OSNOVA ONLINE KURZU RÉTORIKY

1. Komunikace a sebepoznání

21. 10. 2026 | 18:30–20:30

- Jak vzniká nedorozumění a proč nestačí jen „něco říct“
- Šest poselství komunikace
- Jak pracovat s emocemi v komunikaci
- Naslouchání, reakce a vědomá práce s tichem
- Jak poznat své silné stránky a slabiny při mluvení

2. Dech jako základ dobrého projevu

27. 10. 2026 | 18:30–20:30

- Správné dýchání a dechový stereotyp
- Řízené dýchání
- Dechová opora při mluvení
- Práce s výdechem
- Dechová a relaxační cvičení
- Jak pomocí dechu ovlivnit napětí, tempo a jistotu projevu

3. Hlas, hlasová hygiena a výslovnost

3. 11. 2026 | 18:30–20:30

- Jak hlas vzniká a co ovlivňuje jeho kvalitu
- Síla, výška a barva hlasu
- Hlasová hygiena
- Rozmluvení a hlasová cvičení
- Správná česká výslovnost – ortoepie
- Artikulační cvičení a práce s přesností výslovnosti

4. Hudba mluveného slova

10. 11. 2026 | 18:30–20:30

- Ráz, přízvuk a frázování
- Slovní a větný přízvuk
- Intonace a její význam
- Tempo, rytmus a pauza
- Jak pomocí hlasu měnit význam a emoci sdělení
- Práce se slovy, slovní zásobou a srozumitelností projevu

5. Stavba projevu a vystupování

18. 11. 2026 | 18:30–20:30

- Jak vytvořit srozumitelný a účinný projev
- Úvod, hlavní část a závěr
- Jak zaujmout hned na začátku
- Jak svůj projev zakončit
- Oční kontakt, gesta a práce s tělem
- Nejčastější chyby a zlozvyky řečníků
- Jak mluvit přirozeně a přesvědčivě před publikem

6. Tréma, pohotovost a praktické vystupování

23. 11. 2026 | 18:30–20:30

- Co se s námi děje před vystoupením a jak pracovat s trémou
- Jak se připravit na veřejné vystoupení
- Paměť a zapamatování projevu
- Jak reagovat na nečekané situace a otázky
- Jak si poradit, když se něco během vystoupení nepovede
- Praktické propojení všech dovedností
- Závěrečné vystoupení a vyhodnocení pokroku