

## La préparation vocale

---

### La préparation vocale peut se décomposer en quatre phases :

- Un rituel d'entrée dans l'activité : percussions corporelles à reproduire en perroquet
- Un réveil corporel et la mise en place d'une bonne posture
- La mise en place d'un souffle efficace
- Des jeux vocaux et des vocalises pour oser sortir la voix, développer la tessiture, travailler la justesse

Elle est indispensable pour mettre en œuvre les compétences nécessaires pour chanter :

Ecoute, concentration collective, réactivité, regard dirigé vers le chef de chœur, posture du chanteur, respiration basse, réveil des résonateurs, justesse, recherche d'un son commun...

**1. Percussions corporelles à reproduire en perroquet :** *le meneur propose un rythme sur quatre temps que les élèves reproduisent à l'identique. Varier les frappes (mains, cuisses, joues...), varier les gestes (claquer des doigts, de la langue...)*

**2. Réveil corporel, posture :** *Le meneur fait des gestes et du son (souffle) que les élèves reproduisent en miroir*

S'ancrer dans le sol : basculer le poids du corps pour trouver un équilibre parfait, sautiller sur la pointe des pieds comme si un ressort était posé sous les talons, faire le twist..., relâcher les genoux, s'étirer, se grandir en inspirant et relâcher en expirant. Déverrouiller les épaules, assouplir la tête.

Se redresser : sternum haut et épaules basses comme si un fil nous tirait vers le plafond.

Jouer sur les changements rapides de posture : chanteur debout - canapé – chanteur assis (buste droit, pieds posés à plat sur le sol, mains sur les cuisses) – bus

Se savonner énergiquement, bouger tête et épaules, masser l'intérieur de la bouche avec la langue, gonfler les joues et faire circuler l'air, ouvrir la mâchoire, tapoter le masque (haut du visage) pour réveiller le regard, mobiliser la langue (claquements de langue, masser l'intérieur de la bouche avec la langue, faire le lézard, le petit chat, mobiliser les lèvres (envoyer des bisous, gonfler les joues d'air et faire circuler l'air dans la bouche) et ... **s'étirer en bâillant !**

**3. Travailler le souffle :** *Le meneur propose et les élèves reproduisent en perroquet*

S, S, S, S (bien reprendre de l'air frais à chaque son, ouvrir la bouche, lâcher le diaphragme)

Ch, ch, ch, ch,

Hou, Hou, Hou, Hou

La canette de soda : K, Tsss, PSCHHHHHHHHHH....

CHHHHHHHHHH

FFFFFFFFFFFFFFF

BrBrBrBrBrrBrBrbrbrbrbrbr (le moteur)

Souffler sur une bougie, plusieurs bougies, fort, doucement

**4. Faire résonner/faire sonner :** *Le meneur propose et les élèves reproduisent en perroquet / accompagner le geste vocal d'un geste physique*

La toupie : langue derrière les dents qui sont serrées « zzzzzz »

Faire le petit chat : miaou, miaou...

Goûter quelque chose de très bon : Mmmmmm

Sirènes sur un O très snob

Appeler quelqu'un : ouou ! ououou !

Faire des vocalises, des notes tenues...

### **Quelques règles pour bien chanter :**

- être attentif à sa posture (sternum haut, épaules basses, pieds parallèles légèrement écartés)
- éclairer le regard et regarder loin, royalement !
- montrer que l'on prend du plaisir à chanter
- être attentif au chef de chœur : ne pas le lâcher du regard !
- chanter ensemble, sans jamais forcer la voix
- Ecouter
- Penser à ce qu'on chante, au sens des mots, à ce que l'on veut provoquer chez les auditeurs (danser ? Rêver ? Pleurer ?...)

Grilles d'autoévaluation pour bien chanter en chœur

| Ce que je dois faire                            | Quelques critères   | Je m'évalue |   |   |
|---|---|-------------|---|---|
|   |   | A           | B | C |
| J'ai une bonne posture pour chanter.            | J'ai les pieds parallèles et écartés de la largeur du bassin. |             |   |   |
|   | Ma tête est droite.   |             |   |   |
|   | Mon sternum est haut.   |             |   |   |
|   | Mes épaules sont basses.                                      |             |   |   |
|   | Mon regard est éclairé (chanter avec un sourire...)           |             |   |   |
| Je suis concentré(e).                           | Je ne parle pas entre les chants. Je chante.                  |             |   |   |
| Je connais les gestes du chef de chœur.         | Je connais les gestes de départ.                              |             |   |   |
|   | Je connais les gestes d'arrêt.                                |             |   |   |
|   | Je regarde le chef de chœur quand je chante.                  |             |   |   |
| Je connais les paroles des chants par chœur.    | Je les récite sans effort.                                    |             |   |   |
| Je chante avec les autres.                      | Je ne chante pas trop fort, je ne pousse pas ma voix          |             |   |   |
|   | J'entends mon voisin, ma voisine chanter.                     |             |   |   |
| Je chante juste.                                | J'ouvre la bouche, je fais résonner.                          |             |   |   |
| Je chante en rythme.                            | J'écoute la bande son.  |             |   |   |
| Je tiens ma voix lors d'un chant en polyphonie. | Je m'appuie sur la voix principale.                           |             |   |   |

