



## LA VEU COM A RECURS: EDUCACIÓ DE LA VEU

El primer i més bàsic recurs que posseeixen els docents és la seva veu, per això es fa imprescindible conèixer la fisiologia de l'aparell fonador així com les cures i les tècniques més adequades per preservar el seu òptim funcionament evitant esforços innecessaris.

A això s'afegeix, en temps de Covid-19, la necessitat de compensar els efectes negatius de la mascareta com el sobre esforç de la veu o la dificultat en l'expressió facial.

### OBJECTIUS:

- Conscienciar al professorat sobre la importància de la veu i d'adquirir mesures d'higiene vocal: mètodes per millorar les possibilitats de la veu, evitar dolències i sobre esforços.
- Vèncer la por escènica i gaudir parlant en públic tant tu com els teus oients.

### FORMAT:

- Formació presencial (Zoom)
- Bonificable 100%
- Durada: 5 sessions de 3 hores, adaptables
- Places: entre 10 i 15 alumnes

### CONTINGUT:

- La veu: fisiologia dels òrgans que la produeixen i modulen. Les disfonies.
- Produir correctament el so: respiració adequada.
- La relaxació postural i de l'aparell orofaríngic.
- La vocalització. Escalfar i entrenar la veu abans de l'ús intensiu.
- Controla els teus nervis, sintonitza amb el teu públic: Sigues tu mateix.
- Modular la veu. Dóna vida a la teva veu per mantenir l'atenció.
- Parla amb motivació per motivar als teus alumnes.
- Utilitza exemples que ensenyin: aconsegueix arribar al cor.