



La oratoria, siempre vigente, aquí y ahora, al alcance de todos

Dominando el arte de hablar en público. Comunicación efectiva y convincente

A lo largo de nuestra vida, en diversas situaciones, nos veremos frente a un público. Ya sea en el ámbito escolar, profesional, familiar o social, todos en algún momento nos enfrentamos a la necesidad de hablar en público.

No importa si somos jóvenes o mayores, todos debemos aprender a comunicar nuestras ideas de manera clara y efectiva. La oratoria no es un talento reservado a unos pocos, sino una habilidad que puede ser desarrollada por cualquiera, sin importar su edad o experiencia.

Desde una presentación en el aula, una exposición en una reunión de trabajo, hasta un brindis en una boda o una intervención en una protesta, la habilidad de hablar en público nos acompaña a lo largo de toda nuestra vida.

Sin embargo, muchos de nosotros solemos encontrar excusas para evitar enfrentarnos a este reto. "No soy bueno hablando en público", "Me pongo nervioso/a y me trabo", "No tengo la preparación adecuada" son frases comunes que solemos repetir. A menudo, nos decimos que no es algo que podamos mejorar, o que ya es demasiado tarde para empezar a aprender.

En el ámbito educativo no se nos ha enseñado de manera explícita a comunicar nuestras ideas de forma efectiva. Se nos pide que hagamos exposiciones, pero la preparación y los recursos para hablar con confianza ante un público no siempre son parte del currículo. Al salir de la escuela, esta falta de formación puede persistir, y en situaciones profesionales o personales, la ansiedad o el temor a hablar en público nos limita.

Sin embargo, nunca es tarde para aprender. La oratoria, como cualquier otra habilidad, se puede desarrollar con la práctica y la formación adecuada. Este curso ofrece un sistema integral y práctico que permite avanzar en el dominio de la oratoria, superando los miedos, aprendiendo a estructurar los mensajes de manera clara y persuasiva, y dominando las herramientas no verbales que potencian la comunicación.

No importa en qué etapa de la vida te encuentres: siempre hay oportunidad de dar un gran avance en tu capacidad para comunicarte con eficacia.

Con este enfoque, estamos comprometidos a ayudarte a superar las barreras que te impiden hablar en público con confianza. Este curso está diseñado para que, paso a paso, puedas desarrollar las habilidades necesarias para gestionar cualquier situación de comunicación, y lograr que tu mensaje llegue de manera clara, persuasiva y memorable. ¡Nunca es tarde para empezar a hablar en público con éxito!

Presentación

Este curso se dirige a quienes deseen mejorar sus habilidades de comunicación, aprender a estructurar sus mensajes de manera eficaz y convencer a un auditorio. A lo largo de varias sesiones prácticas, los participantes adquirirán las herramientas necesarias para superar el miedo escénico, dominar la comunicación no verbal y transmitir sus ideas con claridad y convicción.

A través de ejercicios dinámicos y análisis de casos, los asistentes aprenderán de los mejores oradores y aplicarán estrategias que potenciarán su capacidad de convicción.

Objetivos

- Mejorar la confianza y el control del miedo escénico mediante técnicas de relajación y visualización.
- Aprender a estructurar discursos de manera efectiva, adaptándolos al público y al contexto.
- Desarrollar habilidades de oratoria persuasiva, utilizando recursos como la retórica, el lenguaje corporal y las pausas.
- Optimizar la comunicación no verbal, comprendiendo cómo los gestos, el tono de voz y el contacto visual influyen en la audiencia.
- Gestionar las preguntas del público y los imprevistos de manera efectiva y con seguridad.
- Aplicar técnicas (*storytelling*) para conectar emocionalmente con el público.

Metodología:

- Clases teóricas y prácticas: Se combinarán explicaciones sobre las mejores técnicas de oratoria con ejercicios prácticos para que los participantes puedan poner en práctica lo aprendido.
- Análisis de oradores de referencia: Se estudiarán fragmentos de charlas TED y discursos célebres para analizar las técnicas utilizadas por los mejores oradores.
- Ejercicios *role-playing* y simulaciones: Los participantes realizarán exposiciones orales con el apoyo de sus compañeros y *feedback* constructivo.
- Evaluación continua: A lo largo del curso, los estudiantes recibirán retroalimentación sobre su desempeño y áreas de mejora.
- Uso de grabaciones: Las exposiciones orales podrán ser grabadas para analizar la evolución de cada participante y trabajar aspectos concretos.



