

BARREIRO TOASTMASTERS CLUB



FALAR EM PÚBLICO

APRESENTAÇÕES EFICAZES

MAIO, DIAS 8, 9 e 16 - Participantes: Mínimo 6 - Máximo 9

PROGRAMA

- Discursos preparados
- Elaboração de conteúdos
- Estrutura da apresentação
- Postura em palco
- Espaço e âncoras de palco

- Cadência, ritmo, respiração
- Uso da voz e do corpo
- Controlo das emoções
- Gerir o power-point
- Gestão do tempo
- Liderar a audiência

*Direccionado para
profissionais
e empresários
que pretendam
melhorar
a sua capacidade
de falar em público*

Local da formação:

Centro de Empresas
MAQUIJIG

Parque Industrial
das Carrascas - Palmela



Info. / inscrições:

ritasampaio@maquijig.com

212 389 110

ou

Barreiro TM Club:

ruacas@gmail.com

vilhenasoaes@hotmail.com

91-325 40 41 ou

96-650 52 61

SEXTA, dia 8 de Maio - 19h-21.30h

18.30h - Boas-vindas

19.00h - Distribuição dos materiais e apresentação do programa SpeechCraft

19.15h - As várias vertentes sobre falar em público, teoria e demonstração

19.45h - Exercício prático - TableTopics

20.00h - **CoffeeBreak**

20.15h - Apresentações preparadas - *O IceBreaker*

20.45h - Avaliação

21.05h - Como avaliar, método e linguagem própria

21.15h - Apresentação e preparação do módulo seguinte

21.30h - Fecho

SÁBADO, dia 9 de Maio - 9.30h-13.30h

9.00h - Boas-vindas

9.30h - Apresentação do programa do dia

9.40h - Exercício prático - TableTopics

10.00h - Avaliação

10.30h - Apresentações preparadas - *Organizar o Conteúdo*

11.15h - Avaliação

11.30h - **CoffeeBreak**

11.45h - Apresentações preparadas - *Objectivos*

12.30h - Avaliações

13.00h - Como apresentar um orador

13.15h - Apresentação e preparação do módulo seguinte

13.30h - Fecho

SÁBADO, dia 16 de Maio - 9.30h-13.30h

9.00h - Boas-vindas

9.30h - Apresentação do programa do dia

9.40h - Exercício - TableTopics

10.00h - Avaliação

10.30h - Apresentações preparadas - *Linguagem não verbal*

11.15h - Avaliação

11.30h - **CoffeeBreak**

11.45h - Apresentações preparadas - *Uso da voz*

12.30h - Avaliações

13.00h - Entrega dos diplomas dos Toastmasters International

13.15h - Reconhecimento, Celebração e encerramento

Cada
apresentação
é filmada e
enviada ao
participante para
auto-avaliação

2.^a edição

50€

p/participante

Certificação Toastmasters International com validação do percurso
Vantagens na adesão a um clube Toastmasters

Cada participante receberá guia e diploma oficial final

Descrição do programa

O objetivo do programa dos Toastmasters é ajudar as pessoas a superar o receio de falar em público e melhorar competências de comunicação e liderança em formato de workshops. Cada módulo divide-se em três momentos distintos conduzidos pelos coordenadores deste programa, Toastmasters experientes.

1 - Apresentações Preparadas

Esta é a parte do módulo em que os participantes apresentam um dos discursos do primeiro manual, Competent Communication. Cada apresentação ou discurso corresponde a um projecto com uma estrutura e com um objectivo específicos.

O manual do programa é uma ferramenta eficaz no desenvolvimento das suas competências para falar em público, dando-lhe apenas orientações para a preparação e o desempenho em palco, tendo em conta os objectivos de cada projecto.

Cada apresentação terá um tempo que terá de ser respeitado pelo orador.

2 - Discursos de Improviso

No quotidiano de um profissional ou de um empresário poderão ocorrer momentos em que terá de falar de improviso, ora respondendo a questões ou falar de um assunto sem preparação. Este treino é útil não só para situações de trabalho como também noutros contextos. A duração destas apresentações é de 1 a 2 minutos e aprenderá a organizar uma resposta ou um tema num ápice.

3 - Avaliação

Cada participante terá a oportunidade de praticar as suas capacidades de escuta e de avaliação. É nas avaliações que terá hipótese de trabalhar a linguagem e a forma de falar sobre o desempenho de outras pessoas, deixando-as bem-dispostas e encorajadas a melhorar.

Uma avaliação de desempenho efectuada de forma construtiva representa uma motivação extra e um aumento na produtividade.

O que são os Toastmasters...

Fundado em Outubro de 1924 pelo americano Ralph Smedley, os Toastmasters são a maior organização mundial de desenvolvimento de competências de comunicação em público. Funciona através de clubes, que são hoje mais de 16.000, espalhados por mais de 126 países, com um total de cerca de 300 mil membros.

Competências que o programa ajuda a desenvolver

- Ganhar confiança em public speaking
- Desenvolver o uso da linguagem
- Aprender a pensar com rapidez
- Melhorar as capacidades de escuta
- Avaliar eficazmente
- Usar a linguagem verbal
- Melhorar relacionamento interpessoal
- Resolução de problemas
- Enfrentar maiores audiências
- Motivar pessoas
- Vender ideias ou produtos
- Conduzir reuniões de negócios
- Falar de improviso
- Gerir o nervosismo
- Apresentar um orador
- Preparação e prática
- Organização do discurso
- Gerir apresentações com powerpoint
- Usar a variedade vocal
- Trabalhar âncoras de palco
- Uso de ajudas visuais

