



Co-funded by the
European Union



BIBLIOTECA COMPETENȚELOR DE FORMARE EMERGENTE

INSTRUMENTUL 5: DISCURS DE PREZENTARE



WWW.EMERGINGSKILLS.EU



CE ESTE ACESTA

Biblioteca Competențelor de Formare Emergentă servește ca un depozit digital dinamic și actualizat continuu de materiale de formare adaptate la diverse contexte, asigurând relevanța pentru nevoile și provocările care mereu evoluează. Aceasta integrează resurse educaționale, rezultate ale proiectelor, conținut, elemente vizuale, media audiovizuale și materiale de învățare suplimentare pentru a sprijini învățarea continuă și dezvoltarea profesională în domeniul ocupării forței de muncă în rândul tinerilor și în domenii conexe.

Această bibliotecă este îmbogățită cu rezultate din alte inițiative complementare și include o secțiune dedicată instrumentelor digitale esențiale pentru ocuparea forței de muncă, aducând beneficii atât lucrătorilor de tineret, cât și tinerilor care doresc să își îmbunătățească competențele.



Attribution-NonCommercial-ShareAlike
4.0 International (CC BY-NC-SA 4.0)



Co-funded by the
European Union

**Parteneriatul de cooperare EMERGING
ADVANCED SKILLS YOUTH ERASMUS+
YOUTH**, coordonat de Maison de l'Europe des
Landes (Franța) în colaborare cu parteneri din
Austria, Slovenia, Grecia, România și Lituania,
este licențiat sub CC BY-NC-SA 4.0

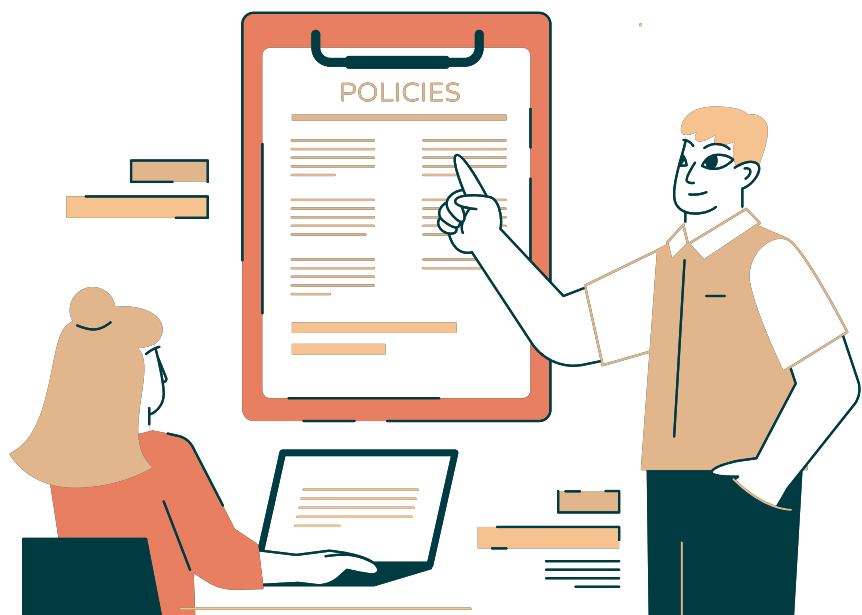
Sprijinul acordat de Comisia Europeană pentru producerea
acestei publicații nu constituie o aprobare a conținutului,
care reflectă doar opiniile autorilor, iar Comisia nu poate fi
trasă la răspundere pentru nicio utilizare care ar putea fi
făcută din informațiile conținute în acesta.

DISCURS DE PREZENTARE

Imaginează-ți că întâlnești pe cineva care ți-ar putea schimba cariera în doar 30 de secunde - cum te-ai prezenta?

Discursul tău de prezentare este șansa ta de a face o impresie de durată, de a-ți etala punctele forte și de a stârni interesul. Indiferent dacă ești la un interviu de angajare, la un eveniment de networking sau prezinți o idee, o prezentare puternică și structurată poate deschide uși. Hai să-l creăm pe al tău astăzi!





