

Индивидуальный предприниматель
Федорова Юлия Викторовна

УТВЕРЖДАЮ:

_____ Ю.В. Федорова
«09» марта 2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
«ОРАТОРСКОЕ ИСКУССТВО»**

Разработчики:

Федорова Ю.В., психолог, преподаватель психологии, преподаватель

г. Екатеринбург, 2023 г.

Пояснительная записка

Настоящая дополнительная образовательная программа «Ораторское искусство» (далее Программа) предназначена для совершенствования речи обучающегося и его общения, выработки навыков словесного действия, освоения приемов ораторского мастерства.

Нормативные документы, в соответствии с которыми составлена Программа:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 1 июля 2013 г. № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам».

РАЗДЕЛ 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1 Цель реализации программы

Целями реализации программы являются:

- освоение обучающимися основ теории ораторского искусства;
- усвоение практических навыков, позволяющих оратору освободиться от сковывающего его страха и чувствовать себя уверенно;
- научить обучающихся работать с телом, речевым и дыхательным аппаратом, голосом;
- раскрыть обучающихся как личность и помочь им выразить себя через словесное искусство;
- закрепление основных навыков для правильного построения речи и умения публично выступать.

1.2. Планируемые результаты

В результате изучения программы обучающийся должен

знать:

- коммуникации в устной и письменной формах для решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия на уровне синтеза;
- организацию информационно-методического обеспечения творческо-производственного процесса на уровне применения;

уметь:

- осуществлять самоконтроль устного выступления и корректировать его;
- грамотно строить речь, соблюдая правила словоупотребления, орфоэпии;

- методически правильно с использованием различных средств выразительности и наглядности выступать с устной речью перед различными аудиториями.

1.3. Категория слушателей: взрослые люди, желающие научиться публичному выступлению

1.4. Форма обучения: очная

1.5. Режим очных занятий: 10 занятий по субботам с 18.30 до 20.00

1.6. Срок освоения: 10 недель

1.7. Объем программы: 20 часов

РАЗДЕЛ 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. Учебный план

№	Наименование темы	Аудиторные занятия		Всего
		Лекции	Практические занятия	
1	Здоровое дыхание и основы звука	1	1	2
2	Эмоциональная разгрузка	1	1	2
3	Снятие телесных зажимов	1	1	2
4	Раскрепощение, снятие страха перед аудиторией	1	1	2
5	Гимнастика голоса	1	1	2
6	Мимическая и пластическая выразительность	1	1	2
7	Находчивость и лаконичность	1	1	2
8	Речь в движении	1	1	2
9	Азы психофизики	1	1	2
10	Импровизация как способ мышления	1	1	2
	Всего по программе			20

2.2. Учебная программа

Наименование занятия	Содержание	Планируемый результат обучения (Знать/Уметь)
Здоровое дыхание и основы звука	Информационные (лекционные) занятия: Правильное дыхание для постановки голоса. Опора на дыхание или воздушная подушка?	Знать: - факт того, что от правильной организации подачи воздуха зависит сила и качество голоса; - как взаимодействует голос и дыхание

