

Stimmhygiene für Pädagog(inn)en

Termin	Teilnahmegebühr	Referenten
27.03.2019)	50 € Inkl. Getränke und Seminarunterlagen	
Kurszeiten	Besonderheit:	
17:00 - 20:30	Auf Anfrage auch als Inhouse-Seminar möglich	
	Kursort	
	DWRO-consult Campus Mietraching	

In einer Schulklasse oder einer entsprechenden Einrichtung können die Arbeitsgeräusche an sich schon laut sein. Wenn dann noch undisziplinierte Aktivitäten hinzukommen, die stimmlich zu übertönen sind, sind die Stimmorgane der Lehrkräfte / Seminarleiter arg beansprucht. Viele Kolleg(inn)en spüren am Ende des Tages Kratzen oder Schmerzen im Hals.

Das muss nicht sein! Bedenken Sie auch, dass Ihre Stimme ein sehr wichtiges Arbeitsmittel ist, das es zu schonen gilt. Und dies ist möglich!

Ziele

- Aufrechte Körperhaltung und damit positive Auswirkung auf die Stimme
- Schonender Stimmeneinsatz
- Sensibilität für Wirkungsmöglichkeiten

Methoden

- Entspannungs- und Wahrnehmungsübungen
- Übungen zur Körperaufrichtung
- Atem- und Stimmübungen (Einzel-, Partner- und Gruppenübungen)
- Theoretische Hinweise

Bitte für die Übungen eine Decke oder Isomatte mitbringen

Inhalte

- Körperübungen (schließlich ist der Körper unser Instrument)
- Wahrnehmungsübungen (auch zur Hörwahrnehmung)
- Stimmübungen
- Sprechübungen



Zielgruppe

- Schulen und Bildungseinrichtungen
- Kita und frühe Bildung
- Leitungs- und Führungskräfte