

COMPETÊNCIAS PARA APRESENTAR

Autores:

Antonija Blatnik

Irena Hlača

Justina Husu

Katja Kapele

Barbara Vidic

Contributos das seguintes escolas:

Agrupamento de Escolas de Moremor-o-Novo

(Portugal) Hristo Botev Primary School

(Bulgaria)

Jelgava Secondary School (Latvia)

Osnovna šola Šmihel (Slovenia)

Primary School Jelenia (Slovakia)

Szkola Podstawowa No.3

(Poland) Zakladni skola Ostrava

(Czech Republic)

Fotos: Helena Murgelj and Vesna Slapničar

Designer: Karmen Jenič

Edição de Vídeo: Andrej Lenartič and Matevž

Sladič

abril, 2016

ÍNDICE

1. Introdução
2. A apresentação pública
3. Elementos para uma apresentação pública
4. Exemplos de apresentações públicas na escola
5. Orientações para uma apresentação eficaz
6. Orientações para uma apresentação Power Point
7. Avaliação da apresentação pública

INTRODUÇÃO

O manual foi criado com a cooperação das escolas que participam do projeto Erasmus + intitulado Effective Communication - A Successful Future Life no ano letivo 2015/2016.

A sua finalidade é a de explorar e melhorar a apresentação pública, os seus tipos e dar exemplos de boas práticas. Adicionamos dicas práticas para o desempenho e avaliação de apresentações públicas. Exemplos de boas práticas também podem ser visionados no CD anexo ao manual.

Desejamos que o manual seja um assistente útil para a educação.



APRESENTAÇÃO PÚBLICA

Uma apresentação pública é qualquer comunicação com audiência. Na verdade, representamos o tempo todo, muitas vezes também publicamente, na frente de diferentes públicos. É importante estar ciente do facto de que a nossa capacidade de transmitir a mensagem são decisivas para a forma como o público aceita a nossa mensagem. Portanto, a aprendizagem das competências de comunicação é uma atividade importante no processo educacional.

Comunicação é a atividade com a intenção de mudar informação, pensamentos, opiniões e sentimentos entre os seres vivos, pessoas e animais.

Podemos distinguir dois tipos básicos de comunicação:

- **Verbal** – As palavras são utilizadas
- **Não verbal** – As palavras não são utilizadas. O significado é transmitido sob a forma de mensagens não-verbais. Exemplos de comunicação não-verbal incluem a comunicação tátil, gestos, linguagem corporal, expressão facial, contato visual, e como se veste.

A apresentação pública é para muitas pessoas, um dos maiores medos, acompanhados por medo do palco, com um nó na garganta, palmas das mãos suadas. Tudo isso é acompanhado pelos olhares curiosos do público e o apresentador tem um sentimento que perdeu as palavras do seu discurso. Mas nem só as palavras transmitem as nossas mensagens, não são suficientes para dizer alguma coisa.

Precisamos de saber, como vamos dizer alguma coisa, a fim de transmitir a mensagem pretendida. O que é muito importante é a linguagem do corpo, mimica, contato com os olhos, uma perspectiva, especialmente, a primeira impressão que nós temos da audiência.

Com a ajuda de diferentes manuais, podemos aprender como fazer uma apresentação eficaz. No entanto, também precisamos de encontrar coragem suficiente para nos envolvermos na apresentação pública.



“A Comunicação
acontece na mente do
ouvinte, e não na do
orador”

Peter Drucker

***O medo derrota mais
pessoas do que qualquer
outra coisa no mundo.***

Ralph Waldo Emerson

Um pouco de medo do palco pode até mesmo ser benéfico para nós, porque a sensação de não ser bom o suficiente geralmente conduz-nos para uma melhor preparação.

A intenção de uma apresentação pública é apresentar um tópico específico para o público.

Está previsto, com base nas metas da nossa apresentação, perguntarmos: o que é que queremos alcançar. Normalmente ocorre na forma de palestra ou discurso, a intenção é informar ou persuadir. O foco precisa estar sobre os participantes, para que ele cumpra as suas expectativas e interesses. A apresentação deve deixar no público a impressão sobre o tema apresentado. Deve ser interessante e bem preparado. Ele deve consistir de introdução, parte principal e conclusão.

