

## **„Emisja głosu: dbać o głos i dobrze z niego korzystać”**

### **Opis szkolenia:**

Szkolenie jest skierowane do osób, które na co dzień pracują głosem. Kurs ma charakter praktycznego ćwiczenia nastawionego na poprawę higieny pracy z głosem, a także poprawnego oddychania, jak również artykulacji, fonacji i dykcji. Celem kursu jest nauczenie Uczestników poprawnych nawyków, dzięki którym zachowają zdrowy aparat mowy nawet w sytuacjach zwiększonego wysiłku. Ćwiczenia służą również nauce świadomego posługiwania się głosem po to, aby odbiorcy z przyjemnością słuchali mówiącego.

### **Uzyskane umiejętności:**

- Umiejętność świadomego posługiwania się własnym głosem
- Umiejętność kontrolowania własnego oddechu, w tym przeponowego
- Umiejętność modulowania głosem w zależności od sytuacji, w której się znajdujemy
- Umiejętność świadomego komunikowania się głosem w różnych warunkach i z różnymi odbiorcami

### **Program szkolenia:**

#### **1. Zasady poprawnej emisji głosu**

#### **2. Narządy mowy i ich działanie**

#### **3. Prawidłowe oddychanie, podparcie przeponowe, praca przeponą**

#### **4. Fonacja, artykulacja i dykcja, a jakość i moc głosu**

- **Zasady poprawnej emisji głosu**
  - Wysokość głosu – omówienie różnicowania wysokości głosu i jego znaczenia dla naszego komunikowania się
  - Tempo mówienia – jak usprawnia naszą komunikację?
  - Barwa głosu, ton głosu- jak dostosowywać ją do wypowiedanej treści?

- Intonacja – precyzyjność przekazu komunikatu
- Rytm mowy, akcenty i pauzy- czyli interesujący mówca
  
- **Prawidłowe oddychanie**
  - podparcie przeponowe,
  - praca przeponą
  - Ćwiczenia oddechowe: praktyczne, świadome użycie przepony.
  - prawidłowa postawa wpływająca na poprawne oddychanie
  - błędy postawy
  
- **Narządy mowy i ich działanie**
  - omówienie
  - higiena głosu- jak dbać o zdrowie aparatu mowy na co dzień
  - muzyczne ćwiczenia rozgrzewające aparat mowy- słuchanie i śpiew
  
- **Fonacja, artykulacja i dykcja, a jakość i moc głosu**
  - Natężenie głosu i jego siła – gdzie leży złoty środek?
  - Artykulacja- portret mówcy.
  - Tworzenie scenek wykorzystujących gest i dźwięk- uświadomienie posiadania bogatego wachlarza środków komunikacji, który posiada każdy człowiek
  - Najczęściej popełniane błędy językowe- omówienie i analiza
  - Ćwiczenia praktyczne – gimnastyka dla języka,
  - łamańce językowe, ćwiczenia poruszające różne obszary aparatu mowy
  - Błędy postawy- omówienie, analiza

**5. Krótkie filmiki z różnych warsztatów z emisji głosu- obejrzenie, omówienie**

***Metodologia:***

Podczas szkolenia wykorzystujemy następujące metody szkoleniowe:

- porównywanie prawidłowego i nieprawidłowego użycia głosu
- analiza wykonanych ćwiczeń
- analiza filmików szkoleniowych z emisji głosu
- praca w grupie
- praca indywidualna
- korzystanie z informacji zwrotnych

***Informacje organizacyjne:***

Ilość godzin szkolenia: 6 godzin / 1 dzień

Godziny szkolenia: 9:15-15:15

Miejsce szkolenia: Łódź, ul. Piotrkowska 125 – KM Studio - szkolenia