💡 De ce este important un discurs puternic?

- Faci o impresie de durată la interviurile de angajare, evenimentele de networking și întâlnirile profesionale!
- Îți prezintă rapid experiența, abilitățile și obiectivele.
- Consolidează încrederea în vorbitul în public și comunicarea.

🧠 Provocări comune cu care se confruntă tinerii:

- ✓ Au dificultăți în a se prezenta profesional.
- ✓ Îți este greu să rezumi concis punctele forte cheie.
- ✓ Senzație de anxietate atunci când vorbești în fața altora.
- ✓ Necunoașterea modului de a-și adapta discursul la diferite audiențe.

🔍 Cum ajută acest modul:

- Predă o abordare structurată pentru discursul de prezentare
- Oferă exerciții practice pentru a-și dezvolta încrederea.
- Ajută la crearea unui discurs scurt, cu impact și captivant.



Pasul 1: Folosește acest format de șablon pentru prezentarea ta de prezentare:

-  Nume și rol actual → Prezintă-te.
-  Valori adăugate cheie → Evidențiază abilitățile și experiența relevante.
-  Scop → Distribuie ceea ce cauți.
-  Conexiune → Relaționează-ți obiectivul cu publicul tău.

 **Exemplu:** Salut, sunt Alex, student la marketing pasionat de branding digital. În ultimul meu stagiu de practică, am contribuit la creșterea implicării pe Instagram cu 20% prin campanii direcționate. Acum caut oportunități de a-mi aplica abilitățile în dezvoltarea rețelelor sociale și de a mă conecta cu echipe de marketing inovatoare!

 **Sfat:** O prezentare excelentă nu înseamnă să spui totul, ci să spui lucrurile corecte!

 **Exercițiu:** Scrie-ți propria prezentare de prezentare folosind șablonul de mai sus.



Pasul 2: Rafinează și îmbunătățește-ți prezentarea - Îmbunătățește-ți prezentarea cu aceste tehnici de exersare

 **Înregistrează-te** → Analizează-ți modul de exprimare, vocea și claritatea.

 **Exercițiu cu oglinda** → Urmărește-ți limbajul corpului și expresiile faciale.

 **Feedback de la alții** → Încearcă-ți prezentarea cu un mentor sau un prieten și rafinează-o pe baza sugestiilor lor.

 **Exercițiu: Prezintă-ți prezentarea de 3 ori și rafinează-o de fiecare dată.**



✓ Checklist și pașii următori

- Mi-am identificat mesajul principal – ideea cheie pe care vreau să o țină minte publicul meu.
- Am inclus o scurtă poveste sau un exemplu pentru a fi captivant (opțional, dar util).
- Am un final puternic, cu un îndemn la acțiune sau o replică de încheiere memorabilă.
- Am păstrat conținutul concis și în limita de timp.
- Mi-am repetat prezentarea de mai multe ori și am lucrat la voce și postură.
- Mă simt pregătit să răspund la întrebări sau feedback de bază după prezentare.
- Am strategii pentru a-mi gestiona nervozitatea (respirație, concentrare asupra fețelor prietenoase din public etc.)
- Am luat în considerare interesele publicului meu și mi-am adaptat conținutul în consecință.
- Prezentarea mea are un punct de atracție clar la început pentru a atrage atenția.

CONTACTEAZĂ-NE



www.emergingskills.eu

iasis

IB Institutul
Bucovina

WIPSEE

ACCELERAS

EPeKa

TAVOEUROPA



Co-funded by the
European Union

Sprijinul acordat de Comisia Europeană pentru producerea acestei publicații nu constituie o aprobare a conținutului, care reflectă doar opiniile autorilor, iar Comisia nu poate fi trasă la răspundere pentru nicio utilizare care ar putea fi făcută din informațiile conținute în acesta.