



ОСНОВЫ ПУБЛИЧНОГО ВЫСТУПЛЕНИЯ

Комилова Мукаррам Кобилжоновна

Старший преподаватель Самаркандского
института экономики и сервиса
komilova.mukarram29@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0001-8799-413X>

Пардабаева Динара

Студентка группы ИК-К-223
Самаркандский институт экономики и
сервиса
Республики Узбекистан
dinaraperdebaeva21@gmail.com

Annotation: The article is devoted to the study of the basics of public speaking as an essential element of professional and personal development. It examines the key stages of speech preparation, features of interaction with the audience, and methods of overcoming nervousness. Special attention is paid to verbal and non-verbal communication aspects, the role of confidence, and emotional expressiveness in public speaking.

Key words: public speaking, communication, confidence, audience, oratory.

Аннотация: Статья посвящена рассмотрению основ публичного выступления как важного элемента профессиональной и личной самореализации. Рассматриваются ключевые этапы подготовки речи, особенности взаимодействия с аудиторией, а также методы преодоления волнения. Особое внимание уделяется вербальным и невербальным аспектам общения, роли уверенности и эмоциональной выразительности в процессе публичного выступления.

Ключевые слова: публичное выступление, коммуникация, уверенность, аудитория, ораторское искусство.

Annotatsiya: Ushbu maqola jamoat oldida nutq so'zlash asoslarini o'rganishga bag'ishlangan bo'lib, u kasbiy va shaxsiy rivojlanishning muhim qismi hisoblanadi. Unda nutq tayyorlash bosqichlari, tinglovchilar bilan muloqot qilish xususiyatlari hamda hayajonni yengish usullari tahlil qilinadi. Maqolada og'zaki va noverbal muloqotning ahamiyati, ishonch va hissiy ifodalilikning roli alohida ko'rib chiqiladi.

Kalit so'zlar: jamoat oldida nutq so'zlash, muloqot, ishonch, auditoriya, notiqlik san'ati.

Введение. Публичное выступление является одним из важнейших навыков современного человека. Оно играет ключевую роль в профессиональной деятельности, образовании и социальной жизни. Умение уверенно и выразительно говорить перед аудиторией помогает достигать целей, убеждать и вдохновлять других людей. В современных условиях, когда коммуникация стала важным инструментом успеха, овладение основами публичного выступления приобретает особое значение.



Публичное выступление представляет собой форму устного общения, направленного на передачу информации, идей и эмоций аудитории. Оно состоит из трёх основных частей: вступления, основной части и заключения. Вступление должно привлечь внимание слушателей, основная часть раскрывает суть выступления, а заключение подводит итоги и оставляет у аудитории яркое впечатление.

Подготовка является основой успешного выступления. Оратор должен тщательно продумать структуру речи, подобрать примеры и аргументы, учесть особенности аудитории. Необходимо заранее отрепетировать выступление, чтобы избежать ошибок и чувствовать себя уверенно. Практика и повторение помогают развить выразительность и контроль над голосом.

Эффективное публичное выступление включает использование как словесных, так и невербальных средств. Голос, интонация, темп речи, жесты и мимика влияют на восприятие информации слушателями. Открытые позы, уверенные движения и контакт глазами создают доверие и положительный настрой аудитории.

Страх перед аудиторией — естественное чувство, с которым сталкиваются многие выступающие. Для его преодоления важно сосредоточиться на содержании речи, глубоко дышать и визуализировать успех. Удержание внимания аудитории достигается за счёт выразительной речи, примеров, риторических вопросов и взаимодействия со слушателями.

Кроме того, публичное выступление требует от оратора умения адаптироваться к ситуации. Часто во время выступления могут возникать непредвиденные обстоятельства: технические сбои, сложные вопросы слушателей, изменения в регламенте. Умение сохранять спокойствие и быстро реагировать на такие моменты является важной частью профессионального ораторского мастерства. Спикер должен быть гибким, уметь перестраивать ход речи и поддерживать внимание аудитории даже в сложных условиях.