A maioria das pessoas, nalgum momento da sua vida, terá de se levantar e falar na frente de um grupo de pessoas. Ensinar os alunos as habilidades necessárias para a apresentação, portanto, ajudá-los a concretizar com mais sucesso.

ELEMENTOS PARA UMA APRESENTAÇÃO PÚBLICA

Para uma apresentação pública bem sucedida existem 3 elementos que precisam de estar em equilíbrio:

1. DISCURSO

No nosso discurso usamos palavras para expressar, o que queremos dizer ao público. O discurso reflete pensamentos, sentimentos, intenções, relação com a audiência e, de certa forma expressa o nosso “eu” (o tom da voz). Através do discurso transmitimos ao público o conteúdo, com o objetivo de informar, persuadir, cativar ou influenciar as emoções do público.

A intenção é decisiva na forma como falamos: a forma de falar quando contamos uma história será diferente do discurso sobre determinado tema profissional.

É importante usarmos diferentes figuras de retórica, tais como perguntas de retórica, repetição, metáforas, mas não devem ser usadas em excesso. O texto e a maneira de falar expressam a relação relativamente ao orador. Portanto, é importante que o discurso seja gramaticalmente correto, adequando a altura da voz, velocidade do discurso, relativamente ao conteúdo e público-alvo.

2. LINGUAGEM CORPORAL

A linguagem corporal é um complemento importante para o discurso. O corpo não mente e ele sempre revela a verdade, portanto, pode ser um poderoso apoio para a nossa apresentação ou pode fazer-nos pouco convincentes.

A linguagem corporal pode ser dividida em:

- **posição corporal e partes do corpo**

A posição do corpo expressa, se estamos convictos sobre o que falamos. O importante é estarmos firmemente com os braços abertos em frente ao público e com a cabeça erguida.

- **expressão facial**

A expressão facial suporta o nosso discurso através de contato com os olhos, os músculos faciais, simpatia e sorriso. Ele dá a mensagem para o

público sobre se estamos relaxados e autoconfiantes sobre o tema que estamos a apresentar.

- **olhos**

Os olhos são um elo importante com o público e estão ao lado da voz um importante mensageiro do conteúdo. O apresentador deve durante o seu discurso manter o contato visual com o público e deve responder às suas sugestões e mensagens de aprovação.

Quando fazemos uma apresentação pública a nossa aparência em relação ao que vestimos deve ser apropriada e cuidada.

3. APRESENTAÇÃO

Ao fazer uma apresentação pública, a fala e linguagem corporal é fortemente apoiada pela nossa apresentação. Isto significa que o conteúdo é apresentado com diferentes ilustrações. Na apresentação pública escolar, isto pode ser feito com a ajuda de posters, imagens, áudio e por meio de um computador.

Em cada apresentação pública devem ser utilizados, na medida certa, todos os elementos indicados. Normalmente, os indivíduos têm para o desempenho público um talento natural, mas para a maior parte, esta habilidade é apreendido na educação e em situações da vida real.

EXEMPLOS DE APRESENTAÇÃO PÚBLICA NA ESCOLA

1. ALUNOS

A escola é um lugar onde as crianças conscientemente começam a adquirir as competências de apresentação pública. Acontece durante as aulas e noutras atividades escolares. O que significa que com as atividades planeadas desenvolvemos as potencialidades naturais do aluno. Com tais atividades queremos melhorar as competências do aluno de estruturação do texto, o que corresponderá à intenção e ao tema, a habilidade de falar na para o público, o uso da linguagem não-verbal e as ilustrações. Além disso, o aluno supera o medo do palco.

Atividades que envolvem a aquisição dessas competências são:

a) **Círculo da manhã “morning circle”**

O círculo da manhã é uma forma de comunicação realizada por alunos mais jovens ajudando-os a falar em frente ao público. No início da aula os alunos e o professor sentam-se em torno de um círculo a falar. Primeiro cumprimentam-se, contam-se e descobrem qual aluno está ausente.

