушателями на интересную животрепещущую тему.

Важнейшая особенность публичной речи — тесный контакт (общение) со слушателями, желание поделиться с ними своими мыслями и соображениями.

Хорошая публичная речь не может быть хаотичной. Она должна быть последовательной и разумной во всех отношениях.

Овладевая искусством речи, надо помнить, что научиться можно не только правильному произношению, но и правильному, упорядоченному мышлению.

Упорство, настойчивость и терпение — вот что прежде всего необходимо начинающему оратору.

Тема вашего выступления обязательно должна быть интересной для вас и для ваших слушателей.

Готовясь к выступлению, прочтите не одну статью, а несколько, сопоставьте между собой точки зрения различных авторов. Используйте, если это необходимо, словари и справочники.

Составьте ясный и стройный план вашей речи по схеме: введение, главная часть, заключение.

Не стремитесь блеснуть своими знаниями, избегайте лишних подробностей и доказательств — берите для речи только самое существенное.

Избегайте скачков и пропусков, договаривайте мысль до конца.

Заботьтесь о внешней стороне речи. Не увлекайтесь жестикуляцией. Говорите не торопясь.

Развивайте свои голосовые данные. Упражняйте и совершенствуйте речевой аппарат. Добивайтесь отчетливой и ясной дикции.

Упражняйтесь в произнесении речей на самые разнообразные темы.

Будьте внимательны и осторожны в произношении сочетаний АЕ, ЕЕ, ОЕ, УЕ в личных формах глагола.

Не пропускайте гласных звуков.

Не удваивайте и не утраивайте согласных.

Следите за тем, чтобы согласные звуки В и М, находящиеся между гласными, были хорошо слышны; не проглатывайте их.

Отчетливо произносите начальный согласный звук, особенно в тех случаях, когда за ним следует другой согласный.

Договаривайте концы слов (не глотайте их), особенно в прилагательных, оканчивающихся на -ГИЙ, -КИЙ, -ХИЙ, и в собственных именах на -КИЙ.

Не спрессовывайте слова. Не создавайте бессмысленных и нелепых сочетаний.

Внимательно вслушивайтесь в речь мастеров художественного слова, артистов драматических театров и кино, а также в речь дикторов центрального радио и телевидения.

Следите за своим произношением.

При случае запишите свою речь на диктофон. Несколько раз прослушайте записанное, отмечая изъяны и погрешности в произношении.

Приложение 4

Упражнения для тренировки речевого дыхания

«Речевой пояс» регулирует процесс выдоха и создает необходимую опору звуку. Приступая к тренировке, прежде всего проверим активность диафрагмы. Для этого в положении лежа положите ладонь левой руки на область между грудной клеткой и животом и, предварительно выдохнув, сделайте вдох, стараясь не поднимать грудь. Если при вдохе рука поднимется, значит диафрагма опустилась и действует как следует. Сделайте несколько вдохов и выдохов и наблюдайте за движением руки (то есть за диафрагмой). Если рука во время вдоха остается неподвижной, то, стало быть, диафрагма действует вяло, и тогда следует развивать ее активность с помощью тренировочных упражнений.

Упражнение 1(д). «Свеча» — тренировка медленного выдоха при дутье на воображаемое или реальное пламя свечи. Внимание на живот. Медленно дуйте на «пламя». Оно отклоняется, постарайтесь держать пламя во время выдоха в отклоненном положении.

Вместо свечи можно взять полоску бумаги шириной 2—3 см и длиной 10 см. Положите левую ладонь между грудной клеткой и животом, в правую возьмите полоску бумаги, используя ее как свечку, и дуйте на нее спокойно, медленно и равномерно. Бумажка отклонится, если выдох ровный, то она будет до конца выдоха находиться в отклоненном положении. Обратите внимание на движение диафрагмы — левая ладонь во время выдоха как бы «медленно погружается». Повторите 2—3 раза.

Упражнение 2(д). «Упрямая свеча» — тренировка интенсивного сильного выдоха. Представьте себе свечу большого размера, вы понимаете, что ее вам трудно будет погасить, а сделать это обязательно надо. Сделайте вдох, задержите на секунду дыхание и дуньте на «свечу», пламя отклонилось, но не погасло. (Левая ладонь лежит между грудной клеткой и животом.) Еще сильнее дуньте, еще сильнее! Еще! Еще!

