



Future Consulting
Monika Ornał-Olech



„Daj sobie głos! – szkolenie z emisji głosu

Numer usługi 2024/10/24/150920/2377997

📍 Lublin / mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 16 h

📅 09.01.2025 do 27.02.2025

5 000,00 PLN brutto

5 000,00 PLN netto

312,50 PLN brutto/h

312,50 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Inne / Artystyczne
Identyfikator projektu	Kierunek - Rozwój
Sposób dofinansowania	wsparcie dla osób indywidualnych wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
Grupa docelowa usługi	Szkolenie jest kierowane do osób, które widzą się w roli prawnika, aktora głosowego, nauczyciela, influensera, podcastera, DJ-a lub dziennikarza czy też pragną podążać ścieżką kariery, która wymaga od nich wygłaszania charyzmatycznych i przejrzystych przemówień, w tym przed kamerą. Usługa adresowana również do uczestników projektu „Kierunek – Rozwój”
Minimalna liczba uczestników	1
Maksymalna liczba uczestników	1
Data zakończenia rekrutacji	03-01-2025
Forma prowadzenia usługi	mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)
Liczba godzin usługi	16
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

Cel

Cel edukacyjny

Szkolenie przygotowuje uczestnika do kontrolowania oddechu, barwy głosu, tonu oraz intensywności swojego głosu, które będzie mógł wykorzystać w swojej pracy zawodowej oraz w życiu codziennym.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Prawidłowo dba o higienę głosu.	Samoocena uczestnika dotycząca zdobytych umiejętności i wiedzy.	Debata swobodna
	Indywidualne feedbacki od trenera dla uczestnika, bazujące na obserwacji postępów, zaangażowania i zrozumienia materiału szkoleniowego.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Kontroluje oddech.	Samoocena uczestnika dotycząca zdobytych umiejętności i wiedzy.	Debata swobodna
	Indywidualne feedbacki od trenera dla uczestnika, bazujące na obserwacji postępów, zaangażowania i zrozumienia materiału szkoleniowego.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Przeprowadza efektywną rozgrzewkę głosową.	Samoocena uczestnika dotycząca zdobytych umiejętności i wiedzy.	Debata swobodna
	Indywidualne feedbacki od trenera dla uczestnika, bazujące na obserwacji postępów, zaangażowania i zrozumienia materiału szkoleniowego.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Charakteryzuje czynniki wpływające na emisję głosu.	Pozytywny wynik testu teoretycznego (min. 80%) na temat teoretycznych zagadnień szkolenia.	Test teoretyczny
	Indywidualne feedbacki od trenera dla uczestnika, bazujące na obserwacji postępów, zaangażowania i zrozumienia materiału szkoleniowego.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Zapobiega wysiłkowi głosowemu.	Samoocena uczestnika dotycząca zdobytych umiejętności i wiedzy.	Debata swobodna
	Indywidualne feedbacki od trenera dla uczestnika, bazujące na obserwacji postępów, zaangażowania i zrozumienia materiału szkoleniowego.	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
	Samoocena uczestnika dotycząca zdobytych umiejętności i wiedzy.	Debata swobodna
Buduje swoją pewność głosową.	Indywidualne feedbacki od trenera dla uczestnika, bazujące na obserwacji postępów, zaangażowania i zrozumienia materiału szkoleniowego.	Obserwacja w warunkach symulowanych

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?

Tak, dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się.

Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?

Tak, dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji.

Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

Tak, dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji.

Program

-> Szkolenie jest adresowane do wszystkich, którzy są zainteresowani podwyższeniem swoich kompetencji w zakresie kontrolowania oddechu, barwy głosu, tonu oraz intensywności swojego głosu, które będzie mógł wykorzystać w swojej pracy zawodowej oraz w życiu codziennym.

-> Za 1 godzinę usługi szkoleniowej uznaje się godzinę dydaktyczną (45 minut).

-> Ilość przerw oraz długość ich trwania zostanie dostosowana indywidualnie do potrzeb uczestników szkolenia. Zaznacza się jednak, że łączna długość przerw podczas szkolenia nie będzie dłuższa aniżeli zawarta w harmonogramie.

-> Przerwy nie wliczają się w czas trwania usługi.

Warunki organizacyjne:

-> Szkolenie indywidualne: dla 1 os.

-> Szkolenie będzie podzielone na 8 sesji przeprowadzonych w formie mieszanej: stacjonarnej połączonej ze zdalną w czasie rzeczywistym. Każda sesja będzie trwała 1,5 h.

