

ОТ АВТОРА

Уважаемые спортсмены, тренеры, специалисты физкультурно-спортивной отрасли (позвольте далее использовать к вам обращение «спортсмены», в широком значении этого понятия. Для вас подготовлено данное пособие. Эта методичка – не призыв стать великими ораторами, не руководство по овладению абсолютной грамотностью. Автор предлагает данную разработку тем из вас, кто чувствует в себе силы расти профессионально, кто хочет, чтобы окружающие видели и воспринимали в нем личность, кто способен и сможет достичь признания, уважения или (при желании) популярности в обществе (не важно, будь то известность в своем спортивном клубе, на уровне области, страны или мировая слава).

Возможно, вы никогда не задумывались о вопросах, поднятых на страницах этого издания, возможно, у вас никак не находится время, чтобы заняться своим языковым самообразованием, но вы «не против» получить несколько практических советов к действию; может быть, вам интересно будет узнать некоторые факты о жизни выдающихся спортсменов, связанные с увлечением красотой слова или выучить понравившуюся цитату из подобранных нами высказываний о спорте.

Кроме того, методическое пособие написано с целью напоминания о том, что все мы с вами – представители единой культуры и носители одного исторически авторитетного, богатого и духовитого языка, который может стать верным помощником каждому из нас в достижении самых смелых целей. А как и почему – давайте рассмотрим вместе!

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	5
I. КУЛЬТУРА РЕЧИ КАК СОСТАВЛЯЮЩАЯ ОБЩЕЙ КУЛЬТУРЫ СПОРТСМЕНА	9
1.1. Понятие речевой культуры и распространение ее типов в спортивной языковой среде	9
1.2. Речевой этикет как составляющая профессионального имиджа спортсмена.....	10
II. РЕЧЕВОЕ ОБОГАЩЕНИЕ ЛИЧНОСТИ И ЕГО РОЛЬ В САМООБРАЗОВАНИИ СПОРТСМЕНА.....	13
2.1. Красота спортивной лексики и умение ее замечать.....	13
2.2. Спортивный сленг: союзник или противник.....	15
2.3. Активный словарный запас и его обогащение	16
III. ПОВЫШЕНИЕ РЕЧЕВОЙ ГРАМОТНОСТИ СПОРТСМЕНА.....	18
3.1. С чего начать повышение речевой грамотности. Работа над собой и для себя.....	18
3.2. Самые распространенные ошибки.....	20
3.3. Где и каким образом себя проверить.....	27
3.4. Выступление и подготовка к нему.....	27
3.5. Подготовка к интервью.....	30
ПОСЛЕСЛОВИЕ.....	32
Афоризмы о спорте.....	33
Список рекомендуемой литературы.....	35

ВВЕДЕНИЕ

«Красноречие – это большой дар. Это большое счастье обладать такой способностью покорять людей своими словами и диктовать им свои желания.»

Михаил Зощенко. Рассказы и фельетоны 1926-1927

Олимпиада 2014 года в Сочи разделила историю и мир русского спорта на «до» и «после». По наблюдению социологов, пик читательского и зрительского интереса в России к информации спортивной тематики приходится на 2013-2014 год в связи с подготовкой и проведением в стране XXII Зимних Олимпийских игр. С этого момента престиж русского спортсмена на Родине вырос в разы, популярность занятий спортом среди населения нашей страны увеличивается год от года. В настоящее время спорт – это некий культ, символ времени. А спортсмен – фигура всеобщего внимания, воплощение силы, мастерства, упорства к победе и успеха, предмет подражания.

Об этом свидетельствует появление огромного количества зрелищных ток-шоу с участием выдающихся спортсменов, присутствие победителей Олимпиад на многочисленных мероприятиях государственного уровня, праздниках, форумах и конгрессах, достижения знаменитыми спортсменами карьерных высот на телевидении и в политике.

Все это меняет привычный обывательский взгляд общества на спортсмена как на узкого специалиста в своей сфере, по обыкновению, устремленного к повышению имеющихся результатов, и все это накладывает на спортсмена ответственность за свой стиль жизни и манеру общения.

Так или иначе – спортсмен второго десятилетия XXI века – это образец для молодежи, человек уважаемый, объект, приковывающий внимание, вызывающий восхищение и даже зависть. «Что нам с того? – скажут многие из вас, – Нам бы дали возможность работать достойно и здоровье сохранить, и на том – «спасибо».

Возможно, те, кто так думает, и правы, мы во многом согласны с ними. Однако, вынуждены напомнить, что такие размышления выглядят мелко для настоящей личности, которую за свою жизнь нам с вами необходимо в себе вырастить. О

необходимости самосовершенствования говорили все великие умы человечества.

Кроме того, неоспорим тот факт, что для других людей, окружающих вас, вы – спортсмены – стоите на ступеньку выше, идете на шаг впереди. Уходит в прошлое ошибочное мнение толпы, что спортсмены безграмотные, недалекие, с усредненным сознанием, что когда бог раздавал вежливость и знания, спортсмены были на тренировке. У нас в народе так и про Иванушку-дурачка говорят, тем не менее, этот персонаж стал любимым героем русских сказок (народная черта наша такая, бранить то, что нам любо и дорого).

На самом деле редкий человек не желает быть похожим на спортсмена: выглядеть красиво, быть стройным, уверенным, обладать твердым характером и силой воли. А, значит, современному спортсмену пришлось время позаботиться о своем имидже в обществе, проявить свои таланты и доказать, что интеллект спортсмена не уступает его физическим возможностям.

Сегодня высокая речевая культура – непереносимое качество общественно активной личности. Ценность и востребованность специалиста на современном рынке труда во многом зависит от наличия у него грамотной устной и письменной речи, умения общаться, воздействовать на других людей посредством слова.

Нарушение языковых норм, ошибки в речи даже очень авторитетного в своей области специалиста субъективно снижают в сознании слушающих или читающих уровень достоверности излагаемой им информации. Психологи и ученые медики доказали, что деформация речи может вести к деформации сознания.

В подготовке спортсмена неоспорима роль изучения естественнонаучных дисциплин, однако для любого представителя сферы физической культуры и спорта важным является и умение хорошо владеть своей речью и знать родной язык.

В спортивной отрасли существуют лингвоактивные профессии: например, спортивный арбитр, к речи и дикции которого выставляются самые высокие требования; профессия тренера, для которой незаменима способность объяснять, слушать и слышать; профессия спортивного комментатора, где важно умение при помощи речи эмоционально воздействовать на зрителей, мгновенно грамотно, понятно и с юмором давать оценку

транслируемому на экранах зрелищу. Представители подобных специальностей занимаются расширением своего лингвистического (языкового) кругозора, повышают речевое мастерство.

Но до сих пор в нашем обществе остается множество обидных несоответствий: спортсмены вынуждены активно учить английский язык, имея большие пробелы в знании родного; в пассивном и активном словарном запасе спортсменов преобладают жаргонизмы, англицизмы из сленга представителей субкультур; далеко не каждый спортсмен способен вспомнить и воспроизвести высказывание (девиз) выдающихся кумиров в своем виде спорта; ограниченное количество спортсменов, тренеров, спортивных чиновников знают литературные произведения и могут процитировать стихи о спорте; редкий спортсмен без стеснения может дать хорошее интервью, без подготовки выступить с трибуны перед болельщиками; не все спортсмены знают наизусть гимн Российской Федерации, с каждым годом увеличивается разрыв между языковой культурой предыдущих и молодых поколений спортсменов, что фиксируют словари русского языка, направленные на изучение современной лексики.