Com uma pequena conversa, jogos desenvolvem-se competências sociais, o uso de palavras educadas, expressão de emoções e a capacidade de empatia e, conseqüentemente, proporciona-se uma melhor inclusão de um aluno no grupo.

Ao longo do ano os alunos com o círculo manhã conseguem criar um calendário do tempo, treinam a orientação no tempo e são levados a observar mudanças na natureza (estações, tempo). No final da conversa no círculo manhã, o professor apresenta um plano de atividades a seguir.



“Morning circle”, 1º ano, Escola Primária Smihel

b) desempenho oral



O desempenho oral é uma forma de apresentação que se realiza em frente a colegas de escola que poderá também ser realizado em contexto de turma. Um aluno recebe as instruções que determinam as circunstâncias e o tópico de desempenho oral. Então, individualmente, ele prepara, de forma independente, o conteúdo e a apresentação. Os alunos mais jovens aprendem o texto de cor, mas no final da escolaridade eles já podem apresentar o tópico de forma independente, apenas com a ajuda de palavras-chave.

Quando os alunos apresentam uma história, podem tornar o seu desempenho mais interessante usando trajes e requisitos para enriquecer. Contudo, quando os alunos apresentam um tema a apresentação é baseada no seu discurso, corpo, idioma e contato com os ouvintes.

Um desempenho oral na escola é um exemplo de desenvolvimento sistemático de retórica e de habilidades de apresentação pública.



Oral performance in the 6th class

c) o debate

O debate é uma atividade marcada por uma troca argumentativa e organizada de opiniões de duas equipas adversárias. Cada debate é realizado de acordo com as regras determinadas. Primeiro, os participantes procuram obter uma declaração ou uma tese sobre a qual possa debater.

Em seguida, os participantes pesquisam o tema de um debate e a fundamentação desses argumentos. Na escola, o debate pode ser parte de uma aula, como motivação para uma determinada atividade ou como uma competição.

O debate é uma oportunidade para que os alunos obtenham habilidades retóricas e treinem o pensamento, uma boa escuta e rápida formação de pensamentos.

Essas habilidades são muito importantes, uma vez que os alunos devem rejeitar as declarações da equipa adversária. Além disso, um debate ensina-os a serem oradores responsáveis, pois não podem usar frases e argumentos não confirmados.



Debate on the topic Words have immense power, 8th and 9th class, Primary School Šmihel

d) Realização de eventos escolares

O desempenho num evento escolar permite aos alunos aumentar a sua autoconfiança e dá-lhes a prova de que eles têm habilidades suficientes para executar algo em frente de um maior grupo de pessoas e numa sala maior do que a sua sala de aula.

Um aluno faz uma preparação para o seu desempenho, mas o mais importante é que através deste tipo de desempenho, ele aprende a depender de outros artistas e aprende como reagir imprevisivelmente, o que fortalece os seus traços de personalidade.

É aconselhável que a maior parte possível de alunos realizem tais eventos, porque dessa forma tornamos o desempenho mais fácil para os alunos que têm problemas de exposição.





School event The river of words is keep flowing (organized in celebration of Slovene cultural holiday)

Todos os exemplos apresentados de desempenho público na escola podem ser vistos no final do manual ou no CD.

As gravações vídeo foram feitas em exames realizados na escola preliminar Smihel, Slovenia.

2. TRABALHADORES PROFISSIONAIS (professores)

O falar em público é o trabalho diário dos professores, porque faz parte do próprio currículo. Mas há outros tipos de desempenho público diferenciando-se do que já foi mencionado anteriormente, porque exigem uma abordagem, têm um propósito diferente e são ditos para um público diferente.

Alguns tipos de desempenho público:

a) Discussão profissional:

Uma discussão profissional é guiada através de certos passos e tem um enfoque profissional. Numa discussão profissional descrevemos um certo

estado, analisamo-lo e propomos melhorias. É importante que cada colaborador possa dizer uma palavra sobre o assunto ao mesmo tempo que todos escutam cuidadosamente e seguem as suas ideias. É importante que possamos formar rapidamente os nossos pensamentos, escolher as palavras certas e transmitir (apenas) os nossos pontos-chave. Ao mesmo tempo devemos encorajar os elementos mais silenciosos do grupo para participar ativamente na discussão.

