



Maîtriser l'art oratoire

S'exprimer de façon efficace de manière à convaincre

DURÉE

1 jour (7 heures)

EFFECTIF

Jusqu'à 12 personnes

TARIF ADHÉRENT

580 € HT

TARIF NON ADHÉRENT

740 € HT

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Développer ses capacités oratoires :
 - Maîtriser les techniques de prise de parole au niveau du corps et de la voix
 - Placer sa voix, maîtriser son souffle et améliorer son volume à l'aide de la respiration diaphragmatique
 - Prendre conscience de l'impact du corps dans un discours
 - Cibler les mots clés, pratiquer la technique de la pyramide afin de clarifier son message
 - Animer un discours à l'aide de l'intonation, le volume et le rythme variés
 - Structurer son discours à l'aide des techniques de média-training, d'introduction et de conclusion efficaces
- Adopter une posture efficace dans les échanges :
 - Prendre conscience de ses points forts et développer le charisme à l'oral
 - Surmonter son trac afin d'utiliser toutes ses capacités à l'aide des techniques de la Programmation neurolinguistique
 - Travailler une posture de leader afin de convaincre et faire adhérer
 - S'affirmer dans ses interventions préparées ou improvisées
 - Gérer son temps de parole et cibler l'objectif SMART de l'intervention à l'oral

PUBLIC VISÉ & PRÉREQUIS

PUBLIC VISÉ

Responsables et collaborateurs animant des réunions, présentant des projets, en communiquant auprès de collaborateurs et/ou clients

PRÉREQUIS

Pas de prérequis particulier.

PROGRAMME DE LA FORMATION

9h30 - 9h45	Introduction et tour de table
9h45 - 13h	Module 1 : Utiliser les techniques de communication Acquérir et pratiquer des techniques de communication et des best practices de l'art oratoire
13h - 14h	Déjeuner
14h - 17h	Module 2 : Développer ses capacités oratoires Pratiquer l'art oratoire afin de développer sa posture et son charisme dans le domaine de la prise de parole en public
17h - 17h30	Conclusion et tour de table

MOYENS PÉDAGOGIQUES & MODALITÉS D'ÉVALUATION

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Théorie et brainstorming sur les 3 axes de communication et les méthodes de gestion du trac
- Exercices d'application collectifs et individuels
- Techniques théâtrales et oratoires
- Séance de questions/réponses

MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Questionnaire préalable à la formation
- Questionnaire d'évaluation et de satisfaction

FORMATEURS & CONTACTS

INTERVENANTS : Olga Bargan

Experte en prise de parole en public

CONTACT FORMATIONS

Frédéric CABAS - Responsable Formations
frederic.cabas@polesmartpower.fr
06 12 25 21 26