Допустимо считать, что владение словом не является важным для карьеры спортсмена, не станет определяющим в его профессиональных достижениях, однако, возможности родного языка сопровождать и влиять на качество жизни, мировоззрение и успехи своего носителя – факт, подтвержденный множеством мыслителей разных эпох. Данным вопросам посвящены труды отечественных философов Н. Бердяева, М. Лихачева, Ю. Лотмана, Вл. С. Соловьева, Н.Ф. Федорова и многих других ученых. Современные теоретики и практики в сфере физической культуры Г.Д. Бабушкин (Сибирский государственный университет физической культуры и спорта), Ц. Желязков, Е.Д. Никитина (Московская государственная академия физической культуры), В.А. Чистяков (Санкт-Петербургский государственный политехнический университет) Б.П. Яковлев (Сургутский государственный университет) и многие другие ученые подчеркивают необходимость всестороннего и в том числе речевого развития специалиста для самосовершенствования профессионального становления, интеллектуализации спортсмена.

Анализ результатов проведенного в феврале-апреле 2015 года на территории Липецкой области социологического опроса спортсменов показал, что сами они не удовлетворены качеством своей речевой образованности, имеют слабое представление о терминах, профессионализмах, идиомах, бытующих в своем и других видах спорта, желают повысить уровень владения русским языком.

На предложение поделиться своими впечатлениями о публичной речи после очередной победы действующий спортсмен, чемпион мира по конькобежному спорту Павел Кулижников в прямом эфире от 3 марта 2015 года на радио «Спорт FM» ответил: «Надо развиваться как человек, учиться ясно говорить. Когда меня окружили журналисты после допинг-скандала, я хотел убедительно объяснить, что я не виновен, что это несправедливость, но не нашел нужных слов».

На вопрос «Как вам дается общение с журналистами, нравится ли вам, когда у вас берут интервью?» согласно данным проведенного в 2015 году на территории Липецкой области анкетирования спортсменов, занимающихся в группах начальной подготовки, учебно-тренировочных группах, а также спортсменов кандидатов в мастера спорта и ведущих тренеров, 70% респондентов ответили утвердительно. На последующий вопрос: «Смогли бы вы выступить перед большой аудиторией без подготовки?» 89% тех же респондентов ответили отрицательно.

91% опрошенных спортсменов Липецкой области констатировали, что хотят улучшить свою речь, уметь ясно и четко выражать свои мысли. Руководствуясь этим мнением, в ГОБУ «Информационно-аналитический центр развития физической культуры и спорта» было принято решение о создании стартового пособия по культуре речи спортсмена, в широком смысле этого определения.

I. КУЛЬТУРА РЕЧИ КАК СОСТАВЛЯЮЩАЯ ОБЩЕЙ КУЛЬТУРЫ СПОРТСМЕНА

Понятие речевой культуры и распространение ее типов в спортивной языковой среде

Как правило, любой народ не однороден ни по образованию, ни по степени уважения к языку, выработанным за века правилам общения, ни по роду деятельности. Отсюда понятие внутриязыковых типов речевой культуры. В сфере действия языка их выделяют пять: полнофункциональный и неполнофункциональный, среднелитературный, литературно-жаргонизирующий и обиходный (по классификации В.Е. Гольдина и О.Б. Сиротининой). Первые два типа характерны для людей высокой культуры, владеющих всеми богатствами лексической и грамматической системы. Например, элитарной языковой личностью (безупречно владеющий словом человек мирового масштаба) является спортивный и общественный деятель, историк и педагог-гуманист Пьер де Кубертен, который в своих книгах вывел и описал концепцию Олимпизма. В трудах де Кубертена спорт представлен как инструмент образования, развития и мира, способствующий укреплению сотрудничества, солидарности, терпимости и понимания. Биографы де Кубертена отмечали, что этот мыслитель отличался великолепной памятью, начитанностью и умением свободно общаться с публикой.

Также к самому высокому – полнофункциональному типу речевой культуры по праву принадлежит советский футболист, заслуженный мастер спорта СССР легендарный спортивный комментатор Владимир Маслаченко. По воспоминаниям коллег, Владимир Никитович обладал цепкой памятью, живым умом и необыкновенно образной, но в тоже время ясной речью. Язык Маслаченко богат меткими и порой парадоксальными сравнениями и определениями, необычным употреблением глаголов, едкими обращениями к игрокам, крылатыми выражениями, например: «Маминов, используя ногу Сергея Гашкина, выбил мяч за боковую», «Баранов наступил на мяч, но полотерский номер не прошел». Присутствие Маслаченко в комментаторской кабине никого не оставляло равнодушным, на его комментариях формировались поколения будущих спортивных журналистов.

Большинство представителей спортивной языковой среды относится к среднелитературному типу речевой культуры. У преобладающей их части среднее, реже – высшее образование. В этом типе речевой культуры нарушения норм коммуникации (общения) системны не только из-за недостаточного владения литературным языком, но прежде всего из-за сознательного игнорирования его норм при очень большой самоуверенности.

Это приводит к широкому употреблению иностранных слов, к ориентации на язык СМИ как на эталон или к намеренному эпатажу (использованию бранной лексики вплоть до мата).

Литературно-жаргонизирующий и обиходный типы речевой культуры в этой иерархии занимают нижнюю ступень. Люди с таким типом осознанно стремятся к раскованности речи, намеренному использованию жаргонизмов, предпочитают литературному слову просторечие, диалект, бранный лексикон. Беда в том, что нарочитый выбор такого речевого поведения входит в привычку у населения и активизирует еще большее распространение данных типов речевой культуры.

Речевой этикет как составляющая профессионального имиджа спортсмена

Вступление общества в новую информационную эпоху своего развития определило возникновение и новых способов общения – прежде всего речь идет об имидже и о деловом этикете.

Профессиональный имидж спортсмена – это образ, который соответствует специфике его деятельности, то представление о специалисте, которое складывается о нем у его руководителей, подчиненных, коллег, клиентов компании. Работа по созданию имиджа ведется целенаправленно и различными средствами по каждому из каналов восприятия:

1. Визуальное измерение формирует внешний образ: соответствие нормам деловой и официальной одежды, аксессуаров, прическа, манера поведения, мимика, жесты.

2. В вербальном измерении – культура общения: речь, публичные выступления, доклады, интервью, статьи, деловая переписка, умение вести беседу по телефону.

3. Событийное измерение – это нормативно-этическая сторона поступка, поведения, деятельности в целом, то есть, речь

идет о репутации человека: динамика формирования имиджа определяется репутацией субъекта.

4. Контекстное измерение рассматривают как присоединение имиджей других людей (родственники, друзья, окружение), что, также, оказывает влияние на репутацию человека и имидж в целом.

Существует и так называемый «безупречный» имидж – это имидж, с помощью которого человек максимально эффективно достигает своих целей. Безупречный имидж помогает быть реально успешным. Над этим любому специалисту приходится много работать.

Для правильного создания имиджа успешного специалиста необходимым условием является речевой этикет, который выступает как система норм, регулирующих общение людей в социуме.

Речевой этикет – результат длительного отбора правил и форм наиболее целесообразного поведения, которое способствует вашему успеху.

На современном этапе прослеживается возникновение противоречий между повышением требований социального общества к речевому этикету и несовершенной системой подготовки молодых специалистов к этой стороне деятельности. Это касается не только представителей спортивных профессий. Отсюда можно сделать выводы о высокой роли самоподготовки в формировании спортсменом собственной культуры делового общения и поведения в целом.

Рассмотрим некоторые правила вербального (речевого) этикета – набором правил, который принят в общении круга деловых людей. Существуют наработанные стереотипы речевого общения. Часто люди испытывают чувство внутреннего дискомфорта на встречах, собраниях, поскольку не знают, как обратиться друг к другу. Однако, среди деловых людей приемлемы обращения «господа» либо «коллеги», «уважаемые собравшиеся», в отдельных случаях «друзья».