Contenidos

Introducción a la Oratoria y el control emocional

¿Qué es la Oratoria? Introducción y fundamentos

El miedo escénico y la gestión de las emociones

Estructuración del discurso

La estructura del discurso

Técnicas de captación de la atención

Comunicación no verbal

El lenguaje corporal y su impacto

El uso de la voz en la oratoria

El control emocional y la preparación mental

Técnicas de relajación y control del estrés

Preparación mental para un discurso genial

Persuasión y retórica

Introducción a la retórica y sus elementos

Ethos, pathos y logos: Los tres principios de la convicción

Argumentación y construcción de mensajes convincentes

Cómo argumentar de manera lógica y coherente

Uso de la retórica para influir en la audiencia



Storytelling: El arte de contar historias

El poder de las historias en la oratoria

Estructura de una buena historia

Comunicación no verbal y manejo del miedo escénico

El uso del contacto visual en la comunicación

Manejo de las emociones y control del miedo escénico

Gestión de preguntas y respuestas

Cómo manejar preguntas difíciles o inesperadas

Técnicas para mantener la calma durante las preguntas

Simulaciones finales y evaluación

Simulación de un discurso completo

Evaluación final y retroalimentación

Programa estructurado en 20 sesiones de 90 minutos cada una.

Semana 1: Introducción a la Oratoria y el control emocional

Sesión 1: ¿Qué es la Oratoria? Introducción y fundamentos. 11 de marzo, de 17:00 a 18:30.

Definición y evolución de la oratoria.

Elementos clave de la oratoria eficaz

Identificación de los obstáculos comunes en la oratoria (miedo, nerviosismo, etc.)



Ejercicio práctico: Dinámica de presentación grupal

Sesión 2: El miedo escénico y la gestión de las emociones. 12 de marzo, de 17:00 a 18:30.

Técnicas de relajación para controlar el miedo

Estrategias de visualización positiva

La importancia de la respiración y el control del estrés

Ejercicio práctico: Técnicas de relajación guiada y visualización

Semana 2: Estructuración del discurso

Sesión 3: La Estructura del discurso. 25 de marzo, de 17:00 a 18:30.

Cómo organizar un mensaje: introducción, desarrollo y conclusión

La importancia de un flujo claro de ideas

Ejercicio práctico: Estructura de un discurso breve

Sesión 4: Técnicas de captación de la atención. 26 de marzo, de 17:00 a 18:30.

Métodos para iniciar un discurso de manera impactante

El poder de las primeras impresiones

Ejercicio práctico: Crear y practicar un inicio impactante

Semana 3: Comunicación no verbal

Sesión 5: El Lenguaje corporal y su impacto. 1 de abril, de 17:00 a 18:30.

Cómo los gestos, la postura y los movimientos influyen en la percepción del público

Ejercicio práctico: Análisis y práctica del lenguaje corporal frente al público



Sesión 6: El uso de la voz en la oratoria. 2 de abril, de 17:00 a 18:30.

Técnicas para proyectar la voz y utilizar el tono, ritmo y volumen adecuados

Ejercicio práctico: Modulación de la voz y proyección

Semana 4: El control emocional y la preparación mental

Sesión 7: Técnicas de relajación y control del estrés. 8 de abril, de 17:00 a 18:30.

Estrategias de relajación antes y durante una exposición

Ejercicio práctico: Ejercicios de respiración y relajación en vivo

Sesión 8: Preparación mental para un discurso genial. 9 de abril, de 17:00 a 18:30.

Cómo crear una mentalidad positiva y orientada al éxito

Ejercicio práctico: Técnicas de visualización del éxito

Semana 5: Persuasión y retórica

Sesión 9: Introducción a la retórica y sus elementos. 22 de abril, de 17:00 a 18:30.

Qué es la retórica y cómo puede utilizarse para convencer

Ejercicio práctico: Análisis de fragmentos de discursos célebres

Sesión 10: Ethos, pathos y logos: Los tres principios de la convicción. 23 de abril, de 17:00 a 18:30.

Explicación de los tres principios fundamentales de la persuasión: credibilidad, emoción y lógica

Ejercicio práctico: Ejercicios de persuasión aplicando ethos, pathos y logos



Semana 6: Argumentación y construcción de mensajes convincentes

Sesión 11: Cómo argumentar de manera lógica y coherente. 29 de abril, de 17:00 a 18:30.

Cómo construir un mensaje sólido y bien argumentado

Ejercicio práctico: Redacción y presentación de argumentos convincentes

Sesión 12: Uso de la retórica para Influir en la audiencia. 30 de abril, de 17:00 a 18:30.

Aplicación de los recursos retóricos en la persuasión

Ejercicio práctico: Crear una breve exposición persuasiva

Semana 7: Storytelling: El arte de contar historias

Sesión 13: El Poder de las historias en la oratoria. 6 de mayo, de 17:00 a 18:30.

Cómo utilizar *storytelling* para conectar emocionalmente con la audiencia

Ejercicio práctico: Desarrollo de una historia para un discurso

Sesión 14: Estructura de una buena historia. 7 de mayo, de 17:00 a 18:30.

