

Verlaufsplan für den Bildungsurlaub "So machen Sie Eindruck: Stimme - Sprechen - Körpersprache"

Anlage gem. §§ 1 (2-4), 9 (1) AWbG NW
Angaben über den Kurs für den Arbeitgeber

Dauer: 4 Tage

Der Kurs ist als Veranstaltung der Volkshochschule Essen im Rahmen der Arbeitnehmerweiterbildung nach dem AWbG NRW zugelassen.

Zielgruppe:

Der Bildungsurlaub wendet sich an Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer, die ihre beruflich relevanten Stimm- und Sprechkompetenzen erweitern möchten. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Lernziele:

Die Teilnehmenden kennen und trainieren die Sprechatmung sowie die Wirkung körpersprachlicher und sprecherischer Ausdrucksmittel. Die Aneignung von spezifischen Atem- und Sprechübungen ermöglicht ihnen künftig unangestregteres und zugleich überzeugendes Sprechen in unterschiedlichen sprecherischen Anforderungssituationen.

Ablaufplanung:

Block 1 Grundlagen der Anatomie und der physiologischen Abläufe der Atmung
Erlernen der Ruheatmung: Bauch-, Rücken- und Flankenatmung
Umgang mit Lampenfieber und Stress

Die Volkshochschule Essen informiert

- Block 2 Zusammenhänge von Stimme und Sprechen, Körpersprache und Ausdruck**
Atem, Stimme, Artikulation und Sprechausdruck
Körpersprache, Denken und die innere Haltung beim Sprechen
Übungen zum physiologisch richtigen Stehen, zur Entspannung und zur Körpersprache
- Block 3 Erlernen der Sprechatmung**
Übungen zur Lockerung der Artikulationsorgane Zunge und Lippen
Training der Artikulation
Üben an Kurztexten
- Block 4 Erforschen der Resonanzräume und die Bedeutung der Indifferenzlage**
Pflege der Stimme
Arbeit an Texten
- Block 5 Kurzvorträge und Referate**
Auswertung der körpersprachlichen Wirkung und des sprecherischen Ausdrucks
z. B. Betonung, Lautstärke, Pausen, Tempo etc.

Auf der Homepage der Bezirksregierung Düsseldorf finden Sie den Nachweis, dass die Volkshochschule Essen Anerkannte Einrichtung der Arbeitnehmerweiterbildung ist:

http://www.brd.nrw.de/schule/privatschulen_sonstiges/Weiterbildung/AWbG.html

Stand: 06/2020

