

# A Student's Guide To

# Public Speaking

PUBLIC SPEAKING CAN BE CHALLENGING,  
BUT FUN! TO FEEL CONFIDENT IN  
PRESENTING, HERE ARE 12 STEPS  
TO HELP YOU PREPARE TO SUCCEED  
IN THE ART OF PUBLIC SPEAKING.

IF YOU NEED A LITTLE HELP BRAINSTORMING, READ  
THROUGH THE TOPICS LISTED HERE. YOU MAY FEEL  
INSPIRED TO RESEARCH SOMETHING SIMILAR:

The environment, energy use and consumption, consumerism,  
recycling | Health, wellness, and nutrition | Diseases, disorders,  
and addictions | Politics, voting, war, social justice, and nationality  
| Leadership, change, volunteerism | Culture, society, creativity, art,  
music, and entertainment | Technology, networking, social media  
| Censorship, privacy | Education, communication, knowledge  
| Cheating, plagiarism | Sports, exercise, dieting | History,  
biographies | Hobbies, traveling, holidays, vacations | Economy,  
poverty, homelessness, unemployment | Friendship, relationships,  
marriage, divorce | Languages and their place in education

Bonne Chance! Good Luck! <—



## PREPARE TO SUCCEED

The most important thing is to make time for practice. You should spend half of your time preparing your speech and the other half practicing.



## SAY IT CORRECTLY

You will be judged on your use of the French language (vocabulary, grammar, and structure). The correct pronunciation and knowledge of these terms are essential to your presentation.



## OVERCOME YOUR ANXIETY

Everyone experiences some anxiety before addressing their audience, it is very common. If you are nervous, use relaxation techniques (breathing exercises, meditation) before you perform your speech for a calming effect. In front of your audience, put your energy into giving the best presentation you can.



## MAKE A GOOD FIRST IMPRESSION

Before you even begin your presentation, your audience will base their first impression on your appearance. Make it count! Dress appropriately for the event. Be neat, clean, professional, and comfortable enough to act naturally.



## STAND FOR ATTENTION

Stand up straight with your legs shoulder-width apart and your weight distributed. Good posture reflects confidence and engagement with your audience.



## ACT NATURALLY

Body language is important. Be sure to make appropriate hand gestures and facial expressions. Do not use excessive or distracting gestures.



## MAKE EYE CONTACT

A great way to calm your nerves is to make eye contact with one person in the audience at a time. Speak only to them. Maintaining eye contact is also a great way to keep your audience engaged in your presentation.



## SHOW YOUR FEELINGS

You may normally be shy, but for the presentation of your speech, open with a smile. Show your audience that you are happy to share your information with them. Facial expressions add power to your words.



## MAKE YOURSELF HEARD

There are several aspects of public speaking to consider. You will be judged on your vocal expression (pronunciation, articulation, fluency, pitch, audibility, and rate of speech). Make sure you speak loudly enough. Make an active effort to speak slowly and clearly, so your audience can understand every word.



## SILENCE YOUR DISTRACTERS

Filler words and phrases like, "um," "ah," "comme," are distracting. Break the habit of using filler words. Instead, fill the space with silence. As you relax and improve your public speaking skills, the moments of silence will shorten. However, it is also very important to incorporate natural pauses in your speech. Pauses allow the audience to reflect and think about what you are saying.



## KNOW WHEN TO STOP

You will be penalized if your speech is shorter or longer than the allotted time. Use a timer to measure the length of your presentation when you are preparing at home. Remember, everyone tends to speak a little faster in front of an audience.



## SPEAK WITH CONVICTION

Speak with conviction as if you truly believe in what you are saying. Your speech should include an introduction to your topic, the main theme, supporting arguments, and a conclusion.



CANADIAN PARENTS FOR FRENCH PEI  
Room 275, 2nd Floor Royalty Center, 40 Enman Crescent  
Charlottetown, PEI C1E 1E6

Telephone: 902.368.3703 | Fax: 902.628.8062  
Email: edcpfpei@gmail.com | Web: pei.cpf.ca



Choosing a topic for a paper or speech is possibly  
the most difficult part of conducting research.

Start by thinking about topics you love or are  
interested in, create a list. From there, analyze the  
topics: what are the topics you know, and what are  
the topics your audience cares about?



