



Latvijas Radio kursi

Tiešsaistes kurss

RUNAS PRASMES

16 nodarbības (katra 1,5 stundu) vakaros

Publiska uzstāšanās gandrīz ikvienam no mums ir izaicinājums, kuru pavada zināms satraukums. Kā pateikt svarīgāko? Kā izdarīt to pārliecinoši un auditorijai saprotami? Tie ir jautājumi, ko sev uzdodam pirms katras uzstāšanās.

Kam: Ikvienam, kas vēlas attīstīt un pilnveidot savas runas un pārliecinošas uzstāšanās prasmes.

Pasniedzēja: Anita Grūbe, Dramatiskā teātra un kino aktrise un pedagoģe

Anita Grūbe strādā aktiermākslas jomā vairāk nekā 40 gadus. 20 gadu pieredze uz skatuves Dailes teātrī, vairāk nekā 20 gadu pieredze pedagoģijā - aktieru meistarības, runas mākslas, retorikas, prezentācijas prasmju apmācībā dažādu profesiju pārstāvjiem. Darbojusies kultūras un mākslas projektu vadībā, meistarklasēs, dažādu konkursu žūrijās. Anita padziļināti pētījusi runas mākslas un aktieru meistarības apguvi arī akadēmiskajā maģistra darbā. A.Grūbes lekcijās iegūsi ne tikai praktiskos runas mākslas noslēpumus, bet arī padziļinātu izpratni par to, kā veidojas cilvēka saziņa.



Kursa ieguvumi:

- Apgūti oratora mākslas pamatnoteikumi
- Izkoptas runas tehnikas
- Apgūti verbālās izpausmes pamatnosacījumi, pareizas elpošanas nozīme un tehniku, žokļa, mēles, lūpu muskulatūras vingrinājumi, tekstuālo artikulācijas

vingrinājumi, ātrrunas tehnikas, gramatiskās intonācijas, izloksnes un to labošanas iespējas un latviski pareizu skaņu veidošana.

Programma:

- Zināšanas un praktiskas nodarbības runas prasmju iemaņu pilnveidošanā
- Komunikatīvās kompetences būtība un teorētiskais pamatojums
- Praktiskās nodarbības par runas prasmju attīstīšanas iespējām un runas prasmes pielietošanu saziņā – cilvēka psihe un tās pašregulācija runas procesā
- Rakstītā un runātā teksta atšķirīgo faktoru izzināšana
- Ķermeņa motorikas vadīšana - stāja, gaita, poza, žesti un mīmika, kas ir fiziskās un psihiskās atbrīvotības un uzticības apliecinātājs
- Spilgtas, pārliecinošas uzstāšanās process ar balsi intonatīvo skanējumu gribas darbības rezultātā
- Runas mākslas stili – informatīvais ziņojums, apsveikuma un svinību runas, lietišķa saruna, pārskata referāts un kritiskais ziņojums
- Satura veidošana, teksta loģiskā uzbūve, teikuma veidošana atbilstoši fonētikai, leksika, lieku skaņu iespraudumu izskaušana un galvenās domas formulēšana
- Domāšana darbībā, spriedumu veidošana, tēžu un antitēžu izvirzīšana un argumentēšana
- Balsis radīto skaņu dinamika: augstuma, diapazona, tembra, spēka, skaļuma un rezonanses pārvaldīšana
- Pozitīva, pārliecinoša, interesanta, lietišķa prezentācijas veidošana

Kursa forma un nosacījumi:

- Mācības tiek organizētas tiešsaistē (Zoom platformā) mazās grupās – līdz 5 dalībniekiem
- Kursi notiek vakaros, 2 reizes nedēļā
- Maksa par 16 nodarbību kursu – 240.00 EUR + PVN
- Kursos var piedalīties personas, kuras sasniegušas 18 gadu vecumu
- Iepriekšējās zināšanas nav nepieciešamas

Pieteikšanās:

Lai pieteiktos kursiem, jāaizpilda [pieteikšanās veidlapa](#) un jānosūta uz e-pastu: dace.ivane@latvijasradio.lv.

Papildu informācija pa tālruni 6720 6677.