

اهمیت فن بیان در تدریس ریاضی

نیلوفر کشاورز^۱، ساره حق خواه^۲

چکیده

مقاله حاضر، شامل بیان اقداماتی است که در درس کارورزی^۳ برای بهبود « فن بیان» تحت یک تحقیق کنش پژوهی در کلاس درس ریاضی صورت گرفت. مطالعه منابع مختلف در زمینه فن بیان و رعایت برخی از اصول هنگام تدریس سبب شد تا مهارت‌هایی چون برقراری ارتباط چشمی، رسا بودن صدا، خارج نشدن از چارچوب اصلی، شیوه‌ی طرح یک سؤال برای آغاز، شیوه‌ی طرح پرسش برای درگیر کردن ذهن دانش‌آموزان به موضوع مورد نظر، استفاده از زبان بدن و چهره، داشتن چهره‌ای گشاده، و حالت چهره در هنگام تدریس به منظور جلب اعتماد دانش‌آموزان، تغییر آهنگ صدا یا vocal variety، به کار بردن مثال‌هایی همراه با حکایت و داستان به منظور ماندگار شدن مطالب در ذهن دانش‌آموزان، رعایت اصل حضور با ظاهری آراسته، شیوه به حافظه سپردن مطالب، رعایت تنفس در بین صحبت‌ها، صحبت کردن واضح و شیوا حاصل گردد و نیز تمرکز بر این مهارت‌ها سبب شود تا «فن بیان» به عنوان موضوع مد نظر بهبود یابد به طوری که در پایان جلسات تدریس حتی در صحبت‌های روزمره نیز تغییراتی ایجاد شد.

واژگان کلیدی: فن بیان، تدریس ریاضی، معلم، دانش‌آموز.

^۱. دانشجوی کارشناسی دبیری ریاضی، دانشگاه فرهنگیان، پردیس شهید باهنر شیراز، نویسنده مسئول،

Niloufar_072@yahoo.com

^۲. استادیار ریاضی، دانشگاه فرهنگیان، پردیس شهید باهنر شیراز، تهران، ایران، Sareh_haghkhan@yahoo.com

مقدمه

نگاهی به نظام آموزشی کشور ما نشان می دهد که روش تدریس غالب، روش سخنرانی است. هیچ یک از روش های تدریس فی نفسه خوب یا بد نیستند. بلکه نحوه و شرایط استفاده از آنهاست که باعث تقویت و ضعفشان می شود. یکی از مسائل مهم در استفاده از روش تدریس سخنرانی، توجه به «کیفیت بیان» است. این نکته ای پذیرفته شده است که اگر مدرس با معلومات بسیار بالا در زمینه تحصیلی خود، قادر به انتقال مناسب مطالب نباشد؛ به عنوان یک مدرس اثربخش در نظر گرفته نخواهد شد. البته این موضوع هم صادق است که با گذشت زمان و افزایش سابقه تدریس و البته تکرار مطالب و در نتیجه «تسلط ناخودآگاه»، کیفیت ارائه مطالب و «بیان» بهبود می یابد. اما باید به یاد داشت امروزه فن بیان را یک علم قلمداد می کنند. پس با توجه به اینکه مدرس وظیفه انتقال مهم ترین مفاهیم را به مهم ترین شنوندگان جامعه بر عهده دارد، آگاهی از مباحثی چون تُن، ارتفاع، حجم صدا و شناخت هجاها و آواها و نیز کاربرد و توجه به آنها در عرصه تدریس سبب خواهد شد تا مدرس همچون بازیگری که در صحنه تئاتر با رعایت تکنیک های بیان، بیننده را مسحور خود می نماید، سبب به وجود آمدن علاقه ی به درس در دانش آموز و دریافت بهتر مطالب توسط او گردد. در این صحنه معلمی موفق تر است که آگاهی و دانش بیشتری داشته باشد و بتواند آنچه را که می داند با بیانی شیوا و اثرگذار به مخاطبین ارائه نماید.

