



PROGRAMME DE FORMATION PRÉSENTIEL

Prise de parole en public

Délier le rapport à l'oralité en travaillant à ôter les freins qui agissent lors de la prise de parole, lors de l'expression d'un récit. Rendre ce flux plus libre, en le rapprochant du ressenti, en l'éloignant de la contrainte du « bien faire »

Durée de la formation : 14 heures

Objectifs de la formation

Acquérir une expression orale confiante, claire et fluide

Susciter l'attention d'un public, et maintenir une dynamique d'élocution.

Permettre à un message, une communication, un discours, d'être transmis de façon compréhensible et empathique.

Susciter l'intérêt des auditeurs et mobiliser leur réflexion.

Prérequis de la formation

Le stagiaire est accueilli dans une salle de spectacle équipée d'un matériel son (micros, ampli) et d'un système d'éclairage de spectacle.

On demandera aux stagiaires de venir vêtu d'une tenue de ville correcte > chemise, pantalon, chaussures de ville – les chaussures de sport, tenues de sport, survêtements etc. ne sont pas acceptés.

Le stagiaire s'engage à suivre la formation dans sa totalité et à respecter les horaires proposés.

Public visé

Toute personne adulte dont la pratique professionnelle requiert un perfectionnement ou une initiation à la prise de parole en public.

Contenu de la formation

Jour 1

Matin.

Présentation du.es stagiaire.s

Travail corporel dans l'espace du plateau théâtral (marches, placement, mouvements)

Travail vocal de prise de conscience de la respiration, de la colonne d'air.

Chant

Après-Midi

Travail de lecture à haute voix du texte communiqué

Repérer les « motifs actants » du texte = les articulations essentielles à la bonne compréhension du contenu.

Restitution orale de ces motifs par le stagiaire.

Échange avec le formateur / analyse du travail effectué

Jour 2

Matin.

Récit : raconter au micro une courte histoire (3minutes) vécue récemment

Travail corporel et pratique de la respiration abdominale

Chant

Après-midi

Lecture à haute voix du texte préparé, après prise en compte des « consignes » formulées par le formateur

Évolution, des consignes

Au micro : travail d'improvisation à partir d'un « motif » proposé par le formateur.

Restitution du travail / échange stagiaires – formateur.

Moyens d'évaluation de la formation

Le formateur évaluera la qualité de l'expression orale du stagiaire au début de la formation (capacité de mobilisation personnelle du stagiaire – voix, présence physique, qualité de l'élocution, intelligibilité du message exprimé, comportement général en situation de prise de parole en public.)

Chaque jour, le formateur évaluera les acquis, les difficultés rencontrées, la qualité de l'engagement du stagiaire, sa motivation, sa concentration, sa



capacité à modifier ses comportements, son écoute, l'évolution de son travail personnel.

Enregistrements audio, vidéos peuvent compléter les outils utilisés pour aider à la prise de conscience et à l'évolution des compétences du stagiaire.

Le formateur fonde son appréciation sur son expérience professionnelle de direction d'acteurs et sa pratique des techniques théâtrales.

Profil du formateur

Marion COUTRIS, Directrice artistique du Théâtre des Calanques. Fondatrice de l'école européenne des arts de la scène à Chatillon et de l'école du Cerisier à Marseille. Autrice, actrice, metteuse en scène, 40 années d'expérience en théâtre

Adresse de la formation

35 Traverse de Carthage, 13008 MARSEILLE