



## Trening medialny – warsztaty kamerowe z Maciejem Orłosiem

Numer usługi 2025/03/06/10940/2602997

2 644,50 PLN brutto

2 150,00 PLN netto

293,83 PLN brutto/h

238,89 PLN netto/h

Ernst & Young  
spółka z  
ograniczoną  
odpowiedzialnością  
Academy of  
Business sp. k.



📍 Warszawa / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 9 h

📅 25.06.2025 do 25.06.2025

## Informacje podstawowe

<b>Kategoria</b>	Biznes / Organizacja
<b>Sposób dofinansowania</b>	wsparcie dla osób indywidualnych wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
<b>Grupa docelowa usługi</b>	Warsztaty kiejemy do: <ul style="list-style-type: none"><li>osób publicznych, menedżerów, rzeczników prasowych, osób z obszaru PR, marketingu, urzędników państwowych, których praca wiąże się z reprezentowaniem organizacji w mediach, w tym social mediach</li><li>tych, którzy chcieliby poznać zasady świadomego kreowania wizerunku swojego/swojej organizacji</li><li>tych, którzy wierzą, że stworzenie odpowiedniego wizerunku ma znaczący wpływ na zwiększenie efektywności wykonywanej przez nich pracy.</li></ul>
<b>Minimalna liczba uczestników</b>	4
<b>Maksymalna liczba uczestników</b>	12
<b>Data zakończenia rekrutacji</b>	24-06-2025
<b>Forma prowadzenia usługi</b>	stacjonarna
<b>Liczba godzin usługi</b>	9
<b>Podstawa uzyskania wpisu do BUR</b>	Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

# Cel

## Cel edukacyjny

Szkolenie "Trening medialny – warsztaty kamerowe z Maciejem Orłosiem" przygotowuje uczestnika do świadomego kreowania wizerunku swojego oraz swojej organizacji, a także do prowadzenia rozmów z mediami, poprzez naukę komunikacji niewerbalnej, zachowań przed kamerą oraz rozpoznawanie manipulacji i sposobów obrony przed nią.

## Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik posługuje się wiedzą w zakresie zasad dotyczących występów przed kamerą	<ul style="list-style-type: none"><li>• definiuje preferowane zachowania przed kamerą</li><li>• omawia formy wypowiedzi eksperckiej, która jest podstawą skutecznej wypowiedzi medialnej</li><li>• charakteryzuje dostępne środki wyrazu</li></ul>	Wywiad swobodny  Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik świadomie kreuje swój wizerunek oraz wizerunek swojej organizacji z wykorzystaniem występów publicznych	<ul style="list-style-type: none"><li>• prowadzi wystąpienia zgodnie z zasadami występów przed kamerą</li><li>• dopasowuje używane środki wyrazu do konkretnego zadania</li><li>• buduje zawodowy wizerunek w mediach</li><li>• projektuje wystąpienia publiczne</li><li>• analizuje i ocenia wystąpienia publiczne oraz wyciąga z nich wnioski na przyszłość</li></ul>	Wywiad swobodny  Obserwacja w warunkach symulowanych

# Kwalifikacje

## Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

### Warunki uznania kompetencji

**Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?**

Dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się.

**Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?**

Dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji.

**Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?**

Dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji.

# Program

## PROGRAM

### 1. Wprowadzenie do tematu – trochę teorii

- Samoświadomość w biznesie – czyli umiejętność spojrzenia na elementy swojego wizerunku, komunikacji niewerbalnej i przesłania z perspektywy widza, słuchacza, odbiorcy mediów elektronicznych
- Świadome dopasowywanie używanych środków wyrazu do konkretnego zadania i tym samym zwiększanie skuteczności perswazyjnej przekazu
- Najważniejsze aspekty skutecznych prezentacji i wystąpień biznesowych

### 2. Komunikacja niewerbalna

- Ćwiczenia z zakresu kontroli gestów, aury emocjonalnej, kontaktu wzrokowego i ruchu scenicznego,
- Aura emocjonalna – dlaczego należy mieć uśmiech w oczach i jak się uśmiechać, gdy nie masz na to ochoty?
- Kontakt wzrokowy w wystąpieniach medialnych i online
- Ruch przed kamerą – ogólne zasady, gestykulacja w TV/ruch przed kamerą TV/online
- Jesteś wizytówką Twojej firmy – oceniaj książkę po okładce
- Kadr, światło, tło – czyli profesjonalizm online
- Jak się ubrać, jakich błędów unikać?
- Spójność wizerunku z rolą społeczną
- Dźwięk w wystąpieniach publicznych
- Przykłady ćwiczeń oraz rozgrzewka aparatu mowy
- Tempo oraz rytm – zmiana biegów
- Mikrofon – bezprzewodowy vs. nagłowny/krawatowy

