

CONFÉRENCES - ÉDUCALI

ABORDER LES ORAUX SÉRÈNEMENT : MAÎTRISER SA COMMUNICATION ET SON STRESS

EN PRÉSENTIEL OU EN VISO

CONFÉRENCE SCOLAIRE

L'oral est une épreuve que tous les collégiens, lycéens et étudiants sont amenés à rencontrer.

S'y préparer rend l'expérience plus attrayante et surtout moins terrifiante.



Je repars avec des outils pour gérer mon stress et bien me préparer pour mon grand oral. Merci

Zoé, Terminale

Les apprentissages de la conférence :

- 👉 Maîtriser sa communication verbale en proposant un contenu percutant et en anticipant les questions.
- 👉 Travailler sur le placement de sa voix, sur sa posture, ses mains, etc.
- 👉 Différencier le bon du mauvais stress et apprendre à gérer le mauvais.
- 👉 Identifier ses peurs et ses croyances pour les remettre à leur juste place et oser prendre la parole.



INFOS PRATIQUES

Pour qui

Les jeunes en premier lieu et les parents qui veulent pouvoir l'accompagner

Durée

1 heure 30 + Q/R

Matériel à fournir

Sonorisation selon la salle

Matériel fourni

Diffusion d'un support avec vidéo projecteur