В деловом разговоре необходимо уметь дать ответ на любой вопрос. Даже на простейшие, задаваемые ежедневно по несколько раз «Как дела?», вам необходимо помнить о чувстве меры. В таких случаях деловой этикет предписывает отвечать

примерно следующее: «Спасибо, все благополучно», «Спасибо, пока жаловаться грех», и в свою очередь поинтересоваться: «Надеюсь, что и у Вас все обстоит хорошо?».

В вербальном общении деловой этикет предполагает применение различных психологических приемов. Один из них – *комплименты* – приятные слова, выражающие одобрение, положительную оценку спортивной деятельности, карьеры, возможно, бизнеса, подчеркивающие вкус в одежде, внешности, сбалансированность поступков собеседника, оценку его юмора, остроумия. С этой точки зрения комплимент – не механизм лести. Во время делового общения всегда есть реальная возможность для комплиментов. Они воодушевляют вашего собеседника, придают ему уверенность, ободряют.

При международных спортивных контактах в командировках, поездках на обучение или соревнования за рубеж деловой этикет предписывает неукоснительное соблюдение правил поведения принимающей стороны. Следует понимать, что правила общения людей связаны с образом и стилем жизни, национальными обычаями и традициями, где важны даже мелочи.

Для спортивного бизнеса речевой этикет значит очень много. Речь и поведение в этой сфере – это визитная карточка.

Соблюдение важнейших правил соблюдения культуры речи с незнакомыми людьми – признак вашей респектабельности, воспитанности, уверенности в себе.

К речевому этикету относятся правила общения по телефону, правила ведения деловой переписки, правила ведения собраний, совещаний, правила общения с руководством. Постигая их, молодому спортсмену следует помнить, что его успех тесно связан с этикетом и культурой поведения. Для хорошего овладения речевым этикетом требуются время, желание и настойчивость, постоянные тренировки речевого взаимодействия в различных условиях вашей деятельности, чтобы знания перешли в навыки, привычки. Тогда ваша реакция на любое действие, любой ход собеседника, развитие ситуации будет соответствовать правилам хорошего тона, делового этикета, требованиям культуры поведения в данной ситуации.

II. РЕЧЕВОЕ ОБОГАЩЕНИЕ ЛИЧНОСТИ И ЕГО РОЛЬ В САМООБРАЗОВАНИИ СПОРТСМЕНА

Красота спортивной лексики и умение ее замечать

Употребляя термин «лексика», мы подразумеваем «совокупность слов языка», говоря «лексикон спортсмена», имеем в виду словарный запас. Интересен тот факт, что выдающиеся филологи современности опровергают сложившееся в обществе клише о скудости словарного запаса спортсмена, об узости его лингвистического кругозора, а, следовательно, и о недостаточности его речевой культуры.

Обратим внимание на высказывания известных исследователей спортивной лексики. Так доктор филологических наук А.Г. Голодов отмечает, что речь спортсменов идиоматична, экспрессивна, и что специальная спортивная лексика представлена обилием синонимов, умело отобранных и адаптированных к языку спортсменов из общезыковой лексики. Автор толкового и тематического словарей сленга молодежной культуры Т.Г. Никитина наглядно иллюстрирует, как лексикон спортивной молодежи вобрал в себя слова из сферы медицины, литературы, искусств, метафорически переосмыслив первоначальные значения. Примеры, собранные в словаре-справочнике А.Н. Блессера «Терминология спорта» убеждают, что наряду с обилием жаргонизмов лексический состав спортивной терминологии включает слова и выражения, содержащие глубоко-художественные образы и сравнения.

Например, «снежный барс» – неофициальное наименование альпиниста, совершившего восхождение на пять высочайших вершин СНГ; «бой с тенью» – выражение из сферы боевых искусств; «рванный бег», «швейная машинка, шутл.-ирон. в значении «спринтер, бегущий с большой частотой шага» – термины из легкой атлетики; «рыба-меч», «рыбий хвост» – фигуры синхронного плавания. Живописность слова прослеживается в названиях упражнений по фигурному вождению автомобиля и мотоцикла: «качающийся мостик», «ласточкин хвост», «стакан воды», «бочка», «аллея», «серпантин», «тоннельные ворота», «гранатометатель», «погоня за пленником», «поиски воздушного шара»; «пустить пенку – совершить бросок мимо кольца» (в речи

баскетболистов), «кудесники мяча» – опытные виртуозные игроки (о футболистах); «зацепиться за место» – победить с трудом, «вырвать чемпионский титул», «золотой успех» – о спортивной победе; «ловить аэродинамику», «прозванивать сталь» – выражения из речи конькобежцев. Эти и многие другие примеры свидетельствуют о стремлении носителей спортивной языковой культуры к поэтичности, выразительности, красоте и необыденности своего профессионального слова.

Показательны в этом отношении псевдонимы и неформальные титулы, которыми наделяют себя сами спортсмены и их болельщики: Юлия Липницкая – в детстве называла себя Юлей Олимпийской (интервью «Р-Спорт, февраль 2015), Максима Вылегжанина после победы на Олимпийских играх в Сочи-2014 спортивная пресса прозвала Князем Серебряным. В этих словах запечатлены яркие образы и глубокий культурно-исторический подтекст. Такие наименования подчеркивают индивидуальность спортсменов, создают вокруг них ореол известности, высвечивают лучшие и значимые стороны их натуры и их достижений.

Таким образом, по наблюдению отечественных лингвистов лексика представителей сферы физической культуры и спорта характеризуется образностью, вариативностью, эмоциональностью и другими чертами, присущими русской словесной традиции.

Сложившееся противоречие между представлениями специалистов в области изучения языка о лексическом богатстве спортивного словаря и фактическим уровнем осведомленности, не говоря уже о владении спортсменами эстетикой родного слова, требует принятия мер от всех заинтересованных в решении данного вопроса лиц и структур. Для сохранения национально-культурных ориентиров особое внимание следует обращать на патриотическое просвещение молодого поколения спортсменов в региональных условиях. И важную роль в этом способно сыграть речевое обогащение личности.

Современные спортсмены достойны получать и применять знания через собственное слово, чтобы осознавать себя частью целого спортивного сообщества, братства, владеющего огромным интеллектуальным багажом – своей неповторимой по своеобразию, семантике и образности лексикой, в которой запечатлены знания, опыт, сила российского спорта.

Спортивный сленг: союзник или противник

Большинство спортсменов используют в своей речи сленг и элементы профессионального жаргона и воспринимают это, как должное, от этого не уйти и с этим бессмысленно бороться. Современный исследователь спортивной терминологии А.Н. Блеер отмечает широкое использование жаргонных слов и выражений как одну из особенностей словоупотребления в сфере физкультуры и спорта. Жаргонизмы спортивной профессиональной сферы также относятся к молодежному сленгу, обычно, активными носителями жаргона становятся молодые люди, занимающиеся спортом. На базе метафоры (переносного значения) развились такие жаргонизмы как «поляна» в значении «футбольное поле», «спортивная площадка» или, например, сокращенное «беска» от слова «бескозырка, кепка», «сквозняк» – промах, бросок мимо, «квадрат» – культурист, «горчичник» – желтая карточка, «фонарь» – красная карточка (в языке футболистов), «усы» – боковые линии штрафной площадки в баскетболе, отглагольное существительное «покатушки» – обозначает езду на велосипеде, «летун» – дельтапланерист.

