



Ensaio ou Preparação Pré Apresentação/Palestra

2h a 4h.

Prepare-se com confiança para sua próxima apresentação/ palestra, com feedbacks em tempo real, refinamento de conteúdo e devolutivas de postura, e encante sua audiência.



Prática de Habilidades de Oratória e Presença de Palco

Revisão das técnicas de linguagem corporal e contato visual

Ajuste do tom de voz, inflexão, pausas e ritmo

Prática de movimentos e posicionamento no palco

Revisão e Ajuste da Apresentação

Revisão da estrutura e conteúdo da apresentação

Verificação do equilíbrio entre texto e elementos visuais

Ajustes finais para garantir clareza e coesão

Plano de Ação para o Dia da Apresentação

Revisão das técnicas de gerenciamento de ansiedade e nervosismo

Preparação mental e visualização do sucesso

Estabelecimento de um plano de ação para o dia da apresentação, incluindo horários e logística

Ensaio da Apresentação

Simulação da apresentação em tempo real

Cronometragem da apresentação para garantir o cumprimento do tempo previsto

Verificação da fluidez e coesão entre os tópicos abordados

Feedback e Ajustes

Feedback construtivo dos instrutores e/ou colegas

Identificação de áreas de melhoria e ajustes necessários

Discussão de estratégias para lidar com perguntas e objeções do público