وقتی حرف از فن بیان به میان می آید بسیاری از افراد تصور می کنند که منظور و مخاطب این حرف ها سخنران ها هستند و بس! اما حقیقت کاملاً متفاوت است و باید با این موضوع کنار آمد که: «اگر در اجتماع زندگی می کنیم، قطعاً به فن بیان احتیاج داریم». «فن بیان» در حقیقت سخن گفتن (در هر شرایط و زمان) است. زمانی که صحبت از فن بیان به میان می آید، جدا از این که شما چه کسی هستید و چه کاری دارید و با چه کسی صحبت می کنید و ... فقط کفایت از زبان خود استفاده کنید، شما نیاز به فن بیان دارید (بهنام فر، ۱۳۹۲، ص ۶۲۳).

فن بیان (Speaking Skill) در حقیقت همان توان سخن گفتن (در هر شرایط و زمان) است. فن بیان درست و استفاده مناسب از لحن سخنرانی در بسیاری از مواقع می تواند شاگردان را جذب صحبت های معلم کند (بهرام پور، ۱۳۹۳).

بیان مسأله :

با توجه به اینکه روش سخنرانی، نقش اصلی را در نظام آموزشی ما بازی می‌کند؛ می‌بایست برای بهبود وضعیت سخنرانی خود به دنبال افزایش کیفیت سخنرانی به منظور افزایش میزان دریافت مطالب توسط دانش‌آموزان باشیم که این خود اهمیت «فن بیان» در سخنرانی را گوشزد می‌کند. زیرا همگان بر این نکته وقوف دارند که اگر مدرسی با معلومات بسیار بالا در زمینه تحصیلی خود، قادر به انتقال مناسب مطالب نباشد؛ به عنوان یک معلم اثربخش در نظر گرفته نخواهد شد.

از طرفی، نگاهی به کتب روش تدریس که در دانشگاه‌ها و مراکز تربیت معلم تدریس می‌کردند نشان می‌دهد که در این کتب صرفاً به معرفی روش‌های تدریس و بیان تئوریک نحوه اجرای آنها و مزایا و معایب پرداخته می‌شود (بهنام فر، ۱۳۹۱).

اهمیت این موضوع و نیز نکاتی که قبلاً برخی از دوستان و اساتید در این زمینه به من تذکر داده بودند، سبب شد تا موضوع کنش پژوهی «فن بیان» انتخاب شود.

- دبیرستان الزهرا (س)، مدرسه‌ای است واقع در خیابان شهید آقایی در منطقه پاسداران شهر شیراز متشکل از ۳۶۱ دانش‌آموز و کادری مجرب با ۴ معاون آموزشی، پرورشی، اجرایی و فناوری. با توجه به حضور سر کلاس‌های سوم تجربی و سوم انسانی، نمونه در این کنش پژوهی همین دو کلاس است که جمعیت هر کدام به طور میانگین ۳۳ نفر می‌باشد. از جمله نکات مورد توجه در این مدرسه، حساسیت مدیر برای ارتقاء سطح یادگیری دانش‌آموزان و جلسات مکرر با اولیای دانش‌آموزان ضعیف می‌باشد. روابط خوب میان کارکنان به کلاس‌ها نیز منعکس می‌شد که بخصوص می‌توان به رابطه‌ی خوب و صمیمانه معلم ریاضی این مدرسه با دانش‌آموزان سوم تجربی و سوم انسانی اشاره کرد. مدرسه مذکور از استاندارهای فیزیکی لازم برخوردار می‌باشد.

در برنامه کارورزی ۳، دانشجو معلم می‌بایست ۶ جلسه تدریس داشته باشد و پیش از هر تدریس طرحی را برنامه‌ریزی کند. هدف از ۶ جلسه تدریس این بود که دانشجو معلمان در طراحی‌های خود بتوانند موضوع کنش پژوهی خود را پیاده کنند یا به عبارتی با راه‌حل‌های علمی آن را بهبود ببخشند. اعمالی که در کارورزی ۳ صورت گرفته در چارچوب کنش پژوهی مطرح شد که این کنش پژوهی چرخه رفت و برگشت طراحی، عمل، مشاهده و تامل است و منظور از عمل در اینجا تحقیق در عمل خود است، عملی متعهدانه و پاسخگو در قبال مقاصد پیش

بینی شده. هدف کنش پژوهی رد یا اثبات تئوری نیست، بلکه کنش پژوهی به منظور بهبود و توسعه عمل صورت می‌گیرد.

