

# Eine Checkliste zur Vorbereitung



Die Vorbereitung auf eine Rede oder eine Präsentation kann manchmal überwältigend sein, besonders wenn man jung ist und vielleicht zum ersten Mal vor einem Publikum steht. Eine Checkliste zur Vorbereitung ist wie eine Schatzkarte, die dich durch die einzelnen Schritte führt und sicherstellt, dass du nichts Wichtiges vergisst. Sie hilft dir, systematisch vorzugehen, und gibt dir Sicherheit, dass du an alles gedacht hast. Hier ist deine Checkliste, um dich bestmöglich auf deine Präsentation vorzubereiten:

## 1. Thema und Inhalt überprüfen □□

□

- Habe ich mein Thema gründlich recherchiert?
- Verstehe ich alle Informationen, die ich präsentieren werde?
- Habe ich die Zuhörer gut einbezogen?

## 2. Merkhilfen vorbereiten

- Habe ich ein Skript oder Moderationskarten erstellt?
- Habe ich eine Mindmap oder ähnliche visuelle Hilfen vorbereitet?
- Sind alle meine Notizen vollständig und leicht verständlich?

## 3. Folien und technische Hilfsmittel

- Habe ich meine Folien auf Fehler überprüft?
- Funktionieren alle technischen Geräte, die ich verwenden werde (Computer, Beamer, Fernbedienung)?
- Habe ich die Darstellung meiner Folien auf unterschiedlichen Geräten getestet und als Notlösung auch eine PDF-Version meiner Folien dabei?
- Habe ich digitale Folien, Videos oder Bilder, die ich zeigen möchte, auf einem USB-Stick dabei?

## 4. Übungen und Probeläufe

- Habe ich meine Präsentation vor einem Publikum (z. B. Familie, Freunden) geübt?
- Habe ich um Feedback gebeten und dieses in meine Vorbereitung integriert?
- Fühle ich mich sicher mit dem Ablauf meiner Präsentation?

## 5. Körpersprache und Sprechweise

- Habe ich geübt, klar und deutlich zu sprechen?
- Habe ich meine Körpersprache (Gestik, Mimik) geübt?
- Weiß ich, wie ich während der Präsentation Augenkontakt halten kann?

## 6. Notfallplanung

- Habe ich einen Plan, falls die Technik ausfällt?
- Kann ich meine Präsentation auch ohne technische Hilfsmittel durchführen?
- Habe ich alle wichtigen Unterlagen und Hilfsmittel doppelt dabei?

## 7. Persönliche Vorbereitung

- Habe ich genug geschlafen, um konzentriert und wach zu sein?
- Habe ich Wasser oder ein Getränk dabei, falls ich während der Präsentation Durst bekomme?