

413 - Prendre la parole en public

Domaine

Atelier - Développement personnel.

Public

Cet atelier s'adresse à tous les professionnels qui souhaitent acquérir des moyens pour améliorer leur prise de parole en public.

Prérequis pédagogiques

Aucun. Afin que les participants tirent le meilleur profit de la formation, une maîtrise de la langue française, correspondant au minimum au niveau B2 du *Cadre européen commun de référence pour les langues (CECRL)*, est requise.

Objectif général

Cet atelier vise l'acquisition de connaissances et la maîtrise des compétences nécessaires pour gérer les prises de parole en public.

Présentation

Dans un premier temps, les participants seront amenés à réaliser des exercices et des jeux théâtraux qui permettent de comprendre le fonctionnement de la mémoire et de renforcer les capacités de mémorisation, par des mises en situation, des exercices vocaux et des jeux théâtraux.

Dans un second temps, ils découvriront des techniques pour mieux contrôler leur appréhension du public et développer leur confiance en eux.

Pour finir, ils seront invités à simuler différentes situations de prise de parole.

Modalités de travail

La formation est conçue selon une approche de type formation-action participative et interactive, faisant alterner les séquences d'apports théoriques et les ateliers pratiques. La durée de cet atelier est de 15 heures (9 séances de 1 h 40).

Contenus prévisionnels

- 1** : Se présenter, mutualiser ses représentations et ses pratiques de classe. Formuler ses besoins et attentes pour les mettre en regard des objectifs de l'atelier.
- 2** : Distinguer les différents types de mémoire : exercices et jeux.
- 3** : Expérimenter et analyser les différentes situations de prise de parole.
- 4** : Expérimenter et analyser des activités pour travailler sur la présentation de soi, le rapport à autrui et à son propre corps.
- 5** : Expérimenter des exercices et des jeux favorisant la découverte de soi et des exercices d'apprentissage de textes.
- 6** : Expérimenter et analyser des activités pour le travail de la voix.
- 7** : Expérimenter des exercices d'écoute : connaître son sujet et son auditoire.
- 8** : Préparer la prise de parole : mise en situation et analyse.
- 9** : Simuler différentes situations de prise de parole. Faire une synthèse des contenus de formation.

Éléments bibliographiques

- BOAL Augusto. *Jeux pour acteurs et non-acteurs*. La Découverte, 2004.
- LEVASSEUR Laurence. *50 exercices pour prendre la parole en public*. Eyrolles, 2009.
- MACPHERSON Fiona. *100 % mémoire*. Ideo éditions, 2010.
- MARTINEZ Sébastien. *Une mémoire infallible*. Premier parallèle, 2016.
- PEZIN Patrick. *Le livre des exercices à l'usage des acteurs*. Paris : L'entretemps, 2002.
- SORZANA Catherine. *La prise de parole en public*. Victoires éditions, 2010.