

# Körpersprache und Stimmbildung für die Online – Lehre

Eine präzise Körpersprache, eine klangvolle Stimme und eine klare Aussprache sind eine gute Basis, das Auftreten in der Online - Lehre authentisch, überzeugend und wirkungsvoll zu gestalten. Mit einer guten Atemtechnik sowie mit Stimm- und Sprechtraining lassen sich die Leistungsfähigkeit und Belastbarkeit der Stimme deutlich steigern. Ziel des Seminars ist es, die individuellen Möglichkeiten an körpersprachlichen und stimmlichen Ausdrucksmitteln zu erweitern, um die eigene Bühnenpräsenz zu verbessern. Praktische Tipps und Übungen helfen, das Gelernte in die digitale Lehre zu integrieren.

## **Inhalte:**

- Körpersprachliche Selbst- und Fremdwahrnehmung
- Authentisch und überzeugend wirken durch Körpersprache
- Atmung, Stimmbildung, Stimmschonung
- Kraft, Ausdauer, Tragweite durch Atemtechnik und Stimmtraining
- Klare Aussprache durch gute Artikulation
- Raumverhalten und Bühnenpräsenz in der digitalen Lehre

## **Methoden:**

- Körper-, Atem-, Stimm- und Sprechübungen
- Impulsvortrag / Präsentation
- Feedback zur eigenen Lehre