

ÉDUCATION ESTHÉTIQUE ET ARTISTIQUE - MUSIQUE - LA VOIX

AUTEURS :

- Éditorialisation numérique : Mélanie Albaret
- Éditorialisation numérique : Arnaud Dechelle

LICENCES :

Creative Commons - Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale - Partage dans les Mêmes Conditions

Table des matières

I. LA VOIX.....	3
1. Présentation de la séquence et documents à télécharger	3
a. Découpage en séances	3
2. Séance 1. La voix et la musique.....	4
a. Déroulement de la séance	4
3. Séance 2. La voix	5
a. Déroulement de la séance	6
4. Séance 3. Le sivoix.....	7
a. Déroulement de la séance	7
5. Séance 4. Postures corporelles	8
a. Déroulement de la séance	8
6. Séance 5. La respiration	10
a. Déroulement de la séance	10
7. Séance 6	12
a. Déroulement de la séance	12
8. Séance 7. Révision.....	13
a. Déroulement de la séance	13
9. Séance 8. Évaluation.....	14

I. La voix

1. Présentation de la séquence et documents à télécharger

DURÉE : 5 h en classe et 14 h à la maison

RÉSUMÉ :

Documents à télécharger :

- Télécharger la séquence au format PDF

a. Découpage en séances

Séance (Titre et durée)	Thème, place dans la séquence et très brève description
séance 1 (1 h en classe + 2 h à la maison)	<ul style="list-style-type: none"> • Théorie musicale : <ul style="list-style-type: none"> ◦ La voix et la musique ; ◦ Le larynx ; ◦ Le pharynx, la cage thoracique, les cavités buccale et nasale ; ◦ Les différents registres vocaux. • Pratique instrumentale
séance 2 (1 h en classe + 2 h à la maison)	<ul style="list-style-type: none"> • Théorie musicale : <ul style="list-style-type: none"> ◦ Les caractéristiques de la voix. • Pratique instrumentale
séance 3 (1 h en classe + 2 h à la maison)	<ul style="list-style-type: none"> • Théorie musicale : <ul style="list-style-type: none"> ◦ Les types de voix ; ◦ Classification des voix. • Pratique instrumentale
séance 4 (1 h en classe + 2 h à la maison)	<ul style="list-style-type: none"> • La théorie musicale <ul style="list-style-type: none"> ◦ Posture tête-corps : accordage de l'instrument vocal. • Exercice de pratique sur la posture • Pratique instrumentale : renforcement de la lecture
séance 5 (1 h en classe + 2 h à la maison)	<ul style="list-style-type: none"> • La théorie musicale <ul style="list-style-type: none"> ◦ Les respirations ; • Six exercices pratiques

séance 6 (1 h en classe + 2 h à la maison)	<ul style="list-style-type: none"> • La théorie musicale <ul style="list-style-type: none"> ◦ Le rôle de l'oreille dans la voix ; ◦ Tessiture exceptionnelle. • Exercices d'échauffement de la voix
séance 7 (1 h en classe)	<ul style="list-style-type: none"> • Révision
séance 8 (1 h en classe)	<ul style="list-style-type: none"> • Évaluation: contrôle n° 3

