

PORADNIK  
PORADNIK  
PORADNIK  
PORADNIK  
PORADNIK  
PORADNIK  
PORADNIK  
PORADNIK  
PORADNIK  
PORADNIK  
PORADNIK  
PORADNIK  
PORADNIK





# **JAK PREZENTOWAĆ BY BYĆ SŁUCHANYM?**

# OPOWIADAJ

## NIE RECYTUJ

- 1** Nie ucz się prezentacji na pamięć
- 2** Nie recytuj, to brzmi **nienaturalnie!**
- 3** Przygotuj sobie wypowiedź w punktach, spisz główne hasła, o których będziesz mówić
- 4** Sam przygotuj treść do prezentacji, dzięki temu będziesz wiedzieć, o czym mówisz i unikniesz nauki na pamięć i stresu

# PRZYGOTUJ SIĘ

Kamery i oświetlenie telewizyjne jest dla niektórych sporym stresem, dlatego w domu **zapoznaj się ze swoim materiałem** na tyle dobrze by stres nie wpłynął na ew. potknięcia.

**Nagraj się na dyktafon** i zobacz, czy nie mówisz za szybko, bądź niewyraźnie.

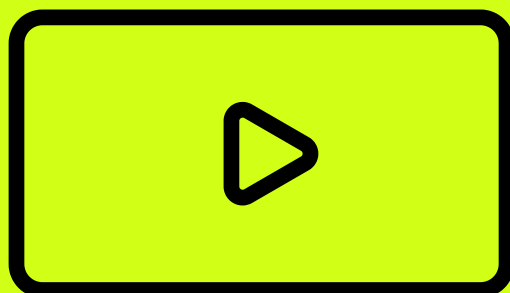


# MASZ WIDOWNIĘ!

Cieężko jest mówić, do osób  
których nie widzisz przed  
sobą. Musisz nam uwierzyć,  
że **ONI TAM SĄ** ;)

Używaj sformułowań  
używanych w  
**KONWERSACJACH**  
- nie w tekstach pisanych

**MOWA POTOCZNA**,  
w takich sytuacjach brzmi  
naturalniej i łatwiej się  
jej słucha



Wystąpienia online powinny mieć  
znamiona wykładu, rozmowy,  
a nie odczytu danych.

**To bardzo ważne dla utrzymania  
kontaktu z widzem!**

# CO...I JAK!

Ważne aby skupić się nie tylko na tym **CO** mówimy, ale **JAK**.

Mikrofon łapie **wszystkooooo**  
więc zwracaj uwagę na:

- dykcje
- końcówki wyrazów
- tempo wypowiedzi
- intonację



**to nie jest**

**TEATR**

Na scenie teatralnej czasem aktorzy muszą przerysowywać różne emocje, postawę czy mimikę twarzy aby widz wszystko dostrzegł i zrozumiał.

ALE ALE ALE ALE ALE AL

**W internecie/telewizji takie zabiegi źle wyglądają. Spokojnie, wszyscy Cię bardzo dobrze i wyraźnie widzą.**



# PRZEĆWICZ:



## - sposób siedzenia

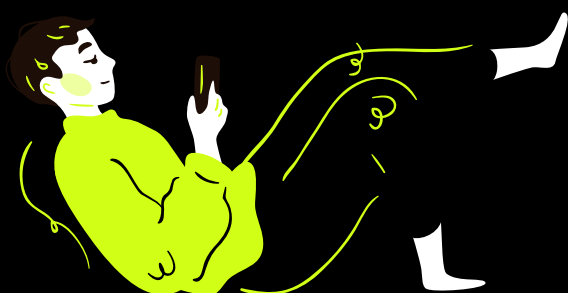
siedź wyprostowany,  
na krawędzi krzesła/fotela

## - sposób stania

stań mocno na obu stopach  
i staraj się nie kiwać

## - nadmierne gestykulacje

gesty powinny być przemyślane,  
chyba że chcesz zostać  
stewardessą ;)



# LUZ BLUES...

Przed wydarzeniem nasz producent służy pomocą w przygotowaniu do wystąpienia, a podczas prób reżyser na pewno zdradzi Ci kilka tricków ;)

