



FORMATION

INITIATION AUX TECHNIQUES D'ORALITÉ

DURÉE
1 jour

• OBJECTIFS •

- Améliorer les compétences en lecture à voix haute pour captiver l'auditoire
- Maitriser la communication verbale et non-verbale
- Gérer le trac pour rester serein et confiant

• PUBLIC •

Tout public désireux de renforcer son impact à l'oral

• PROGRAMME

Gestion du stress et du trac

- Exercices de respiration
- Exercices de relaxation
- Techniques de projection et de visualisation

Les techniques de lecture à voix haute

- Exercices de diction et d'articulation
- Pratique de la lecture à haute voix (textes variés : discours, articles, lettres, etc.)

Expression verbale et intonation

- L'importance de l'intonation et du rythme
- Techniques pour captiver l'auditoire
- Ateliers pratiques : lecture expressive

Communication non-verbale

- Importance des expressions faciales et du contact visuel
- Techniques pour améliorer sa présence sur scène
- Ateliers pratiques : mises en situation

Structurer son discours

- Comment organiser ses idées pour un discours clair et cohérent
- Utilisation de supports visuels

OUTILS PÉDAGOGIQUES •

- Alternance entre théorie et pratique
- Mises en situation et jeux de rôle
- Encouragement à l'auto-évaluation et à la pratique continue