

PREPARATION CORPORELLE ET VOCALE

<i>Mouvements corporels</i>	Situations pédagogiques
-----------------------------	-------------------------

Le corps instrument : Assurer l'ancrage, améliorer la disponibilité et la concentration, favoriser l'équilibre et la stabilité, induire la détente nécessaire à l'émission sonore.

<ul style="list-style-type: none"> • <i>Axe (tonicité verticale) – Ancrage. Debout, pieds parallèles légèrement écartés, genoux déverrouillés.</i> • <i>Etirements – Equilibre</i> • <i>Mobilité de la tête et mobilité oculaire. (à dissocier)(mouvements à effectuer lentement).</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • Imprimons l'empreinte de nos pieds dans le sable. Assurons-nous que toute la surface des pieds repose sur le sable de façon égale. • Achevons de nous réveiller par des étirements accompagnés de bâillements sonores. • La tête tournée vers la droite, suivons lentement la ligne d'horizon, le regard droit, (et retour). • La tête penchée vers l'épaule droite, vérifions l'état du ciel au-dessus de nous (et retour). • Un petit filet d'eau s'écoule entre nos pieds, accompagnons-le jusqu'à la mer (et retour).
---	---

Le souffle (énergie qui va faire du son) : "L'art du chant est l'art du souffle". Prendre conscience de la circulation de l'air (nez, bouche). Contrôler et renforcer les mouvements du diaphragme. Développer les muscles de la respiration costo-abdominale. Sentir la relation souffle/émission sonore.

<ul style="list-style-type: none"> • <i>Respiration abdominale :</i> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Inspiration : on laisse entrer l'air.</i> - <i>Expiration : contrôle du souffle (durée et pression).</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • La tempête se lève nous déstabilisant ; le vent se fait plus fort (« v v v », « f f f », « s s s », « ch ch ch »). Mais notre ancrage dans le sable reste solide !! • Varier l'amplitude, la direction des mouvements (avant, arrière, haut, bas), le tempo de la tempête, l'intensité des bourrasques (crescendo, decrescendo).
---	---

Résonance : Libérer les résonateurs (cavités résonantes : bouche, fosses nasales, pharynx, cage thoracique, etc..). Transformer du souffle en ondes vibratoires. Travailler une modification de l'énergie pour fabriquer le timbre.

<ul style="list-style-type: none"> • <i>Travail des consonnes voisées : z,v,,j.</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • Moïto : « ng » de parking (différentes hauteurs pour aller vers un cluster) • puis sirènes d'alarme « vou, vi... » accompagnées par le geste.
--	--

Emission et interprétation: Favoriser le développement de l'étendue et de la palette des couleurs vocales afin d'homogénéiser les sons. Eduquer l'oreille à percevoir la conformité du phonème demandé. Générer des sons au travers d'émotions.

<ul style="list-style-type: none"> • <i>Chanter cette phrase en montant d'un demi-ton à chaque fois à partir de do et en variant le bagage lexical des onomatopées.</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • Dou ba dou ba dou ; Chwi bi da ya ; Bap pa da lia • Chou ba dou wa ; Swi bi di wi
--	--

