



PROGRAM

Szkolenie z pracy głosem
dla firm i instytucji

Kontakt:

Prowadzący: Paweł Wódczyński

Tel./WhatsApp: 609 102 408

e-mail: wodczynskipawel@gmail.com

Więcej na: www.voicementor.pl

Szkolenie stacjonarne

Cel szkolenia

Doskonalenie umiejętności pracy głosem, poprawa dykcji oraz efektywna komunikacja werbalna. Uczestnicy nauczą się, jak świadomie kontrolować i wykorzystywać swój głos, by przekazywać treści w sposób jasny, wyraźny i przekonujący.

Opis szkolenia

Szkolenie obejmuje techniki oddychania, ćwiczenia emisji głosu oraz artykulacji, a także pracę nad tonacją i modulacją głosu. Uczestnicy poznają zasady właściwego ustawienia aparatu mowy oraz nauczą się, jak zwiększać siłę i barwę głosu, bez nadmiernego wysiłku. Zajęcia będą obejmowały również praktyczne ćwiczenia z wystąpień publicznych i nagrań audio, co pozwoli na zastosowanie zdobytej wiedzy w rzeczywistych sytuacjach zawodowych.

Plan ogólny

Część I 2h	1. Przywitanie uczestników i omówienie znaczenia głosu w komunikacji zawodowej i codziennej 2. Zdrowe oddychanie - siła głosu, ćwiczenia przepony, błędy w oddychaniu 3. Jak powstaje głos i co go wzmacnia - ćwiczenia
15 min.	Przerwa kawa/herbata
Część II 2h	4. Ćwiczenia usprawniające aparat mowy (język, usta, żuchwa) 5. Samogłoski - siła wypowiedzi 6. Rezonatory - teoria i ćwiczenia praktyczne 7. Ćwiczenia dykcyjne z tekstem
30 min.	Przerwa obiadowa
Część III 3h	8. Tajniki ciekawej interpretacji tekstu 9. Profesjonalne nagranie - usłyszysz swój prawdziwy głos (każdy otrzyma nagranie) 10. Indywidualne wskazówki oraz rady, pytania i odpowiedzi
	Zakończenie i wręczenie certyfikatów, pamiątkowe zdjęcia
Czas trwania 7h (+ 45 min. przerwa/obiad*)	

*kawa/herbata/obiad nie są zapewnione przez prowadzącego

Opis szczegółowy

1. Przywitanie uczestników i omówienie znaczenia głosu w komunikacji zawodowej i codziennej

- Szkolenie rozpoczyna się od krótkiego wprowadzenia, w którym prowadzący omawia cele warsztatów oraz korzyści płynące z pracy nad głosem. Uczestnicy dowiedzą się, jakie zagadnienia będą poruszane i jakie umiejętności zdobędą. Następnie wszyscy się poznają, co sprzyja stworzeniu otwartej atmosfery do ćwiczeń i wymiany doświadczeń. Jest to również okazja do zaprezentowania indywidualnych oczekiwań uczestników względem szkolenia.

2. Zdrowe oddychanie – siła głosu, ćwiczenia przepony, błędy w oddychaniu

- Ten moduł poświęcony jest technikom prawidłowego oddychania, które są kluczowe dla dobrej emisji głosu. Uczestnicy nauczą się, jak korzystać z przepony, by wzmocnić swój głos i kontrolować jego siłę. Zostaną omówione najczęstsze błędy w oddychaniu (np. płytki oddech) oraz skutki, jakie mają one na mówienie. Praktyczne ćwiczenia pozwolą na poprawę techniki oddychania, co zwiększy wytrzymałość głosu i jego nośność.

3. Jak powstaje głos i co go wzmacnia – ćwiczenia

- Podczas tego bloku uczestnicy dowiedzą się, w jaki sposób powstaje głos, czyli jak wibracje powietrza przechodzą przez struny głosowe i są przekształcane w dźwięk. Wprowadzone zostaną ćwiczenia wzmacniające głos, mające na celu poprawę jego brzmienia i wyrazistości. Poznają również techniki, które pozwalają na lepsze wykorzystanie możliwości własnego aparatu głosowego.

4. Ćwiczenia usprawniające aparat mowy (język, usta, żuchwa)

- Ćwiczenia rozgrzewające aparat mowy są kluczowym elementem pracy nad głosem. Uczestnicy będą wykonywać ćwiczenia na rozluźnienie żuchwy, zwiększenie elastyczności języka oraz usprawnienie ruchu ust. Te działania poprawią wyrazistość mowy oraz sprawią, że mówienie stanie się mniej męczące, nawet w długotrwałych sytuacjach, jak prezentacje czy wystąpienia publiczne.