В свою очередь, термины спорта становятся жаргонизмами, например, «допинг» в студенческой среде стало обозначать доплату к стипендии или слово «напульсник» приобрело значение атрибута экипировки металлистов. Выражение «быть в плюсе» в словарях спортивного сленга имеет помету «одобрительное» и трактуется как «быть в выигрыше», слово «правый» толкуется как «опытный футбольный фанат». В 90-е годы у боксеров было распространено слово «плюха», обозначающее мощный удар в голову, а у футболистов – нелепый, случайный гол. Экспрессивные русские соответствия глаголу «бить» – «засадить» и «вколоть» уже настолько привычны в спортивной среде, что не воспринимаются как ненормативные, а, практически, перешли в специальную спортивную лексику. Исследователь современных изменений в русском языке – профессор А.Голодов признает, что речь спортсменов идиоматична – то есть, насыщена фразеологическими оборотами, а также эмоциональна, экспрессивна и, нередко, экспрессия выражается при помощи жаргонных слов и выражений, которые помогают

выразить спортивные переживания. То есть, психологически, употребление слов и выражений, относящихся к сленгу, сниженной лексике, помогает спортсмену чувствовать себя уютно в своей среде, налаживать контакт со своей командой, группой, поднимает настроение, упрощает речевую ситуацию, подчеркивает занимаемую позицию «общения на равных» в диалоге.

Но важно помнить и понимать: где и когда возможно и категорически нельзя использовать сленг и жаргон. Для спортсмена, не желающего попасть в нелепую языковую ситуацию, достаточно соблюдать субординацию, стараться разграничивать моменты дружеского взаимодействия в тесном спортивном кругу, контролировать поведение во время приятельской игры, тренировки и деловое общение, выступление. Многие тренеры, выстраивая отношения с воспитанниками, избирают авторитарный тип общения, психологически ставя себя на ступень выше подопечных, а в речевом плане продолжают оставаться на том же уровне панибратства, тогда как, наоборот, уже одна лишь грамотная, культурно организованная речь мастера и педагога способна вызвать у молодого поколения уважение и признание.

Активный словарный запас и его обогащение

Активным словарным запасом называют тот объем слов и выражений, который человек знает и использует в речевой практике. Количеством и разнообразием употребляемых слов определяется грамотность говорящего. На запоминание новых слов не уйдет много времени, если вы приучите себя интересоваться значением услышанного или увиденного нового слова, особенно, если оно из сферы вашей профессиональной деятельности. В XXI веке эту проблему решать проще, пользуясь электронными онлайн-словарями, например, на портале gramota.ru.

Существует достаточно много методик увеличения словарного запаса, однако, чтобы пополнить его, человеку необходимо постоянно читать. Наиболее эффективно чтение классических произведений русской и зарубежной литературы, где перевод выполнен лучшими советскими лингвистами. Однако способствовать расширению лингвистического кругозора будут и научно-популярные издания (журналы, энциклопедии, справочники) и современные книги по вашим профессиональным

интересам, которые можно найти в научной библиотеке Липецка и на ее сайте: <http://library.lipetsk.ru>. Более того, сотрудники библиотеки по вашему запросу могут составить подборку литературы по заданной теме и проконсультируют вас по вопросам электронного поиска необходимых литературных источников.

Если у вас нет возможности уделять время чтению – слушайте аудио-книги, а также лекции по интересующим вас темам, их можно скачать или выбрать онлайн в любом торренте в интернете.

Заведите небольшой блокнот или электронную папку, для внесения новых понравившихся вам слов, рассказывайте об этих словах домашним, выписывайте слова на других языках на стикеры и, главное, отбросьте свои комплексы. Так, если вы задались целью пусть на разговорном уровне выучить иностранный язык, вам поможет составленный временной план, где определено, когда и сколько раз в неделю вы будете посвящать занятиям. Как ни странно, психологи советуют сделать материальное вложение в то, что вы хотите освоить: заплатив деньги за словарь, занятие с репетитором, интернет-курсы, вы будете ответственнее относиться к делу, выше вероятность того, что вы не бросите начатое.

Помните, что в коллективе и в неформальном общении с друзьями, в учебе и в наставничестве ваша речь работает на ваш авторитет, и ваш словарный запас – это копилка терминов, понятий, фраз, выражений, которые делают вас индивидуальностью, отражают вашу личность и могут рассказать о вас окружающим лучше, чем кажется на первый взгляд.

III. ПОВЫШЕНИЕ РЕЧЕВОЙ ГРАМОТНОСТИ СПОРТСМЕНА

С чего начать повышение речевой грамотности.

Работа над собой и для себя

Время обязывает нас принять тот факт, что современный спортсмен – человек публичный. Выдающийся ли он или только занял первую ступень в спортивной карьере, но он уже вызывает интерес общественности, привлекает внимание СМИ, на него направлены фотообъективы. При вхождении в мир светского спорта, вам потребуется умение ясно, грамотно и легко излагать свои мысли, например, сформулировать свое жизненное кредо, отвечая на вопросы журналистов или воспитанников своей группы и их родителей, если вы занимаетесь тренерской деятельностью, грамотно дать объяснения и провести инструктаж, если вы выступаете судьей на соревнованиях.

Разумеется, спортсмену некогда заниматься своим филологическим образованием, режим дня расписан от тренировки до тренировки, каждая минута на счету.

Как же тогда справиться с проблемой самообразования и повышения качества своей речи? Начните с малого и простого:

- повторите и навсегда запомните гимн Российской Федерации;

- перепишите от руки или распечатайте и запомните два-три ярких высказывания (цитаты) спортивного лидера, деятеля, который авторитетен для Вас, либо чья личность и достижения не оставляют Вас равнодушными;

- как только выучите, постарайтесь в ближайшее время употребить в речи выбранные слова (воспользуйтесь списком предложенных цитат о спорте, собранных в данном пособии);

- на всякое жаргонное, сленговое либо профессионально-специфичное слово, которое вам нравится и которое вы часто произносите, вы должны уметь дать понятное любому человеку грамотное объяснение;

- мысленно, а, лучше, вслух объясняйте сами себе значение двух-трех таких слов. И честно признайтесь: на месте другого человека вы бы себя поняли? Красивая речь, четкое обозначение своих мыслей ведет к собранности,

профессионализму, уважению со стороны окружающих, это работает незаметно, но верно.

Любая теория неэффективна без подкрепления практикой, поэтому используйте пяти-десятиминутные упражнения для развития техники речи, например:

- попробуйте дать вслух описание какому-нибудь предмету, товару, который вы хотите приобрести;

- взяв книгу, учебник, прочтите вслух, а потом по памяти воспроизведите прочитанное определение, можете делать это с юмором, чтобы не пропал интерес к упражнению;

- кратко опишите отличия между двумя предметами, например, между палаткой и плащ-палаткой, между мячом и апельсином, между своим любимым видом спорта и тем, который кажется вам непривлекательным, главное в этом упражнении – выработка умения давать характеристику объектам, предметам и развитие способности выбирать нужные слова для определений;

- завершая занятие, минуту-две проведите в тишине, мысленно прислушиваясь к окружающим звукам, затем попробуйте перечислить, что и где вы слышали, это упражнение на сосредоточение и расслабление.

У любого человека, а, особенно, у спортсмена где-то глубоко внутри есть образ себя идеального, такого, каким хочется выглядеть и быть. И это – хорошо: образ себя лучшего – наш помощник. Замечательно, если удастся стать таким в будущем, стремление к нему – один из приоритетов успешного человека. Наверняка, этот идеальный «вы» обладает ясной красивой речью, привлекательной манерой вести общение.

Вспомните, в вашей жизни обязательно была ситуация, встреча, знакомство с каким-то очень достойным, важным для вас человеком, которого вы уважаете, с которым хотите общаться или на которого просто стремитесь произвести хорошее впечатление. На каком языке вы бы хотели с ним говорить? Как вы думаете, ваша речь в тот момент должна быть безупречной?

Таким образом, повышайте свою эрудицию, уровень интеллекта вместе с развитием речевой грамотности: читайте классику о спорте, учите цитаты кумиров, осваивайте новейшую спортивную терминологию и вы почувствуете себя уверенно в общении.

