

Lundi de 10h à 13h et de 14h30 à 17h30 / Mardi de 10h à 13h  
Du 16 septembre 2025 au 9 juin\* 2026 (Hors vacances scolaires)  
\*Dates susceptibles de modifications.

261 heures de cours annuels

Coût de la formation :

- 4 100 euros (en financement personnel)
- 4 550 euros (France Travail)
- 4 780 euros (OPCO, entreprises)

470 euros de frais de dossier en sus (non remboursables).

***« Ce qui bloque le plus le monde aujourd'hui, c'est la parole. Il ne faut donc pas commencer avec la parole, les idées, mais avec le corps. Le corps libre est le premier pas. »***

**Peter Brook**

---

Le Cycle Initial est une année permettant au stagiaire d'affiner ses choix et ses orientations, tout en lui offrant l'occasion de commencer à approfondir sa connaissance du travail d'acteur. Elle est un premier pas vers la professionnalisation. Elle est organisée de manière à ce qu'il puisse suivre une formation parallèle en université ou une activité professionnelle autre.

Elle permet de confirmer ou d'infirmer cet élan, en travaillant très concrètement et en construisant un vrai niveau d'implication et de compréhension.

Il s'agit de poser les bases du jeu ainsi que les bases techniques et de comprendre à travers la pratique, qu'être acteur exige implication et discipline.

Le programme a été conçu pour offrir un travail régulier, à la fois technique et ludique.

Il est constitué d'une journée et demie hebdomadaire où le stagiaire entraîne sa puissance et sa subtilité (physique, émotionnelle, perceptive).

L'école du Jeu a pour vocation de proposer un encadrement sain et éthique dans lequel le stagiaire est accompagné.

L'année sera constituée de différents modules : (Sous réserve de modifications)

- TCIC (Technique de confirmation intuitive et corporelle)
- Technique Vocale
- Corps et Jeu

## GRANDS AXES DU CURSUS

- Identifier ses points forts et ses points faibles
- Construire sa confiance en se construisant des compétences précises et appropriées
- Développer une attitude de travail (implication, humour, curiosité)
- Se cultiver (lectures, sources d'inspiration, etc.)

## LES LIGNES DE FORCE DE CET APPRENTISSAGE

- Apprendre "de" et "par" le corps
- Utiliser et maîtriser ses émotions
- Aborder la technique : condition physique, art de la parole (diction, voix, etc.)
- Aborder les textes, le travail de scène
- Amorcer le geste créateur (à travers la pensée, le texte, les jeux, etc.)

## SUIVI & ÉVALUATION DES ÉTUDIANTS

Suivant sa volonté d'encadrer sérieusement les élèves dans leurs parcours individuels et de les aider à comprendre la globalité dans laquelle s'inscrit l'art de l'acteur, L'École du Jeu s'attache à construire un suivi pédagogique fort.

Des ponts sont ainsi créés d'un cours à l'autre, tant entre les intervenants, qu'entre les disciplines elles-mêmes. Les élèves perçoivent ainsi la cohérence des enseignements et progressent d'autant plus.

Des notes de travail écrites sont régulièrement demandées aux participants, favorisant ainsi le développement d'une pensée construite et autonome.

Un suivi régulier individuel, par le référent pédagogique en concertation avec les intervenants, permet à chacun de se positionner par rapport aux objectifs.

## STRUCTURE DU CYCLE INITIAL

L'effectif maximum par groupe est de 18 élèves.

L'année scolaire commence la semaine du 16 septembre 2025 et prend fin le 9 juin\* 2026  
(Hors vacances scolaires)

\*Dates susceptibles de modifications.

Elle comprend 29 semaines de travail, avec des cours le **lundi de 10h à 13h et de 14h30 à 17h30 et le mardi de 10h à 13h.**

Soit **261 heures sur l'année.**

Vacances de Toussaint du 18 octobre 2 novembre 2025 inclus

Vacances de fin d'année du 20 décembre 2025 au 4 janvier 2026 inclus

Vacances d'hiver du 21 février au 9 mars 2026 inclus

Vacances de printemps du 18 avril au 4 mai 2026 inclus

### Le jeu à travers la Technique de confirmation intuitive et corporelle (TCIC®)

Initier son corps, c'est lui apprendre les bases du travail physique qui appellent à :

- Se préparer, s'entraîner sainement
- Sentir, ressentir le corps en mouvement intérieur comme extérieur
- Entrer en dialogue avec son corps
- Créer, improviser

### Objectifs :

Les élèves découvriront un ensemble d'exercices ludiques qui renforceront leur vitalité et leur confiance. Ils apprendront à suivre leurs intuitions et à faire confiance à leur corps, leurs émotions. Ils développeront ainsi des connaissances et des outils qui leur permettront de jouer avec eux-mêmes et avec les autres.

