

IDEAS A RECORDAR

1ª SESIÓN

VOZ, MIRADA y SILENCIOS

AUTOANÁLISIS

- Observar lo que hacemos **bien y mal**
- **Analizar** a aquellas personas admiramos por como comunican.
- **Cada día** hay que hacer un poco de ejercitación de los ejercicios.

MANEJO DE LOS DISTINTOS ESCENARIOS

-**Incorporar** los espacios puede ayudar a la comunicación (dominar El espacio)

- Lo **elementos físicos**. Como manejarlos (Micrófonos, atril, silla,...)
- Manejo de la audiencia con VOZ-MIRADA- SILENCIOS

COMUNICACIÓN CORPORAL

1. **Posición correcta** de pie y sentado (Manos, espalda, etc)
2. **Ejercicios de preparación a la intervención:**
 - Cuello
 - Cara y mandíbula
 - Hombros
 - Espalda

PERSONALIDAD Y EMOCIÓN

- Cada uno comunicamos de forma diferente. **Personalidad** propia.
- Naturalidad sí, pero "limpia" de interferencias.
- Credibilidad. Ser real y sincero.

VOZ – EMISIÓN – ENTONACIÓN- RESPIRACIÓN

Se debe de hablar con todo el aparato vocal, no con parte del mismo.

¿Cómo es el aparato vocal?

Analizar nuestro modo de emisión

1. VOLÚMEN

- Tendencia a hablar más bajo.
- Error común: finales con menor volumen.
- Miedo a emitir con intensidad normal.

2. EMISIÓN Y PRONUNCIACIÓN.

- La musculatura que hay que ejercitar para hablar correctamente. (Tendencia común a la laxitud e inmovilidad mandibular).
- Ejercicios fundamentales para

3. ENTONACIÓN

- Aprender a dar nuestro mejor registro de voz.
- Como sería nuestra entonación si fuéramos ingleses, italianos, etc.
- Cambios de tono
- Ejercicios. (Cuentos, lecturas en voz alta, etc.).

4. RESPIRACIÓN

- Respiración correcta. Nociones elementales de control respiratorio.
- Ejercicios diarios. Globo.

LECTURA EFICAZ

Recordar las recomendaciones para leer eficazmente.

- Numeración páginas
- 3/4 partes de la hoja
- Negrita y tamaño de la letra.
- Entonación descendente.
- Saludos y referencias emocionales.
- Separación párrafos
- Respiraciones.

Candela Palazón.