5 Prendre la parole en continu sans support pendant une minute

L'épreuve du **Grand Oral** est une épreuve spécifique car la **prise de parole** se fait **sans support** et **debout**. Il faut donc s'entraîner !

Entraîne-toi !

Choisis un évènement survenu la semaine dernière ou un élément que tu as vu en classe. Sans préparation, présente-le, en une minute, à voix haute en étant debout. Fais cet essai de préférence devant quelqu'un (un camarade, un membre de ta famille,...).

Astuce

Vérifie le temps à l'aide d'un chronomètre.

Attention ! Au cours de l'année, tu peux utiliser le chronomètre de ton téléphone mais ce ne sera pas possible le jour de l'épreuve. Équipe-toi vite d'un vrai chronomètre.

Analyse ta prise de parole en répondant aux questions suivantes.

- Avais-tu le trac ? ☐ Oui ☐ Non
- As-tu parlé pendant une minute ? ☐ Oui ☐ Non
- As-tu fait des phrases entières ? ☐ Oui ☐ Non
- As-tu respiré pendant cette minute ? ☐ Oui ☐ Non
- Qu'as-tu fait de tes pieds ? .....
- Comment était la tension dans tes jambes ? .....
- Comment était la tension dans ton cou ? .....
- Qu'as-tu fait de tes mains ? .....
- Où as-tu posé ton regard ? .....
- As-tu souri à un moment (au début, au cours ou à la fin de ta présentation) ? ☐ Oui ☐ Non
- Qu'as-tu ressenti ? .....

.....

.....

.....

- Qu'as-tu trouvé facile ? .....

.....

.....

.....

- Qu'as-tu trouvé difficile ? .....

.....

.....

.....

- À ton avis, que dois-tu travailler pour améliorer ta prise de parole en continu sans support ?

.....

.....

.....

.....

© BORDAS/SEJER, 2020 – Photocopie interdite