

Cyril Delhay

Professeur d'art oratoire à Sciences Po

Paul Vialard

Formateur à la prise de parole en public

Pédagogue de la voix

Term

**GÉNÉRALE &
TECHNOLOGIQUES**

JE RÉUSSIS MON GRAND ORAL DU BAC !



**TOUTES LES CLÉS
POUR RÉUSSIR !**

+ 10 VIDÉOS
pour bien se préparer

- ➡ **TOUT SAVOIR
SUR L'ÉPREUVE**
- ➡ **ORGANISER
SA PRÉSENTATION**
- ➡ **GÉRER SON STRESS**
- ➡ **S'ENTRAÎNER À J-3**



*Toute l'épreuve
en vidéos !*

hachette
ÉDUCATION

JE RÉUSSIS **MON GRAND ORAL** **DU BAC !**

Cyril Delhay

Professeur d'art oratoire à Sciences Po

Paul Vialard

Formateur à la prise de parole en public
Pédagogue de la voix

SOMMAIRE

Avant-propos.....	5
-------------------	---

Partie 1 : L'épreuve du Grand Oral 7

1. La présentation de l'épreuve	9
2. L'évaluation de l'épreuve	13

Partie 2 : Je travaille mes sujets 17

1. Je choisis mes deux sujets	19
2. 22 sujets possibles	24
3. Je travaille mes sujets dans la durée	30
4. J'organise ma présentation.....	35
5. Je mémorise ma présentation.....	49
6. Je prépare l'échange avec le jury	54
7. Je m'entraîne avec les autres	59
8. J'organise ma préparation le jour J	61
9. Mon support	65

Partie 3 : Les clés pour réussir 67

1. J'apprends à gérer le stress	69
2. Je m'exprime clairement et calmement.....	76
3. Je parle pour le cerveau du jury.....	80
4. J'assume mes difficultés et mes erreurs	84
5. Je fais du temps un allié.....	88
6. Je dépasse les réflexes d'autoprotection	90
7. Je me donne sans avoir peur d'être jugé(e).....	93

Partie 4 : Je me prépare physiquement 97

1. Je m'aide du regard.....	99
2. Je m'ancre dans le sol.....	103
3. Je trouve la bonne posture.....	109
4. Je prends appui sur ma respiration.....	113
5. Je prends appui sur les silences.....	119
6. Je découvre ma voix	124
7. Je travaille mon souffle	126
8. Je veille à être audible.....	130
9. Je rends mon propos vivant.....	135
10. Je prends soin de ma voix.....	140

Partie 5 : Je révise en 6 étapes..... 145

1. L'introduction de ma présentation.....	146
2. Le développement de ma présentation.....	148
3. La conclusion de ma présentation	150
4. L'échange avec le jury : les questions sur ma présentation	152
5. L'échange avec le jury : les questions sur mon enseignement de spécialité.....	154
6. L'échange avec le jury sur mon projet d'orientation.....	156

Partie 6 : Je m'entraîne à J-3 159

1. Le jour J-3.....	160
2. Le jour J-2.....	162
3. Le jour J-1.....	164
4. Le jour J	166

Partie 7 : Questions-réponses 169

1. Avant l'épreuve.....	170
2. Lors de l'épreuve.....	172

SOMMAIRE

DES VIDÉOS

1 L'épreuve du Grand Oral ▶ 9

2 La première partie de l'épreuve : la présentation ▶ 11, 146

3 La deuxième partie de l'épreuve : l'échange avec le jury à partir de la présentation ▶ 11, 55, 152, 154

4 La troisième partie de l'épreuve : l'échange avec le jury sur le projet d'orientation ▶ 11, 57, 156

5 La bonne respiration pour l'oral ▶ 113, 147

6 La bonne posture pour l'oral ▶ 109, 149

7 Poser sa voix ▶ 119, 130, 155

8 Je gère mon stress ▶ 69, 151

9 Je m'entraîne en 3 jours ▶ 160, 162, 164

10 Le jour J ▶ 161, 163, 166

Flashe ce code pour retrouver toutes les vidéos de l'ouvrage



Les vidéos de ton livre sont accessibles directement grâce à des QR codes que tu peux flasher.



AVANT-PROPOS

Bonjour à toi,

Pour la première fois, l'École se donne comme objectif d'enseigner la compétence « prendre la parole en public » à tous les lycéens. C'est une compétence pour la vie et c'est au moment du Grand Oral, à la fin de l'année de Terminale, que tu vas pouvoir la valider.

L'épreuve du Grand Oral dure 20 minutes. Selon que tu es en voie générale ou technologique, elle est dotée d'un coefficient 10 ou 14. C'est dire son importance. Elle se prépare tout au long de l'année.

C'est l'objectif de ce livre de t'accompagner dans cette préparation pour que tu sois fin prêt(e) en juin mais aussi pour que tu saches parler en public pour la vie entière, quelles que soient les circonstances.

On apprend à parler en public, comme à faire du vélo ou à nager. Il y a une méthode et des techniques. Depuis 20 ans, nous avons formé plus de 10 000 personnes de tout âge et de toutes les origines sociales à cette maîtrise fondamentale. Mais nous-mêmes, à nos débuts, nous avions peur de parler en public et nous nous sommes formés.

Avec *Je réussis mon Grand Oral du Bac*, nous t'initions aux secrets indispensables. Le premier secret est que, comme pour un sport, il faut s'entraîner pour acquérir les réflexes de base. Pour parler en public, il te faudra quelques minutes par jour pendant 2 ou 3 semaines. Chacun(e) d'entre nous en est capable. Ce serait dommage de s'en priver ! Ce livre et les 10 vidéos associées te proposent une méthode pour construire ton Grand Oral à l'aide d'une centaine d'entraînements express dans lesquels tu pourras piocher.

Comme nous, saisis ta chance !

Cyril & Paul

Si l'oral est ta passion, tu pourras consulter :

➡ Cyril Delhay, *Parler en public, principes et méthodes*, Dalloz, 2019.

➡ Cyril Delhay, *L'Art de la parole (100 textes sources)*, Dalloz, 2020.

L'ÉPREUVE DU GRAND ORAL



