

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Костромской государственный университет»
(КГУ)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
САМОПРЕЗЕНТАЦИЯ, ИСКУССТВО ПУБЛИЧНЫХ ВЫСТУПЛЕНИЙ

Направление подготовки 41.03.05 Международные отношения

Направленность: Внешнеэкономическая деятельность и межкультурное
взаимодействие

Квалификация выпускника: бакалавр

Кострома
2025

Рабочая программа дисциплины Самопрезентация, искусство публичных выступлений разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 41.03.05 Международные отношения, утвержденным приказом Минобрнауки России от 15.06.2017 № 555.

Разработала: Ахунзянова Ф.Т., доцент кафедры туризма и медиакоммуникаций, кандидат культурологии

Рецензенты:

Зябликов А.В., заведующий кафедрой философии, культурологии и социальных коммуникаций, д.и.н., доцент

Абакумов Д.Г., председатель Костромского отделения общероссийской общественной организации «Деловая Россия»

УТВЕРЖДЕНО:

На заседании кафедры философии, культурологии и социальных коммуникаций

Заведующий кафедрой Зябликов А.В., д.и.н., доцент

Протокол заседания кафедры № 2 от 6 октября 2025 г.

1. Цели и задачи освоения дисциплины

Учебная дисциплина «Самопрезентация, искусство публичных выступлений» предназначена для получения студентами навыков делового общения, умения преодолевать барьеры в общении.

Цель – формирование коммуникативной деловой компетентности, предполагающей овладение умениями и навыками эффективной речевой деятельности для успешного общения и взаимодействия в профессиональной сфере; формирование навыков публичного выступления с подготовленной и импровизационной речью, в т.ч. в средствах массовой информации.

Задачи:

- дать представление о современных технологиях публичного выступления, о специфике риторического знания;
- ознакомить с основными идеями и принципами самопрезентации;
- овладеть знаниями о правилах и нормах общения, о требованиях к речевому поведению в различных ситуациях общения;
- показать особенности публичного выступления, специфику коммуникативно-речевых ситуаций;
- формировать умение решать коммуникативные задачи в конкретной ситуации общения;
- формировать умение составлять устные и письменные высказывания разных типов в соответствии с основными нормами современного русского литературного языка;
- сформировать умения преодолевать барьеры в публичном выступлении.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

2.1. В результате изучения дисциплины обучающийся должен обладать следующими **компетенциями** (результатами освоения образовательной программы):

УК-4 Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном (ых) языке(ах)	ИУК4.1. Выбирает на государственном и иностранном (-ых) языках коммуникативно приемлемые стиль делового общения, вербальные и невербальные средства взаимодействия с партнерами. ИУК4.2. Использует информационно-коммуникационные технологии при поиске необходимой информации в процессе решения различных коммуникативных задач на государственном и иностранном (-ых) языках. ИУК4.3. Ведет деловую переписку, учитывая особенности стилистики официальных и неофициальных писем, социокультурные различия в формате корреспонденции на государственном и иностранном (-ых) языках. ИУК4.4. Умеет коммуникативно и культурно приемлемо вести устные деловые разговоры на государственном и иностранном(-ых) языках. ИУК4.5. Демонстрирует умение выполнять перевод академических текстов с иностранного(-ых) на государственный язык.
--	--

УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	ИУК 6.1. Применяет знание о своих ресурсах и их пределах (личностных, психофизиологических, ситуативных, временных и т.д.) для успешного обучения, выполнения порученной работы. ИУК 6.2. Понимает важность планирования перспективных целей деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда. ИУК 6.3. Реализует намеченные цели деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда. ИУК 6.4. Критически оценивает эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных задач, а также относительно полученного результата. ИУК 6.5. Демонстрирует интерес к учебе и использует предоставляемые возможности для приобретения новых знаний и навыков.
---	--

2.2. Взаимосвязь планируемых результатов обучения по дисциплине с формируемыми компетенциями ОПОП.

	Результаты обучения по дисциплине		
	Обучающийся знает:	Обучающийся умеет:	Обучающийся владеет:
УК-4	теоретические основания самопрезентации, основные принципы деловой коммуникации и публичных выступлений, методы создания эффективных коммуникаций	использовать разные коммуникативные роли и стратегии для решения задач профессиональной деятельности, представлять свою точку зрения в рамках публичного выступления	навыками самопрезентации и публичного выступления перед аудиторией различных типов.
УК-6	собственные ресурсы (личностные, психофизиологические, ситуативные, временные и т.д.) и их пределы в коммуникации	критически оценивать свои возможности, планировать цели деятельности	навыками использования своих ресурсов и планирования времени.

