

ministère
éducation
nationale



École maternelle

Imaginer sentir créer

Préparation vocale avant de chanter

Août 2007

PRÉPARATION VOCALE AVANT DE CHANTER

PRÉPARATION VOCALE, JEUX VOCAUX ET CONSEILS DIVERS

Posture

- Debout, les deux pieds légèrement écartés, les épaules lourdes, les bras le long du corps, les mains ouvertes, la tête droite sans aucune raideur (la marionnette). Trouver son équilibre personnel en se balançant d'avant en arrière. Sautiller sur place, pour se placer.

Décontraction

- Bailler, s'étirer en allongeant les bras, en se mettant sur la pointe des pieds.
- Faire des ronds avec la tête, très lentement, dans un sens puis dans l'autre.
- Faire des cercles avec les épaules en avant, en arrière, en prenant soin de ne pas bouger la tête.
- A deux, se masser les épaules ...
- Tirer la mâchoire vers le bas, ça craque ! Ouvrir la bouche vers le bas, d'un côté puis de l'autre.
- Se masser les sinus au-dessus des yeux, les joues en faisant des cercles très lentement...
- Remuer la tête de gauche à droite rapidement en laissant aller les joues.
- Avec les lèvres faire " la carpe ", faire des " Brrrrr " de plus en plus aigus
- Se masser le larynx, en passant alternativement les 2 mains, du haut en bas de la gorge, en déglutissant.
- Faire des cercles avec le tronc, en laissant aller dans tous les sens les bras, complètement mous. Secouer les mains.

Respiration

- Dans tous ces exercices, mains posée au niveau de l'estomac, ne jamais soulever les épaules, inspirer par le nez, expulser par la bouche. (Mis à part le " jeu de la paille ")
- Prise de conscience du fonctionnement respiratoire, couché sur le dos, main au niveau du diaphragme. Sentir le mouvement du " soufflet "
- Essayer de sentir ce mouvement en position verticale.
- Inspirer lentement par le nez, sans lever les épaules, bloquer en apnée 3 à 5 secondes, ressortir l'air en continu en faisant des " SSSS ", puis des " Chchchch ", des " Ksssss ", en discontinu en faisant des " Hop ! Hop ! Hop ! " des " Hollé, Hollé, Hollé " (en remontant le diaphragme)
- Inspiration lente par la bouche, comme si on aspirait l'air avec une paille, en relâchant les muscles de la ceinture abdominale. Émettre ensuite des " Oh ! " d'étonnement, des " Oh ! " de déception, des " Ah ! " de ravissement.
- Souffler la bougie : expirer en atteignant l'index levé devant la bouche, sentir le filet d'air.
- Souffler un gâteau d'anniversaire de 10, 20, 30, 40, 50 bougies et plus ...
- Souffler pour refroidir la soupe, pour apaiser la douleur d'une blessure, pour gonfler un ballon, pour faire de la buée sur une vitre.

Résonances /articulation

- Imiter le vol de l'abeille en faisant des “ Zzzzz ” en ligne droite, de plus en plus haut/bas, à plusieurs vitesses, dans tous les sens ...
- Chanter “ Frère Jacques ” en montant régulièrement d'un ton, sur des : “ Mmmm ”, des “ Man ”, “ Mon ” “ Doum ”, “ Bloum ”, “ Bom ”, “ Bam ”, “ Doum ”, le nez pincé, “ Nang ”, “ Ding, dong ”, “ No ”, “ Nonn ” et tout les combinaisons avec les voyelles : “ Na ”, “ Ne ”, “ Né ”, “ Nè ”, “ Ni ”, “ No ”, “ Nu ”, “ Nou ” “ Mina - mina - mina ” ...
- Chanter : “ Une souris verte ” en “ Dabadabada da ” “ Dibidibidi ” en “ Tiguidiguidi di ” etc.
- Chanter cette même comptine : voix de tête - uniquement sur les voyelles - en s'arrêtant sur chaque syllabe que l'on fait résonner le plus longtemps possible : “ Unnnnne souououou - ririris vèèèèèè -rteeeeeeu etc. ” - En soufflant/aspirant alternativement chaque syllabe de la chanson : “ U ” soufflé, “ NE ” aspiré, “ SOU ” soufflé, “ RIS ” aspiré etc.

