

## PROGRAMME

### ***La voix comme instrument de sa propre expression***

L'appareil vocal.

Les attributs de la voix (volume, débit, articulation, intonation...).

L'ancrage du corps ; les points d'appui corporels assis et debout.

Le souffle et la respiration.

Préparer sa voix, échauffement, mise en tonicité.

La concentration, la gestion du trac : trucs et astuces.

Techniques de relaxation, ventilation.

Le travail de la voix : articulation, élocution, intonation, la gestion du souffle.

Exercices pratiques : prise de conscience de l'espace voix et corps. Postures. Pose et placement de la voix : hauteur, intensité, timbre. Vocalisation, voyellisation.

### ***La voix comme instrument permettant l'écoute de l'auditeur***

Le rythme.

La prononciation.

La voix utilisée.

L'émotion.

La fluctuation.

La respiration.

Les silences.

La spécificité face aux médias écrits, radios, TV : le rapport « voix-contenu ».

***Exercices : rédaction d'un billet d'une minute pour la radio, d'un article d'une demi-page pour un journal, d'un commentaire off TV sur des images illustrant le contenu et le « message-clé »***

***Exercice final (enregistré face caméra) : exposé de chaque participant sur le « message-clé »***