

# ECHAUFFEMENT VOCAL 2

## *Posture*

Et si nous jouions à être Robin des Bois ?

Comme lui nous sommes fiers et nous savons nous tenir, debout, droit, la tête fièrement posée sur nos épaules.

Comme lui, nous avons un carquois avec de très grandes flèches dans notre dos. D'un geste ample et lent de la main droite, nous pouvons aller chercher une flèche dans ce carquois et la retirer lentement. Comme elle est très longue, il faut que mon bras monte et se tende très haut au dessus de ma tête qui reste fière. Je m'étire, je m'étire... Et comme nous sommes forts comme Robin des Bois, nous pouvons recommencer cela avec la main gauche..

A la fin de l'exercice, les élèves doivent être debout, en position de chanteurs, fiers et souriant !

## *Respiration*

On proposera à nouveau aux élèves de poser une main sur le ventre. Mais cette semaine, nous leur proposerons de réaliser quelques petits exercices pour prendre conscience du mouvement du diaphragme. Vous proposez le modèle et les élèves vous imitent.

Nous allons proposer des suite de sons « percussifs » pour provoquer des mouvements du diaphragme : Tss, tss, tss, tssssssss... ; tch, tch, tch, tch..... , Pfff, pfff, pfff, pfff .... Etc.

Commencer par trois sons répétés dont le dernier s'allonge puis augmenter progressivement le nombre de gestes à produire. Chaque série de gestes doit être produit dans une seule et même expiration. Ainsi, il est peu probable que vous alliez au delà de 10 sons répétés !!!

## *Exploration vocale et jeux vocaux*

Aujourd'hui et pour prendre le contrepied de la semaine dernière et surprendre vos élèves, je vous propose de travailler en questions-réponses avec la classe. Ceci est opportun car s'enchaînera naturellement avec la phase précédente de travail sur la respiration, le *modus operandi* restant le même !

Vous allez proposer des gestes vocaux très variés en respectant le parcours suivant :

- 1) Mots ou sons (voyelles, consonnes, onomatopées...) en voix parlés de différentes manières :  
Parlé, chuchoté, pleuré, crié, grogné, avec une grosse voix, avec une toute petite voix, très lentement, très rapidement, etc....
- 2) Travail autour d'onomatopées qui permettront de glisser de la voix parlée à la voix chantée :  
Waouh !! Hé, oh !!! Ah !!!! oui !!!  
**Vous veillerez ici à proposer des modèles divers : intensités différentes (on « fait » fort, puis tout doucement, etc...) et explorant au moyen de glissades du grave vers l'aigu ou de l'aigu vers le grave un spectre sonore très large.**  
**Ici, la théâtralité et votre propre implication physique dans l'exercice est gage de réussite, il faut vous « lâcher » un peu. Attention toutefois, cela reste un temps de travail, les élèves, même dans la bonne humeur doivent chercher à reproduire avec fidélité le modèle que vous avez proposé. Vous devez donc les écouter et pouvoir le cas échéant exiger mieux de leur part. On reste à l'école, on reste exigeant.**
- 3) Travail en voix chantée uniquement sur différentes glissades du très aigu au très grave et inversement. On peut varier les voyelles sur lesquelles on va « glisser » : sur A, sur O, sur OU, sur É, etc. Vous pouvez aussi varier les vitesses de ces « sirènes » ...

## *Vocalises*

**Vocalise numéro C3-2**, à télécharger sur le site du CPEM

**Objectifs** : Assouplissement du geste vocal. Pour y parvenir faire l'exercice en laissant tomber la mâchoire...

**Le(s) mot(s) à retenir : Sirènes**