Самые распространенные ошибки

В данном пособии мы не ставим целью рассматривать орфографические и пунктуационные ошибки, которые практически каждый человек допускает на письме по множеству причин, особенно в силу сложности самой системы русского языка. Обратимся к некоторым ошибкам, которые частотны в нашей устной разговорной речи.

1. Одеть костюм или надеть?

Здесь легко запомнить: НАдевают НА себя, Одевают кого-то. Неправильно: одеть брюки.

2. ЗвОнит или ЗвонИт?

По правилам русской орфоэпии (раздела языка о правильном произношении слов), ударение в глаголе «ЗвонИт» падает на последний слог. Правильно: ЗвонИт, звонЯт, звонИть, позвонИт. Неправильно: звонЯт, звонит, позвонит, созвонимся.

3. Пожарник или пожарный?

Я тушил вагон товарный,
Потому что я пожарный.

Неправильно: пожарник. Пожарник – разговорное слово, также как и врачиха, аптекарша. Употреблять эти слова, конечно, можно, но звучат они грубо и неуважительно, указывая на общий уровень образованности говорящего.

4. Согласно чего или согласно чему?

Правильно: согласно указу, решению, договору.
Неправильно: согласно указа.

5. КатАлог или каталОг?

Это слово заимствовано русским языком из французского в первой половине XVIII века, куда оно пришло из греческого, где обозначает «перечень, список». Правильно: каталОг.

6. ДоговОры или договорА?

Мы не жулики, не воры,
Подписали договоры.

Неправильно: договорА, дОговор. Следует запомнить один вариант: ударение всегда ставится на последнем слог.

7. Носок или носков, чулок или чулков?

Неправильно: носок и чулок. Советуют запоминать по принципу противоположного: носки короткие, значит, наоборот, во множественном числе правильно: носков (а не в краткой форме: носок). Чулки – длинные, по принципу обратного сокращаем: пара чулок.

8. По средАм или по срЕдам?

Не советую я вам

Напиваться по средАм.

Неправильно: по срЕдам (дни недели). Здесь легко запомнить, произносите так, как неудобно, правильно: по средАм.

9. Подпись и роспись

В русском языке и то и другое слово имеют несколько значений, главное запомнить, что подпись – это фамилия лица, автора, написанная им собственноручно под текстом документа, письма.

Роспись – это сюжетные изображения и орнаменты, создаваемые средствами живописи на стенах, потолках, а также на бытовых предметах с целью их украшения.

Неправильно: поставить в документе свою роспись.
Правильно: поставить подпись.

10. ОдноврЕменно или одновремЕнно?

Неправильно: одновремЕнно. Запомнить надо, сопоставив с существительным врЕмя. Правильно: одноврЕменно.

11. КрасИвее или красивЕе?

По версии орфографического словаря ударение в слове красивее ставится на букву «И». Но почему же тогда в словах сильнее, нежнее, добрее мы ставим ударение на предпоследний слог. Важно запомнить, что в словах, состоящих из двух слогов, мы должны ставить ударение на предпоследнее «Е».

Что же касается слов съедобнее, прекраснее, удивительнее, образованнее и, конечно же, красивее, то в них более двух слогов перед буквой «Е», поэтому ударение на предпоследний слог не ставится.

12. ВклЮчим или включИм?

Правильно: включИм свет. Ударение на последнем слоге.

13. Класть или положить?

Глагола «ложить» в русском языке нет, он употребляется только с приставками и отражает действие, которое уже совершено в прошлом или будет совершено в будущем, например: я положил / положу ручку на стол.

Глагол «класть» обычно употребляется без приставок во всех временах и отражает продолжительное действие, которое совершается сейчас, имело место быть в прошлом или произойдет в будущем времени, например: зачем ты кладешь телефон в задний карман? Неправильно: ложишь телефон в карман.

14. Последний или крайний?

Нормативные ограничения употребления в речи этих слов возникают только в том случае, если они используются в формулах речевого этикета «кто крайний» и «кто последний в очереди».

Запомните: занимая место в очереди, следует спрашивать: «Кто последний?»; фраза «Кто крайний?» содержит неточное определение и считается стилистически неправильной;

в других речевых ситуациях также разграничивают употребление прилагательных «крайний» и «последний» в соответствии с их лексическим значением, например, правильным будет словосочетание «последний раз», а не «крайний раз».

15. Ляг или ляжь?

Правильно говорить: ляг, ложись, положи (повелит. наклонение), но не ляжь, ложи; правильно склонять лягу, ляжешь, ляжет, ляжем, ляжете, лягут.

16. Было День рождениЕ или был День рождения.

В разговорной речи закрепилось ошибочное словоупотребление «было День рождения», где глагол «было» как будто относится к существительному среднего рода «рождение». Правильно говорить: «был День рождения», «прошел День рождения», ведь главным здесь является существительное мужского рода «день».

17. Правильное ударение:

– директорА, докторА, профессорА (множ. число) – с ударным «а» на конце слова;

– лекторы, конструкторы, шоферы, тренеры (множ. число) с безударным «ы» на конце;

18. Правильно говорить «пришел из школы», а не «со школы», предлог с, со обозначает движение сверху вниз (сравните: выйти из автобуса – сойти с трапа).

19. Слова-паразиты: это вводные слова, не несущие смысловой нагрузки: «типа», «так», «вот», «собственно», «так сказать», «как бы» и многие, подобные им, засоряющие нашу речь.

Отучиться от слов паразитов следует по причине их раздражающего воздействия. При близком общении они вызывают негативную реакцию собеседника, а при знакомстве производят неприятное впечатление. Бороться со словами паразитами также надо потому, что они являются ярким признаком вашей неуверенности. Они сигнализируют о том, что мы не владеем ситуацией и делаем нашу речь менее четкой и веской, превращая ее в пустословие.

Слова-паразиты засоряют не только речь, они путают и мысли говорящего, ведь мышление и речь взаимосвязаны. Когда речь становится чистой, то мысли также становятся простыми и ясными. Сложность устранения таких слов из речи в том, что человек, использующий слова-паразиты, сам их не замечает. В первую очередь нужно выявить эти недостатки.

Эффективным будет включить диктофон и наговорить какой-нибудь текст (что угодно, пересказать недавно увиденный фильм или прочитанную статью в газете). Прослушивая запись, вы осознаете вашу проблему, и возникнет потребность от нее избавиться, вы поймете, какие именно слова-паразиты есть в вашем лексиконе. Также выявить мусор в вашей речи могут помочь люди, с которыми вы чаще всего общаетесь.

Попросите кого-нибудь, кто слышит вас регулярно (членов своей семьи, друзей или коллег) проследить за чистотой вашей речи. Отслеживая слово-паразит, старайтесь заменить его близким по смыслу (допустим, вы постоянно произносите слово «наверное», его можно заменить словами «предполагаю», «возможно», «вероятно» и т.д.).

20. Склонение некоторых имен и фамилий:

Имена на -о типа Левко, Марко, Павло, Петро склоняются по образцу склонения существительных мужского-среднего рода, например: идти впереди Левка, дома у Марка;

Имена, имеющие параллельные формы на -о – -а (Гаврило – Гаврила, Михайло – Михайла), обычно склоняются по типу существительных женского склонения: у Гаврилы, к Гавриле, с Гаврилой.

Русские иноязычные фамилии, оканчивающиеся на согласный звук, склоняются, если относятся к мужчинам, и не склоняются, если относятся к женщинам. Сравним: студенту Кулику – студентке Кулик, у Карла Зегерса у Анны Зегерс. Но наблюдаются отступления от правила (несклоняемость мужских фамилий, оканчивающихся на согласный звук) в тех случаях, когда фамилия созвучна с названием животного или неодушевленного предмета (Гусь, Ремень), во избежание непривычных или курьезных сочетаний, например: «у господина Гуся», «гражданину Ремню».

