



Module Relation : Les Bases de l'improvisation

Parcours Scène



Niveau : **DEBUTANT**

Prérequis : Toute personne ayant le souhait de passer un bon moment et de découvrir l'improvisation et ayant suivi au moins un module Improvidence Premiers Pas

<i>Langue</i>	Français	<i>Nombre total d'heures du module</i>	36H
---------------	----------	--	-----

Type des différents formats proposés pour ce module

- Formule COURS

2h de cours par semaine + un stage week end Une représentation sur la scène du théâtre Improvidence est incluse

- Formule STAGE

stage sur 3 weekends Une représentation sur la scène du théâtre Improvidence est incluse

- Formule STAGE INTENSIF

6 jours consécutifs Une représentation sur la scène du théâtre Improvidence est incluse





Description

On passe aux choses sérieuses, vous êtes maintenant convaincus que l'impro est faites pour vous et que vous allez faire un bout de chemin ensemble ! Vous allez découvrir, apprendre, ressentir et comprendre l'improvisation. Comment chacun apporte sa pierre à l'édifice tout en cultivant l'enthousiasme, la bienveillance et le plaisir. En bref, expérimenter pour mieux intégrer les valeurs de l'impro ! Au programme, des exercices autour des techniques de base de l'improvisation : l'écoute, la réactivité, l'engagement dans le jeu, la confiance en soi et en son partenaire de jeu, et pour finir le plaisir de découvrir la scène à l'Improvidence !

Objectifs

- S'approprier les bases de l'improvisation
- Apprendre à se connecter au(x) partenaire(s) : établir le lien, la complicité rapidement
- Écouter, comprendre et accepter les propositions de ses partenaires
- Proposer en s'appuyant des propositions des autres pour construire une impro
- Travailler le lâcher prise et le non-jugement pour renouer avec le plaisir simple de jouer
- Ressentir, accepter et jouer ce qui est là, tout simplement
- Fouler sa première scène

Programme détaillé

Contenus

Jeux et exercices d'improvisation théâtrale essentiellement basés sur le travail :

- Les techniques de base de l'improvisation
- L'écoute
- La réactivité
- L'engagement dans le jeu
- La confiance en soi et en son partenaire de jeu
- Le lâcher-prise, ne pas être dans le jugement de soi ou des autres

La culture de l'amusement :

- L'enthousiasme
- La bienveillance
- Le collectif
- Le partage





Méthode / Outils

- Echauffement en démarrage de session
- Jeux et exercices d'improvisation théâtrale
- Débriefings individuels et collectifs

Informations complémentaires

Venir avec une tenue décontractée dans laquelle vous êtes à l'aise pour bouger

Autres modalités liées à la gestion du cours

- Un mail de confirmation et de rappel de la bonne tenue du module sera envoyé une semaine avant la date de début.
- Une feuille d'émargement sera à signer au début de chaque séance de votre module.
- La formation est accessible uniquement aux personnes préalablement inscrites.
- Un questionnaire de satisfaction sera envoyé par mail à la fin du module
- Une attestation de fin de formation pourra vous être remise sur demande.

L'ensemble de nos formateurs sont des comédiens improvisateurs expérimentés et professionnels.