Program:

Test początkowy

1. Prawidłowa higiena głosu
2. Kontrola oddechu
3. Efektywna rozgrzewka głosowa
4. Rezonatory i krtań oraz ich rola w prawidłowej emisji głosu
5. Stres i pozycja społeczna oraz ich oddziaływanie na głos
6. Napięcia głosowe i zapobieganie problemom związanym z dużym wysiłkiem głosowym
7. Aspekt psychologiczny w prawidłowej emisji głosu
8. Praca nad szybkim tempem mowy i pośpiechem w artykulacji

Test końcowy

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 9

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
1 z 9 Test początkowy. 1. Prawidłowa higiena głosu	Katarzyna Kazańska	09-01-2025	12:00	13:30	01:30	Tak
2 z 9 2. Kontrola oddechu	Katarzyna Kazańska	16-01-2025	16:00	17:30	01:30	Nie
3 z 9 3. Efektywna rozgrzewka głosowa	Katarzyna Kazańska	23-01-2025	16:00	17:30	01:30	Nie
4 z 9 4. Rezonatory i krtań oraz ich rola w prawidłowej emisji głosu	Katarzyna Kazańska	30-01-2025	12:00	13:30	01:30	Tak
5 z 9 5. Stres i pozycja społeczna oraz ich oddziaływanie na głos	Katarzyna Kazańska	06-02-2025	16:00	17:30	01:30	Nie

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
6 z 9 6. Napięcia głosowe i zapobieganie problemom związanym z dużym wysiłkiem głosowym	Katarzyna Kazańska	13-02-2025	16:00	17:30	01:30	Nie
7 z 9 7. Aspekt psychologiczny w prawidłowej emisji głosu	Katarzyna Kazańska	20-02-2025	12:00	13:30	01:30	Tak
8 z 9 8. Praca nad szybkim tempem mowy i pośpiechem w artykulacji	Katarzyna Kazańska	27-02-2025	12:00	13:15	01:15	Tak
9 z 9 Test końcowy	-	27-02-2025	13:15	13:30	00:15	Tak

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 000,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	312,50 PLN
Koszt osobogodziny netto	312,50 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1

1 z 1



Katarzyna Kazańska

Ukończyła studia podyplomowe w zakresie kształcenia głosu i mowy. Kwalifikowana trenerka emisji głosu, psycholożka, coach. W pracy psychologicznej zawsze wykorzystywała elementy emisji głosu, relaksacji, prawidłowego oddechu. Wpiera osoby, które widzą się w roli prawnika, aktora głosowego, nauczyciela, influensera, podcastera, DJ-a lub dziennikarza czy też pragną podążać ścieżką kariery, która wymaga od nich wygłaszania charyzmatycznych i przejrzystych przemówień, w tym przed kamerą.

Osoba prowadząca szkolenie posiada odpowiednie do rodzaju i zakresu świadczonych usług doświadczenie zawodowe, nabyte w ciągu ostatnich 5 lat od daty publikacji usługi.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik otrzyma materiały szkoleniowe:

Notatnik, teczka, długopis, materiały do autoanalizy, materiały audio, zestawy ćwiczeń.

Warunki uczestnictwa

Warunkiem uzyskania zaświadczenia o ukończeniu szkolenia jest uczestnictwo w co najmniej 80% zajęć.

Informacje dodatkowe

Nie pasuje Ci termin szkolenia? Skontaktuj się z nami!

Telefon: 731 791 691

Mail: kontakt@future-consulting.pl

Warunki techniczne

1. Platforma, na której zostanie przeprowadzone szkolenie w części zdalnej, w czasie rzeczywistym to **Click Meeting**.
2. Minimalne wymagania do obsługi szkolenia w formie zdalnej, w czasie rzeczywistym na platformie **Click Meeting**:
- uczestnik powinien dysponować komputerem stacjonarnym bądź laptopem. Niezbędne również będą: mikrofon, słuchawki, głośniki i opcjonalnie kamera.
3. Minimalne wymagania sprzętowe: procesor dwurdzeniowy, minimum 2GB pamięci RAM, wolna przestrzeń na dysku twardym (około 10GB)
4. System operacyjny: minimum Windows XP/MacOS High Sierra
5. Oprogramowanie: przeglądarka internetowa (Google Chrome, Mozilla Firefox, Opera, Safari, Microsoft Edge)
6. Sieć: łącze internetowe minimum 2 Mbps
7. Okres ważności linku: **1h przed rozpoczęciem szkolenia w pierwszym dniu do ostatniej godziny w dniu zakończenia.**

Adres

ul. Agatowa 5/U10
20-400 Lublin
woj. lubelskie

Szkolenie odbędzie się w sali szkoleniowej zlokalizowanej przy ul. Agatowej 5/U10 w Lublinie.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Monika Ornal-Olech

E-mail monikaornal@wp.pl

Telefon (+48) 601 847 454