

	COMMENT FAIRE UN EXPOSÉ ORAL DE SON STAGE	Fiche Élève	05
		Nom :	
		Date :	
Objectifs	Apprendre à communiquer pendant quelques minutes devant un public		

I - LA RESPIRATION

Une respiration trop rapide crée une certaine anxiété.

La plupart des gens respirent par la poitrine. Cette façon de respirer augmente la tension musculaire et la fréquence respiratoire. Elle augmente le stress et bloque la voix.

Un moyen de s'entraîner à lutter contre le trac est la pratique régulière de la respiration abdominale. Cette respiration ventrale aide à être moins tendu.

II - LA VOIX

a) Le débit

Ne pas parler trop vite ou trop lentement. Si vous parlez trop vite, l'auditoire aura l'impression que vous voulez terminer rapidement votre exposé. Il faut d'ailleurs laisser à l'auditoire le temps de digérer ce qui est dit ! Si vous parlez trop lentement, vous crisperez peut-être l'auditoire.

Les pauses sont indispensables car elles délimitent les unités d'information.

b) La modulation

Variez le ton de la voix (une diction non modulée est monotone). Une voix naturelle est conseillée !

c) L'amplitude (ou l'intensité)

Parlez à voix forte en fonction du volume de l'espace et du nombre des auditeurs.

Ne pas confondre l'amplitude de la voix et la hauteur de la voix : une voix aiguë ou grave fait partie du registre de la hauteur. Il est important de connaître la hauteur de sa voix afin de mieux la gérer.

d) L'articulation

Elle consiste à bien faire entendre les différents sons sans « mâcher » ses mots.

Le travail de l'articulation est axé sur les consonnes.

L'exercice du crayon peut vous aider à mieux articuler (prendre un crayon et le placer dans la bouche, serré entre les dents, perpendiculairement à soi et pointé un peu vers le haut).



III - LE CORPS

a) Les gestes

Il faut savoir que les gestes sont très explicites et qu'il est important de donner un sens à son geste (les gestes peuvent être utilisés pour appuyer son propos). Ils doivent aider à la compréhension de l'exposé.

Aucun geste n'est interdit du moment que la gestuelle est mise au service de la parole.

Il est cependant conseillé de ne pas mettre ses mains dans les poches ou la main devant la bouche.

Il faut à la fois éviter une gesticulation trop importante et un comportement statique (il est donc préférable de se déplacer de temps à autre et sans gesticuler plutôt que de rester continuellement rivé à son bureau).

Un certain dynamisme est conseillé !

b) Le visage expressif et parfois souriant est préférable à un visage neutre !

c) Le regard

Apprenez à regarder chaque membre de l'auditoire.

Évitez le regard fuyant et sans expression.

Évitez le regard fixé sur une seule personne ou une partie de l'auditoire !

Ne pas baisser les yeux, regarder le plafond ou la fenêtre !

Ne pas parler en ne regardant que les personnes de la première rangée (si il y en a plusieurs).

Donnez l'impression que vous parlez pour chaque personne en particulier (votre regard doit donc passer de l'une à l'autre personne) : certains praticiens du langage conseillent, pour le regard, un circuit hélicoïdal.

d) Le vêtement

Tout élément vestimentaire a une signification.

Une personne qui se présente devant un jury doit savoir qu'il suscitera des réactions diverses selon qu'il portera un vêtement excentrique ou un costume avec cravate !

Un vêtement correct est conseillé : une manière de respecter son auditoire.



	COMMENT FAIRE UN EXPOSÉ ORAL DE SON STAGE	Fiche Élève	05
		Nom :	
		Date :	
Objectifs	Apprendre à communiquer pendant quelques minutes devant un public		

IV - LA LANGUE

Une syntaxe et un style corrects.

Un niveau de langue courant (un registre plus technique peut être utilisé en fonction du sujet suivi).

Un vocabulaire adéquat : il convient, en outre, d'expliquer les mots plus difficiles (le vocabulaire doit, en effet, être adapté à l'auditoire). Ne pas répéter les mêmes mots ou expressions (exemple : «et alors...»).

V - LA STRUCTURE

Annoncez les différentes parties de votre exposé (une introduction et une conclusion sont souhaitables).

Utilisez parfois des liens logiques de transition (ceux-ci sont néanmoins moins nombreux qu'à l'écrit).

VI - LE CONTENU

a) Le sujet

Tout sujet peut être en soi intéressant, mais c'est surtout la manière de le présenter qui doit être originale.

Prenez garde à ne pas présenter des banalités. Rechercher plutôt à présenter ce qui est peu connu ou ce qui étonne : c'est le meilleur moyen d'attirer l'attention de votre auditoire.

Évitez néanmoins les sujets passe-partout (exemple : le football chez les élèves passionnés par ce sport !).

Essayez de faire un exposé intéressant et vivant : faire appel à des faits d'actualité, utiliser des comparaisons, pratiquer l'humour, recourir à des exemples...

b) L'argumentation

Il convient de bien argumenter ses idées.

Les informations doivent être exactes (il est donc indispensable de bien se documenter au préalable) : cette observation n'est pas valable pour un exposé qui présenterait un ton plus personnel.

c) Le support

Un support visuel doit être utilisé (tableau, affiche, , Objets techniques, PréAO).

En les utilisant, prévoyez de ne pas tourner trop longtemps le dos à votre auditoire.

Vous pouvez faire circuler des photographies ou des objets parmi votre auditoire en choisissant le moment opportun.

VII - LES NOTES

Ne pas se plonger continuellement dans ses notes (il est préférable d'avoir un plan de l'exposé). Ne pas réciter non plus ses notes par cœur !

Soulignez éventuellement les parties importantes dans différentes couleurs. Le but est de vous permettre de trouver très rapidement le mot ou la phrase que vous risquez d'oublier.

VIII - LA DURÉE

Respectez la durée qui vous est proposée. Si l'exposé est trop long, vous serez probablement interrompu. Si l'exposé est trop rapide, vous risquez de décevoir l'auditoire et votre professeur.

IX – LES SUPPORTS DE L'EXPOSÉ ORAL

Tableaux ; posters, transparents, PréAO, documents distribués au jury, objets divers sont des aides appréciables pour la communication.

L'utilisation du tableau est aussi possible. Attention : il faut être clair et lisible !

L'exposé ne doit pas être une lecture de transparents ou de diapo PréAO car l'attention des auditeurs serait perdue.