

EXPRESION ORAL

principios y control de nervios



Para hablar bien primero hay que tener claro qué vas a decir y a quién le hablas.

Habla fuerte, despacito y pronuncia bien cada palabra. Mira a las personas, no al piso. Si te pones nervioso respira profundo, mueve un poco los hombros para soltar tensión y piensa que la gente no sabe si te equivocas, así que sigue como si nada.

malos hábitos que hay que evitar



No hables bajito ni rápido porque no se entiende. Evita repetir palabras como «eh», «este» o «mmm». No cruces los brazos ni te quedes parado sin moverte, pero tampoco camines sin parar. No interrumpas a otros si es un debate y no uses palabras que tú mismo no entiendes.

Buenos hábitos que hay que hacer



Practica tu tema varias veces antes de hablarlo. Haz pausas para que no se escuche de corrido. Mira a todos, no solo a una persona. Usa tus manos para explicar ideas pero sin exagerar. Controla tu voz: habla más fuerte si quieres que algo se escuche importante y más bajito si quieres que pongan atención.

discurso y como presentarlo:



Antes de hablar, organiza tus ideas en orden: inicio para enganchar, desarrollo para explicar bien y cierre para dejar claro el mensaje. Hay discursos informativos (dan datos), persuasivos (quieren convencer) y de entretenimiento (divierten). Para presentarlo bien, lleva notas por si se te olvida algo y habla con confianza aunque estés nervioso.