



Gdańska Akademia
Umiejętności
Menedżerskich
Joseph Wera

★★★★★ 4,8 / 5

505 ocen

Akademia Mówców - kurs

Numer usługi 2025/11/10/10976/3138533

📍 Sopot / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 80 h

📅 17.01.2026 do 31.05.2026

7 250,00 PLN brutto

7 250,00 PLN netto

90,63 PLN brutto/h

90,63 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Biznes / Negocjacje
Grupa docelowa usługi	• Osób prowadzących prezentacje biznesowe w firmie i poza nią • Trenerów biznesu, którzy chcą rozwinąć swój warsztat mówczy • Osób, dla których wystąpienia publiczne wiążą się z dużym wysiłkiem i stresem • Osób występujących na konferencjach • Osób chcących budować swój profesjonalny wizerunek i markę osobistą
Minimalna liczba uczestników	5
Maksymalna liczba uczestników	20
Data zakończenia rekrutacji	16-01-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	80
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usług Szkoleniowo-Rozwojowych SUS 3.0

Cel

Cel edukacyjny

Usługa Akademia Mówców ma na celu rozwój kluczowych umiejętności skutecznego przemawiania poprzez opanowanie technik budowania autorytetu, tworzenia angażujących treści, pracy głosem i mową ciała, a także radzenia sobie w trudnych sytuacjach scenicznych i online.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Posługuje się wiedzą dotyczącą przemawiania w trakcie prezentacji i występów	Planuje strukturę przemówienia z uwzględnieniem celu, grupy odbiorców i kontekstu.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Definiuje kluczowe pojęcia związane z emisją głosu, mową ciała i strukturą przemówienia.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Charakteryzuje elementy skutecznego rozpoczęcia i zakończenia wystąpienia.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Posługuje się umiejętnościami dotyczącymi przemawiania w trakcie prezentacji i występów	Organizuje przestrzeń prezentacyjną oraz dobiera odpowiednie środki i narzędzia wspomagające wystąpienie (np. prezentacje, rekwizyty).	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Planuje przebieg wystąpienia, uwzględniając cel, odbiorców oraz czas wypowiedzi.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Kontroluje tempo mówienia, dykcję i modulację głosu w czasie wystąpienia.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

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

TAK

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

TAK

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

TAK

Program

Akademia Mówców

będą używane metody typu: praca indywidualna, case study, warsztat, praca w grupach, scenki

szkolenie jest realizowane metodami aktywizującymi uczestników

szkolenie jest realizowane w godzinach zegarowych

przerwy wliczają się w czas usługi

usługa jest stacjonarna

każdy uczestnik ma swoje miejsce siedzące

Program:

Zakres tematyczny kursu Akademia Mówców

1. Podstawy wystąpień publicznych

- Wzbudzenie sympatii i zbudowanie autorytetu
- Podstawowe techniki rozpoczęcia i zakończenia wystąpienia
- Znaczenie struktury i podstawowa struktura wystąpienia
- Zasady doboru i tworzenia treści
- Podstawowe techniki retoryczne
- Emisja głosu i mowa ciała w wystąpieniach tworzenia elevator pitch oraz zbierania referencji

1. Zaawansowane techniki skutecznych mówców

- Zaawansowane techniki rozpoczęcia i zakończenia wystąpienia
- Zaawansowane techniki retoryczne
- Zaawansowana mowa ciała i emisja głosu
- Sposoby utrzymania uwagi publiczności
- Zastosowanie mowy zagadkowej w przemawianiu
- Wykorzystanie rekwizytów podczas wystąpienia
- Wykorzystanie pomocy wizualnych (tablica, flipchart, prezentacje)

1. Historia jako element wystąpień publicznych

- Znaczenie i siła historii
- Zasady tworzenia interesującej opowieści
- Techniki oddziaływania na wyobraźnię słuchacza
- Perswazyjne opowiadanie historii
- Przełożenie opowiadania historii na biznes
- Wykorzystanie technik storytellingowych do wystąpień sprzedażowych i perswazyjnych

1. Trudne sytuacje na scenie

- Techniki okiełznania stresu
- Zasady prowadzenia dyskusji i interakcji z publicznością
- Praca z „trudną” publicznością
- Techniki improwizacji i ich znaczenie podczas wystąpień

1. Wystąpienia online

- Wystąpienia online: sprzęt, podstawowe techniki i interakcje

1. Walidacja usługi

- Mierzenie skuteczności wystąpienia publicznego.
- Analiza skuteczności strategii i technik zastosowanych w trakcie wystąpienia.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 90