	<p>Определение верного способа дыхания для выступающего человека.</p> <p>Практические занятия: Упражнения на различные типы дыхания: «Дыхание на счет» «Шлагбаум» «Велосипед» «Пингвин» «Арлекин» «Черепашка» и др.</p> <p>Самостоятельная работа: Отработка навыков правильного дыхания и звучания</p>	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правильно дышать; - соединять правильное дыхание с правильным звучанием
<p>Эмоциональная разгрузка</p>	<p>Информационные (лекционные) занятия: Приемы для снятия волнения. Контроль эмоционального состояния. Уверенность в себе</p> <p>Практические занятия: Упражнение «Расслабься» «Стряхни» «Крик»</p> <p>Самостоятельная работа: Отработка навыков сохранения спокойствия в стрессовых ситуациях</p>	<p>Знать:</p> <p>Необходимые приемы как снять страх, волнение и напряжение;</p> <p>Уметь:</p> <p>Сохранять спокойствие в стрессовых ситуациях</p>
<p>Снятие телесных зажимов</p>	<p>Информационные (лекционные) занятия: Вербальная и невербальная информация, мышечный зажим и зажим жеста, как невербальный способ транслирования информации об ораторе, эгоизм и эгоцентризм оратора и их роль в создании мышечных зажимов. Освобождение мышц и гармонизация течения энергии в теле.</p> <p>Практические занятия: Упражнения: «Снять костюм водолаза» «Марионетки» «Пластилиновые фигурки»</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проявление вербальной и невербальной транслиции информации; - способы снятия напряжения, как со всего тела, так и с частей тела <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - владеть своим телом, ощущать импульс; - снимать напряжение поочередно с мышц рук, ног, шеи, корпуса

	<p>Самостоятельная работа: Развивать физические возможности тела, отработка приемов снятия мышечного зажима, освобождение жеста оратора</p>	
<p>Раскрепощение, снятие страха перед аудиторией</p>	<p>Информационные (лекционные) занятия: Вербальная и невербальная информация о составе и интересах аудитории, приемы оценки настроения и запроса аудитории. Приемы установления контакта, налаживание «обратной связи» с аудиторией, удержание внимания слушающих. Техника заземления.</p> <p>Практические занятия: Упражнение «Обмен местами» «Успешный оратор» «Солнечный день» «Сохрани состояние спокойного присутствия»</p> <p>Самостоятельная работа: Найти и изучить видео выступлений знаменитостей. Подготовить публичное выступление</p>	<p>Знать: - способы раскрепощения и снятия страха перед аудиторией; - правила «подачи» образного и понятийного текста</p> <p>Уметь: - адаптировать речь к конкретному запросу конкретных слушателей; - удерживать внимание аудитории (произвольное и непроизвольное); - молчать перед аудиторией, работа с паузой, как необходимой единицей высказывания.</p>
<p>Гимнастика голоса</p>	<p>Информационные (лекционные) занятия: Голос: его сила, подвижность и благозвучность. Упражнения для развития речи и постановки голоса. Основные упражнения дикторов.</p> <p>Практические занятия: Упражнения: «Резонаторы» «Артикуляция» «Диапазон звучания» «Бас-гитара» «Трактор» «Солнышко» и др.</p> <p>Самостоятельная работа: Отработать навыки артикуляции и дикции, выработать индивидуальные особенности речи</p>	<p>Знать: упражнения для развития речи и постановки голоса.</p> <p>Уметь: - регулировать голос; - подбирать силу звучания голоса в зависимости от аудитории; - подбирать различные интонации, раскрывать тембр своего голоса</p>
<p>Мимическая и пластическая выразительность</p>	<p>Информационные (лекционные) занятия: Модели выражения основных эмоций. Понимание</p>	<p>Знать: - о природе движений</p>

	<p>эмоционального состояния другого человека. Приемы развития пластики тела. Перевод любого негативного переживания в соответствующее физическое движение</p> <p>Практические занятия: Упражнения «Двигайтесь так, если бы вы...» «НЛО!» «Улыбка Чешира» «Штанга» «Пчелка мешает спать» «Возьми и передай» «Шалтай-Болтай» «Качели» и др.</p> <p>Самостоятельная работа: Отработать полученные навыки. Подготовить выступление продолжительностью 5-7 минут на произвольную тему.</p>	<p>- комплекс упражнений по сценическому движению</p> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - развить творческие и актерские способности через овладение приемами пластической выразительности с учетом индивидуальных возможностей - изобразить события и чувства с помощью телодвижений, жестов и мимики.
Находчивость и лаконичность	<p>Информационные (лекционные) занятия: Особенности выступления с речью. Короткие речи. Виды слушателей. Как составить лаконичную речь.</p> <p>Практические занятия: - Монолог - Диалог - Юбилейная или «похвальная» речь - Адвокатская речь и др</p> <p>Самостоятельная работа: Записать речь на диктофон и составить оценку выступления</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - критерии грамотной речи; - способы улучшения речи; - специальные техники. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - раскрывать тему не используя много слов; - составлять систему аргументации.
Речь в движении	<p>Информационные (лекционные) занятия: Основы сценической речи. Развитие движений и формирование речевых навыков. Сочетание работы над техникой речи с ритмическими движениями тела. Нижнереберное дыхание.</p> <p>Практические занятия: Артикуляционная гимнастика. Нижнереберное дыхание.</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы сценической речи; - устройство голосового аппарата <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - слышать и контролировать свою речь; - координировать звукоизвлечения и физические движения

