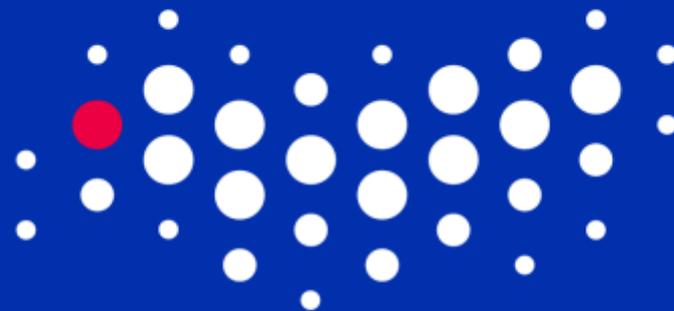


ITMO UNIVERSITY

# Публичные выступления в интернете: защита диплома в нетрадиционном формате

Санкт-Петербург

2021



ITMO UNIVERSITY

# Работа с камерой и микрофоном

Евгения Шестакова

1. Знакомство и задачи
2. Основные ошибки при работе в эфире
3. Как быстро настроить голос
4. 3 лучших упражнения для теплого старта в эфире
5. Подведение итогов. Ответы на вопросы

# Радио



2002 год



2007 год

# Притча про морковь, яйцо и кофе



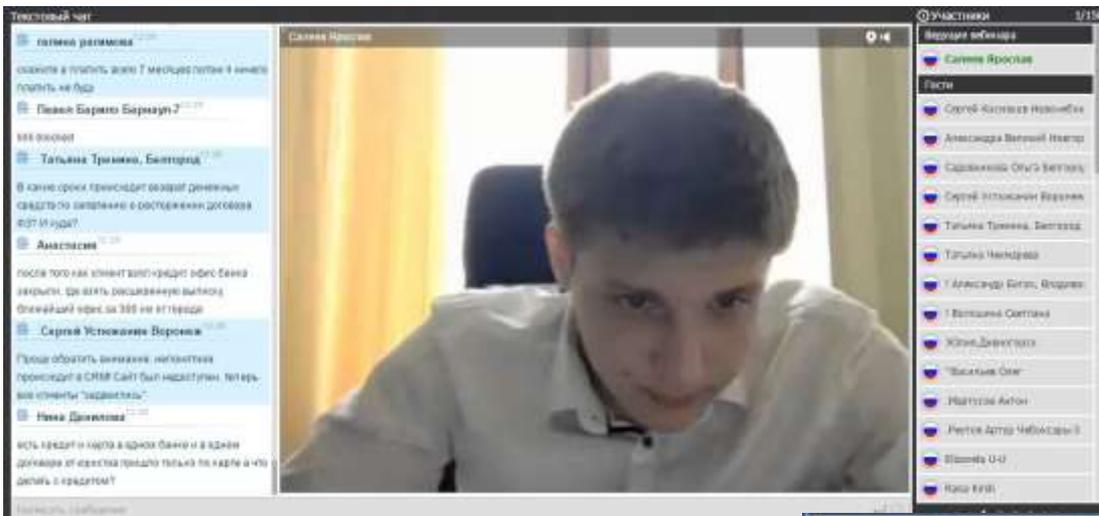
# Основные ошибки в эфире

1. Отсутствие контакта с аудиторией
2. Сильное волнение, нехватка дыхания
3. Голос звучит неестественно, монотонно или застрейчено
4. Аканье, эканье, причмокивание
5. Звук «себе в пупочек»
6. Жесты, которые мешают слушать
7. ...