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 90 Podstawy wystąpień publicznych cz.1	Arkadiusz Naruk	17-01-2026	09:00	10:30	01:30
2 z 90 przerwa	Arkadiusz Naruk	17-01-2026	10:30	10:45	00:15
3 z 90 Podstawy wystąpień publicznych cz.2	Arkadiusz Naruk	17-01-2026	10:45	12:15	01:30
4 z 90 przerwa	Arkadiusz Naruk	17-01-2026	12:15	12:30	00:15
5 z 90 Podstawy wystąpień publicznych cz.3	Arkadiusz Naruk	17-01-2026	12:30	14:00	01:30
6 z 90 przerwa	Arkadiusz Naruk	17-01-2026	14:00	14:15	00:15
7 z 90 Podstawy wystąpień publicznych cz.4	Arkadiusz Naruk	17-01-2026	14:15	16:00	01:45
8 z 90 przerwa	Arkadiusz Naruk	17-01-2026	16:00	16:15	00:15
9 z 90 Podstawy wystąpień publicznych cz.5	Arkadiusz Naruk	17-01-2026	16:15	17:00	00:45
10 z 90 Podstawy wystąpień publicznych cz.6	Arkadiusz Naruk	18-01-2026	09:00	10:30	01:30
11 z 90 przerwa	Arkadiusz Naruk	18-01-2026	10:30	10:45	00:15
12 z 90 Podstawy wystąpień publicznych cz.7	Arkadiusz Naruk	18-01-2026	10:45	12:15	01:30
13 z 90 przerwa	Arkadiusz Naruk	18-01-2026	12:15	12:30	00:15
14 z 90 Podstawy wystąpień publicznych cz.8	Arkadiusz Naruk	18-01-2026	12:30	14:00	01:30
15 z 90 przerwa	Arkadiusz Naruk	18-01-2026	14:00	14:15	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
16 z 90 Podstawy wystąpień publicznych cz.9	Arkadiusz Naruk	18-01-2026	14:15	16:00	01:45
17 z 90 przerwa	Arkadiusz Naruk	18-01-2026	16:00	16:15	00:15
18 z 90 Podstawy wystąpień publicznych cz.10	Arkadiusz Naruk	18-01-2026	16:15	17:00	00:45
19 z 90 Zaawansowane techniki skutecznych mówców cz.1	Mateusz Ostaszewski	21-02-2026	09:00	10:30	01:30
20 z 90 przerwa	Mateusz Ostaszewski	21-02-2026	10:30	10:45	00:15
21 z 90 Zaawansowane techniki skutecznych mówców cz.2	Mateusz Ostaszewski	21-02-2026	10:45	12:15	01:30
22 z 90 przerwa	Mateusz Ostaszewski	21-02-2026	12:15	12:30	00:15
23 z 90 Zaawansowane techniki skutecznych mówców cz.3	Mateusz Ostaszewski	21-02-2026	12:30	14:00	01:30
24 z 90 przerwa	Mateusz Ostaszewski	21-02-2026	14:00	14:15	00:15
25 z 90 Zaawansowane techniki skutecznych mówców cz.4	Mateusz Ostaszewski	21-02-2026	14:15	16:00	01:45
26 z 90 przerwa	Mateusz Ostaszewski	21-02-2026	16:00	16:15	00:15
27 z 90 Zaawansowane techniki skutecznych mówców cz.5	Mateusz Ostaszewski	21-02-2026	16:15	17:00	00:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
28 z 90 Zaawansowane techniki skutecznych mówców cz.6	Mateusz Ostaszewski	22-02-2026	09:00	10:30	01:30
29 z 90 przerwa	Mateusz Ostaszewski	22-02-2026	10:30	10:45	00:15
30 z 90 Zaawansowane techniki skutecznych mówców cz.7	Mateusz Ostaszewski	22-02-2026	10:45	12:15	01:30
31 z 90 przerwa	Mateusz Ostaszewski	22-02-2026	12:15	12:30	00:15
32 z 90 Zaawansowane techniki skutecznych mówców cz.8	Mateusz Ostaszewski	22-02-2026	12:30	14:00	01:30
33 z 90 przerwa	Mateusz Ostaszewski	22-02-2026	14:00	14:15	00:15
34 z 90 Zaawansowane techniki skutecznych mówców cz.9	Mateusz Ostaszewski	22-02-2026	14:15	16:00	01:45
35 z 90 przerwa	Mateusz Ostaszewski	22-02-2026	16:00	16:15	00:15
36 z 90 Zaawansowane techniki skutecznych mówców cz.10	Mateusz Ostaszewski	22-02-2026	16:15	17:00	00:45
37 z 90 Trudne sytuacje na scenie cz. 1	Arkadiusz Naruk	28-03-2026	09:00	10:30	01:30
38 z 90 przerwa	Arkadiusz Naruk	28-03-2026	10:30	10:45	00:15
39 z 90 Trudne sytuacje na scenie cz.2	Arkadiusz Naruk	28-03-2026	10:45	12:15	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
40 z 90 przerwa	Arkadiusz Naruk	28-03-2026	12:15	12:30	00:15
41 z 90 Trudne sytuacje na scenie cz.3	Arkadiusz Naruk	28-03-2026	12:30	14:00	01:30
42 z 90 przerwa	Arkadiusz Naruk	28-03-2026	14:00	14:15	00:15
43 z 90 Trudne sytuacje na scenie cz.4	Arkadiusz Naruk	28-03-2026	14:15	16:00	01:45
44 z 90 przerwa	Arkadiusz Naruk	28-03-2026	16:00	16:15	00:15
45 z 90 Trudne sytuacje na scenie cz.5	Arkadiusz Naruk	28-03-2026	16:15	17:00	00:45