### 3. Komunikacja werbalna

- Zasada wycieraczek samochodowych – „informacja-ilustracja”
- Jak ilustrować wypowiedzi
- Opowiadanie historii: analogia, efekt zaskoczenia, rekwizyt, interakcja, imponujące dane, cytat, przysłowia, słowa piosenki, dialog z filmu, fragment wiersza jako sposoby na ilustrowanie i uatrakcyjnianie wypowiedzi
- Krótka forma – dlaczego jest trudna
- Warsztat profesjonalisty
- Autentyczność – key word
- Start with why – zacznij od dlaczego, jaka jest wartość dodana twojej prezentacji

### 4. Ćwiczenia praktyczne – wystąpienia i autoprezentacja

- Wystąpienie biznesowe – „kilka słów” o sobie i swojej firmie, prezentacja oferty
- Współpraca z dziennikarzami, o czym pamiętać, co warto wiedzieć

### 5. Praca przed kamerą – warsztaty

- Setka – co to jest i jak ją wypracować?
- Rozmowa z dziennikarzem – dlaczego należy pójść z własnym celem?
- Teleprompter – używać czy nie używać?
- Kamery są wszędzie

### 6. Podsumowanie

#### Czas trwania szkolenia:

Szkolenie trwa **9 godzin dydaktycznych** (tj. 45 minut). Podana ilość godzin szkolenia nie zawiera czasu przerw.

#### Walidacja:

W trakcie szkolenia przeprowadzana będzie walidacja w formie wywiadu swobodnego oraz obserwacji w warunkach symulowanych.

Osoba walidująca, waliduje usługę w formie zdalnej, po jej zakończeniu, w oparciu o checklistę od trenera prowadzącego usługę, a następnie potwierdza osiągnięcie efektów kształcenia swoim podpisem na zaświadczeniu o zakończeniu udziału w usłudze rozwojowej.

W harmonogramie szkolenia, został wskazany przybliżony czas przeprowadzenia walidacji usługi rozwojowej.

# Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 9

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 9</b> Wprowadzenie do tematu – trochę teorii; Komunikacja niewerbalna	Maciej Orłoś	25-06-2025	09:00	10:00	01:00
<b>2 z 9</b> Komunikacja werbalna	Maciej Orłoś	25-06-2025	10:00	11:00	01:00
<b>3 z 9</b> Przerwa	Maciej Orłoś	25-06-2025	11:00	11:15	00:15
<b>4 z 9</b> Ćwiczenia praktyczne – wystąpienia i autoprezentacja	Maciej Orłoś	25-06-2025	11:15	13:00	01:45
<b>5 z 9</b> Przerwa	Maciej Orłoś	25-06-2025	13:00	14:00	01:00
<b>6 z 9</b> Praca przed kamerą – warsztaty	Maciej Orłoś	25-06-2025	14:00	15:00	01:00
<b>7 z 9</b> Przerwa	Maciej Orłoś	25-06-2025	15:00	15:15	00:15
<b>8 z 9</b> Podsumowanie	Maciej Orłoś	25-06-2025	15:15	17:00	01:45
<b>9 z 9</b> Walidacja usługi	-	25-06-2025	17:00	17:45	00:45

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 644,50 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 150,00 PLN

---

**Koszt osobogodziny brutto**

293,83 PLN

---

**Koszt osobogodziny netto**

238,89 PLN

---

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### Maciej Orłoś

Jest jednym z najbardziej popularnych prezenterów telewizyjnych w Polsce. Laureat dwóch Telekamer i czterech Wiktorów, w tym Super Wiktora.

Autor książki „Sztuka występów publicznych”, poświęconej autoprezentacji i wystąpieniom.

Stale współpracuje z EY Academy of Business, prowadząc trening medialny w formie warsztatów kamerowych.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik otrzyma komplet materiałów szkoleniowych w formie skryptu.

### Informacje dodatkowe

Harmonogram godzinowy szkolenia każdorazowo dostosowywany jest do danej grupy szkoleniowej.

Godziny realizacji poszczególnych modułów szkolenia mogą ulec zmianie.

## Adres

al. Armii Ludowej 26

00-609 Warszawa

woj. mazowieckie

### Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Laboratorium komputerowe
- W budynku znajduje się: parking dla rowerów, poczta, restauracja, firma kurierska, kiosk.

# Kontakt



**Zuzanna Stępień**

**E-mail** [zuzanna.stepien@pl.ey.com](mailto:zuzanna.stepien@pl.ey.com)

**Telefon** (+48) 510 201 314