L'ÉCOLE DU JEU

DESCRIPTIF
ATELIER LOISIRS ADULTE

Le mardi de 19h30 à 22h
30 séances annuelles (75 heures de formation)

Du 15 septembre 2026 au 1er juin 2027 (hors vacances scolaires)

1 070 € (frais d'inscription inclus)

Dans une ambiance conviviale et bienveillante, ce cours loisirs propose une plongée progressive dans les fondamentaux du jeu théâtral. Il permet de développer l'écoute, l'imaginaire, la présence et la confiance en soi, tout en découvrant le plaisir du jeu collectif.

Chaque semaine, les participant·es expérimentent, partagent et créent ensemble, en avançant pas à pas vers une meilleure connaissance de leurs capacités expressives et de leur sensibilité artistique.

Objectifs :

- Découvrir les bases du jeu théâtral par la pratique ;
- Développer l'écoute, l'attention et la disponibilité aux autres ;
- Explorer la voix, le souffle et le corps comme outils d'expression ;
- Apprendre à improviser, inventer, jouer, composer ;
- Aborder progressivement le travail du texte, classique ou contemporain ;
- Favoriser la confiance en soi, l'audace, le plaisir de jouer.

Axes d'exploration possibles :

L'atelier est pensé comme un cheminement progressif, où chaque étape nourrit la suivante.

1. <u>Mise en confiance et esprit de groupe</u>
    - Jeux collectifs pour libérer l'énergie.
    - Exercices d'écoute, de concentration et de rythme.
    - Création d'un climat de confiance et de bienveillance.

2. <u>Exploration corporelle et vocale</u>
    - Travail sur la respiration, la voix, l'articulation.
    - Mise en jeu des émotions à travers le mouvement et la voix.
    - Développement de la présence scénique.

3. <u>Improvisation et imaginaire</u>
    - Exercices d'improvisation seuls, en duo, en groupe.
    - Développement de la spontanéité et de l'invention.
    - Construction de petites scènes improvisées.

4. Premiers pas vers le texte
    - Découverte des enjeux d'une scène : objectifs, relations, sous-entendus.
    - Travail sur des textes courts (contemporains et classiques).
    - Passage du jeu libre à l'interprétation structurée.

5. Composition et jeu théâtral
    - Approfondissement des outils de l'acteur : adresse, rythme, intensité.
    - Création de personnages et exploration de leurs émotions.
    - Mise en lien entre improvisation et texte.

Modalités d'évaluation

Un questionnaire de mi-parcours est proposé aux participant(e)s afin de mener leur propre évaluation, ainsi qu'un second en fin d'année pour faire un bilan.

Prérequis et modalité de sélection

Le cours loisirs adulte est ouvert à tous et toutes, notamment les débutants et grands débutants.
Aucun prérequis n'est exigé mais une véritable motivation est demandée.

INSCRIPTION DIRECTEMENT SUR NOTRE SITE > ATELIERS ET COURS DU SOIR

Qualiopi processus certifié
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

Notre organisme de formation, certifié Qualiopi, assure un suivi rigoureux de chaque stagiaire et de chaque action de formation, afin de garantir la qualité et la conformité de nos prestations.