

SESIÓN 1: ARRANQUE

Contenido

Quien somos?	2
Breve presentación de los alumnos.....	2
Explicación dinámica y objetivo del curso	2
¿Porque hay mala comunicación?	2
Paseo racional	3
Elementos clave en la comunicación	3
Calentamiento de voz	4
Ejercicio de atención: Circuito de comunicación.....	4
Ejercicio de conexión: El espejo	4
Ejercicio con cualidades de la voz: 3 intensidades.....	4
Ejercicio de intenciones - emociones.....	5
¿Que nos llevamos de la clase?	5

SESIÓN 2: SEGURIDAD PERSONAL

Contenido

Ejercicio de desconexión y calentamiento: Paseo musical	2
Seguridad	2
Ejercicio de conexión contigo mismo: Respiración diafragmática	3
Ejercicio de conexión contigo mismo: Relajación y estiramientos	3
Ejercicio de seguridad y confianza: Déjate llevar.....	3
Ejercicio de seguridad y confianza: Bolas imaginarias	3
Ejercicio de imaginación: El hilo imaginario	4
Ejercicio de consciencia corporal: Tu mandas	4
Ejercicio de la personalidad del buen comunicador	4
Técnica de interpretación: Pirámide Emocional	4
Presentación personal/elevator pitch	7
¿Que nos llevamos de la clase?	7

SESIÓN 3: EXPRESIÓN CORPORAL

Contenido

Ejercicio de activación corporal:	2
Ejercicio de presencia y conexión: La oleada	2
Cuerpo: Las Posturas.....	2
Ejercicios de posturas.....	2
Cuerpo: Los Gestos: Manos, Brazos, Cabeza	2
Ejercicios de gestos.....	3
¿Que es lo realmente importante sobre los gestos?	3
Expresión Facial: La Cara.....	3
Ejercicio del excel de las emociones	3
Ejercicios de las sonrisas	4
La mirada	4
Ejercicios con la mirada.....	4
Practica la comunicación emocional desde ya!	5
Ejercicio de identificación de movimiento / animal	5
Ejercicio de improvisación: Impromusical	6
¿Que nos llevamos de la clase?	6

SESIÓN 4: MASTER CLASS IMPRO PERSONAJE

Contenido

Introducción	2
Funciones básicas y objetivos del discurso:	2
Características personales del comunicador.....	2
Ejercicios Impro Personajes	3
Copiamos el saludo.	3
Donde está Pedro versión loca	3
Donde está Pedro versión situación real	3
Que nos llevamos de la sesión	3

SESION 5: VOZ

Contenido

OBJETIVOS	2
Què es la Voz?	2
El viaje de la Voz.....	2
Elementos que intervienen en la producción de la voz	2
El aparato Respiratorio	2
El aparato Fonador	2
El sistema Resonador	2
El sistema de Articulación	2
Características de la Voz	3
Ejercicios de auto reconocimiento de los sistemas.....	3
Respiración diafragmática	3
Relajación muscular y distensiones	3
Ejercicios logocinéticos	4
Articulación, vocalización y dicción.....	4
Calentamiento de la voz y cavidades resonadoras.....	4
Impostación y Proyección	4
Ejercicios de declamación e interpretación de un texto	4

| **SESIÓN 6: LA ESCUCHA**

Contenido

Escucha	2
Punto de partida en la comunicación	2
Ventajas de la escucha	2
Niveles de escucha	2
Escucha activa	3
Escucha empática	5
Escucha multicontenido	5
Ejercicios de Escucha	6
Observación -Afirmación - Negación	6
Cuéntame tu historia	6
Te miramos como escuchas a alguien	6
Escucha Multicontenido	6
Que nos llevamos de la sesión	6

| **SESIÓN 7: OBSERVACIÓN / ATENCIÓN**

Contenido

Relación cuerpo-cerebro	2
Caminar y saludo	3
Anatomía del cerebro: modelo triple y los 2 hemisferios	4
Modelo triple: 3 cerebros.	4
Los 2 hemisferios	5
Micro expresiones de Paul Eckman	6
Sistemas representacionales	7
Mirada y empatía	8

SESIÓN 8: MASTER CLASS IMPRO ESCUCHA

Contenido

Calentamiento	2
¿Contamos a 30 sin pisarnos?	2
Nos ordenamos por distintos criterios	2
Album de fotos.....	2
Escenas cortas narradas + tiburón.....	2

SESION 9: PRESENTAR Y EXPONER EN PUBLICO

Contenido

OBJETIVOS	2
Qué y por qué.....	2
Tipos de lenguaje.....	2
Otros auxiliares	3
El Mensaje y su Elaboración	3
Y la Presentación o Exposición.....	4
Ejercicios prácticos	4

|SESIÓN 10: EMPEZAR CON BUEN PIÉ

Contenido

La importancia de empezar bien	2
Lo pensamos, lo ensayamos, y lo representamos	2
Humor y seducción como herramienta inicial	3

SESIÓN 11: MASTER CLASS IMPRO PERSUASIÓN

Contenido

Comunicar con persuasión	2
Herramientas para influir	2
Reciprocidad	2
Escasez	2
Autoridad	3
Consenso o aprobación social.....	3
Simpatía	3
Impros	3

|SESIÓN 12: RESUMEN Y PRESENTACIONES

Contenido

Presentaciones Finales	2
Resumen y Observaciones finales	2