

# Курс ораторского мастерства «Искусство речи»



**Александр  
Эпштейн**

бизнес-тренер,  
основатель  
объединения

**8**  
**занятий**  
входит в курс

**3**  
**часа**  
длится занятие

## О курсе

В теоретическую часть курса легли ключевые знания из трех сфер – театрального искусства, журналистики и практической психологии. Создатель курса Александр Эпштейн адаптировал базовые элементы системы К.С. Станиславского под задачи оратора и дополнил приёмами ведения дискуссии, техниками защиты от манипуляций, упражнениями на развитие голоса и дикции.

Более 70% курса – тренировочный процесс. Ученики постоянно практикуются: готовят речи, импровизируют, проводят дебаты. Вместе с тренерами обсуждают свои выступления, разбирают известные публичные речи и обмениваются идеями.

Наставники не только анализируют творческие пробы и фиксируют ошибки, но и помогают их исправить и вместе с учениками находят конкретные решения. Каждый выпускник получает персональные рекомендации для дальнейшей работы над собой.

## На курсе вы научитесь:

- Эффективно готовиться к выступлению
- Создавать сильный текст
- Выступать свободно и убедительно
- Говорить чётко и выразительно
- Уверенно импровизировать на публике
- Победить в дебатах

## Вы можете выбрать удобное время занятий:

понедельник / среда	вторник / четверг	суббота / воскресенье
19:00–22:00	19:00–22:00	11:30–14:30 / 15:00–18:00



## «Система Станиславского для оратора»

Как эффективно подготовиться к выступлению

- **Самопрезентация.** Первое упражнение: рассказ о себе по сценарию.
- **Теория К.С. Станиславского.** Понятия предлагаемых обстоятельств, сверхзадачи, замысла и решения.
- **Практика.** Применение системы в выступлениях, разбор примеров.
- **Обратная связь от тренера.** Выявление зон роста каждого ученика курса.

## «Логика и структура речи»

Как создать сильный текст

- **Основы драматургии.** Композиция и структура публичной речи.
- **Интерес публики.** Приёмы привлечения и удержания внимания аудитории.
- **Опыт мастеров.** Просмотр и разбор видеозаписей известных выступлений.
- **Домашнее задание.** Подготовка монолога на свободную тему.



## «Искусство монолога. Проба 1»

Как сделать выступление убедительным

- **Творческие пробы.** Монолог на свободную тему.
- **Контакт со зрителем.** Работа с объектами внимания.
- **Обратная связь.** Разбор сильных и слабых сторон выступления, поиск индивидуального речевого портрета ученика.
- **Домашнее задание.** Подготовка к новой творческой пробе.

## «Техника речи»

Как развить голос и дикцию

Мастер-класс ведёт телевизионный диктор Вера Коцюба

- **Техники постановки дыхания.** Подготовка речевого аппарата перед выступлением.
- **Голос.** Развитие диапазона, громкости и тембра.
- **Устранение речевых недостатков.** Дикция, темпоритм, интонации, паузы.



**Вера Коцюба**  
журналист, диктор

## «Психологическая свобода»

Как победить страх сцены и управлять волнением  
 Мастер-класс ведёт психолог-практик Андрей Вишняков

- **Творческое раскрепощение.** Как пробудить чувства и эмоции.
- **Реакции на стресс.** Блоки, мышечные зажимы и способы их преодоления.
- **Психотехника оратора.** Сценическое самочувствие, жестикуляция, средства выразительности.



**Андрей  
Вишняков**

психолог, педагог



## «Искусство монолога. Проба 2»

Как сделать выступление убедительным

- **Творческие пробы.** Второй монолог.
- **Взаимодействие с залом.** Закрепление навыков работы с аудиторией.
- **Работа над ошибками.** Разбор выступлений группой и тренером.
- **Домашнее задание.** Самостоятельный просмотр видеозаписей с известными спикерами.

## «Речевая импровизация»

Как выступить без подготовки

- **Экспромт.** Выступление не по сценарию, умение говорить и думать одновременно.
- **Разногласия с залом.** Техники ответов на провокационные вопросы.
- **Манипуляции.** Приёмы противодействия речевым уловкам оппонента.
- **Домашнее задание.** Подготовка к полемике на заданную тему.



## «Дебаты»

Как побеждать в дискуссиях

- **Финальная речь.** Выступление с использованием всех средств выразительности.
- **Дискуссия.** Три раунда полемики – с оппонентом, аудиторией и тренером.
- **Голосование.** Выбор и награждение победителя дебатов.
- **Подведение итогов.** Вручение сертификатов, заключительное слово.