3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Дисциплина «Самопрезентация, искусство публичных выступлений» относится к обязательной части Учебного плана, изучается в 3-м семестре, предполагает владение универсальными компетенциями, освоенными в ходе изучения «Истории России», «Основ российской государственности», навыков системного мышления («Введение в системный анализ»), параллельно с освоением навыков анализа философских идей и теорий.

4. Объем дисциплины

4.1. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием академических (астрономических) часов и виды учебной работы

Виды учебной работы,	Очная форма
Общая трудоемкость в зачетных единицах	2/72
Общая трудоемкость в часах	72
Аудиторные занятия в часах, в том числе:	32
Лекции	16
Практические занятия	16
Самостоятельная работа в часах	39,85
Форма промежуточной аттестации	Зачет (0,15)

4.2. Объем контактной работы на 1 обучающегося

Виды учебных занятий	Очная форма
Лекции	16
Практические занятия	16
Консультации	
Зачет	0,15
Всего	32,15

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам), с указанием количества часов и видов занятий

5.1. Тематический план учебной дисциплины (очная форма)

№	Название раздела (темы)	Всего з.е./час.	Аудиторные занятия		С/работа
			Лекц.	Практ.	
Раздел 1. Понятие самопрезентации. Факториальные теории самопрезентации			8	8	
1.1	Эффективность самопрезентации в международных отношениях		2	2	4
1.2.	Теории самопрезентации Э. Гоффмана, М. Снайдера, Е. Доценко и др.		2	2	4
1.3.	Методы формирования уверенного поведения		2	2	4
1.4.	Принципы представления себя, продукта, идеи. Трудности самопрезентации в контакте и способы их устранения		2	2	4
Раздел 2. Технологии публичных выступлений			8	8	4
2.1.	Понятие публичного выступления. Виды публичных выступлений		2	2	5
2.2.	Основные требования к публичному выступлению, подготовке речи и ее		2	2	5

	визуальному сопровождению.				
2.3.	Поведение оратора в аудитории (аргументация, поддержание внимания в ходе выступления, работа с эмоциями и волнением)		2	2	5
2.4.	Приемы убеждающей коммуникации и активного слушания. Невербальная коммуникация. Манипулятивные техники в коммуникации		2	2	5
	Подготовка к зачету				3,85
	ИТОГО:	2/72	16	16	39,85

5.2. Содержание курса

Раздел 1. Понятие самопрезентации. Факториальные теории самопрезентации

1.1. Эффективность самопрезентации в международных отношениях

Обзор ключевых понятий: имидж, репутация, коммуникационная стратегия, самопрезентация. Принципы и стратегии эффективной самопрезентации в контексте международных отношений.

1.2. Теории самопрезентации Э. Гоффмана, М. Снайдера, Е. Доценко и др.

Теория фронтальной и задней сцен Э. Гоффмана. Теория социальной роли и ожиданий М. Снайдера. Современные подходы к межкультурной коммуникации в интерпретации Е. Доценко. Теория стратегий самопрезентации («восхищение», «подчинение», «самоутверждение» и т.п.). Теория идентичности и коммуникации.

1.3. Методы формирования уверенного поведения

Позитивное самоутверждение. Подготовка и практика. Контроль дыхания и релаксация. Одежда и внешний вид. Язык тела. Положительное мышление. Способы расширения зоны комфорта. Обучение новым навыкам.

1.4. Принципы представления себя, продукта, идеи. Трудности самопрезентации в контакте и способы их устранения

Формирование позитивного имиджа и умения адаптироваться в межгосударственной коммуникации. Особенности межкультурной коммуникации и их влияние на презентацию. Разбор успешных и неудачных примеров самопрезентации в международных контекстах (речи лидеров, дипломатические коммуникации). Трудности самопрезентации в контакте и способы их устранения.

Раздел 2. Технологии публичных выступлений

2.1. Понятие публичного выступления. Виды публичных выступлений

Виды публичных выступлений: информационное, протольно-этикетное, агитационное, убеждающее, развлекательное. Жанры в соответствии с видом выступления по цели (общественно-политические речи; академические речи; торжественные речи). Позиции оратора, их оценка с точки зрения продуктивности: трибун, проситель, эмоциональный лидер, информатор, советчик, комментатор. Причины неэффективности позиций трибуна и просителя. Законы риторики.

2.2. Основные требования к публичному выступлению, подготовке речи и ее визуальному сопровождению.