# 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.

SI VOUS AVEZ BESOIN D'UN PEU D'AIDE POUR VOTRE REMUE-MÉNAGES, NOUS VOUS FOURNISSONS CI-DESSOUS UNE LISTE DE SUJETS. VOUS AUREZ PEUT-ÊTRE LE GOÛT D'ENTREPRENDRE DES RECHERCHES SUR UN SUJET SEMBLABLE :

l'environnement, l'usage et consommation d'énergie, consumérisme, recyclage | Santé, mieux-être et nutrition | Maladies, troubles et toxicomanies | Politique, élections, guerre, justice sociale et nationalité | Leadership, changement, bénévolat | Culture, société, créativité, art, musique et divertissement | Technologie, réseautage et médias sociaux | Censure et droit à la vie privée | Éducation, communication, savoir | Tricherie et plagiat | Sports, exercices et régimes alimentaires | Histoire, biographies | Passe-temps, voyages, congés et vacances | Économie, pauvreté, les sans-abri et le chômage | Amitié, relations, mariage, divorce | Langues et leur importance en éducation

Bonne Chance! Good Luck!

1

## PRÉPAREZ-VOUS

La chose la plus importante pour un discours réussi est de bien vous préparer. Il faut consacrer la moitié du temps à l'écriture de votre discours et l'autre moitié à la préparation!

2

## DÎTES-LE CORRECTEMENT

Les participants seront jugés sur leur usage du français (vocabulaire, grammaire et structure). La connaissance et la prononciation correcte des termes utilisés renforceront la crédibilité de votre présentation.

3

## CALMEZ VOTRE NERVOUSITÉ

Presque tous les orateurs sont nerveux avant de s'adresser au public. 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.

4

## 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.

5

## TENEZ-VOUS DROIT

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

6

## 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.

7

## 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. Maintenir un contact visuel est aussi un bon moyen de garder l'engagement de votre public.

8

## 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.

9

## PARLEZ ASSEZ FORT

Il y a plusieurs aspects de la présentation orale qui seront évalués. On jugera votre prononciation, votre articulation, votre fluidité verbale, votre ton, votre audibilité et votre 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. Faites un effort consciencieux pour parler lentement et clairement afin que vos auditeurs puissent comprendre chaque mot.

10

## N'UTILISEZ PAS DE MOTS DISTRAYANTS

Les mots comme « euh », « ah », « vous savez » et autres deviennent vite distrayants. Débarrassez-vous de l'habitude d'utiliser ce genre de mots le plus vite possible. Au lieu, faites une pause silencieuse. Au fur et à mesure que vous vous sentirez plus à l'aise et deviendrez plus compétent dans l'art de parler, les silences seront moins longs. Toutefois, il est aussi important d'inclure des pauses naturelles dans votre discours. Ces pauses permettent à votre public de réfléchir à ce que vous dites.

11

## SACHEZ QUAND VOUS ARRÊTER

Vous serez pénalisé si votre discours est trop court ou plus long. Il est vital pour la réussite de votre présentation de savoir quand vous arrêter. Utilisez un chronomètre pour déterminer la longueur de votre discours quand vous vous préparez à la maison. N'oubliez pas que tout orateur parle un peu plus vite devant un public.

12

## PARLEZ AVEC CONVICTION

Si vous croyez ce que vous dites, parlez avec conviction. La matière que vous présentez oralement devrait contenir les mêmes éléments qu'un document écrit : une introduction, une thèse, le contenu avec des arguments et, enfin, une conclusion.



CANADIAN PARENTS FOR FRENCH PEI

Room 275, 2nd Floor Royalty Center, 40 Enman Crescent  
Charlottetown, PEI C1E 1E6

Telephone: 902.368.3703 | Fax: 902.628.8062  
Email: edcpfpei@gmail.com | Web: pei.cpf.ca



Choisir un sujet pour un article ou discours est probablement la partie la plus difficile. Commencez en pensant aux sujets que vous aimez et qui vous intéressent. Dressez une liste de tels sujets, puis analysez-les en vous demandant ceux que vous connaissez bien et lesquels sont importants pour votre public. Si vous trouvez un sujet répondant à ces critères, cela sera assurément un bon sujet pour votre discours.