

# PAST-TIMES



**Yleisölle puhuminen**

# Moduuli 1, osio 4 : Työstä kykyäsi puhua julkisesti

*Vinkkejä julkiseen puhumiseen*



# Johdanto

Aloita miettimällä mikä on **kohdeyleisösi**. Ethän puhu samalla tavalla nuorille ja yrityksen hallitukselle.

**Kirjoita pääideasi** ylös. Käytä luettelomerkkejä, älä kokonaisia lauseita, mutten sinulla on houkutus lukea ne ääneen.

Ole oma itsesi!

Tässä muutamia vinkkejä, joiden avulla voit kehittää taitojasi puhua julkisesti.

# Lue tekstejä ääneen

Lue esimerkiksi suosikkinovelliasi ääneen, jotta totut omaan **ääneesi**, **intonaatioosi** ja **rytmiin**. Harjoittele lukemaan myös hieman kovemmallalla äänellä, jotta opit säätelemään äänen voimakkuuttasi.

# Kielivoimistelua!

- ▣ Tee yksinkertaisia kielivoimisteluharjoituksia (löydät niitä runsaasti internetistä).

*Esimerkiksi: Mustan kissan paksut posket  
ja*

*Appilan pappilan apupapin papupata pankolla kiehuu ja  
kuohuu.*

# Tee rentoutusharjoituksia



- ▣ Ennen kuin puhut julkisesti, tee hengitys- ja rentousharjoituksia. Löydät niitä paljon internetistä!

# Mieti iskulauseesi!

- ▣ Löydä keskeinen viestisi. Iskulauseesi ja puheen loppu. Ja kuinka avata keskustelu, jos siihen pyritään.

# Harjoittele !

- ▣ Harjoittele. Useita kertoja. Eri tavoin. Toista koko prosessi tai keskeiset osat yhä uudelleen. Toista alkuosaa. Toista loppuosaa ( mutta... älä toisaalta toista liikaakaan, jottet menettäisi luonnollisuuttasi ja innokkuuttasi ja alkaisi vihaamaan puhettasi, koska olet toistanut sitä liikaa... )



# Juuri ennen h-hetkeä

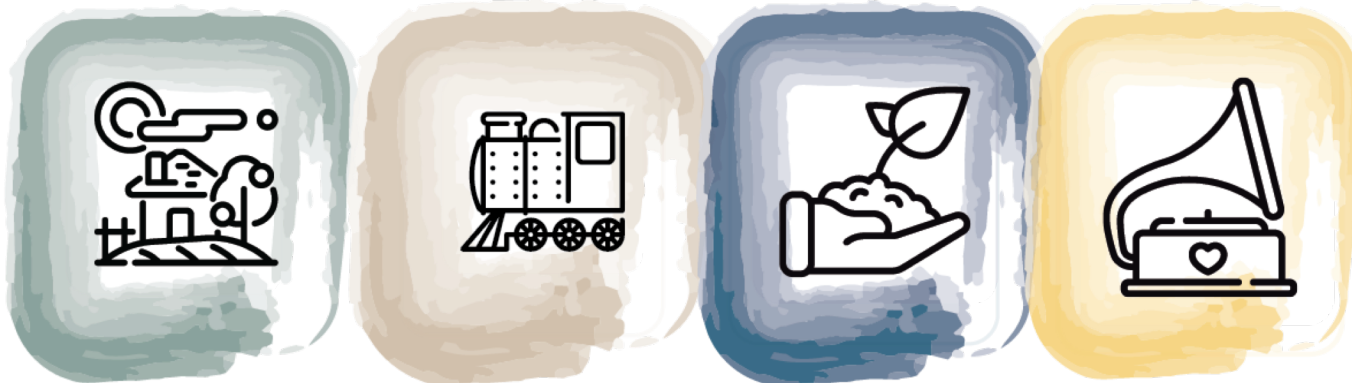
- ▣ **Lämmitele ääntäsi** puhumalla hieman, ellet ole puhunut päivän aikana vielä paljoa.
- ▣ **Tee rentouttavia liikkeitä**, jotta jännittyneet lihaksesi rentoutuisivat (niska, hartiat, käsivarret...) Ja ilmeile rentouttaaksesi suusi ja kasvosi.
- ▣ Rauhoitu **hetki**

# Kiitos osallistumisesta

*Kysymyksiä?*



# PAST-TIMES



inn<sup>o</sup>ventum



INNEO



S V E B ■  
F S E A ■



Erasmus+

**movetia**

Austausch und Mobilität  
Echanges et mobilité  
Scambi e mobilità  
Exchange and mobility

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.