Чувствуете ладонью движения диафрагмы? Чувствуете, как подтянулся низ живота? Это упражнение дает возможность ощутить активные движения диафрагмы и мышц живота. Повторите 2—3 раза.

Упражнение 3(д). «Погасить 3, 4, 5, 6... 10 свечей». На одном вдохе (без добора) «погасите» 3 свечи, разделив ваш выдох на три порции. Теперь представьте, что у вас 5 свечей. А объем вдоха все тот же! Теперь — 7 свечей. Не старайтесь вдохнуть как можно больше воздуха. Пусть объем останется тот же, просто каждая порция воздуха на выдохе станет меньше. А теперь свечек 10 или 12. Объем воздуха все тот же. Порции выдыхаемого воздуха более экономные. Чувствуете ладонью движения диафрагмы? Они ритмические, прерывистые и активные. Повторите 2—3 раза.

Все дыхательные упражнения в следующих занятиях будут даваться с последующей нумерацией: 4(д) и т.д.

Дикция. Прежде чем приступить к тренировке правильного произношения гласных и согласных звуков, сочетаний их в словах и фразах, надо натренировать речевой аппарат.

К речевому аппарату относятся губы, язык, челюсти, зубы, твердое и мягкое нёбо, маленький язычок, гортань, задняя стенка глотки (зев), голосовые связки. Одни из них пассивно участвуют в речи, а другие, как язык, губы, мягкое нёбо, маленький язычок и нижняя челюсть, принимают активное участие, поэтому их можно тренировать.

Прежде чем начать тренировку дикции, надо развить и укрепить мышцы, участвующие в речевом процессе, с помощью следующих упражнений для рта, челюсти, губ, языка.

Упражнение № 1(а). Раскрытие рта. Первым условием четкой, ясной речи является свободно и хорошо раскрывающийся рот. Исходное положение — рот закрыт, губы и челюсти расслабить, язык лежит плоско, свободно касаясь нижних передних зубов. Исполнение — произнесите звук [У] несколько раз без усилий и напряжения: ууууу. А теперь произнесите звук [А], рот раскройте в вертикальном направлении, нижняя челюсть опустится примерно на два пальца (≈ 3 см). Раскрывать рот на [А] надо мягкими, медленными движениями, Прodelайте 5—6 раз.

Упражнение № 2(а). Подтягивание верхней или нижней губы соответственно к верхним и нижним деснам. Исходное положение — рот закрыт, зубы сжаты, челюсти неподвижны. Исполнение — приподнимите верхнюю губу «на улыбку» к деснам верхних зубов, затем сомкните губы; оттяните нижнюю губу к деснам нижних зубов, затем сомкните губы. Повторите 5—6 раз.

Примечание. Следите, чтобы исходное положение — зубы сжаты, челюсти неподвижны — обязательно сохранялось.

Упражнение № 3(а). Показать зубы. Исходное положение — рот закрыт, челюсти сжаты. Исполнение — одновременно приподнимите верхнюю и оттяните нижнюю губу, обнажив верхние и нижние зубы. Прodelайте 5—6 раз.

Упражнение № 4(а). Вытягивание губ — «хоботок». Исходное положение — рот закрыт, челюсти сжаты, неподвижны, губы «в хоботок» (звук [У]). Исполнение — повороты «хоботка» вправо, влево, вниз, вверх (на счет 1, 2, 3, 4 медленно), затем вкруговую — вправо, влево. Повторите 3—4 раза.

Упражнение № 5(а). «Скольжение № 1». Исходное положение — рот полуоткрыт. Исполнение — натяните верхнюю губу на передние зубы, затем медленным, плавным движением приподнимите ее «на улыбку». Натяните нижнюю губу на нижние зубы, затем медленным, плавным движением оттяните ее вниз. Повторите 5—6 раз.

Упражнение № 6(а). «Скольжение № 2». Исходное положение — рот полуоткрыт. Исполнение — одновременно натяните на зубы верхнюю и нижнюю губы, затем плавным, скользящим движением раскройте губы «на улыбку». Повторите 5—6 раз.

Упражнение № 7(а). Тренировка языка. Исходное положение — язык укладывается «лоточком» во рту, кончик языка касается нижних зубов, рот раскрыт на два пальца (≈ 3

см), нижняя челюсть абсолютно неподвижна. Исполнение — кончик языка поднимите вверх — к твердому нёбу, потом вправо, влево — в щеку и снова верните в исходное положение. Повторите 4 раза.