Нерусские фамилии на неударяемые -а, -я (в основном славянские и романские) склоняются, например: трактаты Авиценны, стихи Пабло Неруды, труды почётного академика Н. Ф. Гамалеи, утопизм Кампанеллы, жестокость Торквемады, музыкальная комедия Д. Чимарозы, фильм с участием Джульетты Мазины. Исключение составляют фамилии на -а, -я с предшествующим согласным -и: стихи Гарсия, рассказы Гулиа. Не склоняются также финские фамилии на -а: встреча с Куусела.

Колебания наблюдаются в употреблении фамилий грузинских, японских и некоторых других, которые то склоняются, то не склоняются; сравните:

а) юбилей Хоравы, песни Окуджавы, *ср.* в периодической печати: «Посол Осима докладывал из Берлина министру иностранных дел Мацуоке...»;

б) работы профессора А. С. Чикобава, произведения Важа Пиювела, заявление премьера Икэда, беседа с японским послом Тору Накагава. В последние годы явно наметилась тенденция к склонению подобных фамилий.

Украинские фамилии на -ко (-енко в художественной литературе обычно склоняются, хотя по разному типу склонения,

например: приказ голове Евтуху Макогоненку; стихотворение, посвящённое Родзянке (Пушкин); с Гончаренкой (Тургенев). В современной печати такие фамилии, как правило, не склоняются, например: юбилей Лукашенко.

В китайских, корейских, вьетнамских составных именах и фамилиях склоняется последняя часть (если она оканчивается на согласный звук), например: речь Ли Пэна, заявление Фам Ван Донга.

Нерусские фамилии, относящиеся к двум или нескольким лицам, в одних случаях ставятся в форме множественного числа, в других – в форме единственного, а именно:

Если при фамилии два мужских имени, то она ставится в форме множественного числа, например: Генрих и Томас Манны, Адольф и Михаил Готлибы.

При двух женских именах или при сочетании мужского и женского имен фамилия сохраняет форму единственного числа, например: Ирина и Тамара Пресс, Нина и Станислав Жук;

В единственном числе ставится также фамилия, если она сопровождается двумя нарицательными существительными, указывающими на разный пол, например: господин и госпожа Райнер, лорд и леди Гамильтон; однако при сочетаниях муж и жена, брат и сестра фамилия чаще употребляется в форме множественного числа: муж и жена Эстремы, брат и сестра Ниринги;

При слове супруги фамилия ставится в форме единственного числа, например: супруги Кент, супруги Торндайк, супруги Ноддак;

При слове братья фамилия тоже обычно ставится в форме единственного числа, например: братья Гримм, братья Шлегель, братья Шелленберг.

При слове семья фамилия обычно ставится в форме единственного числа, *например*: семья Оппенгейм.

21. Особенности произношения звука «г» в Липецкой области: «г» фрикативный и «г» взрывной:

Отличительной чертой произношения жителей Центрального федерального округа является особый звук «г», на слух он воспринимается как смешение звуков «гх», даже ближе к «х». В других регионах России, где произносят чистый взрывной

звук «г», нашу территориальную принадлежность определяют по этому звуку, нередко передразнивают его произношение, а в Сибири и на Урале в моей практике случались ситуации, когда люди переспрашивали недопонятое слово: «хрязь» вместо «грязь», «хреть», услышанное вместо «греть», «хлавный» и прочее. Некрасиво, правда?

Надо все же заступиться за наш «г» фрикативный: у филологов он обозначается особым символом «ɣ» и имеет древнюю историю бытования: по данным научных исследований этот звук развился в южнорусском диалекте в XI-XV веках, став отличительной чертой, отделяющей южнорусский диалект от среднерусского и северорусского. В Российской Империи «г» фрикативный произносило более половины населения, в современной России – гораздо меньше.

Беспокоит ли вас, что этот звук присутствует в вашем произношении, решать вам. Звезды СССР, приезжавшие учиться и работать в столицу из Украины, Белоруссии и других республик Союза годами оттачивали произношение взрывного «г», дабы не отличаться от коренных москвичей провинциальным произношением.

Завершая краткий обзор ошибок и особенностей устной речи, отметим, что наш язык постоянно развивается, изменяется и в некотором роде даже приспособляется под речь носителей. Поэтому нормы произношения постепенно сдвигаются в сторону удобства говорящих. Так, допускается говорить: «выпью своё кофе» вместо «свой», твОрог вместо творОг.

Если вы допустили ошибку, вас никто не вправе судить. Если вы стараетесь реже ошибаться в своей речи, это ваше личное приобретение, заслуга для себя, результат со временем станет виден окружающим. Как автор, выражаю свое мнение: интерес к родному языку – это вопрос патриотизма, вопрос гордости за свою личность, вопрос самоопределения как человека грамотного и совершенствующегося. Именно поэтому малые народы так берегут и передают из поколения в поколение свой язык, у них и мысли не возникает, чтобы учить своих детей только тому языку, который востребован. А мы, носители русского языка, поголовно страдаем косноязычием.

Где и каким образом себя проверить

Два наиболее быстрых варианта проверки слова, построения фразы или перевода слова – это обращение к словарям и энциклопедиям русского языка. Но, обычно, проверку требуется выполнить быстро и времени на поиск словаря нет, тем более, что каждое словарное издание строится по своим правилам, без практических навыков в нем трудно ориентироваться. В настоящее время нет ничего зазорного в том, чтобы воспользоваться специализированными интернет-сайтами для получения ответа.

Вот список некоторых бесплатных интернет-порталов и сайтов, где содержится справочная информация по разделам русского языка, включая культуру речи:

- <http://www.gramota.ru> – обширная информация о лексике и культуре речи, проверка слова онлайн, словари в сети;
- www.grammar.ru – культура русской речи, правописание;
- <http://enc-dic.com> – богатый выбор словарей и энциклопедий;
- <http://www.slovoblog.ru/bes> – Большой Энциклопедический словарь;
- <http://lingvoforum.net> – лингвофорум;
- <http://slovari.yandex.ru> – Англо-русский словарь общей лексики «Lingvo Universal», перевод слов онлайн;
- <http://schoolfield.com.ua/sportivnie-termini> – спортивные термины по видам спорта и их значение;
- http://www.academia-moscow.ru/ftp_share/_books/fragments/fragment_11991.pdf – А.Блеер. Терминология спорта (словарь).

Выступление и подготовка к нему

Выступление спортивного чиновника / главного судьи / старшего в группе на организационных заседаниях, судейских коллегиях, открытии соревнований, брифинг со СМИ, проведении пресс-конференций и других видах общения с большой аудиторией

При подготовке выступающим определяются **основные аспекты:**

- предмет и цель выступления;
- продолжительность планируемой речи;
- будет ли после сообщения отведено время для ответов на

вопросы слушателей;

- основные вопросы, на которые необходимо обратить внимание слушателей;

- состав аудитории и степень знакомства будущих слушателей с темой выступления;

- что ожидает от вас аудитория и что вы хотите донести до собравшихся.

Организация речи:

- речь должна быть краткой, мысли должны формироваться простыми словами и короткими предложениями, чтобы текст речи был ясным, сжатым и соответствовал теме;

- все, что относится к одному вопросу, группируется в одном месте.

Выступление, обычно, делится на три части: вступление, основная часть и заключение.

- Вступление наиболее важная часть речи, здесь задается тон всему выступлению, поэтому перед началом речи лучше выдержать паузу, затем поприветствовать собравшихся, например: «Добрый день, уважаемые коллеги!». Во вступлении подчеркните основную мысль, чтобы слушатели немедленно поняли идею всего выступления. Лучше выступать, говоря речь наизусть, что не всегда позволяет ситуация, поэтому, читая речь, поднимайте время от времени глаза на слушающих, устанавливайте «зрительный контакт». Обычно выступают от первого лица, употребляя местоимения «я», «вы», «нас», но на научных мероприятиях (конференциях, форумах, пленумах) обязательна форма множественного лица, говоря о себе и читая свой доклад, используйте местоимения «мы», «нас», «наши», «нам».