5. Samogłoski – siła wypowiedzi

- W tym module uczestnicy skupią się na pracy nad samogłoskami, które są podstawą każdej wypowiedzi. Ćwiczenia z wymawianiem samogłosek pomogą w budowaniu mocnych, wyraźnych fraz i lepszego akcentowania słów. Praca nad czystością brzmienia samogłosek pozwala również wzmocnić przekaz emocjonalny wypowiedzi.

6. Rezonatory – teoria i ćwiczenia praktyczne

- Uczestnicy dowiedzą się, czym są rezonatory, czyli obszary w ciele, które pomagają wzmacniać dźwięk. Zostanie omówiona teoria działania rezonatorów (np. w nosie, klatce piersiowej), a następnie przećwiczone praktyczne sposoby na ich wykorzystanie w codziennej pracy głosem. Pozwoli to na wzmocnienie głosu bez nadmiernego wysiłku i uzyskanie pełniejszego, bardziej nośnego brzmienia.

7. Ćwiczenia dykcyjne z tekstem

- Uczestnicy otrzymają krótkie teksty, na podstawie których będą ćwiczyć poprawną dykcję. Praca nad tekstem pomoże poprawie płynności mówienia, eliminacji zacięć oraz wypracowaniu rytmu wypowiedzi. W trakcie tych ćwiczeń zwrócona zostanie szczególna uwaga na artykulację trudnych dźwięków oraz płynność fraz.

8. Tajniki ciekawej interpretacji tekstu

- W tej części uczestnicy nauczą się, jak interpretować tekst, aby był on ciekawy i angażujący dla słuchacza. Zostaną przedstawione techniki pracy z tekstem, które pozwalają na wprowadzenie emocji, zmienność intonacji i rytmu. Dzięki temu przekaz stanie się bardziej dynamiczny i przyciągający uwagę.

9. Profesjonalne nagranie – usłyszysz swój prawdziwy głos (każdy otrzyma nagranie)

- Uczestnicy będą mieli okazję nagrać swój głos na profesjonalnym mikrofonie studyjnym, co pozwoli im usłyszeć, jak ich głos brzmi w rzeczywistości. Nagranie to da możliwość analizy własnej mowy, wychwycenia ewentualnych błędów oraz zobaczenia, jakie postępy zostały poczynione w trakcie warsztatów. Każdy z uczestników otrzyma swoje nagranie do dalszej analizy i pracy nad głosem.

10. Indywidualne wskazówki oraz rady, pytania i odpowiedzi

- Na zakończenie szkolenia prowadzący udzieli uczestnikom indywidualnych wskazówek dotyczących pracy nad głosem. Będzie to również czas na pytania i omówienie wyzwań, z jakimi spotkali się uczestnicy. Prowadzący odpowie na pytania, rozwieje wątpliwości i zasugeruje dalsze kroki w doskonaleniu warsztatu głosowego.

Cena 3 999 zł z VAT (zawiera 747,78 zł VAT 23%) obejmuje grupę 10 uczestników.

W cenie:

- szkolenie 7h,
- profesjonalne materiały szkoleniowe,
- nagranie własnego głosu na zawodowym mikrofonie (mp3)
- certyfikat uczestnictwa
- pamiątkowe zdjęcia

Szkolenie online

Część I 1h	1. Przywitanie uczestników i omówienie znaczenia głosu w komunikacji zawodowej i codziennej 2. Zdrowe oddychanie - siła głosu, ćwiczenia przepony, błędy w oddychaniu 3. Jak powstaje głos i co go wzmacnia - ćwiczenia
Część II 1h	4. Ćwiczenia usprawniające aparat mowy (język, usta, żuchwa) 5. Samogłoski - siła wypowiedzi 6. Rezonatory - teoria i ćwiczenia praktyczne 7. Ćwiczenia dykcyjne z tekstem
Część III 1h	8. Tajniki ciekawej interpretacji tekstu 9. Rady, pytania i odpowiedzi
Czas trwania 3h	

Cena 1 999 zł z VAT (zawiera 373,80 zł VAT 23%) obejmuje grupę do 100 uczestników.

W cenie:

- szkolenie 3h,
- profesjonalne materiały szkoleniowe,
- certyfikat uczestnictwa w formacie PDF

Program stanowi własność intelektualną.
Zabronione jest jego powielanie, rozpowszechnianie oraz edytowanie.