

ЧЕК-ЛИСТ

Моя красивая речь

Инструмент участника
мастер-класса «СЛОВОТОК»

ФИО участника

Красивая речь - это не один талант, а сплав кристальной структуры и свободного течения. Мы разделили её на два вектора развития.

ГОРА МАСТЕРСТВА

Четыре уровня развития речи.
Двигаясь снизу вверх, вы обретаете опору:
от чистоты звучания до узнаваемого стиля



ОБЛАКО ВЛИЯНИЯ

Гибкие навыки оратора.
То, что окружает речь: голос, тело,
энергия, контакт с аудиторией.



БЛОК 1. ГОРА МАСТЕРСТВА

УРОВЕНЬ 1. ЧИСТОТА

- ● ● 1. Я говорю чисто: в моей речи нет слов-паразитов («типа», «короче», «ну», «как бы» и других).
- ● ● 2. Я контролирую звуки «загрузки» - не заполняю паузы мычанием («эээ...», «mmm...», «aaa...»).

УРОВЕНЬ 2. ОБЩАЯ ГРАМОТНОСТЬ

- ● ● 3. Я говорю без грамматических ошибок (умею склонять числительные, верно использую деепричастные обороты, не допускаю тавтологии и плеоназмы).
- ● ● 4. Я не допускаю стилистических ошибок (не смешиваю стили, избегаю канцеляритов и неоправданных повторов).
- ● ● 5. Я слежу за фонетикой — правильно ставлю ударения, не «съедаю» звуки.
- ● ● 6. Мои высказывания логичны: нет противоречий, скачков мысли, разорванных конструкций.
- ● ● 7. Я проверяю факты: не выдаю предположения за истину, опираюсь на проверенную информацию.

УРОВЕНЬ 3. СТРУКТУРНО-СЮЖЕТНЫЙ

- ● ● 8. Я выстраиваю выступление с учётом темы, тайминга и аудитории — укладываюсь в регламент, не теряя смысла.
- ● ● 9. Я умею рассказывать увлекательно: использую сторителлинг, разные повествовательные приёмы (яркое начало, неожиданный финал, слом, параллельный монтаж, перемотка назад, демонстрация предмета, кольцевая композиция, козырь на стол, конструктор и другие).

УРОВЕНЬ 4. СТИЛИСТИЧЕСКИЙ

- ● ● 10. Моя речь узнаваема: я знаю свои индивидуальные речевые модели и осознанно использую изобразительно-выразительные средства (эпитеты, метафоры, олицетворения, сравнения, гиперболы, литоты и другие).

БЛОК 2. ОБЛАКО ВЛИЯНИЯ

- ● ● 1. Мои интонации разнообразны - речь не монотонна, я передаю смысл через мелодику голоса.
- ● ● 2. Я осознанно выдерживаю паузы и использую их как средство выразительности.
- ● ● 3. Темп моей речи комфортен для слушателей: я не тараторю и не растягиваю слова.
- ● ● 4. Моя жестикуляция умеренная и уместная - она усиливает смысл, а не отвлекает.
- ● ● 5. Импровизация даётся мне легко: я нахожу, что сказать, даже если сценарий меняется.
- ● ● 6. Моё тело помогает доносить мысли: позы открыты, движения соответствуют сказанному.
- ● ● 7. Я могу говорить громко и уверенно даже перед большой аудиторией.
- ● ● 8. Мой голос благозвучен (не сиплый, не гнусавый, без хрипов, не дрожит, тембр не слишком низкий/высокий) - он нравится мне и приятен окружающим.
- ● ● 9. Мне хватает дыхания при длительной речи, я не задыхаюсь и не сбиваюсь.
- ● ● 10. Моё произношение нейтрально (близко к литературной норме), без выраженного говора.
- ● ● 11. Моя речь разборчива, я чётко и ясно произношу все звуки и не имею проблем с дикцией.
- ● ● 12. Меня отмечают как обаятельного, харизматичного оратора — я нравлюсь слушателям.
- ● ● 13. Я не боюсь публичных выступлений; лёгкое волнение не мешает, а помогает. Я внутренне раскрепощён и не боюсь иной раз показаться смешным или глупым, я могу быть разным и от этого получаю удовольствие.

● МОИ КРАСНЫЕ ЗОНЫ (точки роста)

Какие 3–5 навыков я хочу развить в первую очередь?

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

● МОИ ЖЕЛТЫЕ ЗОНЫ (что стабилизирую)

Что я уже делаю, но хочу довести до автоматизма? Какая микропривычка поможет перевести это в <<зелёную>> зону?

● МОИ ЗЕЛЕНЫЕ ЗОНЫ (супер силы)

*Что получится лучше всего? Как могу использовать это для баланса
силах сторон?*

ПЕРВЫЙ ШАГ

Что сделаю уже завтра, чтобы продвинуться к моей красивой цели?

[illegible]