

LA PREPARATION DE LA SOUTENANCE

ENTRAINE-TOI PLUSIEURS FOIS AVANT !

- ✓ Pour vérifier que ton exposé dure bien 5 min, n'hésite pas à te **chronométrer**. Ajuste ta présentation si elle est trop courte ou trop longue.
- ✓ Pour gagner en assurance et en aisance : **demande l'aide** de ton entourage ou **filme-toi** avec ton téléphone ou une webcam pour te corriger.
- ✓ Pour s'habituer à la présentation et ne pas improviser.
(Mais attention, **pas de « par cœur »**, cela manquera de vie sinon...)

POUR DEMARRER LA SOUTENANCE

- ✓ **Prends le temps de t'installer** pour avoir tous les éléments à portée de main.
- ✓ Amène une **copie** de ton rapport de stage.
- ✓ Aie ta **fiche de préparation** près de toi pour pouvoir y jeter un coup d'œil si besoin.
- ✓ Dispose à portée de main les documents que tu veux montrer.
- ✓ Prends une grande inspiration pour te détendre et commence par un sourire en regardant le jury

COMMENT PARLER ?

- ✓ **Parle suffisamment fort**, en faisant l'effort de bien articuler et de ne pas être trop rapide.
- ✓ Évite d'avoir une voix trop monocorde qui va ennuyer le jury : imagine que tu lui racontes une histoire pour le captiver.
- ✓ **Ne lis pas tes notes** et ne récite pas un texte par cœur.
- ✓ Emploie un **langage soutenu**, pas de langage familier.
 - Évite les « euh ... » en début de phrase.
 - Utilise des mots ou phrases de transition entre les différentes parties (« tout d'abord », « puis », « à présent », « enfin », « finalement », « ainsi » ...).

QUELLE ATTITUDE ADOPTER ?

- ✓ Évite les mains dans les poches (trop décontracté) ou les bras croisés sur la poitrine (trop sur la défensive). Pour te donner une contenance, tiens si besoin un stylo ou un papier dans vos mains.
- ✓ Ne sois pas trop raide ni trop statique : fais quelques pas devant le jury, bouge tes bras ou tes mains pour accompagner ce que tu racontes. Sois vivant.
- ✓ Montre ta motivation et ton envie de réussir cet oral en étant énergique.
- ✓ Si tu as un trou de mémoire, cela peut arriver ! Le jury ne t'en tiendra pas rigueur : il appréciera la façon dont tu sors de cette difficulté en te reportant aux fiches que tu auras spécialement préparées.
- ✓ Regarde tour à tour chaque membre du jury, efforce-toi de ne pas avoir constamment l'œil sur tes fiches. Et souris !

LES POINTS PRINCIPAUX SUR LESQUELS TA SOUTENANCE SERA NOTÉE

- ✓ **Posture et maîtrise de sa voix** (diction, volume sonore et expressivité) pendant la soutenance.
- ✓ **Formulation et enchaînement** de phrases complètes.
- ✓ **Connaissance et maîtrise** du vocabulaire spécifique.
- ✓ Capacité à **argumenter** et **répondre** aux questions du jury.
- ✓ Capacité à avoir un **esprit critique** tout en mettant en avant les points positifs de son stage.
- ✓ Capacité à **débattre** sur sa volonté de poursuivre ou non dans la branche de métier de son stage.