## Шаг №1

# Аудитория

# Куда направлен взгляд?



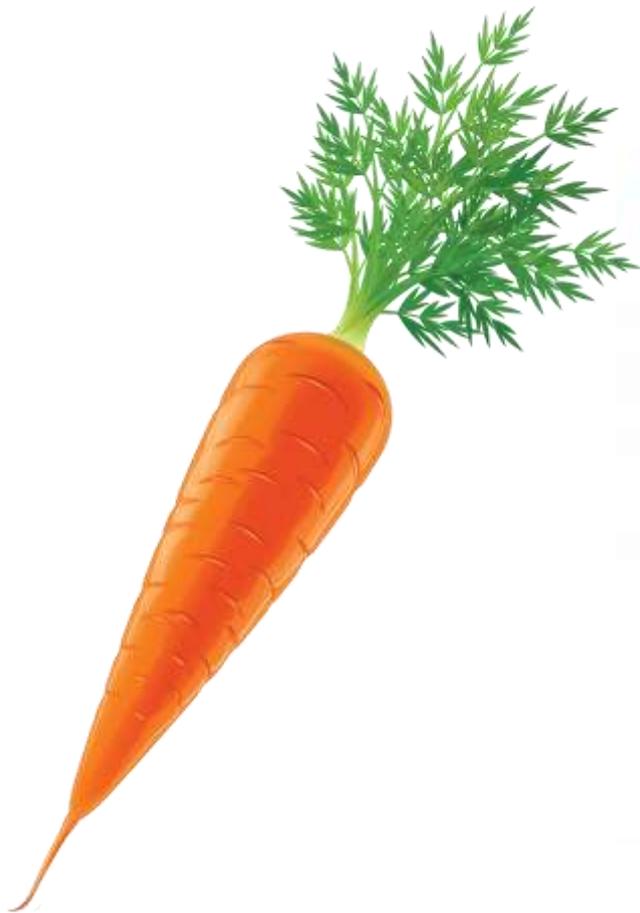
  
 Коуч:  
 секреты проведения  
 продающего вебинара!  
 Бери и делай!  
 Ведущая:  
 Ольга Ашпина

