



A/toutTHEATRE

FORMATION INCARNER SA PRISE DE PAROLE



PRÉREQUIS

Aucun

DURÉE

1 journée (7 heures)

NOMBRE DE PARTICIPANTS

Jusqu'à 12 participants

NOMBRE DE FORMATEURS

1 formateur-comédien

SITUATIONS ET PUBLICS

Discours, pitch, présentation et interventions orales face à un public professionnel.

Découvrez le programme détaillé au verso.

OBJECTIFS DE LA FORMATION

Voix, posture et intention : donner de la présence à ses interventions professionnelles.

- Structurer une prise de parole claire et adaptée au public.
- Mobiliser les techniques vocales et corporelles de l'acteur.
- Travailler l'intention et l'expression des émotions.
- Repérer ses déclencheurs de trac et préparer son intervention.

CONTACTEZ-NOUS

01 82 83 28 43

contact@atouttheatre.fr

www.atouttheatre.fr

INCARNER SA PRISE DE PAROLE

MODULES 01 À 03

01. ENTRER EN SCÈNE

Explorer les composantes de la première impression : sympathie, compétence et présence. Présentation croisée, première minute de parole enregistrée et retours sur l'entrée en scène.

02. LA BOÎTE À OUTILS DE L'ACTEUR

Travailler ancrage, alignement, souffle, regard et écoute. Explorer la voix DIVA : débit, intonation, volume, articulation. Ajuster gestuelle et expressivité du visage.

03. DONNER VIE À SA PAROLE

Interpréter une même phrase avec différentes émotions. Observer leurs signes corporels et vocaux, puis choisir une intention cohérente avec la situation professionnelle.

MODULES 04 À 06

04. INTERPRÉTER UN TEXTE

Mettre en voix des extraits de théâtre, de films ou de séries. Travailler rythme, respiration, diction et non-verbal, en duo ou en groupe. Transposer ces outils à ses propres interventions.

05. PRÉPARER LE TRAC

Identifier ses déclencheurs et expérimenter des exercices de respiration, d'ancrage et de visualisation. Construire des repères de préparation avant la prise de parole.

06. INCARNER SON MESSAGE

Présenter un extrait de discours, de pitch ou de présentation. Appliquer les outils travaillés et recevoir des retours personnalisés pour ajuster le fond, la forme et l'intention.

MODALITÉS D'INTERVENTION

Échauffements vocaux et corporels, improvisations encadrées, interprétation de textes et prises de parole individuelles. Retours du formateur et du groupe sur la voix, la posture et l'intention.

LA MISE EN PRATIQUE

Une intervention issue de son contexte professionnel, jouée et retravaillée avec le formateur.

ÉMARGEMENT ET ÉVALUATION

Par formulaire papier en fin de formation.

ACCESSIBILITÉ

Un entretien permet d'examiner vos besoins et les aménagements éventuels liés à une situation de handicap.

Inscription possible jusqu'à 24 h avant le début de la session.

[Consulter la fiche formation en ligne >](#)