|  |
| --- |
| * ***S’échauffer et trouver son corps d’orateur*** *(15’)*

***Objectif: préparer son corps, son souffle et sa voix pour une prise de parole*** **Détendre le haut du corps 3’ :** * décrire des cercles avec les épaules (2 sens) en respirant. Amplifier le mouvement
* détendre le cou : demi-cercles d’une épaule à l’autre en respirant profondément

**Retrouver une respiration basse 2’:** * aplanir son dos contre le mur (supprimer la cambrure) et décontracter les épaules
* fermer les yeux et trouver une respiration apaisante (proche de celle du sommeil). Le ventre devrait se synchroniser avec la respiration. Inspirer par le nez/ Expirer par la bouche (paille imaginaire)

**Respirer en posture 3’ :** * Hors du mur, ajuster la posture : pieds // écartés, épaules détendues, sommet du crâne vers le ciel, torse ouvert. On doit se sentir + grand, + vif, + disponible
* Monter les bras à l’horizontale comme les leviers d’une pompe en inspirant profondément
* Sonoriser son souffle en vidant ses poumons et en rabaissant les bras
* Le son émis doit évoquer le soulagement
* Varier la durée du son en variant le mouvement des bras.

**Ajuster sa voix 2’ :** * Prononcer les phrases « Je suis venue ici pour m’exprimer » (photocopie) en ajustant le volume sur la hauteur des lettres
* Contraster au maximum, sans crier ni partir trop dans les aigus

Maintenir la posture dégage la colonne d’air et fait sonner la voix : l’expression est plus claire et efficace « nettoyée).Ancrage, facilitation de la prise de parole, le corps est prêt. |
| * ***L’archer*** *(10’):*

***Objectif: créer des relations précises avec son auditoire par les intonations de la voix*****Ajuster sa voix 2’ :** * 1 archer, répartition des personnes dans la salle, dos tourné à l’archer
* L’archer dirige son regard vers un collègue et l’invective sans prononcer son nom (prendre son temps, se positionner, envoyer la bonne énergie vocale selon la distance de sa cible)
* Les personnes se sentant visées lèvent la main

**Créer les connexions 3’ :*** 1 archer, répartition des collègues dans la salle, tournés vers l’archer, en situation d’écoute
* Choisir un sujet simple (mes dernières vacances, ma dernière séance de sport, mon parcours scolaire, une anecdote avec ses élèves…)
* S’adresser **précisément à toutes les personnes** face à lui, établir des connexions
* La personne ciblée lève la main quand elle se sent connectée

(pas d’ordre artificiel, une information par connexion).Faire prendre conscience que l’attention dépend de la connexion, de l’intention du locuteur qui doit avoir la conscience de maîtriser son corps, son regard et sa voix. |
| * ***La discussion en « Grommelot»*** *(15’):*

***Objectif: travailler sur des intentions sans l’aide des mots*****Préparation 2’ :** * Par binôme : préparer une discussion à propos d’un sujet précis  (feuille)

Ex : Parent qui punit son ado d’écrans/ Déclaration d’amour/ Annonce d’une mauvaise nouvelle/ Annonce de la réussite des sélections de The Voice/ Un metteur en scène met en scène/ Un coach remotive les troupes dans le vestiaire après une 1ère mi-temps catastrophique.**Discussion en fruits et légumes 3’ :*** Parler en « Grommelot» : langage imaginaire propre à chacun fait de sons, de séquences sonores, des syllabes, de morceaux de mots enchainés…
* se concentrer sur le rythme vocal, la mélodie du discours, la sonorité des mots choisis, intonations, gestes, traits du visage pour faire passer son message
* Faire deviner quel était le sujet de discussion, et ce que les participants ont cherché à exprimer.

Variante : parler en fruits et légumes uniquement (affichage pour les aider) |
| * ***Le Vice-versa*** *(20’)****:***

***Objectif: argumenter, convaincre et réfuter*****Préparation des arguments (5’) :** * Question fermée, préparation de 2 arguments « pour »/ 2 arguments « contre »
* (Ex : **L’art doit-il forcément être esthétique ?** /Faut-il toujours dire la vérité ?/ Faut-il se défendre par la violence ?/ Faut-il toujours faire ce qu’on nous dit ? /Faut-il se laver les mains 5 fois par jour ?/ Faut-il manger 5 fruits et légumes par jour ?/ Faut-il porter un uniforme à l’école ?

***Bien insister sur le fait qu’il n’y a pas UNE vérité.*****Plaidoyers inversés 8’ :** * Présentation des arguments « pour »
* Tourner sur soi-même et défendre la thèse inverse, en énonçant les arguments « contre »
* Quelle était la position réelle de la personne exposant ?

Faire prendre conscience que 2 points de vue peuvent être possibles sur un même sujet et qu’une personne affirme davantage sa posture, son regard et sa façon de porter sa voix quand il défend son véritable point de vue. |
| * ***Le débat mouvant*** *(15’):*

***Objectif: argumenter, convaincre, improviser et écouter son interlocuteur*****Préparation des arguments ((5’) :** * Thème de débat donné, recherche d’arguments pour et contre (économiques, politiques, culturels, logistiques…), et prise de notes rapide
* (Ex : **C’est pareil de tuer un insecte, un chat ou une vache/** Il faut toujours dire la vérité/ Il faut manger 5 fruits et légumes par jour/ On est obligé d’être bon à l’école si on veut réussir aujourd’hui/ Les animaux sont des êtres pensants, comme nous/ C’est pareil de frapper une mouche, un chien ou un copain/ Si ce n’est pas beau, ce n’est pas de l’art

**Discussion mouvante (10’) :** * 2 personnes qui ont une opinion opposée se mettent face à face
* Les autres participants viennent se positionner dès que débute la joute lorsqu’ils sont convaincus par un argument, il peut changer d’avis à tout moment si un autre orateur le convainc (nécessité d’écoute active)
* Un passage de relais (qui peut être matérialisé) entre les personnes du groupe constitué permet d’enrichir le débat de nouveaux arguments (écoute active). Limiter le nombre de prises de paroles et le temps de parole (pour une distribution équitable)

**Débriefing (5’) :** * Quels arguments ont fait mouche ?
* Pourquoi l’un.e ou l’autre orateur.rice a plus mobilisé que les autres ?

**Alternative**: pour pallier la difficulté du consensus, faire 2 groupes par tirage au sort : pour ou contre |
| * ***La simulation de procès (40’):***

***Objectif: argumenter, convaincre*****Préparation (15’) :** * 1 juge, et 2 camps : 1 victime, 1 accusé, 2 avocats et 2 témoins (1 pour chaque partie)
* Contexte :

Ex : Procès d’un homme qui faisait des travaux sur son balcon du 4ème étage, qui fait tomber une brique qui blesse gravement un passant/Procès d’un voleur de nains de jardins/ Procès d’une personne qui a fait une mauvaise blague qui a tourné au vinaigre…* Chaque camp prépare sa défense et les arguments qu’il va défendre.

**Déroulé du procès (15’) :** * Le juge rappelle les faits et répartit les temps de parole dans l’ordre : avocat de la victime, avocat de la défense, témoin/soutien de la victime (interrogé par le juge), soutien de l’accusé (interrogé par le juge), la victime, l’accusé
* A la fin de toutes les prises de parole, le public vote à main levée pour condamner ou non l’accusé.

**Débriefing (10’) :** * Sont analysés : la qualité et pertinence des arguments et la manière de se comporter de caque acteur.
 |