Все упражнения на первых порах делайте с зеркалом, движения должны быть медленными и плавными. Если какие-то упражнения не получаются, не отчаивайтесь, снова и снова повторяйте их.

Упражнения для отработки гласных и согласных звуков

Упражнение 1. Звуки И — Ы.

А) Ил, икс, ива, игра, Ира, пилигрим, июль, химия, имя, вы, мы, ты, жил, в Индии, ужин, улицы, мыс, выпуск, валы, цирк, выписной, с интересом.

Б) Был — бил, выл — вил, пыл — пил, лыжи — лижет, мил — мыл, ныл — Нил, тыл — Тиль, рысь — рис, дым — Дима, сын — синий, азы — Зина.

В) Кому пироги да пышки, кому синяки да шишки. Каков Мартын, таков у него и алтын. Знали, кого били, потому и победили. Вот иголки и булавки выползают из-под лавки.

Упражнение 2. Звуки У — О.

А) Ус, уж, ум, улей, лук, стул, паук, думать, укус, сундук, кулак, южный, юркий, выюн, каюта, люк, салют, ось, омут, охать, лом, вор, бор, молча, простор, договор, сукно, клен, пальто, подъем, прием.

Б) Бук — бок, тук — ток, сук — сок, купи — копи, гусь — гость, морс — Мурзин, лук — лоб, тур — торг, бум — бом, внук — у ног, люк — лег, люстра — Леша.

В) Без наук как без рук. Чужим умом умен не будешь. Дружба дружбой, а служба службой. Май холодный — не будешь голодный. Красно поле пшеном, а речь умом.

Упражнение 3. Звук А.

А) Асс, ахнуть, армия, арбуз, банк, касса, аркан, дама, жила, лампа, скала, як, яблоня, изъян, объявит, пустяк, размазня.

Б) На полатах лежать — так ломтя не видать. На чужой каравай рта не раскрывай. Не красна изба углами, а красна пирогами.

Упражнение 4. Звук Э.

А) Эх, этот, поэтому, шесть, жесь, жест, ценный, в шалаше, этаж, поэт, кашне, эти, ценник, поэтика, дело, лето, деревня, сень, пень, день.

Б) Все равны детки, что пареньки, что девки. Кто сеет да веет, тот не обеднеет. Ел — не ел, а за столом сидел.

Упражнение 5. Звуки П — Б.

А) Пар, папа, поп, капель, дуб, голубь, бак, боб, белый, кобура, барбос.

Б) Пар — бар, пас — бас, пыль — быль, болт — полк, пел — бел, пей — бей, пыл — пил, спать — спят, был — бил, борт — обертка, бур — бюро.

В) Все бобры добры до своих бобрят. В поле Поля-Полюшка польет поле-полюшко. Сорняков не будет в поле, если польет поле Поля.

Упражнение 6. Звуки Ф — В.

А) Факт, фунт, фары, фыркать, кофта, жираф, вперед, Валя, верный, выбить, видный, свет.

Б) Вода — фаза, Иван — Селифан, Вика — фикус, вилка — Филька, вот — рвет, вас — вяз, фирма — фыркнуть, Фомка — Фекла.

В) Водовоз вез воду из водопровода. Вавилу ветрило промоклосквозило. Фофанова фуфуйка Фефеле впору. Фараонов фаворит на сапфир сменял нефрит.

Упражнение 7. Звуки Т — Д.

А) Там, танк, тут, тонна, тетя, тот, уйдет, тесно, идти, дама, день, дым, диск, дятел, броды, два.

Б) Там — дам, том — дом, ток — док, трава — дрова, твой — двойка, тень — день, тело — дело, тема — диадема, торт — терка, там — тянет, дар — дядя, дубль — дюпель.

В) От топота копыт пыль по полю летит. Двое одного обедать не ждут. Федот, да не тот. Дятел жил в дупле пустом, дуб долбил, как долотом.

Упражнение 8. Звуки С — З.

А) Сук, сын, сила, сесть, стог, укус, рассада, воз, заноза, звук, зимний, козлик, воззвание.

Б) Сам — зам, сало — зала, суп — зуб, сорный — зори, косы — козы, внесу — внизу, синий — Зина, сыр — сир, сессия — сел, зад — зять.

