

## Esiintymisvalmennus <sup>[1]</sup>

# Esiintymisvalmennus

Tervetuloa TEKin esiintymisvalmennukseen! Tämä on itsenäisesti suoritettava valmennuskokonaisuus ja se on tarkoitettu kaikille TEKin täys- ja opiskelijajäsenille, jotka haluavat parantaa esiintymistaitojaan.

## ESIINTYMISVALMENNUS

TEK tarjoaa sinulle itsenäisesti suoritettavan esiintymisvalmennuskokonaisuuden. Valmennuskokonaisuus on tarkoitettu **kaikille TEKin jäsenille**, jotka haluavat parantaa esiintymistaitojaan. Hio esiintymistaitojasi videovalmennuksen avulla – juuri silloin kun sinulle sopii!

Voit käyttää videoiden katsomiseen tarvitsemasi ajan, katsoa kaikki kerralla tai vaikka yhden joka päivä. Kun seuraat videoita, kannattaa tehdä muistiinpanoja; videoista, tehtävistä ja omista oivalluksista. Näin ne pysyvät tallessa. Kunkin teeman yhteydessä on yhteenveto ja muutama tehtävä, tee myös ne! Videot ovat käytössäsi toistaiseksi.

### Valmennuksen jälkeen tiedät

- mitä tehdä jännityksen kanssa
- miten olla esiintymistilanteessa
- miten koostat hyvät diat
- miten saat rakennettua innostavan esityksen
- kuinka aktivoit yleisöä
- miten sinusta voisi tulla vielä parempi esiintyjä

Kouluttajana toimii vuorovaikutus- ja esiintymisvalmentaja **Marianne Hemminki**. Alla olevalla videolla Marianne kertoo tarkemmin, mistä on kyse.

Lisätietoja valmennuskokonaisuudesta antaa TEKissä uravalmentaja Arja Lindfors, [arja.lindfors@tek.fi](mailto:arja.lindfors@tek.fi) <sup>[2]</sup>.

## ESIINTYMISVALMENNUS

Kirjaudu valmennussivulle [3]

---

**Source URL:** <https://www.tek.fi/fi/palvelut/urapalvelut/verkkovalmennukset-ura/esiintymisvalmennus>

**Links**

[1] <https://www.tek.fi/fi/palvelut/urapalvelut/verkkovalmennukset-ura/esiintymisvalmennus>

[2] <mailto:arja.lindfors@tek.fi>

[3] <https://oma.tek.fi/web/login?redirect=http%3A%2F%2Foma.tek.fi%2Fpage%2Fesiintymisvalmennus>