**Mon point fort :**

**Ce que je dois améliorer en priorité :**

**L'avis de l'enseignant(e) :**

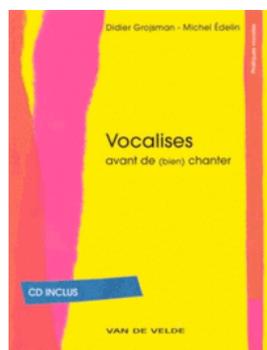
### Vocalises avant de (bien) chanter

avec 1 CD audio

Didier Grojsman, Michel Edelin

Van de Velde, 2011

25 € TTC



21 séquences et leur exploitation sous forme de fiches élaborées autour de 3 pôles essentiels : La "mise en chœur" : concentration, retour en soi, recherche d'une sensation d'osmose entre les chanteurs, ouverture vers l'espace sonore environnant. Le travail corporel : échauffement, étirements, déverrouillage des articulations, expulsion des tensions, contrôle et exploitation de la respiration. Le réveil vocal et dynamique : exploration de la voix, sous ses différents aspects (chantée, parlée, chuchotée...) jeux vocaux, travail de la justesse, des intervalles, du chant intérieur. Le rituel de cette préparation corporelle, mentale et vocale, conduit peu à peu les enfants à se construire une réelle personnalité musicale empreinte d'émotion artistique. Le CD regroupe l'ensemble des vocalises harmonisées. Chaque vocalise occupe 2 pages du CD. La première expose la formule interprétée par les enfants avec l'accompagnement instrumental, la seconde diffuse l'instrumental seul auquel le chœur viendra se superposer.

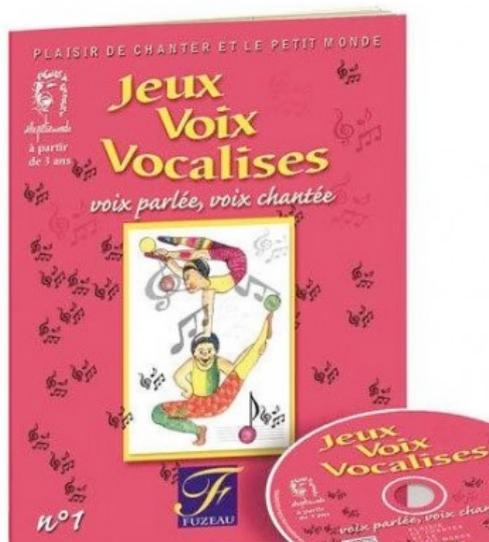
### Jeux, voix et vocalises n°1

Joël Genetay

Livret-CD chez Fuzeau

24,50 € TTC

A partir de 3 ans



La collection Jeux Voix Vocalises a été conçue pour favoriser la pratique vocale dès le premier degré à partir d'exercices simples et progressifs basés sur l'échauffement vocal et les vocalises.

A travers les trois volumes de la collection, l'auteur propose des invitations à la découverte de son propre pouvoir musical. C'est une étape importante : faire jouer les élèves avec leur voix et leur permettre de s'essayer, pour mieux la sentir, l'exprimer, parfois mieux l'accepter.

Destiné à tous, petits et grands, chanteurs chevronnés ou occasionnels, "Jeux, voix, vocalises n°1" regroupe des jeux vocaux, des jeux de voix qui allient théâtre et musique et des vocalises.

La démarche s'appuie sur le va-et-vient entre la voix parlée et la voix chantée pour que l'une et l'autre s'enrichissent mutuellement.

Fondée sur une démarche ludique, cette méthode libre, offre des outils rigoureux et simples à mettre en place avec les élèves.

Une collection non exhaustive, bien sûr, de jeux de voix parlée, de voix chantée, de petites vocalises qui s'enchaînent comme une histoire sans histoire mais pleine de paroles. Des comptines, des adaptations d'Haïkus pour peut-être enrichir vos jeux vocaux, vos jeux de langue, la musique des voix...

### Musique Prim, c'est :

- Une ressource dédiée à l'éducation musicale pour les enseignants, les formateurs et les corps d'inspection du 1er degré
- Une offre légale d'œuvres à écouter et à chanter accompagnée de supports pédagogiques conçus pour enrichir les parcours d'éducation artistique et culturelle et enseigner l'histoire des arts.
- Un partenariat avec des professionnels de la musique au service de la culture patrimoniale, entre le ministère de l'éducation nationale et l'association « Tous pour la musique »

[www.reseau-canope.fr/cndpfileadmin/musique-prim/accueil](http://www.reseau-canope.fr/cndpfileadmin/musique-prim/accueil)