

CONTENU PEDAGOGIQUE FORMATION :

« SAVOIR COMMUNIQUER EN PUBLIC et
ANIMER UNE REUNION PROFESSIONNELLE »

ORGANISME FORMATEUR : **OCTOPUS EXPRESSION**
19, place du nombre d'or
34000 MONTPELLIER

Organisme de formation N 91 34 08312 34 Qualiopi n° 211206-C2624

Et

Mairie de Montpellier
Maison de la démocratie
Direction Proximité Citoyenneté
16, rue de la république
34000 MONTPELLIER

1° / Intitulé de Formation

« SAVOIR COMMUNIQUER EN PUBLIC »

- Techniques d'expression orale
- Développement de la confiance en soi

« ANIMER UNE REUNION PROFESSIONNELLE »

- Les différentes présentations orales
- Construction et Animation

Date :

de
9h15 à 12h15
13h30 à 16h30

Durée : 12h

Intervenant mis à disposition par l'organisme de formation

Lieu : Salle de formation mise à disposition par l'organisme

Nombre de stagiaires : 8 à 10 personnes

2° / Objectifs de Formation

AMELIORER SA COMMUNICATION VERBALE ET NON VERBALE
GERER LE STRESS LIE A L'EXPRESSION ORALE
OPTIMISER LES PRESENTIONS ORALES LORS DE REUNIONS PROFESSIONNELLES

3 ° / Contenu pédagogique synthétique

1^{er} jour

Articulation et voix

- Exercices d'articulation et de diction
- Travail de placement de la voix et d'écoute

La posture

- Les différentes postures d'expression orale
- Travail de placement de la voix et de l'écoute

La gestion du stress en expression orale

- Exercices de réduction du stress
- Entraînement à la gestion du stress

Confiance en soi et conviction

- Développement de sa présence et de sa confiance en soi
- Détermination de la motivation professionnelle (Utilisation de la PNL)

Simulations de présentation orale

- Jeux de présentations et de valorisations croisées
- Préparation à la présentation individuelle orale
- Préconisation des pistes d'améliorations

2ème jour

Définition des différentes présentations orales

- Le pitch, la conférence
- La conduite et l'animation de réunion
- Le rdv professionnel

Construction des présentations

- Construire et structurer son discours préparé et immédiat
- Rendre le contenu vivant
- Mise en application et simulation

Transmettre une émotion

- Rythmer son discours et le rendre sincère
- Adapter son discours en fonction de ses objectifs de communication
- Développer sa singularité pour améliorer sa force de persuasion
- Travailler devant la caméra, auto-évaluation et pistes d'amélioration de la part du formateur

Evaluation des acquis et bilan

- Retour des participants
- Observation par le formateur durant les mises en situation, analyses et propositions de pistes d'amélioration.

A Montpellier,