Juntos aprendemos esta técnica de realização pública (comunicação), aprendemos a aceitar o que está a ser dito e isso ajuda-nos a lutar pelo bem comum.

b) apresentar uma boa prática

Um professor prepara uma apresentação, na qual apresenta uma boa prática sua ou de outros colegas da sua escola na presença de toda a comunidade.

Poderão realizar um encontro profissional fora da escola que lhe permitirá apresentar as suas melhores práticas aos outros. Simultaneamente as suas habilidades comunicativas melhoram porque - além da fala e do corpo linguagem - devemos também preparar o material para a nossa apresentação.

A apresentação pode ter lugar sob a forma de um trabalho de desempenho individual ou de grupo, ou poderá ainda ser um tipo de desempenho público.

c) reunião de pais e professores

Conduzir uma reunião entre pais e professores é também um dos tipos de desempenho público. O professor deve de estar bem preparado acerca do assunto da reunião e necessita também de ter boas habilidades para falar em público, porque os pais são uma população diversificada unida por um interesse comum: cuidar do desenvolvimento dos seus filhos. Estas circunstâncias exigem que o orador seja fácil de entender, explícito e claro. O tema deve também ser apresentados num nível adequado (não demasiado formal). Este tipo de desempenho público é importante para construir a confiança entre pais e professores.



Parent teacher meeting on the topic Ethics in communication by Justina Erčulj, Ph.D.

ORIENTAÇÕES PARA UMA BOA APRESENTAÇÃO

As escolas preparam as crianças para falar em público / desempenho. Elas devem fornecer às crianças as diretrizes para preparar e executar antes de fazerem a sua apresentação, após a qual o professor fornece feedback.

As diretrizes a seguir devem ajudar os professores a orientar os seus alunos

a) preparação para a apresentação

A base para uma apresentação bem-sucedida é a preparação, que deve obedecer aos seguintes critérios:

- Definir o objetivo da apresentação.
- Pense nos destinatários da apresentação.
- Organize as suas ideias e escreva um resumo.
- Pense em usar exemplos e / ou acessórios, prepare-os.
- Pratique exaustivamente a sua apresentação (à frente de um espelho ou de uma pessoa ou grupo, brinquedos, etc) e identifique o período de tempo de sua apresentação.
- Grave/filme a sua apresentação e ao assistir à gravação descobrirá o que terá de alterar.

**“If you fail to
prepare, you are
prepared to fail«
”
-Mark Spitz**

Dicas para melhorar a apresentação do seu discurso e a linguagem corporal

- Assista a vídeos de oradores famosos e analise as suas apresentações.
- Pense em como se vai vestir no dia da apresentação.

Se você estiver bem preparado, sentir-se-á mais confiante e relaxado
apresentação.

b) o design da apresentação

Uma apresentação bem construída é crucial para um desempenho público bem-sucedido.

Cada apresentação deve ser dividida em três partes: introdução, parte principal

E conclusão. Aqui estão algumas diretrizes para projetar sua apresentação:

Introdução

- ~ Apresente-se.
- ~ Conquiste a atenção do público com perguntas, exemplos, piadas, etc.
- ~ Apresentar as principais partes da sua apresentação, dar a sua opinião sobre a importância do seu tópico.
- ~ Use aspas.
- ~ Use perguntas retóricas.
- ~ Conte uma história verdadeira.

Mantenha-se interessado, adequado, procure conexão com o público, use perguntas retóricas, inclua todos os participantes
--

A PARTE PRINCIPAL

- ~ Enfatizar o tema principal.
- ~ Use material extra: citações, exemplos, estatísticas, etc.
- ~ Usar imagens, anedotas e opiniões diferentes para estabelecer uma ligação com o seu público-alvo.

