



Guide de l'art oratoire

Il y a divers points à prendre en considération pour exceller en art oratoire. Suivez ces 12 conseils et vous verrez à quel point cela améliorera votre performance devant un public.

1. Préparez-vous

La chose la plus importante pour un discours réussi est de bien vous préparer. Cela veut dire prendre le temps de vous entraîner. D'après les experts, il faut consacrer la moitié du temps à l'écriture de votre discours et l'autre moitié à la préparation!

2. Calmez votre nervosité

Presque tous les orateurs sont nerveux avant de s'adresser au public. Il importe de savoir que la plupart des publics ne s'en rendent pas compte. Avant de prononcer votre discours, utilisez une profonde respiration et des techniques de détente pour calmer votre nervosité. Une fois devant le public, concentrez toute votre énergie à donner le meilleur discours possible. Commencez lentement avec des phrases courtes. Puis, vous vous habituerez à la situation et deviendrez plus à l'aise devant le public.

3. Donnez une bonne première impression

Avant même de vous voir ouvrir la bouche, le public se fera une première impression basée sur votre apparence. Profitez-en! Habillez-vous convenablement. Soyez propre, bien mis, professionnel et assez à l'aise pour agir de façon naturelle.

4. Tenez-vous droit

Tenez-vous droit avec les jambes écartées parallèles aux épaules pour bien distribuer votre poids. Une bonne posture reflète la confiance en soi et l'engagement par rapport au public.

5. Agissez de façon naturelle

Le langage corporel est important. Assurez-vous de faire les gestes appropriés et d'adopter les expressions faciales qui s'imposent. Ne pas utiliser de gestes excessifs ou distrayants (trop grouiller, jouer avec son stylo, mettre les mains dans ses poches) car cela peut vous faire perdre des points (veuillez consulter les règles du *Concours d'art oratoire*). Tenez-vous droit avec les jambes écartées parallèles aux épaules pour bien distribuer votre poids. Une bonne posture reflète la confiance en soi et l'engagement par rapport au public.

6. Établissez le contact visuel

Une bonne façon de calmer votre nervosité est d'établir le contact avec les yeux d'une personne à la fois dans votre public. Parlez directement à cette personne. Quand vous avez l'impression d'avoir établi le contact avec cette personne, regardez une autre personne, puis une autre. Maintenir un contact visuel est aussi un bon moyen de garder l'engagement de votre public.

7. Montrez vos sentiments

Il se peut que vous soyez normalement une personne réservée, mais quand viendra le temps de prononcer votre discours, souriez! ☺ Montrez à votre public que cela vous réjouit de leur présenter cette information. Les expressions faciales renforcent les mots, mais il faut vous assurer qu'elles soient appropriées au sujet discuté et pour ce concours.

8. Parlez assez fort et clairement

Il y a plusieurs aspects de la présentation orale qui seront évalués. On évaluera votre prononciation, articulation, fluidité verbale, ton, audibilité et débit de parole. Assurez-vous de parler assez fort afin que tout le monde puisse vous entendre. N'oubliez pas de ralentir votre débit de parole. Quand une personne est nerveuse, elle a tendance à parler trop vite. Faites un effort consciencieux pour parler lentement et clairement afin que vos auditeurs puissent comprendre chaque mot et pour que votre discours ne soit pas monotone.

9. N'utilisez pas des mots distrayants

Les mots tampons comme « euh », « ah » et « vous savez » et autres deviennent vite distrayants. Débarrassez-vous de l'habitude d'utiliser ce genre de mots aussi vite que possible. Au lieu, faites une pause silencieuse, même si cela signifie que votre discours est entrecoupé. Ces pauses permettront à votre public de réfléchir à ce que vous dites.

10. Parlez avec conviction

Enfin, n'oubliez pas de parler avec conviction! Si vous espérez convaincre votre public de ce que vous dites, il faut d'abord montrer que vous croyez vos propres paroles.

Source : Inspiré du Guide de l'enseignant, Canadian Parents for French - IPE