Важную роль играет и логичность изложения. Выступление должно иметь чёткую структуру, плавные переходы между частями и последовательное раскрытие основной идеи. Использование соединительных фраз и логических связей помогает слушателям лучше воспринимать информацию и следить за мыслью оратора. Особенно эффективно, когда в речи присутствуют примеры, факты, статистика, сравнения — всё это усиливает аргументацию и делает выступление более убедительным.

Следует учитывать и значимость визуальной поддержки. Презентации, схемы, графики и изображения помогают сделать материал наглядным, облегчить



восприятие и удержать внимание аудитории. Однако важно соблюдать баланс: слайды должны дополнять речь, а не заменять её. Перегруженные текстом презентации лишь отвлекают слушателей, поэтому желательно использовать короткие фразы, ключевые слова и иллюстрации.

Отдельного внимания заслуживает вопрос взаимодействия со слушателями. Хороший оратор стремится не только передать информацию, но и установить обратную связь. Это может быть обращение к аудитории с вопросами, просьба выразить мнение, приведение примеров, связанных с опытом слушателей. Такой подход делает выступление более живым, создаёт атмосферу доверия и вовлечённости.

Немаловажным аспектом является эмоциональная выразительность. Эмоции позволяют придать речи силу, вызвать интерес и удержать внимание. Искренность, уверенность и энтузиазм оратора делают выступление более убедительным и запоминающимся. Важно не только что говорить, но и как говорить — интонация, мимика, жесты создают эмоциональный фон и усиливают смысл сказанного.

Таким образом, мастерство публичного выступления включает в себя целый комплекс навыков: грамотную подготовку, выразительную речь, уверенное поведение, использование визуальных материалов и умение взаимодействовать с аудиторией. Развитие этих навыков помогает человеку успешно реализовать себя в профессиональной и социальной сфере.

Заключение

Публичное выступление — это искусство, которое требует подготовки, уверенности и саморазвития. Оратор должен владеть не только содержанием речи, но и уметь управлять своими эмоциями и поведением.

Регулярная практика, самоанализ и желание совершенствоваться помогают каждому человеку стать уверенным и убедительным спикером.

Успешное публичное выступление не является врождённым качеством — это результат систематической работы над собой.

Важно развивать уверенность, умение слушать и понимать аудиторию, а также постоянно совершенствовать свою речь. Оратор должен стремиться не только к тому, чтобы быть услышанным, но и к тому, чтобы быть понятым.

Каждое выступление — это возможность не просто передать информацию, но и вдохновить других, вызвать интерес к теме и побудить к действию.

Постоянная практика и самоанализ позволяют оратору развивать индивидуальный стиль и находить новые подходы к коммуникации.



Современный мир требует от человека умения ясно выражать мысли и быть убедительным, поэтому навыки публичного выступления являются важной частью личностного и профессионального роста.

Таким образом, овладение искусством публичного выступления способствует не только развитию личности, но и укреплению её позиции в обществе..

Использованная литература:

1. Андреев А. А. Основы ораторского искусства. — Москва: Просвещение, 2021.
2. Карнеги Д. Как вырабатывать уверенность в себе и влиять на людей. — Москва: Эксмо, 2020.
3. Комилова М. Роль онлайн занятий в формировании информационной деятельности студентов.: технология, учебный процесс, межкультурная коммуникация, самообразование, дистанционное обучение, интернет //FILOLOGIYA UFQLARI JURNALI. – 2022. – Т. 8. – №. 8.
4. Чернышев А. В. Искусство публичных выступлений. — Санкт-Петербург: Питер, 2022.
5. Gallo С. Talk Like TED: The 9 Public-Speaking Secrets of the World's Top Minds. — New York: St. Martin's Press, 2014.
6. Комилова М. К., Давлятова Т. Б. РОЛЬ ТЕРМИНОЛОГИИ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ РЕЧИ //Лучшие интеллектуальные исследования. – 2025. – Т. 41. – №. 3. – С. 129-133.
7. Комилова М. К., Алиматова М. А. РУССКИЙ ЯЗЫК КАК ИНСТРУМЕНТ УСПЕШНОЙ КОММУНИКАЦИИ //Лучшие интеллектуальные исследования. – 2025. – Т. 41. – №. 3. – С. 134-140.