La Technique de Confirmation Intuitive et Corporelle entraîne la personne à développer, entre autres, sa rapidité et sa souplesse, son charisme, ses capacités d'adaptation et de prise de décision, sa joie dans le travail. Autant de facultés qui sont essentielles à qui souhaite réellement entreprendre ou inventer. Le principe de cette pédagogie est simple : on utilise l'art de jouer et l'imagination pour se défaire de ses limitations et du carcan de l'image que l'on a de soi.

### Support :

- Apprendre « de » et « par » son corps
- Utiliser le mouvement et la mobilité pour gagner en confiance
- Utiliser les émotions :
  - Savoir comment les laisser être et circuler sans se laisser submerger, sans les repousser
  - Profiter ainsi de l'énergie qu'elles nous offrent
  - Découvrir qu'aucune émotion n'est négative si l'on sait s'en servir
  - Utiliser une émotion pour servir un propos et atteindre l'interlocuteur

### TECHNIQUE VOCALE

Parce que la voix, la diction, une relation riche et libre à la parole et aux textes sont des compétences indispensables à une réelle formation, une séquence soutenue est inscrite au programme du Cycle Initial.

C'est en effet souvent un manque de maîtrise et une maladresse certaine qui freinent les velléités de jeu d'un jeune acteur.

Qu'il se construise une technique au service de son art et de son métier est essentiel.

Il s'agit ici de :

- Poser les fondements de la voix : appuis du souffle, maîtrise de sa puissance vocale, appréhender son timbre et muscler le corps.
- S'amuser de cette voix dans la parole et le chant, les différences de timbres et de hauteurs.
- Appréhender l'intimité du murmure et l'exubérance de la passion, et cheminer entre ces deux pôles pour pouvoir explorer la voix dans tous états.

- Apprendre à se connaître, la voix étant source d'émotions et de sensations.

Et ce, afin que la voix de chaque apprenti comédien devienne un outil bien ciselé et musclé, qui accompagnera toute l'exploration du Jeu et des désirs.

#### Objectifs :

- Se libérer rapidement des a priori et des peurs, en s'appuyant sur des exercices précis, concrets et ludiques.
- Avoir une bonne connaissance de l'anatomie, support d'émission sonore (thorax, appui ventre, sternum, colonne vertébrale).

#### Supports :

- Exercices techniques de respiration
- Ouverture et musculation de toutes les parties du corps liées à l'émission sonore
- Travail bucco-facial, vocalises
- Impro voix/corps
- Textes littéraires et théâtraux
- Chansons
- Travail subtil, souffle et résonances.

#### Corps et Jeu

« Du verbe charnel aux corps parlants »

*"Ce qui l'emporte c'est l'audace de dire et la liberté des corps qui clament ce que les paroles taisent ou tempèrent."* Georges Banu

Cette période sera un espace d'expérimentation, un laboratoire dans lequel l'élève-acteur pourra questionner l'artiste-créateur qu'il est. L'objectif sera de prendre confiance en soi et de trouver le plaisir de jouer. L'exigence sera un pas vers la professionnalisation pour questionner, analyser notre rapport à la scène. L'élève se construit sa « boîte à outils » pour évoluer dans les différents styles d'interprétation. Pour cela nous nous poserons certaines questions.

Qu'est-ce que l'acteur ? Qu'est-ce que le personnage ? Qu'est-ce que le rôle ? A quoi doit-on penser ? Comment écouter ? Et le corps dans tout ça ? Comment bouger ?

L'artiste-créateur se définit dans les choix qu'il fait.

Choix des scènes : (sur proposition de l'élève et/ou de l'intervenant)

- Répertoire théâtral contemporain et classique
- Scène de film ou série
- Autre texte sur validation de l'intervenant