46 z 90 Trudne sytuacje na scenie cz.6	Arkadiusz Naruk	29-03-2026	09:00	10:30	01:30
47 z 90 przerwa	Arkadiusz Naruk	29-03-2026	10:30	10:45	00:15
48 z 90 Trudne sytuacje na scenie cz.7	Arkadiusz Naruk	29-03-2026	10:45	12:15	01:30
49 z 90 przerwa	Arkadiusz Naruk	29-03-2026	12:15	12:30	00:15
50 z 90 Trudne sytuacje na scenie cz.8	Arkadiusz Naruk	29-03-2026	12:30	14:00	01:30
51 z 90 przerwa	Arkadiusz Naruk	29-03-2026	14:00	14:15	00:15
52 z 90 Trudne sytuacje na scenie cz.9	Arkadiusz Naruk	29-03-2026	14:15	16:00	01:45
53 z 90 przerwa	Arkadiusz Naruk	29-03-2026	16:00	16:15	00:15
54 z 90 Trudne sytuacje na scenie cz.10	Arkadiusz Naruk	29-03-2026	16:15	17:00	00:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
55 z 90 Historia jako element wystąpień publicznych cz.1	Mateusz Ostaszewski	25-04-2026	09:00	10:30	01:30
56 z 90 przerwa	Mateusz Ostaszewski	25-04-2026	10:30	10:45	00:15
57 z 90 Historia jako element wystąpień publicznych cz.2	Mateusz Ostaszewski	25-04-2026	10:45	12:15	01:30
58 z 90 przerwa	Mateusz Ostaszewski	25-04-2026	12:15	12:30	00:15
59 z 90 Historia jako element wystąpień publicznych cz.3	Mateusz Ostaszewski	25-04-2026	12:30	14:00	01:30
60 z 90 przerwa	Mateusz Ostaszewski	25-04-2026	14:00	14:15	00:15
61 z 90 Historia jako element wystąpień publicznych cz.4	Mateusz Ostaszewski	25-04-2026	14:15	16:00	01:45
62 z 90 przerwa	Mateusz Ostaszewski	25-04-2026	16:00	16:15	00:15
63 z 90 Historia jako element wystąpień publicznych cz.5	Mateusz Ostaszewski	25-04-2026	16:15	17:00	00:45
64 z 90 Historia jako element wystąpień publicznych cz.6	Mateusz Ostaszewski	26-04-2026	09:00	10:30	01:30
65 z 90 przerwa	Mateusz Ostaszewski	26-04-2026	10:30	10:45	00:15
66 z 90 Historia jako element wystąpień publicznych cz.7	Mateusz Ostaszewski	26-04-2026	10:45	12:15	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
67 z 90 przerwa	Mateusz Ostaszewski	26-04-2026	12:15	12:30	00:15
68 z 90 Historia jako element wystąpień publicznych cz.8	Mateusz Ostaszewski	26-04-2026	12:30	14:00	01:30
69 z 90 przerwa	Mateusz Ostaszewski	26-04-2026	14:00	14:15	00:15
70 z 90 Historia jako element wystąpień publicznych cz.9	Mateusz Ostaszewski	26-04-2026	14:15	16:00	01:45
71 z 90 przerwa	Mateusz Ostaszewski	26-04-2026	16:00	16:15	00:15
72 z 90 Historia jako element wystąpień publicznych cz.10	Mateusz Ostaszewski	26-04-2026	16:15	17:00	00:45
73 z 90 Intensywna praktyka i elementy dodatkowe cz.1	Mateusz Ostaszewski	30-05-2026	09:00	10:30	01:30
74 z 90 przerwa	Mateusz Ostaszewski	30-05-2026	10:30	10:45	00:15
75 z 90 Intensywna praktyka i elementy dodatkowe cz.2	Mateusz Ostaszewski	30-05-2026	10:45	12:15	01:30
76 z 90 przerwa	Mateusz Ostaszewski	30-05-2026	12:15	12:30	00:15
77 z 90 Intensywna praktyka i elementy dodatkowe cz.3	Mateusz Ostaszewski	30-05-2026	12:30	14:00	01:30
78 z 90 przerwa	Mateusz Ostaszewski	30-05-2026	14:00	14:15	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
79 z 90 Intensywna praktyka i elementy dodatkowe cz.4	Mateusz Ostaszewski	30-05-2026	14:15	16:00	01:45
80 z 90 przerwa	Mateusz Ostaszewski	30-05-2026	16:00	16:15	00:15
81 z 90 Intensywna praktyka i elementy dodatkowe cz.5	Mateusz Ostaszewski	30-05-2026	16:15	17:00	00:45
82 z 90 Intensywna praktyka i elementy dodatkowe cz.6	Arkadiusz Naruk	31-05-2026	09:00	10:30	01:30
83 z 90 przerwa	Arkadiusz Naruk	31-05-2026	10:30	10:45	00:15
84 z 90 Intensywna praktyka i elementy dodatkowe cz.7	Arkadiusz Naruk	31-05-2026	10:45	12:15	01:30
85 z 90 przerwa	Arkadiusz Naruk	31-05-2026	12:15	12:30	00:15
86 z 90 Intensywna praktyka i elementy dodatkowe cz.8	Arkadiusz Naruk	31-05-2026	12:30	14:00	01:30
87 z 90 przerwa	Arkadiusz Naruk	31-05-2026	14:00	14:15	00:15
88 z 90 Walidacja - prezentacje uczestników	-	31-05-2026	14:15	16:00	01:45
89 z 90 przerwa	-	31-05-2026	16:00	16:15	00:15
90 z 90 Walidacja - prezentacje uczestników	-	31-05-2026	16:15	17:00	00:45