A CONCLUSÃO

- ~ Resuma a sua apresentação, deixe-os com algo para pensar.
- ~ Dê ao público tempo suficiente para fazer perguntas e reagir. Incluir todos os participantes, se possível.
- ~ Agradecimentos / dar graças / dizer obrigado.

Uma apresentação bem-sucedida é mais do que a estrutura e o conteúdo.

Temos também que lidar com o seguinte:

Discurso

- ~ Use linguagem formal.

- ~ Falar alto e claro.
- ~ Ajuste a velocidade do seu discurso de acordo com as necessidades da apresentação. Pode começar a falar mais lento no início da apresentação.
- ~ Não repita palavras e expressões, use sinónimos.
- ~ Explícite termos estrangeiros.
- ~ Evite enchimentos (por exemplo, "mmm", yeah, errr, umm, etc.).
- ~ Enfatize palavras-chave.

Faça uma pausa rápida sempre que quiser atrair a atenção.

Linguagem corporal

- ~ Estabelecer uma boa conexão com o público - o contato através do olhar, perguntas.
- ~ Mantenha o contato visual com todo o público e não apenas uma pessoa.
- ~ Mostrar entusiasmo sobre o assunto que você está apresentando.
- ~ Usar o sorriso.
- ~ Use movimentos naturais e não forçados.
- ~ Controle as suas expressões faciais e a linguagem corporal.
- Seja interessante, adequado, procure uma ligação com o público, use a retórica, perguntas, inclua todos participantes.
- ~ Não fique no mesmo lugar o tempo todo, movimente-se.

Todas as orientações fornecidas para os estudantes podem ser aplicadas a apresentações públicas dadas por adultos.



Primary school Jelenia, Slovakia

Apesar disso, os adultos devem estar cientes de que alguns elementos na sua apresentação, deverão adaptar-se ao ambiente de trabalho. Estes elementos estão listados abaixo, juntamente com pequenas dicas:

- Estar bem informado sobre o local onde decorrerá a sua apresentação.
- Certifique-se para chegar a tempo.
- Verifique se todos os equipamentos técnicos estão a funcionar corretamente (microfone, computador, projetor, (alto) alto-falantes), antes da audiência ter início.
- Familiarize-se com a iluminação.
- Prepare os resumos para o público - certifique-se que os seus ouvintes não irão apenas ouvir a informação que irá dar, mas também irão vê-lo. As pessoas tendem a lembrar-se apenas um terço do que ouvem e metade do que

vêm. Nós lembramo-nos de melhor das coisas quando tas testamos nós mesmos.

- Ao apresentar, deverá ir registrando o que já disse. Assim saberá melhor o que tem ainda de falar.

- Será tanto mais convincente, se você defender ideias com as quais concorda.

- Ilustre fatos com exemplos. Use exemplos pessoais e histórias sempre que for possível. No entanto, certifique-se se as histórias enfatizam a mensagem da sua apresentação.

- Seja natural quando se trata de usar o humor, mas não se divirta à custa do público.

- Diga o que você anunciou.

- Assista à reação do público - certifique-se que os seus ouvintes não estão entediados.

- A conclusão é sua última oportunidade de deixar uma impressão forte no público; deve ser com isso em mente que você pode recordar as suas palavras introdutórias ou usar um slogan de conclusão ou desafiar o público a participar ativamente, etc.



Primary school Jelenia, Slovakia

DIRETRIZES PARA A APRESENTAÇÃO DO POWERPOINT

Uma boa apresentação PowerPoint deverá atender a:

