



KURZ/ŠKOLENIE

Verejné vystúpenia a prezentačné zručnosti

Praktický tréning komunikačných a prezentačných zručností

Charakteristika vzdelávacej aktivity

Kurz je zameraný na rozvoj profesionálnych prezentačných a komunikačných zručností manažérov a vedúcich pracovníkov. Vzdelávacia aktivita prepája teoretické východiská rétoriky, modernej prezentácie a psychológie komunikácie s intenzívnym praktickým tréningom. Účastníci si osvoja zásady budovania prvého dojmu, tvorby zmysluplného obsahu prejavu, práce s publikom, neverbálnej komunikácie a zvládania trémy. Tréning vychádza aj z poznatkov o význame neverbálnej komunikácie podľa psychológa Albert Mehrabian. Súčasťou kurzu je praktický nácvik vystúpenia pred kamerou so spätnou väzbou, analýza silných stránok a odporúčania na individuálne zlepšenie prejavu. Školenie je vedené interaktívnou formou s dôrazom na praktické cvičenia, modelové situácie a individuálnu spätnú väzbu.

Cieľ vzdelávania: Cieľom vzdelávania je rozvíjať schopnosť účastníkov profesionálne vystupovať na verejnosti a efektívne prezentovať myšlienky, vízie a posolstvá organizácie. Po absolvovaní kurzu účastník:

- dokáže si pripraviť verejné vystúpenie na akýkoľvek účel (porada, konferencia, workshop, prezentácia, spoločenské podujatie),
- zdokonalí svoje vystupovanie na verejnosti,
- reprezentuje organizáciu na primeranej profesionálnej úrovni,
- vie upútať pozornosť a zaujať publikum,
- dokáže vytvoriť zmysluplný a štruktúrovaný obsah prejavu,
- vie formulovať jasné a presvedčivé posolstvo,
- zvládne pripraviť pútavú a modernú prezentáciu,
- cielene využíva neverbálnu komunikáciu,
- pozná techniky na zvládnutie stresu a trémy.

Profil absolventa: Absolvent kurzu:

- pripraví profesionálne a obsahovo kvalitné verejné vystúpenie,

Cieľová skupina: manažéri a vedúci pracovníci, riaditelia organizácií a inštitúcií projektív manažéri, hovorcovia a osoby zastupujúce organizáciu na verejnosti

Požadované vstupné vzdelanie:

Minimálne úplné stredné vzdelanie. Kurz nevyžaduje špeciálne odborné predpoklady.

Forma výučby: Interaktívny tréning (prezenčná forma).

Časový rozsah: 2 dni – 16 vyučovacích hodín (rozsah je možné upraviť podľa potrieb účastníkov)

Miesto konania: Priestory školy / objednávateľ a alebo online platforma.

Metódy výučby: odborný výklad, interaktívna diskusia, modelové situácie, praktický nácvik vystúpení, nahrávanie

<ul style="list-style-type: none"> • vedome pracuje s prvým dojmom a osobným imidžom, • využíva zásady efektívnej štruktúry prejavu, • ovláda základy práce s prezentáciou a vizuálnymi pomôckami, • využíva neverbálne prvky komunikácie (postoj, mimika, gestá, hlas), • dokáže zvládnuť stres a trému pred vystúpením, • prijíma a aplikuje spätnú väzbu na zlepšenie svojho prejavu. 	<p>pred kamerou a analýza prejavu, individuálna a skupinová spätná väzba, hlasové a artikulačné cvičenia, dychové a relaxačné techniky</p> <p>Spôsob overenia výsledkov: priebežné praktické vystúpenia počas tréningu, záverečné vystúpenie pred skupinou s aplikáciou získaných poznatkov, spätná väzba lektora a účastníkov.</p>
<p>Ukončenie vzdelávacej aktivity: Vzdelávacia aktivita sa ukončuje absolvovaním školenia v plnom rozsahu.</p> <p>Druh dokladu: Osvedčenie o absolvovaní vzdelávacej aktivity</p>	<p>Maximálna kapacita kurzu: 12 – 15 účastníkov (z dôvodu zachovania intenzívneho tréningového charakteru a individuálnej spätnej väzby).</p> <p>Minimálna kapacita kurzu: 8 účastníkov</p>

TÉMY ŠKOLENIA/KURZU

<p><u>1. Prvý dojem druhýkrát neurobíme</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Čo môžeme na prvom dojme ovplyvniť. • Tri piliere dobrého dojmu – vzhľad, správanie, komunikácia. • Robia šaty človeka? – význam vizuálnej stránky. • Pravidlo „9 sekúnd“ – rozhodovanie publika. • Doplnky – malé detaily s veľkým významom. 	<p><u>2. Obsah vystúpenia</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Ako zaujať publikum od prvých viet. • Dobrý začiatok, ešte lepší koniec. • Praktické pravidlo 3 pri tvorbe prejavu. • Aké je moje poslanstvo? • Čo nesmie chýbať vo vystúpení. • Ako (ne)má vyzerat' dobrá prezentácia. • Prečo hovoriť jednoducho a zrozumiteľne. • Tvrdá príprava & šarmantná improvizácia. • Praktický tréning pred kamerou a spätná väzba.
<p><u>3. Význam neverbálnej komunikácie</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Čo hovoríme, keď nehovoríme. • Postoj tela a stabilita pri vystúpení. • Očný kontakt – kam sa pozerat'. • Mimika a práca s rukami. • Zlozvyky – gestikulačné, rečové a mimorečové. 	<p><u>4. Stres & dobrá nálada</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Aby nám tréma nevzala dych. • Prvá pomoc pri strese pred vystúpením. • Dychové techniky na upokojenie. • Artikulačné a hlasové cvičenia. • Cvičenia na uvoľnenie napätia a podporu

• Význam hlasu – tempo, dynamika, pauzy, intonácia.	pozitívneho naladenia.
---	------------------------

Poznámka k realizácii

Dvojďňový program zahŕňa intenzívny praktický tréning, nahrávanie vystúpení pred kamerou a systematickú spätnú väzbu, ktorá umožňuje účastníkom vidieť vlastný prejav z pohľadu publika a cielene pracovať na jeho zlepšení.

Vzdelávaciu aktivitu (kurz/školenie) schválil :

(dátum a podpis):