به عنوان یک دانشجو معلم که با توجه به انتقادهای وارد شده از سوی افراد مختلف و نیز بررسی سوابق خود هنگام تدریس سخنرانی، «فن بیان» مناسبی نداشتم، با توجه به اهمیت «فن بیان» به عنوان یک ویژگی معلم ریاضی خوب، می‌بایست این مهم را بهبود می‌بخشیدم تا بتوانم مطالب را به‌خوبی به دانش‌آموزان منتقل کنم. پس موارد فوق، اهمیت «فن بیان» و نیز مزایای آن در هر شرایط و مکانی مرا با این مسأله رو به رو کرد که: «چه راهکارهایی برای بهبود «فن بیان» خود به کار گیرم تا این مشکل برطرف شود؟»

ابتدا پس از صحبت با یکی از دوستانی که موضوع کنش پژوهی وی نیز «فن بیان» بود این پیش‌بینی را داشتم که راهکارهای لازم برای بهبود «فن بیان» تنها با تمرینات عملی قبل از حضور سرکلاس محدود می‌شود به طوری که با تمرینات آوایی و ... می‌توان این امر را بهبود بخشید. البته مطالعه دو کتاب فن بیان (تمرین‌های عملی) از رضا شیرمرز و کتاب گویندگی و فن بیان از امیر نوری نه تنها به فهم این پیش‌بینی رنگ حقیقت بخشید، بلکه مطالعه و جستجوی بیشتر راجع به موضوع «فن بیان» این نتیجه را داد که علاوه بر تمرینات عملی پیش از حضور سرکلاس، راهکارهای دیگری وجود دارد که می‌توان، خواندن لغات و جملاتی که دیگران از آن استفاده نمی‌کنند از طریق خواندن کتاب‌های مختلف، صحبت کردن مداوم با دوستان و نزدیکان درباره یکی از موضوعات روزمره، تمرین بلندخوانی هر روز صبح به مدت ۵ دقیقه و تمرین خودکار بدین صورت که خودکار را بین دندان‌ها قرار داده و جملاتی را تکرار کنیم (شیرمرز، ۱۳۹۰، ص ۲۴ و بهرام پور، ۱۳۹۳)، اشاره کرد.

اما با توجه به اهمیت برقراری ارتباط با دانش‌آموزان تنها راه‌حل‌های عملی پیش از حضور سر کلاس کافی نیست پس باید علاوه بر این راهکارها، راهکارهای دیگری چون برقراری ارتباط چشمی، رسا بودن صدا، استفاده از مثال‌هایی همراه با داستان و حکایت، رعایت تنفس در صحبت کردن و رعایت واضح بودن و شیوایی کلام به کار گرفت که این راهکارها از طریق مطالعه کتاب‌هایی چون: رازهای سخنرانی دو سخنران بزرگ از محمد پیام بهرام پور، شیوه و سخنرانی مؤثر و فن بیان از ایرج هاشمی، تمرین‌های کاربردی برای زیبا سخن گفتن و فن بیان از جودت تلی اوغلو بدست آمد.

با مقایسه این دو راهکار (پیش از حضور سر کلاس و سرکلاس) این نتیجه بدست می‌آید که راهکارهای عملی پیش از حضور سرکلاس تنها با هدف بهبود صحبت کردن و سخنرانی صورت می‌گیرد اما راهکارهایی که سرکلاس به کار برده می‌شود علاوه بر بهبود بخشیدن «فن بیان» و سخنرانی ویژگی‌های دیگری را در فرد

به وجود می‌آورد که در نگاه اول ممکن است مرتبط با موضوع فن بیان به نظر نرسد. اما بسیار اثربخش است. با توجه به فرصت در اختیار گذاشته شده برای ۶ جلسه تدریس، تصمیم بر این شد که در هر جلسه تعدادی از راهکارها بکار گرفته شوند.

