



Communication orale
ING3 2025 - 26

ESAIP – ING3 – Communication Orale - 2025-26



1



COURS 1
ING3

ESAIP – ING3 – Communication Orale - 2025-26

2

+ Objectifs

...

3

- Mieux se connaître, pour comprendre ses réactions lors d'une communication à l'oral
- Savoir s'exprimer, expliquer, convaincre : transmettre un message
- Capter l'attention de son auditoire
- S'adapter à son auditoire

ESAIPI – ING3 – Communication Orale - 2025-26

3

+ Règles du jeu

...

4

Ecoute

Factuel

Bienveillance

Acceptation des différences

Honnêteté

Transparence



ESAIPI – ING3 – Communication Orale - 2025-26

4

+

Programme communication orale

...

Date	Thématique
Cours 1	<ul style="list-style-type: none"> • Communiquer à l'oral, c'est quoi ? Jeu : transmettre un message • Le trac et la communication orale
Cours 2	<ul style="list-style-type: none"> • Exercice • Mieux se connaître à l'oral <p>Réussir sa présentation orale</p> <ul style="list-style-type: none"> • Structurer clairement son intervention • Outils de soutien : fiches, schémas heuristiques • Intéresser son public • La posture de l'orateur • S'adapter à son auditoire • Erreurs à éviter • Le support de présentation

ESAIPI – ING3 – Communication Orale - 2025-26

5

5

+

Programme communication orale

...

Date	Thématique
Cours 3	<ul style="list-style-type: none"> • 4 minutes pour transmettre mon message
Cours 4	<ul style="list-style-type: none"> • 4 minutes pour transmettre mon message
Cours 5	<ul style="list-style-type: none"> • 4 minutes pour transmettre mon message

6

6

+

Planning cours

Se connaître à l'oral

7

	S1	S2 Présentations GRE3	S3 – Présentations	S4 – Présentations	S5 - Présentations
GRE3	21 oct 25	22 oct 25	5 nov 25	12 nov 25	26 nov 25
IR3 – GR1	10 oct 25	15 oct 25	27 oct 25	5 nov 25	25 nov 25
IR3 – GR2	10 oct 25	15 oct 25	5 nov 25	19 nov 25	25 nov 25

ESAIP – ING3 – Communication Orale - 2025-26

7



Evaluation

ESAIP – ING3 – Communication Orale - 2025-26

8

+

Pour le cours 3, 4, 5 Evaluation

9

- Choisir un sujet de votre choix (hors sujet politique ou religieux à des fins de propagande) – possible de choisir le thème Illusions
- Préparer une présentation de **4 minutes** sans **support**
- Ordre de passage : voir dates sur moodle
- Intervention notée
- Evaluation : debrief collectif

ESAIP – ING3 – Communication Orale - 2025-26

9

+

Exemples de sujets

10

Objets connectés

Santé

Climat

Technologies

Nature - environnement

Société

ESAIP – ING3 – Communication Orale - 2025-26

10



Exemples de sujets

11

Cuisine**Sport****Divers****Tourisme - Voyages**

ESAIP – ING3 – Communication Orale - 2025-26

11



Grille évaluation



École d'Ingénieurs La Salle COMMUNICATION ORALE ING3

12

PROMOTION et ANNEE SCOLAIRE	NOM Prénom	NOTE																								
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>																								
THEME abordé :																										
<input type="text"/>																										
<table border="1"> <thead> <tr> <th>OUI</th> <th>NON</th> <th>Si « non », temps effectif :</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>			OUI	NON	Si « non », temps effectif :	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																			
OUI	NON	Si « non », temps effectif :																								
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																									
RESPECT DU TEMPS DE PAROLE (min) <table border="1"> <thead> <tr> <th>TB</th> <th>B</th> <th>M</th> <th>I</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> </tbody> </table>			TB	B	M	I	<input type="checkbox"/>																			
TB	B	M	I																							
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																							
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																							
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																							
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																							
PARAVERBAL & NON VERBAL <ul style="list-style-type: none"> - Posture / présence - Prise en compte de l'auditoire, regard panoramique - Gestuelle, maîtrise du corps - Articulation, débit, ton <table border="1"> <thead> <tr> <th>TB</th> <th>B</th> <th>M</th> <th>I</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> </tbody> </table>			TB	B	M	I	<input type="checkbox"/>																			
TB	B	M	I																							
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																							
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																							
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																							
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																							
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																							
STRUCTURE ET EXPRESSION <ul style="list-style-type: none"> - Hiérarchisation des idées - Introduction/problématique posée - Conclusion/ouverture - Correction et richesse de la langue - Pratique du story telling <table border="1"> <thead> <tr> <th>TB</th> <th>B</th> <th>M</th> <th>I</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> </tbody> </table>			TB	B	M	I	<input type="checkbox"/>																			
TB	B	M	I																							
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																							
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																							
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																							
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																							
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																							
MISE EN ŒUVRE DES IDÉES <ul style="list-style-type: none"> - Choix et traitement global du sujet - Mise en scène, créativité <table border="1"> <thead> <tr> <th>TB</th> <th>B</th> <th>M</th> <th>I</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> </tbody> </table>			TB	B	M	I	<input type="checkbox"/>																			
TB	B	M	I																							
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																							
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																							
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																							
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																							
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																							