Cómo estructurar una historia eficaz dentro de un discurso

Ejercicio práctico: Creación y práctica de una historia

Semana 8: Comunicación no verbal y manejo del miedo escénico

Sesión 15: El uso del contacto visual en la comunicación. 13 de mayo, de 17:00 a 18:30.

Cómo utilizar el contacto visual para conectar con el público

Ejercicio práctico: Práctica del contacto visual en presentaciones



Sesión 16: Manejo de las emociones y control del miedo escénico. 20 de mayo, de 17:00 a 18:30.

Estrategias para superar los nervios durante una exposición

Ejercicio práctico: Técnicas de control emocional en situaciones de exposición

Semana 9: Gestión de preguntas y respuestas

Sesión 17: Cómo manejar preguntas difíciles o Inesperadas. 21 de mayo, de 17:00 a 18:30.

Estrategias para manejar preguntas difíciles o incómodas

Ejercicio práctico: Simulación de una sesión de preguntas y respuestas

Sesión 18: Técnicas para mantener la calma durante las preguntas. 27 de mayo, de 17:00 a 18:30.

Estrategias de relajación y respuesta efectiva a preguntas imprevistas

Ejercicio práctico: Ejercicio de preguntas y respuestas en vivo

Semana 10: Simulaciones finales y evaluación

Sesión 19: Simulación de un discurso completo. 28 de mayo, de 17:00 a 18:30.

Exposición completa con uso de técnicas aprendidas (estructura, convicción-persuasión, lenguaje corporal, etc.)

Ejercicio práctico: Presentación completa de un discurso personal o profesional



Sesión 20: Evaluación final y retroalimentación. 3 de junio, de 17:00 a 18:30.

Evaluación de los progresos de los participantes

Retroalimentación grupal e individual

Ejercicio práctico: Presentación final con preguntas y respuestas, seguido de una evaluación detallada

En la metodología se ha considerado:

Clases prácticas y teóricas: Cada sesión alternará explicaciones teóricas con ejercicios prácticos que permitan aplicar lo aprendido.

Evolución progresiva, profundizando conforme vamos avanzando en los contenidos.

Análisis de oradores de referencia: Estudio de discursos célebres (TED, políticos, líderes) para aprender de los mejores oradores.

Role-playing y simulaciones: Los participantes tendrán la oportunidad de exponer frente al grupo y recibir retroalimentación continua.

Uso de grabaciones: Las exposiciones podrán ser grabadas por cada participante para observar el progreso personal (es una posibilidad, pendiente de aprobación).



CURRICULUM

Jose-Fermín Linares Antequera, profesor DNL en Inglés, en la materia de *Geografía e Historia* en el IES Francisco Nieva, desarrollando labores docentes desde el año 1994, con 30 años de experiencia, profesor-tutor asociado en la Universidad Nacional de Educación a Distancia (*UNED*), en los Grados de *Lengua y Literatura Españolas, Estudios Ingleses y Antropología Prehistórica*.

Ponente en diferentes cursos y conferencias relacionados con dichas disciplinas, objeto de su ámbito de trabajo, en el marco de la *Historia*, la *Literatura*, *Lingüística*, y la *Expresión Oral*, así como en Proyectos de Innovación relacionados con las *metodologías didácticas*, las *Competencias en Comunicación Lingüística* y en *Competencia Plurilingüe*, así como en la *Expresión Oral*, habiendo desarrollado un programa específico en el tratamiento de *Altas Capacidades*.

En la actualidad, Jefe del Departamento de *Geografía e Historia*, participante y colaborador en distintas actividades del centro, como el *Proyecto Trilingüe*, entre otras.

Geografía e Historia, Universidad Nacional de Educación a Distancia, UNED.

Filología Hispánica, Universidad Nacional de Educación a Distancia, UNED.

Diploma de Estudios Avanzados, DEA, Departamento de Historia Medieval, Moderna, y Ciencias y Técnicas Historiográficas, UNED.

Inglés B2 Escuela Oficial de Idiomas.

Inglés C1 Nivel Superior. Centro Universitario de Idiomas a Distancia, UNED.

Inglés C2 Maestría. Centro Universitario de Idiomas a Distancia, UNED.

Profesor de Educación Secundaria, Ministerio de Educación - British Council, en lengua inglesa.

Profesor-tutor asociado en los Grados de Lengua y Literatura Españolas, Estudios Ingleses y Antropología Prehistórica, UNED.

Coordinador en cursos y Proyectos de Investigación Educativa sobre Lengua Castellana, Lengua Inglesa, Literatura Española, Historia, y nuevas tecnologías aplicadas a la educación, así como Didáctica en el ámbito educativo.

Desarrollo de altas capacidades en Educación Secundaria.

Actualmente, investigación en el desarrollo de habilidades comunicativas y de expresión oral.