اجرای طرح:

پس از مشورت با استاد راهنما و بررسی مجدد راه‌حلهای کاربردی فوق‌الذکر، طرحی را که برای فعالیت کنش پژوهیم تدوین نموده بودم در ۶ جلسه تدریس به شرح زیر به مرحله اجرا در آوردم:

جلسه اول: پیش از حضور سر کلاس روخوانی دو نمایشنامه و ادای برخی از کلمات مشخص شده با صدای بلند. (شیرمرز، ۱۳۹۰، صفحات ۷۹ و ۸۲) و برای حضور سر کلاس سعی شد تا به طور منظم دو راهکار برقراری ارتباط و رسا بودن صدا (بهرام پور، ۱۳۹۲، ص ۹) رعایت شود.

جلسه دوم: برای حضور سر کلاس ضمن رعایت موارد جلسه قبل سعی شد تا سه راهکار استفاده از زبان، بدن و چهره (بهرام پور، ۱۳۹۰، ص ۱۲) و نیز طرح یک پرسش برای آغاز (تلی اوغلو، ۱۳۹۱، ص ۶۷) رعایت شود.

جلسه سوم: پیش از حضور سر گرفتن تنفس در کلمات آخر بیت‌های اشعار مشخص شده (شیرمرز، ۱۳۹۰، صفحات ۱۰۷ تا ۱۱۲) و برای حضور سر کلاس ضمن رعایت سایر موارد انجام شده در جلسات قبل، عمل به شیوهی استیون جابز و طرح یک پرسش هدفمند برای بیان مبحث درسی (تلی اوغلو، ۱۳۹۱، ص ۲۰) و نیز خارج نشدن از چهارچوب اصلی (تلی اوغلو، ۱۳۹۱، ص ۶۳) رعایت شد.

جلسه چهارم: پیش از حضور سر کلاس با توجه به اینکه هر سه جلسه تدریس پایانی در یک روز صورت گرفت سعی شد تا به مدت ۲ ساعت اشعار کوتاه مشخص شده در کتاب، طبق گفته نویسنده، یک نفس و بلند خوانده شود و با قرار دادن خودکار بین دندان‌ها از روی متن آن کتاب خوانده شود (شیرمرز، ۱۳۹۱، صفحات ۱۳۶ تا ۱۳۸ و ۲۱۸ تا ۲۲۱) و برای حضور سر کلاس دو راهکار چهره گشاده و حالت چهره (هاشمی، ۱۳۸۵، ص ۱۴) و نیز تغییر آهنگ صدا هنگام صحبت کردن (هاشمی، ۱۳۸۵، صفحه ۱۸) رعایت شود.

جلسه پنجم: برای حضور سر کلاس ضمن رعایت موارد جلسات قبل سعی شد تا سه راهکار به کار بردن مثال‌هایی همراه با حکایت و داستان (بهرام پور، محمد پیام، ۱۳۹۲، ص ۱۹)، حضور سر کلاس با ظاهری آراسته (بهرام پور، ۱۳۹۲، ص ۵) و شیوه به حافظه سپردن (تلی اوغلو، ۱۳۹۱، ص ۳۷) رعایت شود.

جلسه ششم: ضمن رعایت موارد و راهکارهای گذشته سعی شد تا دو راهکار رعایت تنفس هنگام صحبت (هاشمی، ۱۳۸۵، ص ۱۵ و حسینی، ۱۳۹۴) و صحبت کردن با بیان واضح و شیوا (هاشمی، ۱۳۸۵، ص ۱۶) مورد استفاده قرار گیرد.

