



🌟 **Przemów Mocą Swojego Głosu - Warsztaty Komunikacji i Aktorstwa** 🌟

Moduły tematyczne z których zbudowany jest warsztat.

Moduł 1: Wprowadzenie i Rozgrzewka.

- Powitanie i przedstawienie celów warsztatów.
- Omówienie podstawowych zasad aktorstwa i komunikacji.
- Rozgrzewka i wprowadzające ćwiczenia integrujące grupę.
- Ćwiczenia oddechowe dla poprawy artykulacji.

Moduł 2: Podstawy Ruchu Scenicznego i współpracy w komunikacji.

- Ćwiczenia rozgrzewające dla ciała i głosu.
- Ćwiczenia poprawiające postawę i wyrazistość ruchu.
- Zrozumienie przestrzeni scenicznej.
- Wielka rola empatii w komunikacji.

Moduł 3: Początki - Znajdź Swój Głos.

- Techniki oddychania dla lepszej artykulacji.
- Ćwiczenia rozgrzewające dla ciała i głosu.
- Analiza indywidualnych cech głosu każdego uczestnika.
- Zrozumienie podstaw dykcji.

Moduł 4: Komunikacja Werbalna i Niewerbalna.

- Ćwiczenia poprawiające komunikację niewerbalną.
- Praca nad zgodnością komunikacji werbalnej i niewerbalnej.
- Ćwiczenia w parach na poprawę komunikacji.
- Praktyka technik oddychania w kontekście mówienia publicznego.

Moduł 5: Emocje i Wyraz Twarzy.

- Techniki relaksacyjne dla redukcji napięcia przed mówieniem.
- Ćwiczenia emocjonalne.



- Praca nad wyrazem twarzy.
- Rozwijanie umiejętności ekspresji emocji.

Moduł 6: Budowanie Postaci. Jakie gram role.

- Omówienie procesu tworzenia postaci.
- Analiza ról i ich cech charakterystycznych.
- Ćwiczenia rozwijające zdolności obserwacyjne.
- Jaką rolę chcę grać.

Moduł 7: Praca z Tekstem. Rola myśli w interpretacji.

- Rozważanie i analiza tekstu.
- Praca nad interpretacją roli.
- Ćwiczenia poprawiające umiejętność czytania ze zrozumieniem.
- Scenki w parach, praca nad skuteczną komunikacją.

Moduł 8: Improwizacja. Scenki.

- Ćwiczenia improwizacyjne.
- Rozwijanie kreatywności.
- Praca nad spontanicznością i reakcjami scenicznymi.
- Scenki z użyciem postaw asertywnych.

Moduł 9: Praca nad Dźwiękiem i Głosem. Rola głosu w komunikacji.

- Ćwiczenia poprawiające wyrazistość głosu.
- Praca nad różnymi rodzajami dźwięków, tonów, dykcją i artykulacją.
- Rozwijanie zdolności komunikacyjnych z użyciem świadomego głosu.

Moduł 10: Publiczne Wystąpienie i Podsumowanie.

- Publiczna prezentacja przygotowanych scen lub monologów.
- Podsumowanie doświadczeń i postępów każdego uczestnika.
- Podziękowania i ewaluacja warsztatów.
- Rozważanie dalszych kroków w rozwoju głosu i umiejętności aktorskich.
- FINAŁ i rozdanie dyplomów