Autres conseils

- Chanter les phrases du texte sur “ Nonono ”, avec “ Doum-doum ” etc. ce qui permet de focaliser son attention sur les attaques de phrases, les phrasés musicaux, les respirations communes, la justesse de certains passages etc.
- Travailler sans chanter, le rythme de certains passages délicats.
- Ne jamais faire chanter une phrase, sans l'avoir préalablement chantée trois ou quatre fois.
- Pas de bavardages inutiles de la part du maître pendant la durée de l'apprentissage. Un regard suffit parfois ...
- Dans les passages délicats, réduire le tempo, faire chanter par petits groupes de 2 ou 3, puis élargir au groupe classe, faire écouter les enfants et pratiquer des jeux qui contraignent à l'écoute : Ex quelle est la syllabe la plus haute ? La plus basse ? La plus longue ?
- Est-ce que tout le monde chante ?
- Favoriser le chant en solo et diversifier les formes : solo/choeur, petit choeur/solo, choeur de garçons et solo fille, vice versa, petit choeur et grand choeur, soliste avec micro HF dans la salle, au milieu du public et choeur sur la scène, chants mimés et dansés sur la scène, chants théâtralisés sur des postures de théâtre, debout, assis, allongés etc.
- Pour développer l'étendue de la voix, (tessiture), parler certains passages en voix de tête ...
- Repérer le “ relief ” de la chanson. Certains passages sont faciles, d'autres exigent une préparation et une batterie très complète de jeux vocaux.
- Veiller aux enchaînements : couplets/refrain et refrain/couplets.

PETIT BAGAGE DE TECHNIQUE VOCALE

Travail de compilation réalisé par Anne-Marie LERCHE, école maternelle Aristide BRIAND.

1) Décontraction du corps

- Rotation de la tête : dire oui, non, faire un cercle avec le bout du nez.
- Etre un pantin suspendu par des fils : on tire sur le fil du poignet qui se soulève et retombe lourdement lorsque le fil casse. Idem avec la tête, les épaules, les pieds.
- Ou bien être une poupée de chiffon toute molle, tête, bras, cou.
- Balancements : être une algue dans la mer, ou une goutte d'eau dans une bouteille, ou une feuille d'automne qui se balance dans le vent et tombe en tourbillonnant.
- Se frictionner tout le corps comme quand il fait froid ("on réveille son corps").
- Secouer, agiter les membres mous.
- Tension d'une partie du corps et relâchement.
- S'étirer comme un chat ou essayer de toucher le plafond, de pousser les murs.
- Se masser, se malaxer les bras, les trapèzes.
- Tapoter les jambes, le ventre et tout le corps.
- Sautiller en laissant aller les bras autour de la taille.
- Enroulement et déroulement de la colonne vertébrale.

2) Décontraction du masque

- Se masser les joues, les ailes du nez, l'arcade sourcilière et le front du bout des doigts.
- Faire le canard en se pinçant les joues et en les agitant.
- Faire une grimace en relevant les ailes du nez et relâcher.
- Plisser le front ou l'étirer.
- Essayer d'ouvrir les narines.

3) Décontraction de l'appareil vocal

Mâchoire

- Serrer les dents comme si on était en colère, laisser tomber la mâchoire inférieure.
- Abaisser et remonter la mâchoire en tenant le menton et sans le tenir.
- Ouverture maximum, mettre les doigts sur l'articulation
- Mettre 2 doigts dans la bouche pour vérifier si elle s'ouvre bien.

Langue

- Claquer la langue lentement et vite (bruit de sabot au pas, au trot, au galop).
- Faire le ménage dans la bouche avec la langue, bouger les dents.
- Tirer la langue pour essayer de toucher son menton.
- Autres bruits de langue qui claque contre les dents ou contre le palais (eau qui goutte).

Lèvre

- Faire la carpe, claquer les lèvres.

- Faire vibrer les lèvres comme quand une voiture (2CV) démarre, sons courts puis sons continus.
- Envoyer des baisers avec sa main ou se biser le dessus de la main.
- Faire un O dans l'air avec les lèvres fermées.

Larynx

- Bailler en disant : “je baille comme un petit lion, puis un grand puis un très grand lion”.
- Ouvrir grand l'intérieur de sa bouche et essayer de soulever le voile du palais : “on a une pomme de terre chaude dans la bouche”.

4) Respiration

Souffle

- Ramasser une fleur et la sentir.
- Sentir un bon gâteau.
- Souffler sur une bougie sans l'éteindre.
- Souffler sur un gâteau d'anniversaire :
 - Avec 1 bougie...1 souffle bref.
 - Avec 2 bougies ... 2 souffles brefs
 - Avec 5 bougies ... 1 souffle plus long.
 - Avec 20 bougies ... 1 souffle très fort.
- Sentir la goutte du parfum que maman a mis sur le mouchoir.
- Souffler à petits coups sur une plume ou une bulle de savon.
- Sentir l'air chaud en mettant la main devant la bouche puis le nez.
- Faire de la buée sur une glace imaginaire.
- Souffler comme si on faisait du jogging.
- Mettre les mains sur le ventre et sentir ce qui se passe.
- Souffler sur les mains pour les réchauffer comme quand on s'est gelé les doigts.
- Souffler pour enlever le sable que l'on a sur les mains.
- Expirer de l'air sans faire de bruit comme quand on dort.
- Faire des rafales de vent faible, fort : bise qui siffle.

