

## Stage FNCTA, les 1,2,3 Novembre 2018

***Ce stage est réservé uniquement aux personnes qui ont déjà fait au moins un peu de scène.***

***Un arrêt sur l'image sur son jeu d'acteur***

Premier Jour :

### **Moi, comédien**

- Quelles sont mes peurs
- Quelles sont mes faiblesses et tics
- Quelles sont mes forces
- Quels sont mes bons et mauvais souvenirs sur scène

### **Travail sur soi**

- Quelle est l'image que j'ai de moi
- Quelle est l'image que les autres ont de moi
- Pourquoi le théâtre
- Trac, peur, stress, définition et gestion
- Quels sont mes projets de vie et comment les réaliser
- Mes freins, mes moteurs.
- Extérioriser mon potentiel

Deuxième jour :

### **Le corps**

- Notion de son corps
- Notion de l'espace et déplacement
- L'importance de chaque geste, l'impact du comportement non verbal
- Respiration, décontraction, concentration
- Transmettre mes émotions
- Improvisation en solo et en collectif

Troisième jour :

### **La parole**

- Travail du texte
- Force du silence
- Voix, articulation
- Vivre et dire son texte
- Notion du personnage
- Conscience de l'autre sur scène

**Venir avec un texte su par cœur, d'au moins 10 lignes**