Характеристика устной коммуникации: базовые понятия. Коммуникативный статус и речевое поведение. Основы публичного выступления. Правила организации и проведения презентации в деловой среде. Структура выступления. Выступление с электронной презентацией: правила и рекомендации

2.3. Поведение оратора в аудитории (аргументация, поддержание внимания в ходе выступления, работа с эмоциями и волнением)

Технологии анализа аудитории. Особенности публичного выступления в малых, средних и больших группах. Выявление основных мотивирующих факторов аудитории, влияющих на достижение целей публичного выступления. Определение вида публичного выступления в зависимости от вида аудитории. Кривая внимания аудитории. Снятие психологических барьеров. Установление контакта. Поддержание контакта и установления раппорта (доверия). Сенсорная острота и «калибровка» невербальных сигналов: движения, поза, мимика, голос, дыхание.

2.4. Приемы убеждающей коммуникации и активного слушания. Невербальная коммуникация. Манипулятивные техники в коммуникации.

Тактики речевого воздействия на аудиторию. Невербальные аспекты публичного выступления. Эмпатия, рефлексия, стереотипизация, индивидуализация. Использование манипулятивных тактик (функциональный и этический аспекты).

6. Методические материалы по освоению дисциплины

6.1. Самостоятельная работа обучающихся по дисциплине

Самостоятельная работа студентов направлена на углубленное освоение разделов и тем рабочей программы и предполагает изучение источников, выполнение домашних заданий, исследований разного характера. Работа основывается на анализе материалов из открытых источников, а также реальных фактов, личных наблюдений. Самостоятельная работа обучающегося над усвоением материала по учебной дисциплине может выполняться в читальном зале ФГБОУ ВО КГУ лично либо посредством использования электронной библиотеки. Содержание и количество самостоятельной работы обучающегося определяется учебной программой дисциплины, методическими материалами и указаниями преподавателя.

Самостоятельная работа во внеаудиторное время включает:

- 1) работу с лекционным материалом, предусматривающую проработку конспекта лекций;
- 2) поиск (подбор) и обзор литературы, электронных источников информации по индивидуально заданной проблеме курса;
- 3) выполнение домашнего задания к занятию;
- 4) изучение материала, вынесенного на самостоятельную проработку;
- 5) подготовка к практическим занятиям, зачету.

Вид учебно-методического обеспечения

1. Общие методические рекомендации по изучению дисциплины «Самопрезентация, искусство публичных выступлений» для обучающихся.

2. Комплекс заданий для текущего контроля успеваемости и критерии оценки выполнения заданий (см. ФОС).

4. Задания для промежуточной аттестации по дисциплине и критерии оценки уровня сформированности компетенции (см. ФОС).

№	Раздел (тема) дисциплины	Задание	Часы	Методические рекомендации по выполнению задания	Форма контроля
1	Тема 1.1.	Подготовка к практическому занятию	4	Изучение лекционного материала, работа с источниками	Фронтальный опрос, индивидуальные сообщения
2	Тема 1.2	Подготовка к практическому занятию	4	Изучение лекционного материала, работа с источниками	Практические задания

3	Тема 1.3	Подготовка к практическому занятию	4	Изучение лекционного материала, работа с источниками	Дискуссия, тренинг, выполнение кейсовых заданий
4	Тема 1.4	Подготовка к практическому занятию	4	Изучение лекционного материала, работа с источниками	Фронтальный опрос, индивидуальные сообщения
5	Тема 2.1	Подготовка к практическому занятию	5	Изучение лекционного материала, работа с источниками	Фронтальный опрос, индивидуальные сообщения
6	Тема 2.2	Подготовка к практическому занятию	5	Изучение лекционного материала, работа с источниками	Фронтальный опрос, тренинг, выполнение кейсовых заданий
7	Тема 2.3	Подготовка к практическому занятию	5	Изучение лекционного материала, работа с источниками	Фронтальный опрос, тренинг, выполнение кейсовых заданий
8.	Тема 2.4	Подготовка к практическому занятию	5	Изучение лекционного материала, работа с источниками	Фронтальный опрос, тренинг, выполнение кейсовых заданий
7	Зачет	Подготовка к зачету	3,85		

6.2. Методические указания для преподавателей

Лекции

Лекции являются основными звеньями при организации учебного процесса по программе данного курса. Главной задачей лектора является функция организации процесса познания студентами материала изучаемой дисциплины на всех этапах ее освоения, предусмотренной государственным образовательным стандартом.

