

**PROGRAMME :**

**1<sup>ère</sup> année**

- Travail personnel sur soi, avec les « tours » de la directrice, des assistants et des élèves de 3<sup>ème</sup> année
- .Initiation à l'apposition des mains sous la direction des professeurs et étudiants de 3<sup>ème</sup> année
- Lecture des livres d'Alexander, débats sur le travail, les principes de la Technique Alexander
- Exposé devant les étudiants témoignant de la compréhension du travail et de la capacité à en restituer les bases

**2<sup>ème</sup> année**

- Travail avec la directrice et les assistants (« tours ») pour approfondir l'application de la Technique au quotidien
- Début de leçons données aux étudiants des autres années , approfondissement des procédures et du déroulement d'une leçon, précision de la durée des tours de table
- Approfondissement des procédures Alexander pour l'apposition des mains, travail des mains sur le dossier de la chaise, lounge, Monkey, marche...
- Présentation d'un sujet choisi par l'étudiant, exposé devant les autres avec mise en situation pratique

**3<sup>ème</sup> année**

- Prise de responsabilité dans l'école avec les étudiants de 1<sup>ère</sup> année, comment les guider, leur expliquer les procédures
- Accueil des visiteurs, et travail avec des inconnus pour tester la capacité à donner des premières leçons
- Leçons supervisées avec la directrice ou la sous directrice, l'étudiant commence à enseigner à l'extérieur un maximum de 5 leçons de son côté et organise une leçon supervisée avec son élève et un professeur chevronné pour voir les points forts et les points faibles de son enseignement et les améliorer.
- Lectures et réflexions sur la Technique Alexander
- Présentation et travail pratique devant le groupe