В) Назвался груздем — полезай в кузов. Звенит земля от золотого зноя. В семеро саней по семеро в сани уселись сами. Спать на сене будет Сеня.

Упражнение 9. Звуки Ш — Ж.

А) Шар, шаль, шустрый, сушеный, пушка, душ, жаль, жесьть, желудь, жук, лужа, ружье, жажда.

Б) Шар — жар, ваш — важный, шутка — жутко, ширь — жир, жить — шить.

В) Жужжит жужелица, жужжит кружится. Шли шесть мышей, несли шестнадцать грошей; две мыши поплоше несли по два гроша. Вожжи из кожи в хомут вхожи.

Упражнение 10. Звуки К — Г, Х.

А) Как, куда, кем, кирка, куст, крот, ток, газ, горе, бегун, гиря, гетто, хуже, хор, холка, трахея, пастух.

Б) Качели — газели, кол — гол, кость — гость, код — год, кнут — гнут, клуб — глуп, Кеша — Геша.

В) Идет с козой косою козел. Краб крабу сделал грабли, подарил грабли крабу: грабь граблями гравий, краб! Хохлатые хохотушки хохотом хохотали: Ха! Ха! Ха! Кукушка кукушонку купила капюшон, в капюшоне кукушонок смешон.

Упражнение 11. Звук Щ.

А) Щавель, вещь, щука, счастье, пищит, щетка, плащ.

Б) Щипцы да клещи — вот наши вещи. Где щи — тут и нас ищи. Волки рыщут — пищу ищут.

Упражнение 12. Звук Ч.

А) Час, чуткий, частый, пчелка, речь, отчество, чары.

Б) Ветер — вечер, тесно — честно, тем — чем, тетка — щетка, чутко — шубка.

В) Четыре черненьких чумазеньких чертенка чертили черными чернилами чертеж чрезвычайно чисто. У четырех черепашек по четыре черепашонка.

Упражнение 13. Звук Ц.

А) Цапля, целый, царь, цирк, блюдце, купаться, цветы.

Б) Цапля — сабля, цок — сок, цель — сель, цвет — свет, цирк — сыр, улица — лиса.

В) Молодец против овец, а против молодца сам овца. Цапля чахла, цапля сохла. Не велика птица синица, да умница.

Упражнение 14. Звуки М, Н, Л, Р, Й.

А) Мак, мама, обман, лампа, мятый, милый, нос, наш, сон, няня, низ, лак, луна, лейка, Оля, боль, рана, рейка, риск, говор, ель, майка, я, вьюн.

Б) Мама — мяла, мал — мял, мыло — мило, знаком — знакомь, Нана — няня, нить — нить, нос — нес, лак — ляг, лук — люк, ел — ель, рад — ряд, ров — рев, брак — бряк, пожар — пожарь, рак — лак, рука — лука, ров — лов, дарить — удалить.

В) Мама Милу мылом мыла. Лена искала булавку, а булавка упала под лавку. Проснулась Ульяна ни поздно ни рано: все с работы идут, а она тут как тут. Тридцать три корабля лавировали, лавировали, да не вылавировали. Иней лег на ветки ели, иглы за ночь побелели.

Упражнение 15. Произнесите трудные сочетания звуков сначала медленно, затем быстрее:

Тлз, джр, врж, мкртч, кпт, кфт, кшт, кст, ктщ, кжда, ккждэ, кждо, кжду, кшта, кштэ, кшту, кшто.

Упражнение 16. Произнесите слова с трудными сочетаниями согласных сначала медленно, затем быстрее:

Бодрствовать, мудрствовать, постскриптум, взбадривать, трансплантация, сверхзвуковой, всклокочен, контрпрорыв, пункт взрыва, протестантство, взбудоражить, сверхвстревоженный, попасть в ствол, ведомство, брандспойт, сверхзвуковой, витийствовать, философствовать, монстр, горазд всхрапнуть.

Упражнение 17. Потренируйтесь в произношении долгих согласных:

А) К Кларе, к кому, к горлу, к гастролям, к Гале, к Кате, к Киеву, к концу, к городу, отдаленный, ввязаться, отдать, разжигать, отдушина, изжить, без шубы, безжалостный, бессмертие, восстановить, подтвердить, оттолкнуть;

Б) Верх — вверх, ведение — введение, толкнуть — оттолкнуть, держать — поддержать, тащить — оттащить, водный — вводный, сорить — ссорить.

