



## Oferta współpracy

### Warsztaty emisji głosu w mowie oraz sztuki występów publicznych

Tematyką emisji głosu interesujemy się najczęściej dopiero wtedy, gdy pojawiają się dotkliwe problemy, jak np. ból gardła w czasie mówienia, częsta chrypka (utrzymująca się), czy nawet zanik głosu (afonia).

Na szczęście można temu zapobiegać!

Możliwe jest to dzięki poznaniu konkretnych technik posługiwania się głosem.

Zajęcia z emisji głosu dają możliwość nauczenia się jak używać głosu efektywnie i jak utrzymywać go w dobrej kondycji.

Warsztat poszerzony o zajęcia z zakresu tzw. **sztuki występów publicznych** – czyli sposoby walki z tremą, mowa ciała (postawa i gesty), elementy perswazji i zasady dobrego wizerunku.

Wydobywanie głosu w sposób świadomy i swobodny oraz umiejętność występów publicznych sprawia, że jesteśmy postrzegani jako godni zaufania, kompetentni i pewni siebie – cechy te są niezbędne w wykonywaniu takich zawodów, jak wykładowca, nauczyciel, dziennikarz, manager, prawnik, polityk, trener, sprzedawca itp.

Proponujemy Państwu specjalistyczne warsztaty, podczas których poznacie jak efektywnie wykorzystywać swoje możliwości podczas pracy głosem.

Ćwiczenia emisji głosu w mowie przeznaczone są zarówno dla nauczycieli i wykładowców (stały trening lub okresowe warsztaty), jak i dla studentów jako element uzupełniający program studiów.

Zakres zajęć:

- techniki oddechowe i relaksacyjne (zajęcia praktyczne)
- ćwiczenia fonacyjne z właściwym użyciem rezonatorów (zajęcia praktyczne)
- wyraźna dykcja i artykulacja (zajęcia praktyczne)
- praca z tekstem (interpretacja, retoryka)
- anatomia i fizjologia narządu mowy oraz higiena pracy głosem (teoria z prezentacją multimedialną)
- sztuka występów publicznych

**Zajęcia przeznaczone są dla osób wykorzystujących głos jako narzędzie pracy bądź przygotowujących się do wykonywania tego typu zawodów.**





Tematyka i zakres proponowanych warsztatów wynika z opracowanego przez **Laboratorium Śpiewu i Mowy** we Wrocławiu *Indywidualnego Programu Rozwoju W Zakresie Emisji Głosu W Mowie*

### **Program rozwoju w zakresie emisji głosu w mowie oraz sztuki występów publicznych**

1. wprowadzenie (wykład interaktywny):
  - obszary przydatności (konieczności) prawidłowej emisji głosu
  - komunikacja werbalna
  - elementy autoprezentacji (z wyszczególnieniem prawidłowej wymowy)
2. zagadnienia teoretyczne z zakresu budowy i zasad funkcjonowania aparatu mowy (wykład)
3. zasady działania mechanizmu oddechowego w mowie oraz jego najpopularniejsze dysfunkcje (wykład interaktywny)
4. praktyczne ćwiczenia oddechowe (wykład interaktywny + indywidualnie dobrany dla każdego uczestnika program ćwiczeń do pracy własnej)
5. praktyczne ćwiczenia fonacyjne (wykład interaktywny + indywidualnie dobrany dla każdego uczestnika program ćwiczeń do pracy własnej)
6. praktyczne ćwiczenia artykulacyjne (wykład interaktywny + indywidualnie dobrany dla każdego uczestnika program ćwiczeń do pracy własnej), dotyczące usprawnienia działania i poprawienia świadomości operowania aparatem artykulacyjnym (język, wargi, żuchwa)
7. praktyczne ćwiczenia relaksacyjne
8. najczęstsze problemy i pułapki fonetyczne języka polskiego (wykład interaktywny + gry integracyjne)
9. praktyczne ćwiczenia podsumowujące (gry integracyjne, prezentacje poszczególnych uczestników itp.)
10. ogólne zagadnienia dotyczące tzw. higieny głosu
11. sztuka występów publicznych (opanowanie tremy, mowa ciała – postawa i gesty, elementy perswazji oraz zasady dobrego wizerunku)





Proponujemy Państwu następujące, przykładowe **pakiety szkoleń** z emisji głosu:

warsztat grupowy

**"Emisja głosu w mowie\_1"**

jednorazowy (1 dniowy)  
4 - 6 godzin zegarowych

koszt szkolenia: 240 zł/h

za całą grupę

warsztat grupowy

**"Emisja głosu w mowie\_2"**

jednorazowy (2 - 3 dniowy)  
4 - 6 godzin zegarowych dziennie

koszt szkolenia: 220 zł/h

za całą grupę

warsztat grupowy

**"Emisja głosu w mowie\_3"**

cykliczny (np. raz w tygodniu  
przez miesiąc, semestr, rok itp.)  
3- 6 godzin zegarowych dziennie

koszt szkolenia: 170 - 190 zł/h

za całą grupę

Uczestnicy warsztatów otrzymują **materiały szkoleniowe**, a także **certyfikat** ukończenia kursu. Ilość osób w grupie – maksymalnie 30 (uwaga: im mniejsza grupa tym efektywniejsze szkolenie!). **Zauważmy, że przy np. 15 osobowej grupie uczestników, koszt 1 godziny szkolenia na osobę to zaledwie kilkanaście złotych!**

Cena warsztatów jest umowna i obejmuje dojazd w promieniu 100 km od Wrocławia.

W przypadku podjęcia współpracy z Laboratorium Śpiewu i Mowy o charakterze długoterminowym możliwe jest ustalenie innych warunków cenowych i zakresu szkoleń.

Istnieje możliwość treningu indywidualnego – warunki ustalane są elastycznie.

Zapraszamy do współpracy

Magdalena Kot – trener emisji głosu

Radosław Kot – trener emisji głosu

**Laboratorium Śpiewu i Mowy**

