

PROGRAMME DE LA FORMATION IMPROVISATION & JEU FACE CAMÉRA

1 semaine (35h) - 2 semaines (70h)
9h30-13h / 14h-17h30

Public visé :

Artiste interprète professionnel ou en cours de formation.

Prérequis :

Avoir une expérience de jeu.

Durée de la formation : (au choix)

1 semaine : 35 heures réparties sur 5 jours consécutifs
ou

2 semaines : 70 heures réparties sur 10 jours

Objectifs de la formation :

Se former au jeu face caméra et à l'improvisation:

- Appréhender les fondamentaux du jeu face caméra : regard, silence, écoute, justesse émotionnelle.
- Développer ses réflexes d'improvisation : réactivité, créativité spontanée, mobilisation de ses ressources cognitives, culturelles et artistiques.
- Travailler l'expression corporelle et vocale comme outils de jeu et de présence à l'image.
- Déverrouiller progressivement les blocages physiques et émotionnels pour gagner en liberté de jeu.
- Découvrir les contraintes techniques d'un tournage : cadre, déplacement, champ, regard caméra.
- Se familiariser avec la selftape et le casting comme portes d'entrée dans le métier.
- Repartir avec des images filmiques utilisables (extraits de jeu, exercices caméra).

CONTENU DE LA FORMATION

MODULE 1	Corps, voix, présence – mise en jeu
	<ul style="list-style-type: none">• Présentation des intervenants, du cadre pédagogique et des objectifs de la semaine.• Échauffements corporels et vocaux : ancrage, disponibilité, écoute du groupe.• Premiers exercices d'improvisation libres : explorer la spontanéité sans jugement.• Introduction à la caméra : qu'est-ce que ça change dans le jeu ?• Plans séquences improvisés filmés – débriefing collectif sur les premiers essais.

MODULE 2	Improvisation : réflexes et créativité
<ul style="list-style-type: none"> ● Méthode d'improvisation : écoute active, acceptation, construction collective. ● Exercices de déstabilisation contrôlée : vitesse d'exécution, imprévu, changement de consigne. ● Mobilisation des ressources intérieures : mémoire, images, sensations, culture personnelle. ● Improvisation filmée en situation : scènes courtes sans préparation. ● Retours vidéo et analyse collective des performances. 	

MODULE 3	Expression corporelle, émotion et présence caméra
<ul style="list-style-type: none"> ● Le corps comme instrument : déplacement, posture, regard, silence. ● Travail sur les émotions : accéder à une émotion juste sans sur-jeu ni sous-jeu. ● Contraintes techniques du tournage : champ, cadre, axe caméra, limite du jeu. ● Exercices de jeu dans différents états émotionnels filmés. ● Débriefing et coaching individualisé sur les axes de progrès. 	

MODULE 4	Self-tape et casting – portes d'entrée dans le métier
<ul style="list-style-type: none"> ● Qu'est-ce qu'une self-tape ? Cadre, lumière, direction de regard, enregistrement. ● Préparation et enregistrement de deux self-tapes par stagiaire (extraits de scènes fournis). ● Simulation de casting : se présenter, répondre aux demandes d'un réalisateur, s'adapter. ● Le métier de comédien aujourd'hui : réalités, démarche, outils de promotion. ● Retours individuels sur les self-tapes enregistrées. 	

MODULE 5	Restitution, bilan et perspectives
<ul style="list-style-type: none"> ● Séquence libre filmée : chaque stagiaire prépare et joue une scène courte de son choix. ● Visionnage collectif et retours du formateur. ● Panorama des étapes suivantes : perfectionnement, réseau, projets. ● Conseils personnalisés : axes de progression et ressources pour continuer. ● Remise des attestations et bilan de session. 	

Compétences acquises

- Premiers réflexes de jeu face caméra : regard, écoute, justesse.
- Capacité à improviser avec aisance dans des situations imprévues.
- Conscience corporelle et vocale appliquée au jeu à l'image.
- Expérience concrète de la self-tape et du casting.
- Vision réaliste du métier de comédien et des étapes pour progresser.
- Images filmiques (self-tapes, exercices) exploitables en autonomie.