- В основной части выступления вы излагаете свои идеи, сообщаете необходимую информацию, останавливаясь на важных деталях. Периодически поддерживайте внимание слушателей, давая понять, что переходите от одного пункта к другому, используйте для этого паузы и изменяйте тон голоса. При подготовке объемной речи учитывайте утомляемость публики, поэтому допустимо аккуратное использование шуток, интересных примеров или подходящих цитат. Опытные мастера публичного выступления умеют вставить в свою речь фразу, которую слушатели запомнят надолго после выступления.

– В заключительной части выступления необходимо сказать слушателям что-нибудь позитивное. Выразите надежду. Что ваша речь понравилась слушателям или что, поняв полученную информацию, они применяют ее с пользой. Не спешите покидать сцену / трибуну, если в ваш адрес звучат аплодисменты, улыбкой дайте понять, что вы тоже получили удовлетворение от общения.

Выступление начинающего спортсмена

Предположим, вас просят произнести публичную речь после одержанной вами победы:

1. Начиная речь с приветствия и краткой, но искренней благодарности (своей стране, тренеру (наставнику), болельщикам, в конце, если чувствуете, что ситуация позволяет это, скажите «спасибо» близким и друзьям;

2. Заготовьте свою фирменную фразу о спорте, о победе, поделитесь своим секретом спортивного успеха, в двух предложениях расскажите, как вы к нему шли. Такие заготовленные заранее слова или воспоминания вы сможете произнести всегда, давая интервью, появляясь в обществе, где вы узнаваемы и вызываете интерес;

3. Всегда обращайтесь внимание на темп своей речи и интонацию. Темп должен быть средним, лучше произносить слова медленнее, чем проглотить их, интонация должна быть преимущественно восходящей, старайтесь вложить в слова положительные эмоции, оказавшись на сцене, не стесняйтесь улыбнуться аудитории;

4. Если вас заранее попросили публично произнести заготовленную речь, какие-либо слова, являющиеся частью спортивного ритуала, два-три раза отрепетируйте их, желательно, перед зеркалом. Вам поможет, если заранее вы произнесете свои слова вслух, но с плотно зажатыми зубами, губы работают также, как при обычной речи, а зубы закрыты, тогда произносимые звуки, оставаясь «внутри», будут проходить отработку и станут четче. Это упражнение на дикцию. Потом снова прочитайте то же самое уже с разжатыми зубами и почувствуете разницу в лучшую сторону.

5. Если вы выступаете со сцены или с трибуны, держите взгляд поверх голов зрителей, чтобы не встречаться ни с кем

глазами. Так вы исключите опасность мысленно отвлечься от своей миссии выступающего.

6. Если вы не обладаете феноменальной памятью, не стремитесь выучивать полученные накануне слова наизусть, но позаботьтесь об удобстве их прочтения или перепишите их для собственного комфортного восприятия текста.

7. Выступая «с ходу» без подготовки в тот момент, когда почувствовали, что потеряли мысль, спокойно поблагодарите слушающих за внимание и завершите свою речь.

8. Не стесняйтесь обратиться за советом или информацией к окружающим, найдите среди них того, кто сможет дать вам заблаговременную подсказку, например, спросите своих коллег из городов и стран, куда вы приехали, о спортивной славе здешних мест и в своих выступлениях или просто, произнося тост на банкете, сделайте комплимент хозяевам. Например: «Я уверен, что настоящие соревнования не случайно проходят в Воронеже – городе, где начался путь молодого спартаковца Романа Шишкина, где вырос Олимпийский чемпион Николай Крюков, где вновь плеяда юных спортсменов показывает свое мастерство и восхищает нас на этом празднике!».

9. Помните: при наличии соответствующей тренировки и опыта любой человек может произнести речь, которую положительно оценят и запомнят слушатели.

Подготовка к интервью

В спортивной практике нередко возникает необходимость дать интервью. Вот несколько советов, чтобы журналисты не застали вас врасплох:

если вас пригласили на интервью и назначили дату его проведения, запросите у журналистов список вопросов, на которые вам нужно будет дать ответ, подготовьте ответы и не поленитесь отрепетировать их заранее, произнося речь вслух, а лучше – перед зеркалом.

Если интервью берут у вас спонтанно, вам придется отвечать без подготовки, следовательно, не стесняйтесь попросить минутку на обдумывание ответа. Не бойтесь уточнить вопрос, прежде чем давать ответ, если вы не владеете информацией, лучше вежливо откажитесь от ответа, чем дать недостоверные сведения.

Если не удастся уйти от ответа, перед тем как заговорить, отведите взгляд от задавшего вопрос и сконцентрируйтесь на том, что хотите сказать. Быстро определите основные моменты, обдумайте заключение и тогда отвечайте.

Для того чтобы успешно выступить или ответить на вопрос экспромтом, потренируйтесь, выполняя упражнение:

– напишите названия любых интересующих вас тем на карточках, например «Мой образ в соцсетях», «Женские или мужские виды спорта», «Экология спорта» и др. Перемешайте карточки. Вытащите одну наугад;

– сузьте тему до того, о чем вы сможете говорить, быстро обдумайте главные мысли, которые вы должны сказать и вывод, к которому придете. Например: тема «Мои профессиональные привычки». Основные пункты, на которых вы остановитесь: 1. Моя профессия предполагает... (перечислить виды деятельности). 2. За годы работы у меня выработались привычки (перечислить их) и указать причины их появления. 3. Вывод: моя профессия хороша тем, что... и сложна тем, что... (назвать плюсы и минусы этих привычек).

Рассказывая о какой-либо проблеме, старайтесь привести несколько мнений, отразить несколько точек зрения, например, обрисовать позицию болельщиков и мнение судей, пояснив, кто и почему прав в каждой из сторон.

Никогда не давайте категорично негативную информацию о чем-либо, о ком-либо, особенно о своих коллегах; выражая свое мнение, подчеркивайте, что это лично ваше отношение к данной проблеме, и оно может не совпадать с массовой позицией.

Давая интервью перед камерой, расслабьтесь, предварительно спросите у ведущего, будет ли возможность перезаписать отдельные ответы, старайтесь смотреть в камеру, а не на журналиста.

В любой ситуации ваша речь должна быть неторопливой, ясной, спокойной, собеседник и аудитория должны почувствовать ваш интерес к обсуждаемой теме, не забудьте поблагодарить журналистов за приглашение, а зрителей за внимание.

ПОСЛЕСЛОВИЕ

Уважаемые читатели! Благодарим вас за интерес, проявленный к данной методической разработке. В лице автора, выражаю готовность к сотрудничеству с вами по всем, интересующим вас вопросам в области повышения речевой грамотности. По возможности окажу консультативную поддержку в возникающих проблемах при составлении текстов ваших выступлений, написании или подборе стихов и высказываний для проводимых вами мероприятий. Свои вопросы, пожелания и предложения вы можете направлять по адресам:

г. Липецк, пер. Попова. д.5, оф. 603-610,

т.: (4742) 34-78-73

e-mail: iac-sport@yandex.ru, zobova_katya@mail.ru

сайт: спорт-центр48.рф или sport-center48.ru

Афоризмы о спорте:

«Если я цитирую других, то лишь для того, чтобы лучше выразить свою собственную мысль».

Мишель Монтень, французский писатель и философ эпохи Возрождения (1533-1592).

«Оно существует. Вечное движение – это спорт». «Для каждого человека спорт – возможный источник для внутреннего улучшения». «Страна вправе называть себя спортивной, если большинство её населения испытывает личную потребность в занятиях спортом». «Спорт – возможный источник самосовершенствования для каждого человека».

