



La Cour St Nicolas

FORMATIONS

2
JOURS

5-6 février
2019

La Prise de parole en public

PUBLIC CONCERNE : Artistes entrepreneur des Ateliers de Paris

1. OBJECTIFS :

- Savoir préparer une intervention, en face à face ou devant un groupe.
- Savoir définir un objectif et s'adapter aux différentes situations de communication.
- Mieux maîtriser son émotivité.
- Améliorer son attitude et son comportement en situation de prise de parole.
- Mener à bien un dialogue constructif : questions, reformulations, synthèse.
- Développer sa capacité d'écoute et de compréhension.

2. PROGRAMME :

a. Les bases de la prise de parole

- détente du corps
- respiration
- préparation
- improvisation

b- S'exercer à :

- Improviser
- Raconter avec ses propres mots et travailler sa force de conviction
- Préparer et intervenir en public
- Créer et s'entraîner à dire son Pitch

c- Développer son aisance relationnelle

- Jeu du miroir
- Mimes
- Positions de vie

3. METHODES PEDAGOGIQUES :

- Une animation essentiellement inter active.
- De courts exposés théoriques permettant d'acquérir les connaissances de bases.
- Des exercices d'applications et des mises en situations, commentés et analysés par le groupe.

LA COUR SAINT NICOLAS

Tel : 01.43.44.75.19

www.lcsn.fr / formation@coursaintnicolas.fr

La Cour St Nicolas
20, rue Saint Nicolas 75012 Paris