

## Секреты успеха на конкурсе

### 1. КАК ВЫБРАТЬ ОДЕЖДУ ДЛЯ КОНКУРСА

#### МОЖНО

- ✓ Яркий аксессуар, украшение или деталь гардероба.
- ✓ Одежду нейтральных или пастельных тонов.
- ✓ Для мужчин: необычный галстук, заколка для галстука, шейный платок, интересные часы, яркая ручка.

#### НЕЛЬЗЯ

- ✗ Шпильки, платформа, кеды, балетки на сцене.
- ✗ Мини-юбки, открытая зона декольте, спины и плеч, агрессивные расцветки в одежде.
- ✗ Одну и ту же одежду на каждый этап конкурса.

### 2. КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ К ПУБЛИЧНОМУ ВЫСТУПЛЕНИЮ

#### НЕОБХОДИМО

- ✓ Настроиться на аудиторию.
- ✓ Держаться уверенно, демонстрировать твердую убежденность в своих словах.
- ✓ Направить взгляд на слушателей.
- ✓ Начать говорить только после того, как установилась тишина.
- ✓ Обратиться к аудитории с краткого обращения.
- ✓ Проговаривать все слова четко.
- ✓ Разнообразить громкость, если заметили, что аудитория устала. Начните говорить тише, а затем резко повысьте голос (но не настолько, чтобы аудитория почувствовала, что вы хотите специально взбодрить ее).
- ✓ Подкрепите выступление очевидными примерами.
- ✓ Поблагодарите аудиторию за внимание в конце выступления.

#### НЕДОПУСТИМО

- ✗ Избегать взглядов, которые направлены на вас.
- ✗ Смотреть в одну точку.
- ✗ Говорить слишком быстро и монотонно.
- ✗ Чествовать себя после выступления или убажывать свое самолюбие «несмолкаемыми» аплодисментами.