



Préparation du concours "Ma thèse en 180 secondes" (SP70)

Ecriture du speech, présence scénique, gestion du stress et coaching théâtral



LA FINALE RÉGIONALE DE MT180s AUVERGNE SE TIENDRA LE LUNDI 11 MARS 2025

Objectifs

Suivant les techniques du travail de l'acteur et les enseignements de la Technesthésie (tekhnê, art ; aesthesis, sensation), technique oratoire fondée sur la motricité de la parole, nous proposons un entraînement pratique intensif, permettant à chacun d'affirmer sa présence et de trouver l'aisance de sa parole en public. Il s'adapte spécialement à la préparation au concours « Ma Thèse en 180 secondes » — En AcT a d'ailleurs préparé avec quelques succès des doctorants à Paris Ouest Nanterre mais également à l'UCA depuis maintenant deux ans. Il se conclut ainsi par une simulation de l'épreuve orale de 3 minutes, où chaque stagiaire éprouve les apports de l'entraînement en situation.

Méthodes

- Méthode opérationnelle : nombreux exercices individuels et personnalisés.
- Techniques du comédien sur l'imaginaire, l'émotion et tout ce qui nourrit le discours et permet de mieux l'incarner.
- Jeux de l'orateur : Méthode Technesthésie, étude et pratique des appuis physiques de la parole et du corps parlant.
- Travail collectif : Exercices, jeux et entraînements en solo, en duo, en groupe ; appréciés et commentés par l'ensemble du groupe, ce qui multiplie les regards et les retours, et développe la capacité d'écoute et d'analyse.
- Guide d'entraînement fourni aux stagiaires en fin de formation.

Modalités

Langue : Français

Public cible : Doctorants en 2ème et 3ème année.

Prérequis : Avoir des résultats à présenter, apporter une trame de la thèse.

Intervenants :

- PART. 1 : Journaliste scientifique
- PART. 2 : Compagnie En-ACT

Durée : 4h (demi-journée) + 21 heures (3 jours)

Nombre maximum de participants : 15 participants.

Validation : 1 module

Contenu

Jour 1

Travail de vulgarisation et d'écriture du discours avec une journaliste scientifique. (4h)

Jour 2

Détente, échauffement corporel et vocal/ les 4 mécanismes de base de la parole /isoler les blocs de sens/ accélérer et ralentir à volonté /geste articulatoire : souffle, diction, diaphragme, mobilisation physique/organisation des séquences : savoir attaquer et conclure/transmettre des images et des émotions. (7h)

Jour 3

Motricité de la parole : donner vie à son propos, utiliser les appuis de la technique, trouver sa voix d'orateur/répéter son texte : corps en mouvement, projection de la voix, gestion de l'espace. Identifier les images et émotions sous-jacentes au texte à transmettre/étude et entraînement par deux sur son texte puis premier passage solo devant l'auditoire. (7h)

Jour 4

Répétition du discours de 180 secondes : attaque, rythme, mise en corps, occupation de l'espace, nourrir et transmettre les images, les émotions/passage en situation dans le temps imparti, gestion de l'imprévu/retour des stagiaires et bilans personnalisés. (7h)

S'inscrire via ADUM ici

 Participation obligatoire au concours.