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	7 250,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	7 250,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	90,63 PLN
Koszt osobogodziny netto	90,63 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

Arkadiusz Naruk

Certyfikowany trener biznesu, wystąpień publicznych i komunikacji.

Doświadczenia zdobywa od 7 lat jako mówca i trener biznesu. Laureat półfinału mistrzostw Polski w przemawianiu, twórca programu Młodzi Mówcy oraz Akademia Mówców.

Specjalizuje się w szkoleniach biznesowych (wystąpienia, komunikacja interpersonalna, komunikacja marketingowa) oraz osobistych (zarządzanie czasem i efektywność).

Posiada certyfikat trenerski II stopnia Certified International Professional Trainer® wg standardu American Certification Institute oraz najwyższy certyfikat międzynarodowej organizacji mówców Distinguished Toastmaster.

Posiada doświadczenie w postaci przeprowadzenia ponad 240 godzin szkoleń o podobnej tematyce dla MŚP i dużych przedsiębiorstw w ostatnich 5 latach od dnia rozpoczęcia wskazanej usługi
a.naruk@gaum.pl



2 z 2

Mateusz Ostaszewski

Certyfikowany trener biznesu, specjalizujący się w wystąpieniach publicznych i technikach opowiadania historii, konsultant wykorzystania storytellingu w biznesie.

Członek oraz były prezes klubu w światowej organizacji mówców.

Wicemistrz Polski konkursu wystąpień publicznych. Zdobywca trzeciego miejsca oraz nagrody publiczności w Konkursie Mów Biznesowych podczas ogólnopolskiej konferencji Warmia Efekt Toastmasters. Organizator i twórca Story Combat, drużynowego improwizowanego turnieju opowiadania historii. Współtwórca Akademii Mówców.

Posiada doświadczenie w postaci przeprowadzenia ponad 240 godzin szkoleń o podobnej tematyce dla MŚP i dużych przedsiębiorstw w ostatnich 5 latach od dnia rozpoczęcia wskazanej usługi
m.ostaszewski@gaum.pl

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik szkolenia będzie miał zapewnione samodzielne stanowisko pracy, otrzyma również teczkę z materiałami pomocniczymi, notatnikiem i długopisem. W trakcie szkolenia będą wręczane kolejne materiały typu ćwiczenia, case study.

Na zakończenie każdy uczestnik otrzyma certyfikat

Warunki uczestnictwa

Warunki organizacyjne:

Szkolenie jest skierowane do klientów indywidualnych i do firm

Do uczestnictwa w usłudze **Akademia Mówców** prowadzącej do nabycia kompetencji potrzebne jest: pełnoletność.

Uczestnicy szkolenia będą mieli zapewnione samodzielne stanowisko pracy, otrzymają również materiały, notatnik i długopis. W trakcie szkolenia będą wręczane kolejne materiały typu ćwiczenia, case study.

Adres

ul. Aleja Niepodległości 606/610

81-855 Sopot

woj. pomorskie

Sala szkoleniowa GAUM

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Joanna Makuch

E-mail j.makuch@gaum.pl

Telefon (+48) 664 494 281