

Hea ettekande põhialused

Triin Kask

12.09.2019 Tartu

Glossofoobia

75%

Milline on olnud maailma kõige igavam ettekanne, mida Sul on tulnud kuulata?

Kuidas teha üks tõeliselt hea ettekanne?

Sõnumi edasiandmine

1. sõnad - 7%
2. hääl - 38%
3. kehakeel - 55%

Kehakeel



Räägi oma lugu



Pane paika algus ja lõpp

10% - 80% - 10%

sissejuhatus sisu kokkuvõte

Kasuta erinevaid emotsioone



Sissejuhatus

1. Võida publik enda poolele - teemakohane nali, intrigeeriv fakt
2. Mis on ettekande eesmärk - kellele on see mõeldud?
3. Miks on oluline sellel teemal rääkida?

Sisu

1. Loogiline ülesehitus
2. Hoia fookust - pea meeles ettekande eesmärki
3. Kasuta illustreerivaid fakte
4. Esita publikule küsimusi - tee nad aktiivseteks kuulajateks
5. Seo küsimused konkreetse sisulise teemaga
6. Väldi hüplemist ühelt slaidilt teisele

Kokkuvõte

1. Too välja peamised punktid, mis võtavad sisu kokku
2. Lõpeta oma ettekanne positiivse noodiga
3. Täna publikut kuulamast! Kas on küsimusi?

Ettekanne koos slaididega

Slaidid täiendavad, mitte ei konkureeri sellega, mida ettekandja räägib!

Slaidid

- loetelud märksõnade tasemel
- suured fondid - see on liiga väike
- illustreeriv materjal (joonised, pildid, graafikud jms)
- üks puhas stiil

GASTRIC TUMORS

GI neuroendocrine tumor/carcinoma:

Tumors typically occur in middle age or older adults.

Tumors may be functioning, resulting in symptoms. For example, tumors producing gastrin can result in the Zollinger-Ellison syndrome. Some tumors may cause the "carcinoid syndrome" of cutaneous flushing, sweating, bronchospasm, colicky abdominal pain, diarrhea, and right sided valvular fibrosis. In this syndrome, the symptoms are produced by bioactive substances secreted by the tumor, such as serotonin, histamine, and bradykinin. As these substances are typically metabolized by the liver, the presence of carcinoid syndrome strongly suggests that metastatic disease may be present. Most of the neuroendocrine tumors producing carcinoid syndrome are of midgut origin (jejunum and ileum, appendix, ascending colon). A helpful diagnostic test for carcinoid syndrome is the detection of 24 hour urinary 5-hydroxyindoleacetic acid (5-HIAA), a metabolite of serotonin.

In the stomach, most neuroendocrine tumors are well-differentiated and non-functioning. Those arising in association with chronic atrophic gastritis or with Zollinger-Ellison syndrome or with MEN type 1 are typically confined to the mucosa or submucosa.

In the stomach, these tumors typically present as a mass lesion or polyp. In chronic atrophic gastritis, one can see hyperplasia of the endocrine cells in the atrophic fundic mucosa. Neuroendocrine tumors associated with chronic atrophic gastritis often behave in an indolent fashion, although some can exhibit malignant behavior.



Väga
paha
slaid!

Aaron Beverly
2019 Public Speaking Champion

Enesekindel esinemine

1. Hääle taltsutamine
 - a. rahulik ja sügav hingamine
 - b. pausid annavad jõudu
2. Kehakeele valdamine
 - a. õige kehahoiak
 - b. silmside publikuga
3. Sõnade kasutamine
 - a. emotsionaalne lugu
 - b. sissejuhatus -> sisu-> kokkuvõte
4. Harjutamine teeb meistriks!



Kasutatud materjalid

[Videoklipp: Tujurikkuja Jumal](#)

[Videoklipp: filmist “The Iron Lady”](#)

[Videoklipp: Margaret Thatcheri kõnekamad hetked](#)

[Videoklipp: 2019 Toastmasters'i konkursi võitja](#)

[Videoloeng: Kuidas saavutada enesekindlus avalikuks esinemiseks](#)

[Videoloeng: Avaliku esinemise kunsti valdamine 1/2](#)

[Videoloeng: Avaliku esinemise kunsti valdamine 2/2](#)

Palju häid ettekandeid!

Küsimused/ettepanekud

triin.kask@gmail.com