بازکاو و ارزیابی طرح:

همانطور که قبلاً بیان شد ملاک رسیدن به بهبود «فن بیان»، انتقال هر چه بهتر مطالب به دانش‌آموزان و برقراری یک ارتباط خوب با آنها بود که رعایت موارد بیان شده برای بهبود «فن بیان» و تمرینات عملی در منزل نه تنها سبب شد تا مانند تدریس‌های گذشته تند صحبت نکنم و بتوانم کلمات را به‌خوبی ادا کنم، بلکه ویژگی‌های دیگری چون افزایش اعتماد به نفس، طرز ایستادن مناسب، برقراری ارتباط چشمی مداوم و منظم، برقراری رابطه صمیمی با دانش‌آموزان (حتی در اولین جلسه و اولین دیدار) و ... حاصل گردد و با توجه به اینکه طبق برنامه‌ریزی و بطور هدفمند به اجرای طرح خود پرداختم، توانستم به ۹۰٪ اهداف مطلوب دست یابم که می‌توان به صورت مختصر نتایج اجرای هر راهکار را به شرح زیر بیان کرد:

در جلسه اول: برقراری ارتباط چشمی با هر دانش‌آموز که در سال‌های قبل برای تدریس کمتر مورد توجه قرار می‌گرفت، باعث شد تا از استرس هنگام تدریس من کاسته شود و رابطه صمیمی‌تری با دانش‌آموزان کلاس برقرار کنم و پس از رعایت اصل رسا بودن صدا هنگام صحبت کردن، دانش‌آموزان واکنش نشان داده و بیان کردند: این نکته از نظر آنها بسیار مهم و قابل توجه بوده است که هنگام صحبت کردن به جای استفاده از کلمات «اوم»، «آه» و «راستش»، در بیشتر مواقع مکث و سکوت می‌کردم، در حالیکه این نکته را در سال‌های قبل هنگام تدریس رعایت نمی‌کردم و از این بابت دارای اهمیت بود که مورد تأیید دانش‌آموزان قرار گرفت.

جلسه دوم: در این جلسه سعی بر این بود که علاوه بر موارد رعایت شده در جلسه قبل، استفاده از زبان بدن و چهره مورد توجه قرار گیرد که سبب شد دانش‌آموزان مطلب را سریعتر متوجه شوند و خود نیز احساس آرامش بیشتری داشته باشم، بتوانم راحت‌تر صحبت کنم و مفاهیم را انتقال دهم. اهمیت رعایت این موضوع در خود دانش‌آموزان نیز قابل مشاهده بود زیرا همگی لبخند به لب داشتند و مشتاقانه به توضیحات توجه می‌کردند.

جلسه سوم: به کارگیری روش خارج نشدن از چارچوب اصلی ضمن برقراری ارتباط چشمی موجب شد تا دانش‌آموزان موضوع خستگی خود هنگام تدریس را مرتباً گوشزد نکنند زیرا طبق مشاهدات صورت گرفته در جلسات قبل، در آخر ساعت کلاس، دانش‌آموزان تمایل کمتری برای یادگیری داشتند. در واقع با استفاده از این شیوه که نوعی بیان درک و همدردی با دانش‌آموزان بود، به گونه‌ای رفتار کردم که من نیز مانند دانش‌آموزان گاهی با کمبود انرژی مواجه می‌شوم اما با یک تغییر شرایط نشاط آور، دوباره کلاس به وضعیت عادی برمی‌گردد. استفاده از شیوه طرح یک سؤال برای آغاز سبب شد تا توجه دانش‌آموزان به موضوع تدریس آن جلسه جلب شود و خود را برای یادگیری مبحث درس با شیوه‌های جدید آماده کنند. همچنین طرح یک سؤال هدفمند در انتهای درس و تأکید بر مهم بودن پاسخ آن، موجب شد تا تمامی دانش‌آموزان کلاس، درگیر حل و رسیدن به جواب آن سؤال باشند و دانش‌آموزی داوطلب حل این سؤال شود که از ابتدای ساعت کلاس به درس توجهی نداشت و حتی مطلبی را یادداشت نمی‌کرد.

جلسه چهارم: به کارگیری راهکار چهره گشاده و حالت چهره سبب شد تا هم من احساس راحتی بیشتری داشته باشم و هم دانش‌آموزان به راحتی پرسش‌های خود را مطرح کنند. همچنین رعایت تغییر آهنگ صدا هنگام صحبت کردن باعث شد تا بتوانم نکات مهم را با تغییر آهنگ صدا، گوشزد کرده و جزئیات را بیان نمایم.

