



Mit Notizen frei sprechen

Übe deinen Vortrag oder deine Rede mehrmals und beachte dabei immer einen anderen der folgenden Tipps. Stelle dir vor, dass du deine Sache gut machst, dann gelingt dir das freie Sprechen sicher.

Achte auf deine **Körperhaltung**

- Stehe ruhig und verteile dein Gewicht gleichmässig auf beide Beine.

Achte auf den **Kontakt zum Publikum**

- Schau immer wieder ins Publikum. Schau verschiedene Leute an.

Achte auf deinen **Gesichtsausdruck**

- Freue dich auf das, was du sagen wirst, und blicke freundlich.

Achte auf deine **Stimme**

- Sprich so, dass dich alle gut hören können.
- Sprich langsam genug, damit alle mitdenken können.

Achte auf den **Inhalt**

- Überlege die ersten Sätze ganz genau und lerne sie auswendig.
- Benutze deine Notizen und lasse dir Zeit, wenn du darauf etwas nachlesen willst.
- Zeige deine Bilder und Materialien ruhig und ohne Hast. Warte, bis alle alles sehen können.

Lerntipp

Dein Vortrag gelingt dir am besten, wenn du beim Reden mitdenkst. Deine Notizen sind ein Hilfsmittel. Mit dem Aufschreiben der Notizen hast du dir das Wichtigste bereits gemerkt. Brauche die Notizen nur als Erinnerungsstütze und lies sie nicht vor.