	<p>Проговаривание скороговорок или считалок с дирижированием в такт речи. Сопровождение стихотворений, считалочек движениями.</p> <p>Самостоятельная работа: Отработать перед зеркалом полученные навыки</p>	
Азы психофизики	<p>Информационные (лекционные) занятия: Психофизика – наука об ощущениях и их закономерностях. Качество ощущения. Латентный период ощущения. Механизмы восприятия. Наглядно-образное и логическое мышление.</p> <p>Практические занятия: Упражнения на переключение внимания Зрительные иллюзии Бег в резинке Десять масок</p> <p>Самостоятельная работа: Проиграть несколько пластических мизансцен, изображающих конфликтную ситуацию. Найти внутреннее оправдание каждой мизансцене тела. Дать название конфликтным ситуациям.</p>	<p>Знать: - порог ощущений, раздражители, вызывающие или меняющие ощущение - механизмы восприятия Уметь: - адаптироваться к длительному действию раздражителя; - локализовать раздражитель</p>
Импровизация как способ мышления	<p>Информационные (лекционные) занятия: Способы импровизации. Как научиться импровизировать. Стратегии развития импровизации. Словесная импровизация</p> <p>Практические занятия: «Импровизация по последнему слову с хлопком» Ответы на каверзные вопросы Ассоциации</p> <p>Самостоятельная работа: Мини-самопрезентация с отработкой навыка давать обратную связь</p>	<p>Знать: Способы импровизации Уметь: - спонтанно самовыражаться; - проявлять образное мышление и фантазию - не сбиваться и не отвлекаться на случайные факторы в зале</p>

2.3. Календарный учебный график

№	Основные характеристики образовательного процесса	
	Количество учебных недель	10
	Количество учебных дней	10
	Количество часов в неделю	2
	Количество часов на срок реализации программы	20
	Начало занятий	
	Окончание занятий	

РАЗДЕЛ 3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

3.1. Оценивание

Преподаватель оценивает работу слушателей на занятиях. Экзамен по дисциплине не предусмотрен.

3.2. Примеры оценочных средств

Тематика заданий для текущего контроля совпадает с тематическими разделами, приведенными выше.

Задание № 1 – скороговорки. Слушатель должен знать скороговорку наизусть, произнести с четкой дикцией, звуковым посылом и верной интонацией.

Задание № 2 – защита презентации на свободную тему. Слушатель должен продемонстрировать свободное повествование темы, чтобы связный рассказ слушателя являлся основой выступления, а слайды презентации – дополнительной аргументацией.

Задание № 3 (итоговое) – выступление «Кто я» включает демонстрацию предыдущих навыков. Также в этом выступлении слушатель учится раскрывать свою личность, используя знания о речевых стилях и имидже оратора.

Во всех выступлениях речь должна быть четкая, внятная, слушатель должен демонстрировать владение голосом, телом, распределением в пространстве, поддерживать контакт с аудиторией.