جلسه پنجم: به کارگیری مثال همراه با حکایت و داستان، گرچه خود به معنای برقراری ارتباط در این مرحله بود اما با توجه به تأکید بر این موضوع به عنوان یکی از موارد بهبود فن بیان، با استقبال دانش‌آموزان روبه‌رو گردید بطوریکه در سایر موارد که هدف، به یاد آوردن این مطلب بود، همگی این مطلب را به خاطر داشتند و در ذهنشان حک شده بود. همچنین رعایت راهکار حضور سر کلاس با ظاهری آراسته موجب شد که هنگامی که برای تدریس پای تخته می‌رفتم یکی از دانش‌آموزان نظر خود را راجع به زیبا بودن کفش من بیان کند و به عبارتی استفاده از لباس و پوشش آراسته، توجه دانش‌آموزان را جلب کرده بود. همچنین رعایت تکنیک به حافظه سپردن مطالب مورد تدریس و تسلط بر آنها سبب شد تا احساس راحتی و اعتماد به نفس داشته و دغدغه استفاده مکرر از طرح درس آماده شده نداشته باشم زیرا استرس بیان تمامی مطالب، مطابق با طرح درس تهیه شده کیفیت تدریس را کاهش می‌دهد.

جلسه ششم: رعایت تمرین عملی تنفس هنگام صحبت کردن و نیز راهکارهای به کار برده برای کنترل تنفس سبب شد تا احساس آرامش و اعتماد به نفس در من افزایش یابد زیرا با وجود اینکه اولین جلسه‌ی حضورم سر کلاس سوم انسانی بود اما رعایت این مورد سبب شد در اولین دیدار با آرامش بیشتری با دانش‌آموزان صحبت کنم.

رعایت تکنیک صحبت کردن با بیانی واضح و شیوا همراه با رعایت سایر راهکارها موجب شد دانش‌آموزان با دقت بیشتری به صحبت‌های من گوش فرا دهند. همچنین رعایت این امر باعث شد تا به کلماتی که ادا می‌کنم توجه بیشتری داشته باشم زیرا بیشتر موارد به علت تند صحبت کردن کلمات را اشتباه ادا می‌کردم.

جمع بندی و نتیجه گیری :

برنامه کارورزی ۳ که دانشجو معلم مستقیماً مسئولیت تدریس و اداره کلاس را در ۶ جلسه بر عهده داشت با هدف رفع برخی از نواقص دانشجو معلم و تمرینی برای تدریس‌های آینده صورت گرفته به طوری که درک دانشجو را از واقعیت‌های محیط آموزشی، ویژگی‌ها و توانمندی‌های خود و نحوه سازگار نمودن توانایی خود با موقعیت‌های پیچیده و منحصر به فرد افزایش می‌داد. از طرفی کنش پژوهی با هدف عمل فکورانه دانشجو معلم، به‌سازی عمل، به‌سازی درک و فهم، اصلاح عملکرد حرفه‌ای خود در موقعیتی که در آن دست به عمل زده صورت گرفت.

از جمله تأثیرات کنش پژوهی بر توسعه حرفه‌ای، می‌توان به ایجاد فرصت‌هایی برای یادگیری از طریق تدریس، به منظور کسب مهارت در سازماندهی ویژگی‌های یک معلم خوب اشاره کرد که نه تنها نقش بسیاری در «خود کاری» و «خود کنترلی» دانشجو معلم داشته بلکه مسئولیت‌پذیری کارورز را افزایش می‌دهد تا حدی که می‌توان بیان کرد که مهارت‌های دانشجو معلم را تا مرزهای حرفه‌مندی پیش برد.