- ~ É um bom apoio não a parte principal da apresentação
- ~ Contém elementos gráficos em sua maioria, tais como imagens, gráficos, tabelas, ...
- ~ Não contém muito texto (não deverá mais de seis linhas em cada slide, que deverão conter apenas pistas)
- ~ Cada slide deverá ter apenas uma ideia
- ~ Tem que ter referências bibliográficas relativas às fontes consultadas (por exemplo, Arial, Vedrana, Lucida Sans, etc.)
- ~ Tem que ter o tamanho da fonte apropriada (pelo menos 32)
- ~ Tem várias caixas diferentes (por exemplo, uma com texto, outra com fotos e nenhum texto)...
- ~ A cor das fontes deverá ser clara para contrastar com o fundo
- ~ Não possuir muitas cores e fontes diferentes
- ~ Não ter muitos slides (15-20).
- ~ Não deverá ocupar muito tempo (CCA. 20 min)
- ~ Tem que ter manchetes curtas (não mais de duas linhas)
- ~ Precisa ser simples e compreensível
- ~ Pode ter elementos cômicos (mas não muito)
- ~ Deverá incluir elementos de vídeo e áudio
- ~ Não deve haver muitas animações (muito perturbador)
- ~ A língua não deve conter demasiadas palavras estrangeiras e complicadas

Escolha das cores

É recomendado ter diferentes cores na sua apresentação porque as cores:

- ~ Evocam sentimentos
- ~ Expressam emoções
- ~ Têm impacto sobre a motivação
- ~ Podem destacar as coisas importantes e ter impacto sobre a memória

Combinações de cores Recomendadas

Combinação de Cores	Cores dos Objetos	Cores de Destaque
branco	azul escuro, verde, preto	vermelho, laranja
cinza claro	azul, verde, preto	vermelho
azul	amarelo claro, branco	amarelo
azul claro	azul escuro, verde escuro	vermelho

Mas: evitar apresentações muito coloridas.

Os elementos gráficos deverão ser:

- ~ Fáceis de entender
- ~ Relacionados com o tema
- ~ Claros e de tamanho certo
- ~ Com o contraste certo

AVALIAÇÃO DA APRESENTAÇÃO PÚBLICA

Com a mesma importância que a planificação da apresentação pública é também a avaliação. Pedimos colocar as próximas perguntas:

- ~ O que fizemos para alcançar o que estava planificado?
- ~ O que nós conseguimos alcançar (relatório)?
- ~ Por que não podemos alcançar o que planeamos (avaliação)?

Os melhores avaliadores são o público. A partir deles podemos aprender se a apresentação foi bem-sucedida, fornecer-nos-á bons pontos para podermos melhorar.

A base da avaliação é a informação de feedback e a crítica e observações e sentimentos ligados à apresentação.

A avaliação do desempenho do aluno pode ser feita com os seus pares, outro colegas ou até mesmo um vídeo.

QUESTIONÁRIO DE AVALIAÇÃO

A) Os elementos não-verbais

- ~ Gestos das mão - demasiados / muito pouco?
- ~ Sorrisos?
- ~ O contato visual com o público - Nenhum / alguns / muitos?
- ~ Postura durante a execução - forte / remota / fraco?
- ~ A linguagem corporal
- ~ A autoconfiança? Impressões positivas?

B) VOZ

- ~ Alto / baixa / clara / abafada
- ~ Rapidamente ou devagar?
- ~ Monótono ou diversa
- ~ O uso de humor - muito / muito pouco?

CONTEÚDO

- ~ Bem estruturado e seguindo uma sequência lógica?
- ~ O orador estava entusiasmado?
- ~ O orador estava bem preparado
- ~ Houve uma introdução e conclusão?
- ~ Ele terminou dentro do tempo limite?
- ~ A conversa foi muito simples ou muito complexa e cheia de jargões?
- ~ Foi interessante?
- ~ Foram usadas notas? Eram lidas, ou apenas usadas como pontos-chave?
- ~ Será que ele interagiu e envolveu o público?

Os 10 receios mais comuns no desempenho público (por Mark Tyrell)

1. Você não pode falar - abrir a boca
2. Você esquece o que precisa dizer - sua mente está vazia
3. Você tem uma pessoa cansativa na plateia
4. Você tem alguém que sabe mais do que você na plateia
5. O público percebe que você está nervoso
6. Você tem que deixar o palco
7. Sua má apresentação humilha-o na frente de seus amigos
8. Você não sabe a resposta para a pergunta da plateia
9. O público está abandonando o local
10. Você morre - este é inventado, de modo a alcançar o número 10. 😊