

# Ораторское мастерство

Программа будет полезна каждому, кто много общается и часто выступает публично: преподает, консультирует, участвует в переговорах, налаживает отношения с клиентами/покупателями/партнерами, проводит презентации.

Программа поможет вам осознать свои возможности, раскрыть таланты и стать более успешным. Вы научитесь спокойно выступать перед слушателями практически на любую тему, удерживать внимание публики, говорить на хорошем уровне энергетике, активно и грамотно использовать жесты, интонации, сохранять с аудиторией контакт глазами. Ваша речь станет более яркой, интересной, увлекательной, а также содержательной и структурированной, четко передающей главную мысль и побуждающей слушателей к необходимым для вас действиям.

Тренинг ораторского мастерства — это выгодная инвестиция в самого себя, свою карьеру и бизнес.

## Расписание

**Город:** Санкт-Петербург

**Дата:**

- 10 – 11 июня `19
- 17 – 18 сентября `19
- 12 – 13 декабря `20

---

В результате обучения вы:

- повысите результативность проводимых презентаций
  - научитесь структурировано излагать свои мысли, ориентируясь на запрос аудитории
  - познакомитесь с методами управления своим психологическим состоянием
  - сформируете навыки управления своим невербальным поведением (голосом, жестикуляцией, мимикой, положением тела в пространстве)
- 

## Программа семинара

**День 1**

## **Вводная часть**

- Знакомство. Краткий хронометраж дня
- Правила работы на тренинге

## **Эффективная презентация**

- Слагаемые успешной презентации
- Виды презентаций
- Цели презентаций
- Этапы подготовки презентации
- Структура презентации
- Формирование тезисного плана презентации
- Работа с аудиторией: способы вовлечения и удержание внимания аудитории с т.з. содержания презентации (слова-активаторы, речевые предикаты, побуждения, вопросы )
- Отработка структуры и содержания выступления в виде самопрезентации каждого участника тренинга с записью на видеокамеру
- Управление динамикой выступления с помощью мимики, жестикуляции и постановки тела в пространстве
- Контакт с аудиторией во время выступления
- Методы работы с аудиторией во время выступления: включение и активизация

Практикум: Упражнения на закрепление навыков публичных выступлений

## **Методы борьбы со страхами публичных выступлений**

- Способы преодоления физических и эмоциональных зажимов
- Определение эмоциональных состояний перед презентацией и во время неё
- Принятие страхов и работа со страхами
- Поиск причин страхов публичных выступлений
- Алгоритм смены установок, формирование уверенного поведения
- Приемы выхода из «ступора»

Практикум:

- Упражнение на составление тезисного плана выступления
- Отработка инструментов по борьбе с волнением

## **Управление динамикой презентации при помощи голоса**

- Правильное дыхание оратора
- Артикуляция
- Громкость голоса. Развитие громкости голоса

- Расстановка акцентов в речи при помощи громкости голоса в речи
- Борьба со словами и звуками-паразитами
- Развитие и использование тембра голоса
- Изменение эмоционального смысла при помощи понижения или повышения тембра

Практикум:

- Упражнение «Громкость»: отработка правильного управления громкостью голоса
- Упражнение «Тембр»: отработка правильного управления тембром голоса

## **День 2**

### **Управление динамикой презентации при помощи мимики и жестикуляции**

- Мимика и пантомимика в публичном выступлении
- Постановка тела в пространстве
- Отработка открытой, плавной и разнообразной жестикуляции
- Устранение телесных проявлений волнения («переминание», «перебирание», «почёсывание» и др.)

Практикум: Кейс «Развитие жестикуляции», закрепляющий умение правильно держать себя во время выступления

### **Инструменты выразительной речи**

- Управление скоростью
- Использование логичных и алогичных пауз
- Использование «округлений»
- Уверенный режим
- Управленческий режим
- Сердечный режим
- Интимный режим

Практикум: Кейс «Выразительность речи», направленный на овладение комплексом простых и эффективных способов невербального воздействия на слушателей во время презентации

### **Закрепление результатов**

- Подготовка и представление участниками мини-презентаций рабочих проектов с видеозаписью
- Просмотр и анализ презентаций
- «Сбор чемодана» для каждого участника
- Заключительный шеринг

Практикум: «Моя презентация», видеоанализ результатов деловой игры

---

## Стоимость участия

Стоимость участия в семинаре составляет **25400 руб.** с учетом всех налогов.

**В стоимость обучения входит:**

- Комплект авторских материалов
- Кофе-паузы, обеды
- [Сертификат Moscow Business School](#)
- [Удостоверение о повышении квалификации\\*](#)
- [Диплом о профессиональной переподготовке\\*\\*](#)

---

## Преподаватели семинара

- **Зозон Алексей Валерьевич**

Бизнес-тренер, консультант по подготовке ораторов