Respiration abdominale

- Dégonfler le “ballon ventre” en l'écrasant avec ses mains puis ouvrir en laissant rentrer l'air.
- Gonfler une bouée autour du ventre.
- Gonfler un ballon de baudruche imaginaire par saccades. Tenir l'embout par les doigts, le lâcher et faire une sirène avec vibration des lèvres.
- Soupirer.
- Renifler comme un petit chien.
- Souffler sur les graines de la fleur de pissenlit, faire s'envoler quelques graines, puis toutes.
- Souffler sur une blessure à notre doigt.
- Gonfler un matelas pneumatique.

5) Sentir et contrôler le diaphragme

- Inspiration lente par le nez : ouverture du thorax, de l'abdomen. Suspension et expiration brutale sur tch. Puis expiration soutenue sur tch ou pch, ou saccadée sur tch.
- Imiter le petit train —> tchou, tchou.
- Imiter le serpent —> kss, kss.
- Imiter le grillon —> tss, tss.
- Imiter l'abeille —> bz, bz.
- Imiter la voiture à friction —> vrr, vrr.
- Chut !
- Pst.
- Hop-là.
- Atchoum.
- Toussoter.
- Ha ha ha voix de papa ours
- Pff la pompe à vélo.

6) Réveil des résonateurs

- Imiter le vent sur “v” avec des mouvements de sirène.
- Imiter une sirène sur “ou” avec la main qui suit.
- Imiter les cloches sur “ding, dong”, “vom !” “bim bam”.
- Imiter le réveil sur “dring” (prolongé).
- Emettre un grand “Mm” de plaisir.
- Imiter un chat “miaou”.
- Imiter le vol d'un moustique “bz”.
- Imiter le son du triangle ou du diapason.
- Imiter une fronde (vocale) que l'on fait semblant de faire tournoyer puis voler dans les airs.
- Imiter l'intervalle donné par l'adulte sur “mm”, “nn” en glissant : tierce, quarte, quinte, octave.
- La voix se promène dans la maison de la cave au grenier avec un ascenseur qui glisse d'un étage à l'autre.
- Mettre les mains sur les sinus, les tempes, le front pour sentir la vibration.

7) Articulation

- La course du cheval (parlé rythmé) : tagada, tagada, tagada.
 - Il passe sur l'herbe sèche : téguédé, téguédé, téguédé.
 - Il passe sur du gravier : tiguidi, tiguidi, tiguidi.
 - Il passe sur un pont : togodo, togodo, togodo.
 - Il disparaît : tgd, tgd, tgd.
- Phrase amusante à dire de plus en plus vite :
“Ton thé t'a-t-il ôté ta toux ?” “Didon dîna dit-on du dos du dodu dindon” ...

8) Variations de timbre

- Parler de différentes manières comme les personnages d'une famille : par exemple :
"Moi je suis le grand-père et je parle comme ça"
Idem avec la grand-mère, la maman, le bébé,...
- Différentes manières de parler : extinction de voix, zozotement, parler du nez, voix tremblante.
- Parler avec différents sentiments : colère, rire, pleurs.
- Parler à la russe, à l'anglaise.

9) Variations de hauteur

- Echelle de sons : mimer la hauteur du petit oiseau, de l'enfant, du gros ours.
- Maison des sons avec la cave, le 1er, le 2ème étage et le grenier.
- Sur une octave monter en sirène (ascenseur)
 - du do grave au mi
 - du mi au sol
 - du sol au do aigu
- Puis monter les escaliers en utilisant la petite chanson :
 - Do ré mi la perdrix
 - Mi fa sol elle s'envole
 - Fa mi ré dans le pré
 - Mi ré do au bord de l'eau.
- Elargir ensuite à toute la gamme de Do, puis changer la tessiture progressivement.
- Utiliser la flûte à coulisse.

10) Variations de durée

- Imiter le téléphone :
 - quand personne ne répond "Tuuut-tuuut" (long)
 - quand c'est occupé "Tut-tut" (court)
- Jeu de la mouche : tant que la mouche vole (main qui se déplace en l'air) le son dure. Le son s'arrête dès qu'elle se pose.
- Le sac à sons avec fermeture éclair. Dès qu'on referme les sons s'arrêtent. En agrandissant l'ouverture il y a plus de sons qui sortent, donc plus d'intensité.

11) Variations d'intensité

- Pluie avec 1 doigt frappé dans la main, 2 doigts, tous les doigts.
- L'avion qui vient de loin, qui passe au-dessus de nos tête et se pose loin.
- On tourne plus ou moins le volume de la radio.
- Le camion des pompiers qu'on entend de loin.
- Tous jeux d'intensité et d'interprétation des chansons en crescendo-decrescendo.