В соответствии с этим, лектору необходимо:

- сформулировать цель каждой лекции;
- определить содержание лекции и план ее проведения;
- разработать методы активизации познавательной деятельности студентов с учетом уровня их знаний и умений;
- рассмотреть перспективы и применение изучаемого материала в рамках других дисциплин и практической деятельности;
- представить ссылки на литературу для самостоятельного изучения материала студентами;
- по материалу лекции сформулировать задачи с целью подготовки студентов к практическим и лабораторным занятиям.

Частными задачами лекции являются:

1. Передача знаний студентам и формирование умений по их применению.
2. Формулирование дидактических аспектов, решаемых в рамках изучения материала дисциплины.

3. Выявление междисциплинарных связей изучаемой дисциплины.

4. Оценка знаний и умений, получаемых студентами при изучении отдельных разделов и в целом дисциплины, а также их роли и соотношения в структуре процесса обучения.

5. Представление студентам ссылок на информационно-справочную систему для самостоятельного изучения ими материала дисциплины.

6. Воспитание студентов в форме непосредственного воздействия на аудиторию.

Требования к содержательной стороне лекции:

- тематика и содержание лекций определяются рабочей программой дисциплины;
- лекция представляет собой логическое изложение материала в соответствии с ее планом, который сообщается слушателям в начале каждой лекции и имеет законченную форму;
- содержание каждой лекции имеет определенную направленность и учитывает уровень подготовки аудитории;
- применение на лекции принципа постоянной связи теории и практики, подкрепленного конкретными примерами использования теории для решения практических задач.

Процесс проведения лекции – это комплексное сочетание содержания, логичности и доказательности. Лекция должна строиться в соответствии с дидактическими принципами:

- научности сообщаемых сведений;
- систематичности и последовательности изложения (от простого к сложному);
- связи теории с практикой;
- доступности научных знаний;
- сочетания абстрактности мышления с наглядностью в преподавании.

Эффективность лекции характеризуется качеством и количеством получаемой студентами информации. Для ее достижения необходимо следующее:

- доходчивость: благодаря живой устной речи при умелом пользовании интонацией, паузами, логическими ударениями, мимикой, жестами возникает возможность отчетливо выделить основное, существенное и, кроме того, воздействовать на аудиторию эмоционально; при изложении материала необходимо учитывать тот факт, что первый кризис внимания студентов наступает на 15–20-й минутах, второй – на 30–35-й минутах;
- возможность иллюстрировать лекции записями, схемами, чертежами, выполняемыми на доске, а также плакатами, слайдами, статическими и динамическими диаграммами, интерактивными картинками, реализованными на ПК;
- гибкость – возможность варьирования уровнем изложения материала в зависимости от подготовленности студентов;
- представление в процессе лекции новейших сведений о достижениях науки в данной области;
- повышение активности студентов посредством контрольных вопросов;
- предоставление студентам права задавать вопросы преподавателю в ходе или по окончании лекции.

На каждую лекцию разрабатываются план проведения лекции и конспект лекции, включающие тему, содержание, задачи лекции, вопросы для самостоятельной работы и вопросы для повторения изученного ранее учебного материала, связанного с изучаемой темой.

В общем случае к способам иллюстрации излагаемого учебного материала относятся:

- доска и работа на ней;
- плакаты, чертежи, схемы;
- объемные пособия, модели, пакеты;
- диапроекторы, эпидиаскопы, учебные диафильмы;
- мультимедийные проекторы, позволяющие визуализировать различные динамические процессы с помощью компьютерной анимации;
- электронные учебные курсы.

В профессиональном общении необходимо исходить из того, что восприятие лекций студентами младших и старших курсов существенно отличается по их готовности и умениям.

Помимо традиционной учебной лекции, большое место в педагогической практике должны занять проблемные и установочные лекции. Конспекты лекций и материалы к лекционному курсу размещаются на сайте. Лекция сопровождается электронной презентацией, содержащей основные понятия и определения, ссылки на источники, таблицы и схемы, а также иллюстративный материал.

Практические занятия

В процессе обучения возможно использовать следующие формы:

1) Традиционный семинар, предполагающий анализ источников, включающий проведение круглых столов и дискуссий.

2) Семинар-практикум, посвященный анализу практики публичных выступлений и презентаций, зафиксированных в СМИ.

3) Семинар-практикум, посвященный тренингам и решению кейсовых заданий

Рекомендуемой итоговой формой контроля успеваемости по курсу «Самопрезентация, искусство публичных выступлений» является **зачет**.