Пьер де Кубертен, французский спортивный и общественный деятель (1863-1937).

«Не люблю и не умею сдаваться по ходу матча». «Если вы начинаете выступление на турнире, думая, что его выиграет кто-то другой, у вас серьёзная проблема».

Мария Шарапова, российская теннисистка (р.1987).

«Игра не закончена, пока она не закончена».

«На самом деле я не говорил ничего из того, что я говорил».

Йоги Берра, американский бейсболист (р.1925).

«Как суконщики чистят сукно, выбивая его от пыли, так гимнастика очищает организм».

Гиппократ, древнегреческий врач и философ, V век до н.э.

«Спорт становится средством воспитания тогда, когда он – любимое занятие каждого».

Василий Александрович Сухомлинский, педагог-новатор (1918-1970).

«Спасительной силой в нашем мире является спорт – над ним по-прежнему реет флаг оптимизма, здесь соблюдают правила и уважают противника независимо от того, на чьей стороне победа».

Джон Голсуорси, английский драматург, обладатель Нобелевской премии по литературе (1867-1933).

«Физические упражнения могут заменить множество лекарств, но ни одно лекарство в мире не может заменить физические упражнения».

Анджело Моссо, итальянский физиолог (1846-1910).

«Спорт – это единственное зрелище, в котором, несмотря на количество повторов, конец остается неизвестным».

Саймон Нил Марвел, американский драматург (р.1927).

«Цена успеха, как правило, меньше, чем цена неудачи».

"Невозможно – это всего лишь громкое слово, за которым прячутся маленькие люди. Им проще жить в привычном мире, чем найти в себе силы что-то изменить. Невозможное – это не факт. Это только мнение. Невозможное – это не приговор. Это вызов. Невозможное – это шанс проявить себя. Невозможно – это не навсегда. Невозможное возможно!".

Мохаммед Али, американский боксер (р.1942).

«Для меня спорт – это шанс достичь совершенства, шанс, который нам дарят соперники».

Цитата преподавателя из к/ф. «Общество мертвых поэтов».

«Занимайтесь спортом, закаляйте силу воли и воспитывайте в себе смелость!»

Максим Мокроусов, российский бобслеист. (р.1983).

«Бокс – наука, исследующая человека на прочность».

Виктор Жемчужников, автор сборника афоризмов).

«Спорт не воспитывает характер, а выявляет его».

Хейвуд Браун, спортивный комментатор и актер США (1918–2001).

«Если тебя ударили по левой щеке – научись карате»

Хоакин Лавадо, аргентинский художник-карикатурист, работающий под псевдонимом Кíно (р.1932).

«Спорт – это здоровье. Спорт – это хорошее настроение. Спорт – это долголетие».

Эрнест Хемингуэй, американский писатель, журналист, лауреат Нобелевской премии по литературе 1954 года (1899-1961).

Список рекомендуемой литературы

1. Бидерманн Г. Энциклопедия символов. – М., 1996. – 335 с.
2. Бирих А.К. Словарь русской фразеологии. Историко-этимологический справочник / А. К. Бирих, В. М. Мокиенко, Л. И. Степанова. – СПб., 1999. – 704 с.
3. Визитей Н.Н. Социология спорта. Курс лекций. – Киев, 2005. – 247 с.
4. Головин И.Л., Никитина Е.Д. Профессиональное самовоспитание тренера: Учебн. пос. – Малаховка, 1989.
5. Головин И.Л. Самовоспитание студентов в процессе профессиональной подготовки в институте физической культуры: Автореф. дис. – Малаховка, 1993.
6. Гольдин В.Е., Сиротинина О.Б., Ягубова М.А. Русский язык и культура речи: Учебник для нефилологов. – Саратов, 2001.
7. Голуб И.Б., Розенталь Д.Э. Секреты хорошей речи. – М.: Международные отношения, 1994.
8. Горбаневский М.Л., Караулов Ю.М., Шаклеин В.М. Не говори шершавым языком. – М., 2000.
9. Дворецкий И.Х. Латинско-русский словарь : ок. 50000 слов. – Изд. 3-е, испр. – М. : Рус. яз., 1986. – 840 с.
10. Душенко К. В. Словарь современных цитат. – 4-е изд., испр. и доп. – М., 2006.
11. Ефремова Т.Ф. Новый словарь русского языка. Толково-словообразовательный. В 2 т.: свыше 136000 словарных ст., / Т. Ф. Ефремова. – М. : Рус. язык, 2000. – 1084 с.
12. Зуев В.Н. Спортивный арбитр: Учебное пособие. – М.: Советский спорт, 2004. – 394 с.
13. Королёва М. Говорим по-русски с Мариной Королёвой. – М.: СЛОВО / SLOVO, 2005. – 312 с.
14. Костомаров В.Г. Языковой вкус эпохи. – М., 1994, СПб., 1999.
15. Люстрова З.Н., Скворцова Л.И., Дерягин В.Я. Беседы о русском языке. – М.: Знание, 1978.
16. Максимов В.И. Точность и выразительность слова. – Л., 1968.
17. Мудрость тысячелетий. Энциклопедия / сост. В.Н. Балязин. – М. : Олма-пресс, 2002. – 847 с.
18. Никитина Е.Д. Культура речи: Программа для ИФК. – Малаховка, 1994.

19.Никитина Е.Д. Теоретические подходы к определению содержания предмета "Культура речи" в процессе подготовки спортивных педагогов // Человек, здоровье, физическая культура и спорт в изменяющемся мире. – Коломна, 1995. – с. 228-229.

20.Психология делового преуспевания. – М., 2001. – 304 с. (Психология безопасности успеха).

21.Похлебкин В.В. Словарь международной символики и эмблематики / В.В. Похлебкин. – М., 2004. – 543 с.

22.Розенталь Д.Э. А как лучше сказать?. – М., 1988.

23.Скворцов Л.И. Культура русской речи: Словарь – справочник. – М., 1995.

24.Соловьев Г.А. Футбол: от питерской «Невки» до липецкого «Металлурга». – Липецк, 2001. – 304 с.

25.Степанов Ю.С. Константы: словарь русской культуры / Ю.С. Степанов. – Изд. 3-е, испр. и доп. – М., 2004. – 992 с.

26.Фразеологический словарь русского языка: свыше 4000 словарных ст. / под ред. А. И. Молоткова. – М., 1967. – 543 с.

27.Шанин Ю.В. Герои античных стадионов. – М., 1979.–141 с.

28.Шепель В.М. «Имеджелогия. Как нравиться людям». – М., 2002.

29.Энциклопедический словарь-справочник. Выразительные средства русского языка, речевые ошибки и недочеты / под ред. А.П. Сковородникова. – М., 2005. – 480 с.

30. Юсин А.А. Души исполненный полет... – М.: Физкультура и спорт, 1988. – 336 с. (О роли спорта в жизни знаменитых писателей и поэтов).

Интернет-ресурсы:

1.Психология и этика делового общения:
http://www.syntone.ru/library/books/content/2367.html?current_book.

2.<http://russianlectures.spbu.ru/ru/lecture/101> – лекции выдающихся русских ученых о русском языке, организации речи и ее секретах.

Художественная литература Эрнеста Хемингуэя о спорте:

Романы, очерки и рассказы: «Стрельба влет», «Африканский дневник», «Цвет кожи», «Дома», «В чужой стране», «Прощай, оружие», «Пятьдесят тысяч», «Убийцы», «Трехдневная непогода», «Чемпион», «Гонка преследования», «Фиеста», «Зеленые холмы Африки», «Снега Килиманджаро» и другие произведения этого автора.

Для заметок

Для заметок

Для заметок

Для заметок