

PRÉSENTATION DU PROGRAMME

Parler en public, c'est être vu, être regardé et observé. C'est aussi être écouté pour être entendu et compris.

Exposer c'est s'exposer. toute personne qui prend la parole en public est confronté aux mêmes difficultés que l'acteur ou le chanteur sur scène.

L'utilisation des techniques théâtrales et vocales dédiée à la prise de parole en public, pour s'entraîner et progresser.

PUBLIC VISÉ

- Managers de plus de 2 ans d'expérience
- Dirigeants

Groupes de
10 à 25
participants

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Savoir placer et porter sa voix
- Surmonter le trac de la prise de parole en public
- Développer sa prestance et gagner en présence
- Prendre conscience de son image et la travailler
- Exprimer ses idées pour se faire entendre et comprendre
- Présenter ses idées de manière impactante

360Learning

Blended Learning :
Activités et apports en amont et
aval du séminaire.

DESCRIPTIF DU STAGE

Principaux thèmes abordés

Version 1 JOUR

- Impacter avec la voix :
 - ▶ Apprendre à gérer son souffle
 - ▶ Transmettre une émotion sans se laisser submerger
- Incarner avec son corps :
 - ▶ Apprendre à créer et occuper l'espace
 - ▶ Adapter sa communication à son auditoire, créer un dialogue
- « My name is Cyrano » : le personnage de Cyrano de Bergerac incarne le modèle de l'excellence oratoire. Divers exercices permettront aux participants d'expérimenter cette posture d'orateur impactant

Version 2 JOURS

- Trouver sa voix, :
 - ▶ Apports sur l'appareil vocal : timbre, tonalité, registres.
 - ▶ Faire de sa voix un atout
- Quick Song Challenge : expérimenter les apports en interprétant un extrait d'une chanson que l'on aime au groupe
- Incarner son discours et occuper la scène
- Le séminaire se termine par un spectacle de saynètes qui permettra à chacun de laisser s'exprimer « son Cyrano » mettant ainsi en application les apports des deux jours.

Techniques Pédagogiques actives

- Le séminaire repose sur l'entraînement. Nombreux exercices issus du théâtre, improvisation et chant organisés en ateliers.
- Les mises en situation le plus proches possible du réel permettent aux participants de ressentir et de vivre les apprentissages avec leur corps.
- Le séminaire est animé par un comédien/metteur en scène et une comédienne/chanteuse
- Utilisation de la vidéo