2. Séance 1. La voix et la musique

DURÉE : 1 h en classe + 2 h à la maison

a. Déroulement de la séance

Etape	Ce que fait l'enseignant	Ce que fait l'élève
Temps 1 Théorie musicale	<p>La voix et la musique La voix est utilisée comme un instrument de musique (elle est à ce titre considérée comme le plus ancien) lorsqu'elle interprète sa partie d'une œuvre musicale. La production du son vocal, ou phonation, est obtenue par l'envoi d'air à travers deux cordes vocales en vibration, situées dans le larynx, puis par amplification et résonance grâce aux différents « organes résonateurs », comme la cage thoracique, le pharynx, la cavité buccale ou les fosses nasale.</p> <p>Le larynx Le larynx renferme les cordes vocales, qui se tendent ou se détendent sous l'action complexe de plusieurs muscles. Pour permettre au chanteur d'émettre des sons de différentes hauteurs, le larynx se tend de façon plus ou moins accentuée. Quand il monte ou descend dans la trachée, il modifie la dimension de la caisse de résonance et modifie en conséquence le timbre, mais pas la hauteur du son.</p> <p>Le pharynx, la cage thoracique, les cavités buccale et nasale L'émission de son vocal est due à la vibration des cordes vocales, situées au niveau du larynx. Le pharynx, la cage thoracique, les cavités buccale et nasale jouent un rôle d'amplification et de résonance.</p> <p>Les différents registres vocaux Les différents registres vocaux sont obtenus selon la tension et la déformation des plis vocaux induite par ces différents muscles. Les médecins parlent de registre épais inférieur et registre épais supérieur et de registre mince et</p>	

	<p>petit registre. Les professionnels de la voix, quant à eux, distinguent quatre façons d'émettre des sons vocaux, en rapport aux différents modes de fonctionnement du larynx, dits « mécanismes »</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Le mécanisme I dit voix craquée, « Fry » ou « strohbass ». 2. Le mécanisme II dit « voix de poitrine », le larynx est parfaitement descendu dans la gorge, les sons sont timbrés. Exemple, la basse solo au début du Tuba Mirum du Requiem de Mozart. Il correspond aux registres épais inférieur et supérieur de la médecine. 3. Le mécanisme III dit « voix de tête » ou « falsetto », le larynx est monté dans la gorge, les sons sont minces et légers. Exemple « l'air de l'Arithmétique » dans <i>L'Enfant et les Sortilèges</i> de Maurice Ravel. Il correspond au registre mince et au petit registre de la médecine 4. Le mécanisme IV dit « voix de sifflet ». Il permet de produire des sons au-delà de 1 500 Hz, mais est très peu utilisé en chant. 5. Pour s'exercer, le chanteur pratique ce que l'on appelle des vocalises, exercices qui doivent amener le chanteur à une parfaite homogénéité de sa voix du grave à l'aigu. Pour ce faire la voix mixte permet justement de passer de la voix de poitrine à la voix de tête sans cassure de la voix. 	
<p>Temps 2 Pratique instrumentale</p>		<ul style="list-style-type: none"> • Il reproduit la portée • Il assigne une clé et un chiffre indicateur de mesure • Il donne un titre à la partition • Il rentre des noires et des croches sur la partition créée • Il reproduit deux barres de reprises à la fin du morceau • Il sauvegarde la partition créée • Il partage la partition créée avec ses camarades

3. Séance 2. La voix

DURÉE : 1 h en classe et 2 h à la maison

a. Déroulement de la séance

Etape	Ce que fait l'enseignant	Ce que fait l'élève
Temps 1 Théorie musicale	<p>Les caractéristiques de la voix</p> <ul style="list-style-type: none"> • Le timbre. Selon les individus, le timbre de voix sera très différent. • L'intensité ou volume : C'est le niveau sonore de la voix. • L'intonation : C'est le mouvement mélodique de la voix, caractérisé par des variations de hauteur. • Le débit : C'est le nombre de mots à la minute. • Le placement <ul style="list-style-type: none"> • Le timbre En musique, le timbre est l'ensemble de caractéristiques du son qui permet de reconnaître un instrument ou une voix par opposition à la note ou aux mots. En musique comme dans les autres domaines, le « timbre » d'une voix humaine est l'ensemble de ses caractères distinctifs. • L'intensité Elle correspond à la poussée du souffle sous les cordes vocales. Plus ou moins équilibrée. Poussée qui influe sur la couleur, le débit, la projection, la hauteur ou l'agressivité de la voix. L'intensité en lien avec le souffle traduit aussi l'état intérieur de la personne • L'intonation Comme son nom l'indique, l'intonation donne le ton. Dictée par l'humeur, les sentiments, la teneur du discours ou de la situation, le comportement de l'interlocuteur. • La hauteur Il s'agit de la hauteur de la voix dans la tessiture vocale de la personne. (Tessiture = échelle des sons, entre le son le plus grave et le son le plus haut d'une voix) • Le débit C'est le nombre de mots énoncés à la minute (entre 120 et 180) de manière compréhensible. Bien sûr basé sur une bonne diction. Au téléphone il est recommandé de s'en tenir à un débit plutôt tranquille :120 mots/mn • Le phrasé / le rythme C'est le rythme interne de la phrase. Ce rythme est impulsé par la tonicité de la 	