Упражнение 18. Работу над сочетанием звуков можно проводить в форме игры, используя звукоподражания:

А) Забивайте гвозди: Гбду! Гбдо! Гбдэ! Гбды! Гбда! Гбди! Гбди!

Б) Имитируйте лошадиный топот: Птку! Птко! Птка! Пткы! Пткэ! Птки!

В) Бросайте воображаемые тарелки партнеру: Кчку! Кчко! Кчкэ! Кчка! Кчкы! Кчки!

Г) Придумайте 2-3 игры подобного типа.

Упражнение 19. Произнесите фразы, состоящие из одних ударных слогов, сначала медленно, затем быстро:

В тот час тут пел дрозд. В тот год тут был град. Дуб был стар. Всем люб был Петр. Вмиг клуб полн. Мох скрыл гриб. Дед стал стар. Ваш гость взял трость. Волн всплеск — брызг блеск! Сто верст вскачь.

Упражнение 20. Произнесите скороговорки с трудными сочетаниями или чередованиями согласных звуков:

Карл у Клары украл кораллы, а Клара у Карла украла кларнет.

На дворе трава, на траве дрова; не руби дрова посреди двора.

Шла Саша по шоссе и сосала сушку.

Расскажите про покупки. — Про какие про покупки? — Про покупки, про покупки, про покупочки мои.

Толком толковать, да без толку расперетолковывать.

В пруду у Поликарпа — три карася, три карпа.

Краб крабу сделал грабли, подарил грабли крабу. — Грабь граблями гравий, краб!

Купи кипу пик.

Летят три пичужки через три пустых избушки.

Наш Полкан попал в капкан.

Стоит копна с подприкопеночком, а под копной перепелка с перепеленочком.

Стоит, стоит у ворот бык тупогубоширокот.

Сшит колпак, вязан колпак, да не по-колпаковски; вылит колокол, кован колокол, да не по-колоковски; надо колпак переколпаковать да перевыколпаковать, надо колокол переколоколовать да перевыколоковать.

Упражнения с использованием движений

Учеными давно доказана связь между развитием движений и формированием речевых навыков. Сочетание работы над техникой речи с ритмическими движениями тела дает хороший эффект и помогает снять напряженность, скованность. При работе можно использовать ходьбу, движения рук и ног, производить жесты, помогающие пониманию содержания речи.

Рекомендуются задания следующего типа:

— проговаривание скороговорок или считалок с дирижированием в такт речи (указательный палец правой руки движется вверх-вниз; движение-слово):

Папа тут, папа там,
Папа, папа тут и там.
Мама тут, мама там,
Мама, мама тут и там.
Папа тут, мама там,
Папа, мама тут и там;

— проговаривание считалки с движениями:

Шли, шли, шли (идти по кругу, шаг-слово);
Мы (широкий жест по кругу) пирог нашли (слегка наклониться вперед, руки протянуты вниз).
Сели, поели (сесть на пол и сделать естественный жест рукой) и дальше пошли (встать, взмах рукой вперед).

Существует целый ряд упражнений, основанных на имитации звуков и движений различных естественных ситуаций, например:

а) воображаемым насосом накачайте шину велосипеда, делая руками привычные движения и произнося С-С-С-С, С-С-С-С, С-С-С-С...;

б) короткими, отрывочными движениями сжимайте “грушу пульверизатора”, сопровождая движения звуками Ф! Ф! Ф! Ф!....;

в) изобразите, что вы рубанком стругаете доску: Ж-Ж-Ж-Ж! Ж-Ж-Ж-Ж!....;

г) покажите, как вы косите траву: С-С-С-С! С-С-С-С!....;

д) натрите пол щеткой: Ш-Ш-Ш-Ш! Ш-Ш-Ш-Ш! Ш-Ш-Ш-Ш!

Упражнение 1. Подберите движения к следующей долгоговорке:

Шли из Африки в Саратов
Семь отчаянных пиратов.
видят надпись на столбе;
Продолжай: и те де, и те пе.
Шли из Африки в Саратов...

Упражнение 2. Какими движениями можно сопровождать стихотворение А.Барто?

Левой, правой

Левой, правой!
На парад
Идет отряд.
На парад
Идет отряд.
Барабанщик очень рад.
Барабанит,
Барабанит
Полтора часа
Подряд.
Левой,
правой,
Левой,
правой,
Барабан... уже дырявый!