نتایج بدست آمده از این پژوهش بیانگر اثرگذاری راهکارهای به کار گرفته شده می‌باشد. با توجه به اینکه انسان‌ها از طریق زبان با یکدیگر ارتباط برقرار می‌کنند و برقراری ارتباط یکی از موارد مهمی است که هر معلم برای هرچه بهتر شدن عملکرد خود باید دارا باشد، تلاش شد تا فن بیان تقویت شود که بتوان با دانش‌آموزان ارتباط بهتری برقرار کرد. پس از به‌کارگیری هریک از راهکارهای گفته شده نه تنها توانستم با دانش‌آموزان ارتباط بهتری برقرار کنم، بلکه در ارتباطات روزانه‌ام تغییرات زیادی ایجاد شد. در پایان جلسات تدریس، هریک از دانش‌آموزان، نظرات خود را راجع به تدریس بیان کردند و همگی کاملاً از تغییرات ایجاد شده و فواید این تغییرات آگاهی داشته و یادآور شدند. از طرفی با توجه به اینکه قبلاً در اکثر موارد به دلیل تند صحبت کردن نمی‌توانستم منظور خود را منتقل سازم در پایان به کارگیری این راهکارها تغییرات چشم‌گیری در صحبت کردن من حاصل شد که تمامی دوستان و آشنایان این موضوع را متذکر شدند.

- با توجه به اهمیت فن بیان نه تنها برای تدریس بلکه برای زندگی در اجتماع، علاوه بر راهکارهای ذکر شده به معلمان گرامی و دانشجو معلمان پیشنهاد می‌گردد:
- ۱- به اهمیت تمرینات عملی پیش از حضور سر کلاس، برای بهبود فن بیان توجه داشته باشند.
 - ۲- علاوه بر تمرین خودکار، سعی داشته باشند که مرتباً تمرینات تنفسی انجام دهند، زیرا این مورد کمک می‌کند که واضح تر و رساتر صحبت کنند.
 - ۳- تمرین مربوط به تکرار حروف (صامت و مصوت) پشت سر هم، با باز کردن کامل دهان انجام دهند.
 - ۴- از تکنیک شوخ طبعی برای به وجود آوردن فضایی آرام استفاده کنند.
 - ۵- توجه داشته باشند که فن بیان فقط به پرورش صدا و بیان و کار فنی و فیزیکی ختم نمی‌شود. بیان خوب، با دانش ما از زبان و نیز با آگاهی ما نسبت به آنچه که «بیانش می‌کنیم» ارتباطی تنگاتنگ دارد.

منابع:

۱- بهرام پور، محمد پیام، ۱۳۹۲. رازهای سخنرانی ۲ سخنران بزرگ. دسترسی در ۹۴/۷/۲۰ از وبسایت:

www.bah

rampoor.com

۲- بهرام پور، محمد پیام، ۱۳۹۳. فن بیان، دسترسی در ۱۳۹۴/۷/۲۰ از وبسایت:

www.bahrampoor.com

۳- بهنام فر، رضا، ۱۳۹۲. شیوه‌های آموزش. مجله‌ی آموزشی در علوم پزشکی، ۷، ۶۲۳-۶۲۵

۴- بهنام فر، رضا، ۱۳۹۱. جای خالی آموزش فن بیان در دوره‌های تربیت معلم و دبیری. دسترسی در

۹۱/۷/۱۵ درسایت:

www.kayhannews.ir

۵- تلی اوغلو، جودت، ۱۳۹۳. تمرین‌های کاربردی برای زیبا سخن گفتن، ترجمه رویا پورمناف؛ ۱۳۹۱، تهران: انتشارات نسل نو اندیش.

۶- شیرمرز، رضا، ۱۳۹۰. فن بیان (تمرین‌های عملی). تهران: نشر قطره.

۷- هاشمی، ایرج، ۱۳۸۵. شیوه سخنرانی مؤثر و فن بیان. دسترسی در ۹۴/۷/۲۰ از وب سایت:

www.readbook.ir/3123

۸- هاشمی، ایرج، ۱۳۸۵. شیوه سخنرانی مؤثر و فن بیان. دسترسی در ۹۴/۷/۲۰ از وب سایت:

www.readbook.ir

۹- حسینی، صالحه، ۱۳۹۴. تنفس، عاملی مهم برای یک سخنرانی مناسب. روزنامه دنیای اقتصاد. شماره

۳۵۲۷. تاریخ چاپ: ۱۳۹۴/۰۴/۲۲. دسترسی در ۹۴/۸/۲۴ از وب سایت:

www.donya-e-eghtesad.com/news/898500