	<p>parole. Il manifeste le caractère affirmé ou hésitant de la personne. Son autorité et sa confiance.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Le placement Endroit du visage, de la gorge ou de la poitrine où s'appuie l'énergie vocale. (Voix de nez, de gorge, de poitrine). Le placement détermine en grande partie la couleur de la voix : douce, ronde, chaleureuse, ou pointue, sombre, dure, rentrée, etc. 	
Temps 2 Pratique instrumentale		L'élève crée de nouveaux exercices en remplaçant les formes de notes par d'autres formes.

4. Séance 3. Le svox

DURÉE : 1 h en classe et 2 h à la maison

a. Déroulement de la séance

Etape	Ce que fait l'enseignant	Ce que fait l'élève
Temps 1 Théorie musicale	<p>Les types de voix</p> <p>Il existe différents types de voix ; masculine et féminine. On différencie communément les voix de femmes et d'enfants des voix d'hommes, les voix féminines et enfantines étant plus aiguës que les voix d'hommes (sauf exceptions) en raison de phénomènes hormonaux.</p> <p>N. B. : <i>En effet les modifications morphologiques au niveau des cordes vocales et de l'ensemble de l'appareil phonatoire sont plus importantes chez les garçons que chez les filles pendant la mue. Ainsi la tessiture de confort de la voix parlée descend en moyenne d'une octave chez les garçons au cours de cette période. C'est pour cette raison que la numérotation des notes baisse d'un degré pour les hommes et que les tessitures vocales en chant classique sont comparables entre hommes et femmes mais avec une différence d'une octave.</i></p> <p>Classification des voix</p> <p>Le choix du répertoire doit être adapté à chaque élève selon son type de voix, ses qualités, ses capacités vocales et sa sensibilité ; car tous les sopranos ne peuvent pas chanter Tosca ou la Reine de la nuit, ni toutes les basses endosser le rôle de Zarastro ou de Nabucco. Il arrive souvent qu'une soprano au registre restreint soit prise à tort pour une mezzo, une mezzo à la voix non étouffée pour</p>	

	<p>une soprano, un ténor au timbre rond pour un baryton, un baryton à la voix engorgée pour une basse (basse profonde).</p> <p>La typologie classique, reprise entre autres par Hector Berlioz dans son Traité d'instrumentation et d'orchestration (1843), retient six principaux registres (grave/médium/aigu), nommées comme suit en termes musicaux :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les sopranos, ou voix aiguës de femmes et d'enfants ; • Les mezzo-sopranos, ou voix moyennes de femmes et d'enfants ; • Les altos, ou voix graves de femmes et d'enfants ; • Les ténors, ou voix aiguës d'hommes ; • les barytons, ou voix moyennes d'hommes ; • Les basses, qui comme leur nom l'indique correspondent aux voix graves d'homme 	
<p>Temps 2</p> <p>Pratique instrumentale</p>		<ul style="list-style-type: none"> • Il reproduit la portée • Il assigne une clé et les chiffres indicateurs de mesure • Il donne un titre à la partition • Il rentre des noires pointées et des croches sur la partition créée • Il reproduit deux barres de reprises à la fin du morceau • Il sauvegarde la partition créée • Il partage la partition créée avec ses camarades

5. Séance 4. Postures corporelles

DURÉE : 1 h en classe et 2 h à la maison

a. Déroulement de la séance

Etape	Ce que fait l'enseignant	Ce que fait l'élève
<p>Temps 1</p> <p>Théorie musicale</p>	<p>Posture tête-corps : accordage de l'instrument vocal</p> <p>Une posture incorrecte pendant la pratique musicale peut entraîner des tensions musculaires, des douleurs et des blessures à long terme. Les muscles, les tendons et les articulations sollicités pendant la pratique doivent être traités avec précaution. En adoptant une posture correcte et en veillant à une ergonomie appropriée, vous réduisez considérablement le risque de bles-</p>	

