

« J'entre en scène ; le trac et moi, un dialogue constructif »

Par Ralph Nataf

Vendredi 22 février et vendredi 29 mars 2019

2 journées de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h

Académie Musicale du 15<sup>e</sup> Mistral, 16 villa Frédéric Mistral, 75015 Paris

**RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS : 01 45 65 02 22**

<b>PUBLIC</b>	Professeurs et animateurs-techniciens dans le domaine musical ou théâtral.
<b>OBJECTIF GÉNÉRAL</b>	<p>La prestation scénique est partie intégrante de la compétence de l'enseignant artistique. Pour lui même en tant qu'artiste, pour ses élèves qu'il guidera de façon à mettre en place les conditions favorisant une rencontre épanouissante lors de ce moment très particulier. Aborder la scène avec confiance, devenir interprète, affiner son rapport à la théâtralité. nous tâcherons d'appivoiser la scène et ce qui s'y joue... comme le renard du désert invitait le petit prince à l'appivoiser : progressivement et en douceur.</p> <p>Prendre conscience de tout ce qui favorisera une rencontre fructueuse avec le public. la réussite de l'événement.</p> <p>Mettre en oeuvre ces conditions.</p> <p>Assumer sa présence, savoir pourquoi on est là.</p>
<b>CONTENU</b>	<p>Exercices puis mises en situation. Expérimentations de moments clefs.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- L'arrivée sur scène Le moment de commencer</li> <li>- Les passages de difficultés techniques</li> <li>- Les transitions d'un morceau à l'autre</li> <li>- Le moment de finir</li> <li>- Le salut au public...</li> <li>- Goûter ces moments spécifiques où se jouent en nous des forces que nous pouvons apprendre à accueillir pour mieux les conduire, comme on conduit une improvisation.</li> </ul>
<b>MÉTHODES PÉDAGOGIQUES</b>	<p>Alternances entre discussions croisées, petits contes de sagesse, et mise en situations d'explorations et d'expérimentations diverses</p> <p>Nous chercherons les appuis</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- techniques : (respiration, centrage, écoute bienveillante de ce qui se joue en soi)</li> <li>- mes compétences (mes acquis, mon savoir-faire, mon travail de préparation, mes répétitions passés)</li> <li>- mes qualités spécifiques et saveurs des présences, la-mienne, celle du public : les moments de concerts sont aussi des rencontres humaines</li> </ul> <p>Nous explorerons le lâcher-prise, le recul, la capacité à remettre les choses en perspective et à revenir à ce qui est le plus important, le plus fondamental :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Qu'est-ce que je suis venu faire là ? qu'est-ce qui m'a poussé à y aller ?</li> </ul> <p>Retourner à la source du désir</p>
<b>ÉVALUATION</b>	Évaluation dite formative. : 1ère synthèse en fin de 1ère journée où l'on énonce l'essentiel reçu et en projet pour chacun. 2ème synthèse en fin de stage pour consolider les axes forts de celui-ci.
<b>NB PARTICIPANTS</b>	15 participants maximum
<b>DURÉE</b>	2 jours soit 14 h
<b>LE FORMATEUR</b>	<p><b>Ralph Nataf</b> est formateur, conteur, lecteur et musicien.</p> <p>Après une formation musicale et théâtrale dans les conservatoires, il s'est formé à la lecture à voix haute à Aleph Ecriture, ainsi qu'avec André Loncin, du Petit Théâtre.</p> <p>Il a suivi 5 années d'étude en communications interpersonnelle, et gestion des relations complexes,</p> <p>Il a conçu de nombreux spectacles de contes, qui tournent régulièrement et co-élaboré des spectacles de Lecture à Voix Haute et musique.</p>
<b>LIEUX</b>	<b>AM 15 M : 16 Villa Frédéric Mistral - 75015 Paris - M° Lourmel</b>
<b>INSCRIPTIONS</b>	<b>Ouvertes : 01 45 65 02 22</b>