ESAIP – ING3 – Communication Orale - 2025-26

12



Concours d'éloquence

ESAIP – ING3 – Communication Orale - 2025-26

13

+ Concours d'éloquence ESAIP

...

- Pour qui ? → ING3, B3
- Quand ? → Jeudi 4 décembre 2025
- Où ? → A l'ESAIP
- Membres du jury :
 - Personnel ESAIP + Laurence Guillot
- Organisation de l'événement :
 - Si vous souhaitez intégrer l'équipe projet, merci de contacter Laurence Guillot - lguillot@esaip.org
- Action valorisée dans le cadre du LEP

14

ESAIP – ING3 – Communication Orale - 2025-26

14



Finale inter-écoles 29 janvier 2026

15

- 7 minutes +/- 1 min (buzzer à 8 min)
- Pas de pupitre
- Ecoles : ESSCA, ESEO, ESA, ESAIP, IRCOM, ISTOM, Agrocampus
 - 2 candidats finalistes par école (participation en présentiel)
- Thème : **Illusion(s)**
- Où ? : **IRCOM**
- Pour chaque candidat, fournir pour le 15 janvier 2026 :
 - Prénom, nom, âge de finalistes
 - Filière de formation au sein de l'école
 - Titre de la présentation
 - Introduction musicale : (nommer le fichier avec prénom et nom)

ESAIP – ING3 – Communication Orale - 2025-26

15



Finale inter-écoles Règles

16

- Durée prestation : 7 minutes +/- 1 minute (non-respect = élimination)
- 2 candidats sélectionnés par école
- Thème imposé sur la base d'un mot clé : **Illusion(s)** (possibilité d'utiliser le même thème pour sa présentation orale durant les cours)
- Jury composé de 2 personnes par école
- 4 prix : 1^{er} prix : coup de cœur du jury, 2^e, 3^e, 4^e prix
- Attention : le caractère émotionnel ne doit pas prendre le dessus
- Le contenu de la prestation doit émaner de votre propre production (attention utilisation IA)

ESAIP – ING3 – Communication Orale - 2025-26
■ Pas de pupitre, pas de miro, pas de notes

16



Je me présente...

ESAIPI – ING3 – Communication Orale - 2025-26

17

+ Je me présente

...

- Dessiner sous forme de BD (4 cases maximum)
- Qui je suis ?
 - D'où je viens
 - Mes hobbies
 - Une anecdote
 - Case libre

ESAIPI – ING3 – Communication Orale - 2025-26

18



esai^p
La Salle
ÉCOLE D'INGÉNIEURS

Communiquer à l'oral, c'est quoi ?

ESAIPI – ING3 – Communication Orale - 2025-26

19

+ Jeu du rectangle

...

ESAIPI – ING3 – Communication Orale - 2025-26

20

10

+ Principes de communication

21

The diagram illustrates the principles of communication. It features two stick figures, one on the left labeled 'EMETTEUR' and one on the right labeled 'RECEPTEUR'. Each figure has a thought bubble above it labeled 'Cadre de référence'. A green arrow labeled 'MESSAGE' points from the emitter to the receiver. Above the message arrow, there is a small character labeled 'bruits parasites'. Below the message arrow, the text 'CANAL (auditif, visuel ...)' is written. A large purple curved arrow labeled 'Feed-Back' points from the receiver back to the emitter. The entire diagram is enclosed in a black border.

ESAIPI – ING3 – Communication Orale - 2025-26

21

+ Schéma De la communication interpersonnelle

21

Emetteur

- Sa part de production
- Son cadre de référence

Message

Récepteur

- Sa part d'interprétation
- Son cadre de référence

Information circulante (le contenu)

ESAIPI – ING3 – Communication Orale - 2025-26

Source : J'assure à l'oral – éditions ellipses

22

+

Check liste de la communication

...