Описание технологии проведения зачета:

- формат проведения – устный зачет в формате выступления
- порядок проведения – обучающемуся предлагается презентовать спонтанное выступление по теме, выбранной преподавателем
- требования к ответу: выступление от 5 до 7 минут, соблюдение критериев из формы оценки выступления, с которой студенты знакомились в процессе обучения (представлены в ФОС)

7. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины

7.1. Обязательная литература

1. Риторика, или Ораторское искусство : учебное пособие / авт.-сост. И. Н. Кузнецов. – Москва : Юнити-Дана, 2017. – 432 с. : ил. – (Cogito ergo sum). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=685119> . – Библиогр. в кн. – ISBN 5-238-00696-9. – Текст : электронный.

2. Панфилова, А. А. Подготовка к публичному выступлению: методические рекомендации для студентов : методическое пособие / А. А. Панфилова, В. Ю. Питюков ; Российская международная академия туризма. – Москва : Российская международная академия туризма, 2013. – 27 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=258366> . – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-905783-17-3. – Текст : электронный.

3. Тимошенко, Т. Е. Риторика : практикум : [16+] / Т. Е. Тимошенко. – 3-е изд., стер. – Москва : ФЛИНТА, 2019. – 97 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=57581> . – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5- 9765-0775-3. – Текст : электронный.

7.2. Дополнительная литература

1. Вайсман Дж. Мастера слова. Секреты публичных выступлений М, МИФ, 2014

2. Иссерс, О. С. Речевое воздействие : учебное пособие для вузов по направлению подготовки (специальности) «Реклама и связи с общественностью» : рек. УМО вузов РФ / О. С. Иссерс. – 3-е изд., перераб. – Москва : Флинта : Наука, 2013. – 240 с. : ил. – Библиогр.: с. 211-218. – ISBN 978-5-9765-0766-1 (ФЛИНТА). – ISBN 978-5-02-034575-1 (Наука).

3. Кинг Л. Как разговаривать с кем угодно, когда угодно и где угодно. М.: Издательство «Альпина Паблишер», 2016
4. Олейникова, Ю. В. Уроки речевого мастерства : [учебно-практическое издание] / Ю. В. Олейникова. – Новосибирск : НГТУ, 2010. – 208 с. – ISBN 978-5-7782-1253-4.
5. Родченко И. Хозяин слова. Мастерство публичных выступлений. М, МИФ, 2014
6. Шахиджанян, В. В. Учимся говорить публично / В. В. Шахиджанян. – Москва : БИНОМ. Лаборатория знаний, 2012. – 477 с. : ил. – ISBN 978-5-9963-0855-2.

8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

1. Лекториум – академический образовательный проект [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.lektorium.tv>, свободный.
2. Справочно-информационный портал ГРАМОТА.РУ – русский язык для всех: [сайт]. – URL: <http://www.gramota.ru>, свободный. – Загл. с экрана.
3. Экспресс-курс «Ораторское мастерство». – URL: <https://4brain.ru/oratorskoe-iskusstvo>
4. Обучение ораторскому мастерству. Уроки речи и Курсы ораторского искусства Свобода Речи. НЛП. // Проект «Академия ИТ. Онлайн образование». – URL: <https://academiait.ru/course/obuchenie-oratorskomu-masterstvu-uroki-rechi-i-kursy-oratorskogo-iskusstva-svoboda-rechi-nlp/>
5. Открытые курсы по риторике [Электронный ресурс]. – URL: <https://phrasis.ru/kursy/vvedenie-v-osnovnye-printsiy-i-tekhniki-oratorskogo-iskusstva/>

9. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Лекционные и практические занятия проводятся в аудиториях учебного корпуса 156000, Костромская область, г. Кострома, п. Новый, д.1:

Учебная аудитория, аудитория № 122, количество посадочных мест – 52.

Оборудование:

Доска меловая,

Доска интерактивная и комплект установки ScreenMedia M-80, У01382481

Учебная аудитория, аудитория № 121, количество посадочных мест – 24.

Оборудование:

меловая доска,

ноутбук Ноутбук HP 250 G5 Core i3 5005U. 4Gb. 500Gb.Intel HD Graphics 5500.

15,6",SVA,HD(1366x768) Free DOS, black, WiFi, BT, Cam, 2670mAh, 4-16, 410134000787,

Проектор BenQ MX507, У01363292,

экран для проектора

Помещение для самостоятельной и воспитательной работы: электронный читальный зал с выходом в сеть «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду университета, аудитория № 202 учебного корпуса 156000, Костромская область, г. Кострома, ул. Пятницкая, д. 2/18.