Éléments fournis

Pédagogie active et immersive : exercices d'improvisation, travail caméra, retours vidéo individualisés. Chaque stagiaire repart avec des images de son jeu et des conseils personnalisés pour la suite de son parcours.

ORGANISATION DE LA FORMATION

Délais d'accès : Vous pouvez vous inscrire tout au long de l'année, jusqu'à une semaine avant le début du stage. Attention toutefois, pour les prises en charge par les organismes OPCO, des délais de prise en charge plus longs sont à prévoir (jusqu'à 2 mois avant le début de la formation).

Suivi personnalisé : Tout au long de la formation chaque stagiaire bénéficie d'un suivi adapté à ses besoins spécifiques. L'ensemble de la formation vise à offrir une formation complète et professionnelle afin de préparer les stagiaires aux réalités du métier et à une carrière dans le cinéma.

Modalité d'évaluation :

En amont de la formation (positionnement) : CV et lettre de motivation, questionnaire des attentes.

Pendant la formation : Contrôle continu par des mises en situation

Fin de formation : Bilan de fin de session (évaluation formateurs).

Méthodes mobilisées : Pédagogie centrée sur l'expérience, l'immersion en conditions réelles et la mise en pratique. La pédagogie est essentiellement proactive. Nombreux temps de pratique individuelle.

Modalités d'inscription : Inscrivez-vous à l'adresse desartsetdesvoix@gmail.com ou sur le site www.desartsetdesvoix.com, choisissez la formation souhaitée, et soumettez votre CV et lettre de motivation. Si votre profil répond aux prérequis, nous vous contacterons pour valider ensemble votre inscription et vous transmettrons les documents nécessaires (devis, contrat...).

Financement : Cette formation peut être autofinancée, ou être prise en charge dans le cadre de la formation professionnelle auprès de votre employeur (Plan de formation) et/ou de votre OPCO (Afdas, Pôle Emploi...).

Nombre maximum de stagiaires : 12 personnes

Modalité : présentiel uniquement.

Lieu de la formation : MONTPELLIER ou TOULOUSE. Pour chaque ville, le lieu change à chaque formation pour offrir de nouveaux décors.

Accessibilité handicap : Si vous êtes en situation de handicap, contactez **Faustine GILLES** prod.dadv@gmail.com, 06 23 63 08 76. Nous ferons notre maximum pour vous rendre la formation accessible. Notre démarche handicap est accessible sur le site ou sur demande.

Assiduité : Feuille d'émargement à remplir chaque jour matin et après-midi, et attestation de réalisation de formation remise à la fin de la formation.

Satisfaction des bénéficiaires : Questionnaire de satisfaction réalisé en fin de formation.

Réclamation : En cas d'insatisfaction ou de suggestion d'amélioration, merci de nous en informer immédiatement par mail desartsetdesvoix@gmail.com ou via un questionnaire de satisfaction en fin de formation. Nous nous engageons à traiter et répondre à toutes les réclamations dans un délai de 72 heures après réception. Nous assurons la confidentialité de chaque réclamation et considérons vos retours comme essentiels pour l'amélioration continue de nos services, afin de mieux répondre à vos besoins et attentes.

Moyens techniques : caméras, lumières professionnelles, matériel son, ingénieur du son pour la prise de son direct.

Ressources pédagogiques : vidéos, textes

Formateurs : Professionnels de la thématique abordée en activité. Pour chaque stage, la constitution des équipes d'ingénieurs du son se fait en fonction des disponibilités et des obligations de chacun.

Tarifs :

Pour 1 semaine : 1 680€ en financement personnel (possibilité d'échelonner),
2 800€ TTC Afdas/France Travail

Pour 2 semaines : 3 160€ en financement personnel (possibilité d'échelonner),
5 000€ TTC Afdas/France Travail

Contacts :

Renseignements administratifs

Faustine Gilles 06 23 63 08 76 prod.dadv@gmail.com

Renseignements pédagogiques :

Agathe Schumacher 06 83 29 43 25 desartsetdesvoix@gmail.com

Renseignements techniques :

Tommy Lee Baik 06 77 95 06 04 contact.tlbaik@gmail.com