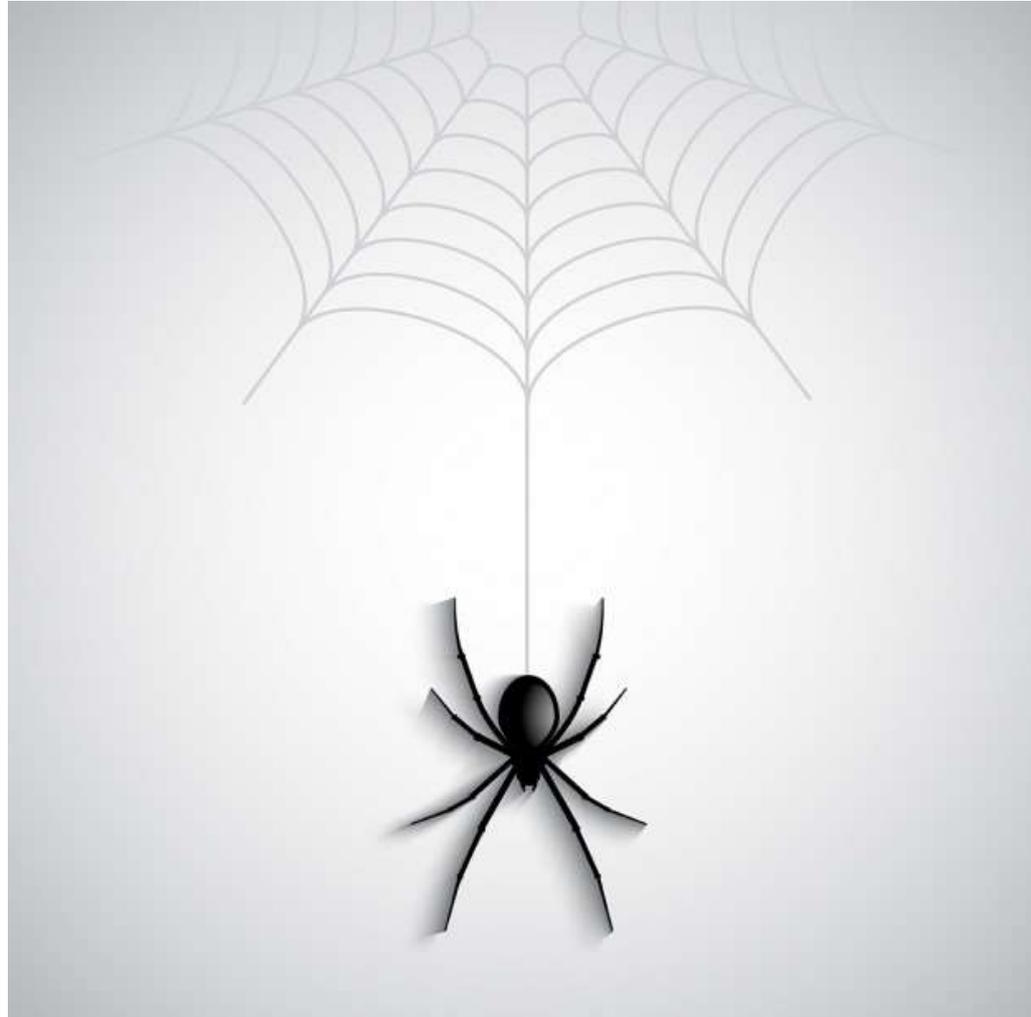


# Один из самых сильных современных страхов



**А вот так уже совсем не страшно**







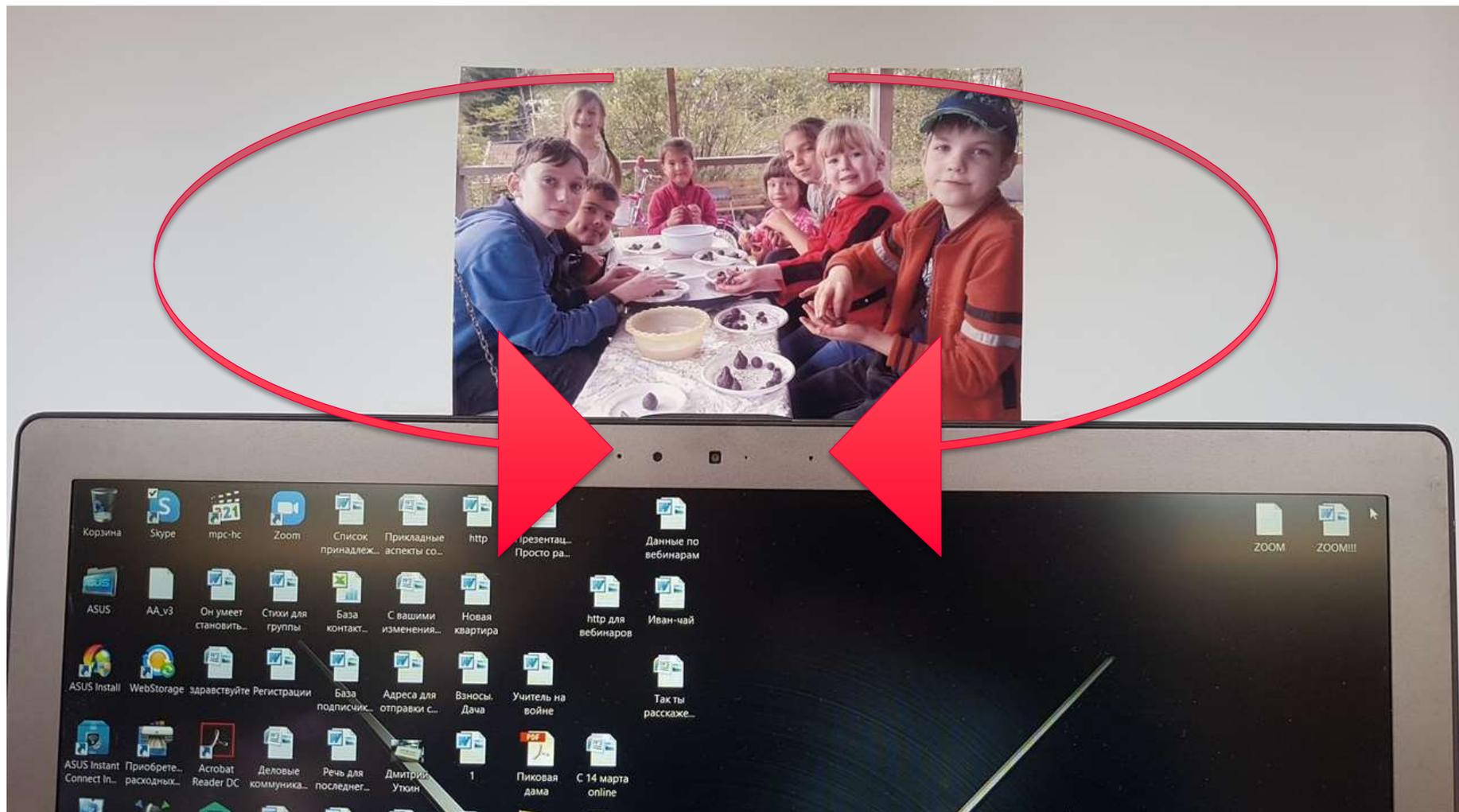
# Работа на камеру



# Работа на камеру



# Как этого добиться?



## Шаг №2

# Голос

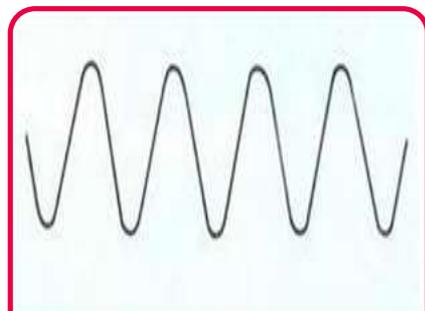
# Знакомо ли вам?

**Каким я слышу  
свой голос:**



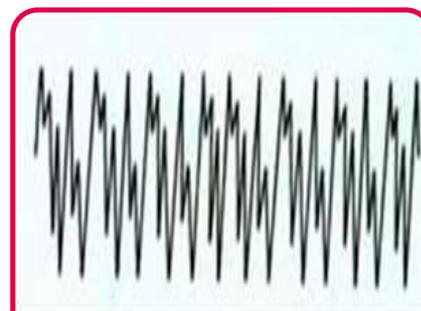
**Каким я слышу  
свой голос на  
записи:**





