

CCI

COMMUNICATION

Prise de parole en public

Public

Salariés, Dirigeants bénévoles d'association sportive

Objectifs de la formation

Acquérir une aisance dans la prise de parole en public, communication verbale et non-verbale.

Contenu de la formation

- ❶ Les techniques au service de l'expression orale
 - la force de la voix
 - la respiration
 - le débit de parole
 - la prononciation, l'articulation
 - le rythme et l'intonation
 - la ponctuation à l'oral

- ❷ L'expression corporelle au service de l'expression orale
 - la présence
 - l'allure, la démarche
 - le regard
 - le corps et la gestuelle, les attitudes
 - l'équilibre corporel
 - l'utilisation de l'espace

- ❸ La maîtrise de soi
 - dominer le sentiment de gêne
 - limiter le trac
 - structurer sa pensée
 - gérer les défaillances, les erreurs, les lapsus, les trous de mémoire

④ **Partie pratique (utilisation de la vidéo)**

Cette partie s'appuiera sur des exercices, jeux de rôles et mises en situation pour:

- développer l'assurance nécessaire à une prise de parole fluide
- capter l'attention de son interlocuteur/de son auditoire
- maintenir l'attention de son interlocuteur/de son auditoire
- gérer les interruptions

Durée

2 journées soit 14 heures de formation

Modalités pédagogiques

Les exercices, jeux de rôles et mises en situation seront réalisées à partir d'outils vidéos pour être ensuite visionnés et analysés par le groupe.

Tarif

TC pour le groupe de 6 à 12 personnes.

Calendrier