



Körper und Sprache

Darum ist deine Körpersprache beim Reden wichtig:

- Mehr als die Hälfte unserer Kommunikation läuft nicht über die Sprache ab, sondern über den Blick, die Mimik und Gestik.
- Die Mitschüler übertragen deine Körperhaltung auf deine innere Einstellung und Vorbereitung.

So kommt deine Rede gut an:

Ich stehe fest und gerade auf beiden Beinen.

Natürlich gehe ich auch mal einige Schritte im Raum.

Zur Beruhigung atme ich am Anfang tief ein und langsam aus.

Ich beginne erst, wenn Ruhe herrscht.

Ich spreche langsam, deutlich und betone wichtige Begriffe.

Ich mache manchmal eine kurze Pause.

Ich variiere Stimme und Tonlage.

In meiner Hand befindet sich ein Stift.

Durch Gesten unterstreiche ich meinen Vortrag.

Spickzettel helfen mir beim freien Formulieren.

Ich schaue meine Zuhörer an.

Meine Sätze sind kurz, einfach und verständlich.

Ich wiederhole auch mal einen wichtigen Satz.



Übe deinen mündlichen Vortrag vorher zu Hause. Das, was dir schon gut gelingt, kannst du hier abhaken.



Diesen Bogen kannst auch als Beobachtungsbogen für das Feedback der Mitschülerinnen und Mitschüler nutzen. Als Bewertung tragen sie in die Felder z. B. Smileys ein:



= ja, gut gelungen



= nur zum Teil



= nein, nicht beachtet