



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Projev 1.: Začátek tréninku

Čas: 4-6 minut

Cíle: představit se a zjistit, které prezentační dovednosti už máme a co bychom naopak měli vylepšit.

Nejlepší téma na začátek tréninku je takové, které dobře znáte: vy sami. Samozřejmě je to téma příliš široké na to, aby se dalo obsáhnout ve 4-6 minutách. Budete jej tedy muset zúžit a vybrat pouze 3-4 zajímavé aspekty svého života. Pečlivě proto vyberte hlavní myšlenky svého projevu – příliš mnoho informací posluchače zahltlí. Můžete mluvit například:

- o místě, kde jste se narodili,
- o škole, kterou jste prošli,
- o své rodině,
- o tom, jak jste se dostali tam, kde nyní jste,
- o svých ambicích a snech,
- o důležité události ve vašem životě.

Svůj projev pak vytvořte z hlavních myšlenek, které chcete sdělit – podobně jako když vypravěč spojuje ve svém příběhu jednotlivé události. Jako každý příběh měl by i váš projev mít jasný začátek a konec. Pokud posluchač nepozná, že už jste řekli, co jste chtěli, nejspíš se vám závěr nepovedl. („...to je vše, co jsem vám dnes chtěl říct.“)

- Vymyslete si úvodní větu, jíž svůj projev začnete – nejlépe takovou, která posluchače zaujme. Tuto větu si zapamatujte. Stejně tak si vymyslete a zapamatujte větu na závěr. To vám umožní začít a ukončit svůj projev s jistotou a lehkostí.
- Svě hlavní myšlenky si pečlivě ujasněte a připravte si příklady, příběhy nebo anekdoty, které je dostatečně ilustrují. Pokud svou myšlenku pouze vyslovíte a budete hned pokračovat dál, nejspíš si jí vaši posluchači nevšimnou. Proto ji rozved'te na nějakém příkladu, zopakujte ji jinými slovy a poté původní formulaci vyslovte znovu – zvýšíte tím šanci, že ji posluchači pochopí a zapamatují si ji.
- Pokud budete potřebovat poznámky, napište si osnovu svého projevu na malé kartičky, které můžete snadno držet v ruce. Do poznámek se dívejte pouze tehdy, když to opravdu potřebujete – trénujete mluvený, nikoliv čtený projev. Mnoho řečníků postupuje tak, že si nejprve napíše celý projev doslovně, pak jej rozstříhá na části, pro každou část formuluje klíčové slovo a na kartičky si nakonec napíše pouze tato klíčová slova.

Příprava na projev:

- Protože téma svého projevu dobře znáte, nepotřebujete si pamatovat vše slovo od slova. Stačí si zapamatovat úvodní a závěrečnou větu.
- Pokud chcete ze svého tréninku vytěžit co nejvíc, zkuste svůj projev přednést kamarádovi či někomu z rodiny. Jeho postřehy pro vás mohou být velmi užitečné. Dalším dobrým nápadem je nahrát se na

diktafon.

Při projevu:

- Nervozita před projevem je běžná pro každého řečníka, bez ohledu na jeho zkušenosti. Pro její překonání většinou stačí vyslovit prvních pár vět; jakmile se dostanete do tématu, nervozita zmizí.
- Při projevu se dívejte do publika a snažte se zůstat v kontaktu se svými posluchači.
- Občas se také podívejte na časomíru zda Vám již neukazuje, že máte brzy končit. Nedělejte si starosti s tím, co dělají vaše ruce. Klidně je nechte viset někde u těla. Vědomým zapojením řeči těla se budeme zabývat později.

Projev 1.: Osnova pro zpětnou vazbu

Při slovním hodnocení projevu by se měl pozorovatel vyjádřit především k těmto otázkám:

- 1. Jaké jsou silné stránky mluvčího?**
- 2. Jak dobře se mluvčí publiku představil?**
- 3. Odrážel projev přiměřenou přípravu?**
- 4. Hovořil mluvčí zřetelně a nahlas?**
- 5. Byly všechny tři části projevu – úvod, hlavní část a závěr – zřetelné a jasně ohraničené?**
- 6. Používal mluvčí poznámky? Jak s nimi pracoval?**
- 7. Co mohl mluvčí udělat jinak? Jak mohl svou řeč vylepšit?**