

## PRISE DE PAROLE ET CONDUITE EN REUNION

### OBJECTIFS PEDAGOGIQUES :

- Maîtriser les techniques d'expression orale pour s'exprimer clairement et avec aisance,
- Préparer une intervention orale,
- Maîtriser son trac, les techniques de la voix et de la posture.

### METHODES PEDAGOGIQUES :

- Cours théoriques sur vidéo projecteur,
- Vidéos,
- Interactivité permanente entre le formateur et les stagiaires,
- Alternance entre apports théoriques et mises en situations pratiques.

### PUBLIC CONCERNE :

Toute personne amenée à prendre la parole en public.

### PRE-REQUIS :

### MATERIEL :

- Ordinateur et vidéo projecteur,
- Vidéos,
- Livret de fin de stage.

### ENCADREMENT :

- La formation est dispensée par des formateurs expérimentés et possédants plusieurs années d'expérience des formations dans ces domaines.

### EVALUATION :

QCM en fin de formation.

### VALIDATION :

Attestation de formation.

**DUREE** : 2 jours (14 heures)

**DATES** : A définir

**HORAIRES** : A définir

**LIEU** : Sur site, dans nos locaux,  
à distance

**EFFECTIF** : 1 à 10 personnes

**COUT** :

Intra : Nous consulter

# OURAGAN FORMATION

Email: [ac.agier@ouragan-formation.fr](mailto:ac.agier@ouragan-formation.fr)

Tel: 0615245095



***Pour les personnes en situation de handicap merci de prendre préalablement contact avec nous pour définir les modalités de votre participation à cette action de formation.***

## PROGRAMME

### **Se préparer efficacement pour maîtriser son trac en public**

- Déterminer son objectif principal et identifier les messages essentiels.
- Hiérarchiser l'argumentation de son intervention.
- Appliquer en toutes situations la technique de la respiration diaphragmatique.

### **Travailler sa voix et son image**

- Trouver son style et gagner en naturel.
- Identifier les points forts de son image et ceux à améliorer.
- Créer sa boîte à outils du non-verbal : les mains, le regard, le visage, le sourire, l'attitude.
- Jouer de sa voix : intonation, modulation, articulation.
- Jouer avec les silences.

### **Gagner en assurance devant son auditoire**

- S'informer sur son public pour mieux l'aborder.
- Adapter son vocabulaire au public.
- Affirmer sa posture de communicant : maîtriser ses réactions instinctives.
- Remporter l'adhésion de son auditoire.

### **Préparer une intervention en improvisation structurée**

- Maîtriser la durée de son intervention.
- Augmenter son sens de la répartie.
- Se reposer sur du concret : exemples, comparaisons, références.
- Maintenir son intervention captivante.

*Mis à jour le 17 mai 2024*