

Voici **3 textes** (+/-150 à 200 mots), spécialement écrits pour des apprenants **B2–C1**, avec une intention claire de travail sur :

- l'**articulation précise** (enchaînements, fricatives, voyelles)
- la **voix posée et projetée**
- le **rythme naturel du français parlé**
- la **clarté prosodique**

Chaque texte peut être lu :

- à voix basse (fluidité)
- à voix projetée (volume et rythme)
- avec appui sur les syllabes finales (pour éviter les fins de phrases "avalées")
- avec un sonomètre (NIOSH) (pour travailler le volume sonore)

🔊 Texte 1 – “La voix oubliée”

🎯 **Objectifs** : prosodie montante/descendante, nasales, voyelles ouvertes/fermées



Depuis des années, Pauline parle peu. Elle répond poliment, elle écoute, mais n’ose jamais vraiment dire ce qu’elle pense. Elle dit qu’elle préfère observer, qu’elle n’aime pas s’imposer. Pourtant, sa voix, quand elle l’utilise, surprend : elle est claire, pleine, presque théâtrale.

Un jour, lors d’une réunion, elle prend la parole. Elle parle lentement, distinctement, avec un ton posé. Les autres se taisent. On l’écoute. Même ceux qui ne l’ont jamais vraiment regardée.

Ce jour-là, elle comprend une chose simple : parler, ce n’est pas interrompre. Ce n’est pas dominer. C’est habiter l’espace avec respect, sans s’excuser d’exister.

Depuis, elle continue à parler doucement. Mais elle parle plus souvent. Et surtout, elle parle debout, sans baisser les yeux.

Texte 2 – “Respirer pour parler”

🎯 **Objectifs** : respiration + débit + fricatives ([s], [ʃ], [f], [z], [ʒ])



Il y a des gens qui parlent sans respirer. Ils enchaînent les phrases, les idées, les excuses. Leur voix sature, leur souffle s'essouffle, et leur message se dilue.

D'autres, au contraire, prennent le temps de respirer. Avant de parler, ils inspirent lentement. Entre deux phrases, ils laissent un espace.

Ces gens-là ne parlent pas forcément plus fort, mais on les entend mieux. Leur voix porte, sans forcer.

Le secret n'est pas dans la force, mais dans le souffle.

Un bon orateur est un bon respirateur.

Si tu veux parler avec clarté, commence par respirer. Inspire par le nez. Expire sur un son.

Fais-le doucement. Et recommence.

Une voix bien posée, c'est une voix qui flotte sur le souffle ; pas qui s'écrase contre le silence.

Texte 3 – “Marcher et parler”

🎯 **Objectifs** : rythme, fluidité, lecture expressive, appuis syllabiques



Marcher et parler. Deux gestes simples, qu'on oublie souvent de combiner.

Quand tu marches, ton corps s'équilibre. Ton souffle s'aligne. Ta posture se redresse.

Si tu ajoutes la parole à la marche, tout devient plus fluide.

Les mots suivent le rythme de tes pas. Les silences ne sont plus gênants : ils respirent.

En classe, dans un entretien, même dans une conversation difficile, garde cette idée : parle comme tu marches.

Ne cours pas. Ne te retiens pas. Avance, un mot après l'autre.

Une voix claire est une voix qui avance. Pas une voix qui saute, qui bute ou qui se cache.

Marcher en parlant, c'est une manière d'habiter la langue. D'habiter le monde.