



A/toutTHEATRE

FORMATION ANIMER ET CAPTIVER EN VISIO



PRÉREQUIS

Aucun

DURÉE

1 journée (7 heures)

NOMBRE DE PARTICIPANTS

Jusqu'à 12 participants

NOMBRE DE FORMATEURS

1 formateur-comédien

SITUATIONS ET PUBLICS

Réunions, présentations et séquences de formation animées en visioconférence.

Découvrez le programme détaillé au verso.

OBJECTIFS DE LA FORMATION

Incarner sa parole à distance et créer une relation vivante à travers l'écran.

- Structurer une réunion ou une séquence de formation à distance.
- Varier le rythme et les interactions pour soutenir l'attention.
- Ajuster voix, regard, gestuelle et présence à la caméra.
- Gérer le trac et réagir aux imprévus de la visioconférence.

CONTACTEZ-NOUS

01 82 83 28 43

contact@atouttheatre.fr

www.atouttheatre.fr

ANIMER ET CAPTIVER EN VISIO

MODULES 01 À 03

01. ENTRER EN SCÈNE À DISTANCE

Travailler la première impression, le regard caméra, la posture, le cadrage, la lumière et le fond. Mettre en pratique une ouverture de présentation avec l'exercice « La minute d'impact ».

02. CAPTER ET RELANCER L'ATTENTION

Varier les supports et les sollicitations. Expérimenter surprise, histoire, mouvement, ruptures de rythme, pauses et transitions. Concevoir une relance dans sa présentation.

03. LE CORPS ET LA VOIX À L'ÉCRAN

Trouver son ancrage, même assis. Travailler débit, intonation, volume et articulation, ainsi que le souffle et l'énergie. Ajuster micro, regard, cadrage et environnement visuel.

MODULES 04 À 06

04. RÉCIT ET PARTICIPATION

Construire un fil narratif : hameçon, contexte, problème, solution et vision. Préparer questions, interactions et séquences d'ouverture pour faire participer le groupe à distance.

05. STRESS ET IMPRÉVUS TECHNIQUES

Identifier ses réactions et expérimenter des outils de recentrage : respiration, visualisation et ancrage. S'entraîner à reprendre le fil avec calme lorsqu'un incident survient.

06. INCARNER UNE SÉQUENCE À DISTANCE

Jouer une idée, une émotion ou une consigne face à la caméra. Animer un extrait de réunion ou de formation. Recevoir des retours sur la cohérence entre voix, visage et message.

MODALITÉS D'INTERVENTION

Exercices de diction et d'ancrage, improvisations filmées, storytelling et animation participative. Mises en situation à partir d'extraits de réunions ou de formations, avec retours personnalisés.

LA MISE EN PRATIQUE

Une séquence de réunion ou de formation à distance, préparée puis jouée face à la caméra.

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 >](#)