23

- Définir le cadre de la relation
- Définir les objectifs
- Favoriser la participation
- Déclencher la fédération du public
- Maîtriser les émotions
- Définir et clarifier les cibles
- Etablir la légitimité de l'orateur
- Maîtriser son langage verbal
- Etablir un climat de confiance
- Clarifier le degré de connaissance du public et de l'orateur
- Installer un cadre d'écoute mutuelle
- Clarifier le degré d'implication de l'orateur

ESAIPI – ING3 – Communication Orale - 2025-26

23

+

Composantes de communication

24

Le sens des mots : tel que le dictionnaire les définit

L'intonation : le rythme, le volume de la voix

L'expression corporelle : mimiques, gestuelle, regard

ESAIPI – ING3 – Communication Orale - 2025-26

24

+ S'exprimer en maîtrisant Les 3 composantes

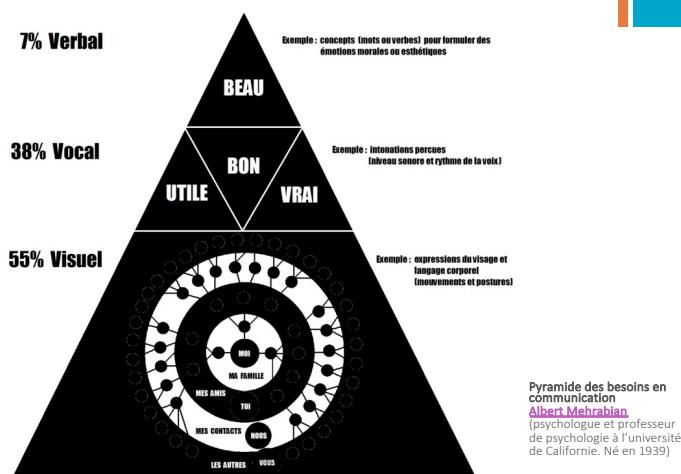
- Le sens des mots : → l'intellect → Conscient

- L'intonation → l'affect → Inconscient
- L'expression corporelle

ESAIPI – ING3 – Communication Orale - 2025-26

25

+ Les composantes de communication



ESAIPI – ING3 – Communication Orale - 2025-26

26

+ Les composantes de la communication

```

graph TD
    CO[Communication Orale] --> V[Verbale]
    CO --> NV[Non verbale]
    CO --> PV[Para-verbale]
  
```

Communication Orale

Verbale **Non verbale** **Para-verbale**

Immédiateté :

- Le temps
- Le lexique
- Les niveaux de langage
- Les types de dialogue
- Les registres psychologiques
 - Relationnel / émotionnel
 - Objectif / subjectif
 - Explicite / implicite

Voix :

- Timbre
- Rythme...

ESAIPI – ING3 – Communication Orale - 2025-26

Source : *J'assure à l'oral* – éditions ellipses

27

+ La proxémique

...

■ Qu'est-ce que c'est ?

- La **distance interpersonnelle de communication**.
- C'est une « **bulle fictive** » que nous avons dans nos relations avec les autres

Nous augmentons ou pas la distance selon le **degré de connaissance** que nous avons

■ 4 zones de relation

■ Intime	<i>Zone affective ; – 40 cm</i>
■ Personnelle	<i>Relation à 2 ; 60 à 80 cm</i>
■ Sociale	<i>Zone de petit groupe</i>
■ Publique	<i>Conférence, média</i>

ESAIPI – ING3 – Communication Orale - 2025-26

28

+ La proxémique

...

The diagram illustrates the four zones of proxemics: Zone intime (red), Zone personnelle (green), Zone sociale (orange), and Zone publique (> 3 m). A yellow stick figure is positioned in the Zone intime. A blue double-headed arrow indicates the boundaries between the zones. Labels include '+/50 cm' for the intime zone, '1,20 m' for the personal zone, '3 m' for the social zone, and '> 3 m' for the public zone. A small red square icon with the word 'Authentis' is located at the bottom right.

ESAIP – ING3 – Communication Orale - 2025-26

29

A cartoon illustration of a person with a very large head and a small body, looking extremely nervous with sweat drops on their face. They are holding a microphone and shouting into it. The text above them reads: "TON STRESS ME TEND TA TENSION ME STRESSE!" and "HIGNE!". Below the illustration is a blue box containing the text:

Le trac et la communication orale

30

+ Le trac et la communication

31

ESAIPI – ING3 – Communication Orale - 2025-26

31

+ Le trac : phase d'alarme

Manifestations

But

- Apporter de l'oxygène (cerveau, muscles)
- Préparer à un effort physique brutal (fuir ou combattre)

Manifestations

- Vigilance
- Refroidissement cutané (transpiration, contraction des extrémités)
- Horripilation (comme des félin pour impressionner)
- Diminution du temps de coagulation (blessures)
- Signes digestifs (nausées...) et urinaires (envie d'uriner)

ESAIPI – ING3 – Communication Orale - 2025-26

32

+ Le trac : signes physiologiques

The diagram illustrates the physiological signs of stress. On the left, a red circle labeled "Bon stress" has a blue arrow pointing down to a blue box labeled "Défi". In the center, a cartoon brain with a speech bubble says "STRESS POSITIF" and "CE N'EST PAS DU STRESS POSITIF". On the right, a red circle labeled "Mauvais stress" has an orange arrow pointing down to an orange box labeled "Peur". A vertical bar on the right side is labeled "33".