Бытовые

90



Профи

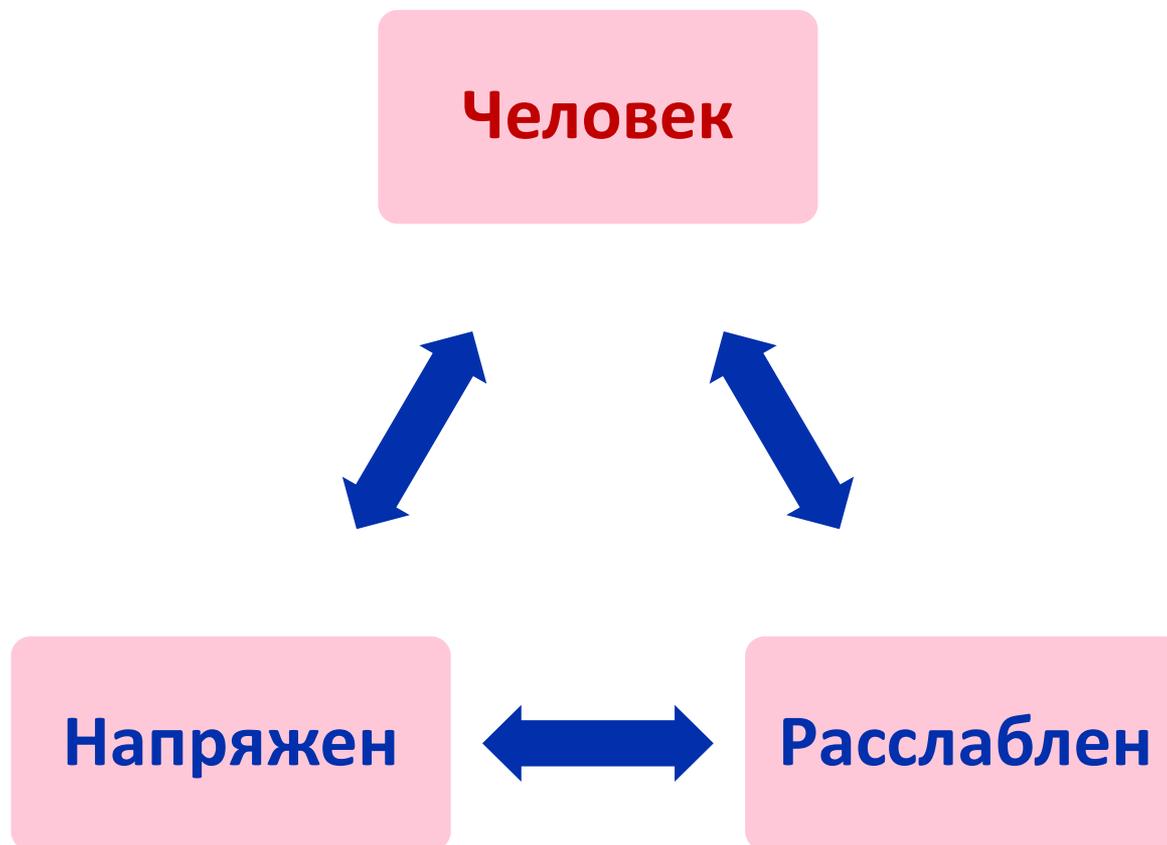
10



Голоса

100%

# Два состояния



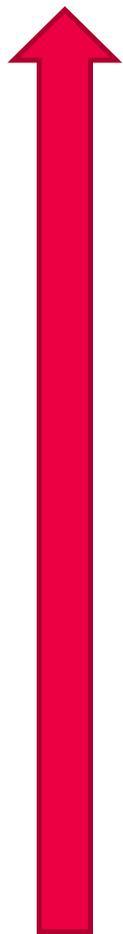
Секрет 😊

**Волшебная сила зевка**

## Упражнение №1

# Расширение диапазона

# Расширение диапазона



Мимоза

Лимоны

Малина

## Упражнение №2

# Штробас

# Штробас – трение хрящей гортани



## Упражнение №3

Формирование  
звучания  
на аудиторию

# Прочитайте

Из-под куста,  
из-под подвыподверта  
зайчонок маленький  
изподподвыподвернулся

**Прочитайте**

**Бесперспективняк.**

**Жлобственничество**

# Скажите

Уважаемые члены государственной аттестационной комиссии! Вашему вниманию предлагается

а) доклад на тему выпускной квалификационной работы ...

б) выпускная квалификационная работа на тему ...

# Рекомендации по речи

- Говорите существительными и глаголами. Используйте меньше прилагательных
- Пользуйтесь короткими и емкими фразами: было предложено, было разработано, представляется актуальным...
- Помните, что вы **защищаете** свою работу
- Меньше используйте личных оборотов. Лучше сказать «было проведено» **вместо** «я провел», «предполагается» **вместо** «я планирую», «с нашей точки зрения» **вместо** «с моей точки зрения»
- Не зависайте на теоретической части, комиссии интересны ваши разработки и ваше исследование
- Будьте предельно сдержаны и профессиональны, однако полны энергии

# Рекомендации по голосу

- ✓ 1. Не ешьте плотно перед эфиром!
- ✓ 2. Не пейте чай/кофе без молока
- ✓ 3. Выпейте теплую воду
- ✓ 4. Исключите за сутки: семечки/орехи, мандарины, газированные напитки
- ✓ 5. Сделайте штробас в течение 30 секунд
- ✓ 6. Тренируйте артикуляцию
- ✓ 7. Думайте лучше о своем голосе
- ✓ 8. Улыбайтесь!
- ✓ 9. Послушайте перед эфиром хорошую музыку
- ✓ 10. Полюбите выступать в эфире!

# Ваши шаги на ближайшее время

- ✓ ВКР
- ✓ Доклад
- ✓ Презентация
- ✓ Техническая подготовка (создайте свой Zoom), запаситесь камерой, микрофоном (лучше всего использовать ноутбук), запасным устройством с интернетом на случай форс-мажора
- ✓ Порепетируйте! Сделайте пару-тройку записей в Zoom, пересмотрите их
- ✓ Поучаствуйте в конференциях других спикеров, посмотрите, как они держат внимание аудитории
- ✓ Не забудьте поставить в Zoom на аватар свое хорошее фото
- ✓ Запаситесь сушками 😊

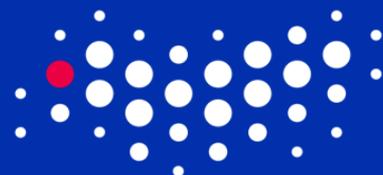
# Завершаем встречу

# Задавайте вопросы 😊

# Напутствие

**Будьте успешны!**

**Отличных вам выступлений!**



ITMO UNIVERSITY

# Шестакова Евгения Сергеевна

[evgeniia.shestakova@gmail.com](mailto:evgeniia.shestakova@gmail.com)

+7 (911) 971-43-11

Санкт-Петербург

2021