

Как подготовиться к выступлению перед коллегами

**ПОДГОТОВЬТЕ ЯРКУЮ
ПРЕЗЕНТАЦИЮ
И РАЗДАТОЧНЫЕ
МАТЕРИАЛЫ**

1

На слайдах разместите, например, цитаты детей или родителей, короткие видео из жизни детского сада – минимум текста. Раздайте карточки с заданиями, информацией по теме вашего выступления. Так вы перенаправите внимание аудитории, на какое-то время отвлекете их от себя

НЕ УЧИТЕ РЕЧЬ НАИЗУСТЬ

2

Если вы волновались в школе, когда что-то нужно было рассказывать наизусть, эта тревога «по привычке» даст о себе знать. Лучше подготовьте план речи, заранее проговорите себе или собеседнику основные идеи. Во время выступления придерживайтесь плана, но не бойтесь отступать от него по ситуации. Тогда ваша психика будет направлена на конструктивный диалог, и волнения не будет

**ДЕРЖИТЕ ПОДБОРОДОК
ВО ВРЕМЯ ВЫСТУПЛЕНИЯ
ПАРАЛЛЕЛЬНО ПОЛУ**

3

В такой позиции вы будете выглядеть более собранной и стройной. Речь станет громче и четче. Да и концентрация на теле отвлечет от волнения

**СТРАШНО ВЗАИМОДЕЙСТВОВАТЬ
С КОЛЛЕГАМИ ИНАЧЕ,
ЧЕМ ОБЫЧНО**

В начале выступления скажите себе: «Я сегодня не в обычной роли». Помните: каждый человек занят собой. Если вы будете выступать интересно, коллеги с удовольствием примут вас в любой новой роли. Если нет – вытерпят и забудут

**СТРАШНО, ЧТО КОЛЛЕГИ
ОТВЕРГНУТ ИДЕИ
И ПРЕДЛОЖЕНИЯ**

Не приводите много аргументов к каждой мысли, это снижает убедительность. Достаточно одного-двух аргументов и твердого тона. Попробуйте озвучить свою идею как предложение, которое можно дополнить и оценить. Это повысит симпатию слушателей к идее

**СТРАШНО ПОКАЗАТЬ
СОМНЕНИЯ, НЕУВЕРЕННОСТЬ,
НЕЗНАНИЕ ЧЕГО-ТО**

Больше говорите о том, что знаете по опыту, приводите примеры из практики. Предлагайте свои мысли в виде вопроса: «Это заставляет задуматься, а может быть..?» – и ваша мысль. Рассуждайте: вы сфокусируетесь на этом, вместо того чтобы волноваться