ESAIP – ING3 – Communication Orale - 2025-26

33

+ Le trac : réactions et émotions

Réactions	Emotions
<ul style="list-style-type: none"> ■ La fuite : éviter l'affrontement ■ Le combat : affronter l'épreuve ■ L'inhibition : le repli sur soi 	<ul style="list-style-type: none"> • Peur • Tristesse • Colère

Three cartoon illustrations at the bottom represent different reactions: Taz from Looney Tunes in a狂怒状态, a small black bird with a bow, and Bart Simpson looking shocked. Below them is the text "#!@*?!".

ESAIP – ING3 – Communication Orale - 2025-26

34

+ Le trac : ce qu'il y a à gagner et à perdre

Le sous trac

- Les stimulations physiologiques ou mentales sont insuffisantes

Le sur trac

- Un fonctionnement en sur régime, demandant une capacité excessive d'adaptation pour l'individu

Le trac optimal

- Nous nous sentons bien stimulés, plus énergiques, tout en conservant un bon équilibre



ESAIPI – ING3 – Communication Orale - 2025-26

35

+ Le trac : ce qu'il y a à gagner et à perdre

Apprendre à gérer son trac, c'est éviter

- Les oublis, les erreurs
- Les problèmes cardiaques et de respiration, la transpiration, les tremblements, les maux de ventre
- De s'énerver trop vite, d'être agressif, anxieux

Apprendre à mieux gérer son trac, c'est gagner

- En motivation, en satisfaction (études, travail)
- En concentration et en vigilance (conduite, interventions devant un groupe)
- En fiabilité (réalisation de tâches, conduites de projets, de missions)
- En précision dans ses manœuvres
- En contrôle (dans la relation à l'autre, prise de parole...)

ESAIPI – ING3 – Communication Orale - 2025-26

36

+

Le trac : solution

37

Solutions

- **Hygiène de vie** : sommeil, alimentation
- **Maîtrise du corps** : poser les mains et les pieds à plat, s'appuyer le dos contre le dossier de la chaise, parler « physiquement
- **Relaxation** (respirer avec le ventre, boire un peu d'eau,
- **S'accepter soi-même**
- **S'échauffer**

ESAIP – ING3 – Communication Orale - 2025-26

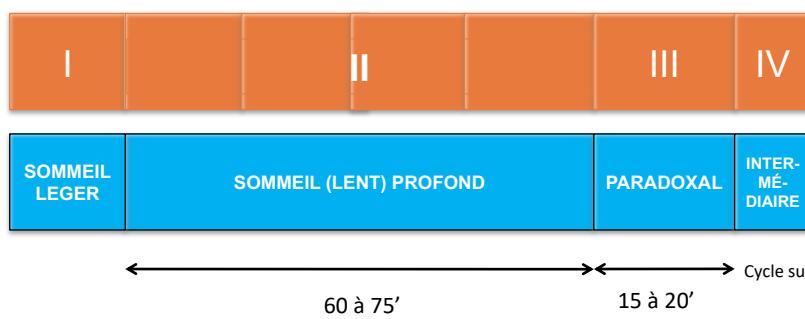
37

+

Le sommeil

38

Architecture du sommeil



ESAIP – ING3 – Communication Orale - 2025-26

38



Comportement

Lors d'une prise de parole en public

39

Attitude générale

- Assis : ne pas être statique, mouvement (tronc, mains)
- Debout : ne pas rester sur place, bouger, occuper l'espace mais sans excès

Gestes

- Assis : pas de mains croisées sur ou sous la table, bras ouverts et décollés de la table
- Debout : pas de mains dans les poches, pas de mains dans le dos, pas de bras croisés. Prendre un crayon (si nécessaire)

ESAIPI – ING3 – Communication Orale - 2025-26

39



Comportement

Lors d'une prise de parole en public

40

Regard

- Ne pas regarder ni le plafond, ni le plancher
- Regarder tour à tour, dans les yeux de préférence (sans fixer)
- Visage vivant => mesure de l'effet

Visage

- Chasser tristesse et fatigue
- Sourire
- Laisser parler les traits du visage (mimiques)

ESAIPI – ING3 – Communication Orale - 2025-26

40