Collège E. Zola – LE HAILLAN –

CONSEILS POUR L ORAL

Ecrivez votre intervention orale :

 Suivez le plan détaillé au verso, avec quelques notes,

 Soyez précis, clair et positif dans vos propos,

 Rédigez la phrase d'introduction pour vous libérer des mots et vous concentrer sur le visuel et la conclusion. N'oubliez pas de préciser en quoi le stage vous a permis de réfléchir sur vos choix d'orientation (métier, filière, spécialité ou enseignement d'exploration).

La prise de parole :

 Parlez à voix haute et audible (avoir la sensation que votre voix remplit la salle)

 Articulez, parlez calmement. Attention ! Le stress vous fera parler plus rapidement. Ralentissez le débit de vos paroles.

Adressez-vous directement aux différentes personnes du jury, comme dans une conversation. Posez votre regard sur l'un, sur l'autre…

 Attention aux mots qui marquent l'embarras, l'hésitation, qui ponctuent trop souvent vos phrases (heu… bon ben…, etc…) Adoptez un langage soutenu (pas de langage familier (ex : « c'était nul »)

Soyez simples, naturels et surtout impliqués par ce que vous dites.

Si vous avez un trou de mémoire, ne restez pas sans rien dire (jetez un coup d'oeil sur vos notes ou abordez un autre point de votre exposé.)

L'art et la manière :

 Ayez une attitude correcte et polie

Evidemment, il ne faut pas mâcher de chewing-gum.

Il faut être habillé correctement dans une tenue où vous vous sentez à l'aise.

Tenez-vous droit et utilisez correctement vos appuis (les deux pieds au sol, et/ou si cela vous aide les mains légèrement en appui sur la table)

Gardez une attitude ouverte (évitez les bras croisés, les mains dans les poches)

 Ne soyez pas trop statique (faites quelques pas, accompagnez vos paroles de gestes des mains, des bras…)

 Ne tournez pas le dos au jury.

Le meilleur anti-stress :

 Le travail

Apprendre par coeur l'introduction et la conclusion

Testez le vidéoprojecteur, son diaporama et se préparer à d'éventuels problèmes techniques

Une bonne préparation

- du contenu
- de soi-même

La perfection s'obtient avec la pratique et le travail.