

ОГЛАВЛЕНИЕ

10 советов по преодолению
страха публичной речи..... 5

10 советов по подготовке
к выступлению 17

10 советов
по формированию структуры 29

10 советов по оформлению слайдов..... 41

10 советов по подготовке
помещения для выступления 53

10 советов по привлечению
и удержанию внимания 65

101 совет оратору

Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>

10 советов по позе и жестикуляции	77
10 советов по ответам на вопросы аудитории	89
10 советов по работе с микрофоном.....	101
10 разных советов	103
Последний и главный совет	125

10 СОВЕТОВ

По преодолению страха публичной речи

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

1

**Если есть
возможность,
выступайте на своей
территории**

2

Если нет
возможности,
заранее посетите
место выступления,
привыкните к нему

3

Держите в руках
или в кармане
тезисы выступления
на карточках,
даже если они
не понадобятся, это
сделает вас более
уверенным

4

**Найдите способ
получить максимум
информации о составе
аудитории**

5

Посадите в зал
хороших знакомых
или познакомьтесь
с кем-либо
из участников перед
вашим выступлением

6

Репетируйте
минимум трижды

7

**Приходите
в аудиторию раньше
тех, перед кем будете
выступать**

8

**Перед выступлением
активно подвигайтесь**

9

**Следите за дыханием,
оно должно быть
глубоким, ритмичным
и спокойным**

10

**Никогда
не используйте
алкоголь
и успокоительные
препараты**

Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>

10 СОВЕТОВ

По подготовке к выступлению

Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>

1

**С самого начала
настройтесь на успех**

2

**Начните готовиться
сразу, не откладывая
на последний момент**

3

**Определитесь
с целью выступления:
каких действий
аудитории вы
ожидаете в результате**

4

Определитесь
с аргументами
убеждения вашей
аудитории

5

**Составьте план
выступления согласно
советам, которые вы
прочтете в следующем
разделе**

6

**Никогда не пишите
текст выступления
полностью — это
только усложнит
задачу**

7

Репетируйте ваше выступление, просто заглядывая в план, с каждой репетицией все чаще отрывая взгляд от бумаги и все дольше задерживая его на воображаемой аудитории

8

Каждый пункт плана напишите на небольшом прямоугольнике из плотной цветной бумаги. Вы можете держать эти прямоугольники в руке во время выступления, сверяясь в случае необходимости

9

**Проведите репетицию
в присутствии
доброжелательной
публики: друзей
или родственников**

10

Перед выступлением
обязательно
отвлечитесь,
отдохните

Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>

10 СОВЕТОВ

По формированию структуры

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

1

Уделите внимание
началу выступления —
оно задаст
соответствующий тон

2

Уделите
внимание финалу
выступления — оно
закрепит достигнутое

3

Во вступлении
обязательно скажите,
сколько будет
длиться выступление
и о чем пойдет речь