РАЗДЕЛ 4. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

4.1. Учебно-методическое обеспечение и информационное обеспечение программы (литература)

Комплексное изучение обучающимися программы «Ораторское искусство» предполагает: овладение материалами лекций, учебной и дополнительной литературой, указанной в рабочей программе; творческую работу обучающихся в ходе проведения семинарских (практических, индивидуальных) занятий, а также систематическое выполнение заданий для самостоятельной работы обучающихся.

В ходе лекций раскрываются основные вопросы в рамках рассматриваемой темы, делаются акценты на наиболее сложные и интересные положения изучаемого материала, которые должны быть приняты обучающимися во внимание. Основой для подготовки обучающегося к семинарским занятиям являются лекции и издания, рекомендуемые преподавателем.

Основной целью практических занятий является отработка профессиональных умений и навыков. В зависимости от содержания практического занятия могут быть использованы методики интерактивных форм обучения.

Предусмотрено проведение индивидуальной работы с обучающимися в ходе изучения материала данной программы.

Основная литература:

1. Алесандров Д.Н. Риторика, или Русское красноречие [Электронный ресурс]: Учеб. пособие для вузов. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2012. - 351 с. - Режим доступа: электронная библиотечная система <http://znanium.com>

2. Константинова, Л. А. Деловая риторика [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Л. А. Константинова, Е. П. Щенникова, С. А. Юрманова. - 2-е изд., стер. - М.: ФЛИНТА, 2013. - 304 с. Режим доступа: электронная библиотечная система <http://znanium.com>

3. Кузнецов, И. Н. Бизнес-риторика [Электронный ресурс] : Учебное пособие / Авт.-сост. И. Н. Кузнецов. - 4-е изд. - М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2013. - 408 с. Режим доступа: электронная библиотечная система <http://znanium.com>

Дополнительная литература:

1. Голуб, И. Б. Русская риторика и культура речи [Электронный ресурс] : учеб. пособие / И. Б. Голуб, В. Д. Неклюдов. - М.: Логос, 2011. - 328 с. Режим доступа: электронная библиотечная система <http://znanium.com>

2. Каверин Б. И. Ораторское искусство: учеб. пособие для вузов / Б. И. Каверин, И. В. Демидов. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2004

3. Леммерман, Х. Уроки риторики и дебатов / Х. Леммерман; Пер. с нем. И. В. Вольнодумского. – М.: Уникум Пресс, 2002

Интернет-ресурсы:

1. <http://www.orator.biz/>
2. <http://www.rodchenko.ru/liter/books/ritorika/>
3. <http://kogni.narod.ru/rit1.htm>
4. <http://kogni.narod.ru/rit4.htm>
5. <http://www.centri-zlatoust.ru/index.php?name=glavnaja>

4.2. Материально-технические условия реализации программы

Для эффективной реализации программы необходимо следующее материально-техническое обеспечение:

1. *демонстрационное оборудование и учебно-наглядные пособия, обеспечивающие тематические иллюстрации программы:*

- ноутбук с доступом в Интернет (операционная система, офисные программы, антивирусные программы);
- мультимедийный проектор;
- аудиторная доска;
- раздаточный материал;
- портативная колонка;

2. *учебно-лабораторная база для проведения учебных занятий:* учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий практического типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования. Аудитория укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации.

4.3. Образовательные технологии, используемые в процессе реализации программы

Программа реализуется в очной форме. В процессе реализации программы используются лекции с элементами дискуссии, работа в малых группах и приемы командно-ориентированного обучения.

4.4. Кадровое обеспечение образовательного процесса

Психолог, преподаватель-психолог, бизнес-тренер, консультант по управлению (организационный консультант).

4.5. Организация образовательного процесса

Занятия проходят в зависимости от расписания в учебной аудитории.

В ходе обучения используются лекции, мастер-классы, тренинговые форматы упражнений, практические задания (формирование батареи методик для оценки, проведение тестирования, тренингов и т.д.), моделирование реальных ситуаций (симулятор).