	<p>sures liées à la pratique de votre instrument.</p> <p>N-B : Une assise souple sur les pieds, des genoux détendus, un corps dynamique et déroulé suffisent pour obtenir la bonne posture, libératrice de toute tension et raideur musculaire : c'est « l'accordage » de l'instrument vocal. Un muscle fort nécessite moins de tension pour agir. L'utilisation correcte des structures de l'organisme (ceintures scapulaire, pelvienne, intercostale, diaphragmatique) a automatiquement des effets salutaires sur la liberté d'émission, sur l'amplitude et la qualité de la voix.</p>	
<p>Temps 2</p> <p>Exercices de pratique avec les élèves sur la posture : Exercice d'observation</p>		<div data-bbox="997 627 1380 884" data-label="Image"> </div> <p>Les participants se mettent assis sur une chaise mains sur les cuisses et les yeux fermés. En procédant de bas en haut sentir ses doigts de pieds on remonte par les chevilles puis les jambes on passe le bassin on vérifie qu'il n'y a pas de tension dans le dos on sent sa respiration à travers la colonne vertébrale les épaules bien relâchées le cou et surtout la nuque bien détendue et puis enfin le visage jusqu'au bout des cils.</p>
	<p>Meilleure technique et précision</p> <p>Une posture adéquate permet une meilleure maîtrise de l'instrument. Elle favorise la coordination des mouvements, améliore la précision des notes et facilite l'exécution des techniques avancées. Une posture équilibrée et naturelle permet aux muscles de fonctionner de manière optimale, ce qui se traduit par une technique musicale plus fluide et plus précise.</p>	
	<p>Deuxième posture</p> <div data-bbox="422 1736 805 2004" data-label="Image"> </div>	

	<p>Confort et endurance</p> <p>Une posture et une ergonomie appropriées améliorent le confort pendant la pratique. Une position confortable et soutenue réduit la fatigue musculaire, permettant ainsi des séances de pratique plus longues et plus agréables. Une posture adéquate contribue également à une meilleure respiration. C'est essentiel pour des performances musicales réussies.</p>	
<p>Temps 3</p> <p>Pratique instrumentale</p>		<p>Renforcement de la lecture</p> <ul style="list-style-type: none"> • Il reproduit la portée • Il assigne une clé et les indicateurs de la mesure à 3 temps • Il donne un titre à la partition • Il rentre des blanches, des soupirs et des noires sur la partition créée • Il reproduit une double barre à la fin du morceau • Il sauvegarde la partition créée • Il partage la partition créée avec ses camarades

6. Séance 5. La respiration

DURÉE : 1 h en classe et 2 h à la maison

a. Déroulement de la séance

Etape	Ce que fait l'enseignant	Ce que fait l'élève
<p>Temps 1</p> <p>Théorie musicale</p>	<p>Les respirations</p> <p>Chanter est avant tout une histoire de respiration. Sans une bonne respiration, il est compliqué de tenir une note de musique ou bien de gérer le rythme d'une chanson. La véritable bonne façon de chanter, sans s'abîmer la gorge, est d'utiliser le diaphragme pour gérer la respiration et ainsi propulser l'air des poumons.</p> <p>6 exercices de respiration pour le chant</p> <p>Bien chanter, c'est avant tout bien respirer : rôle maîtrisé, mélodie juste, puissance, etc., tout dépend de nos poumons !</p> <p>La qualité de la voix dépend en grande partie de la qualité du souffle. Et même si respirer est un acte spontané, il est probable que vous puissiez largement améliorer votre technique pour obtenir davantage d'aisance vocale.</p>	

	<ol style="list-style-type: none"> 1. Travailler la respiration abdominale au sol ; 2. Apprendre à respirer avec son diaphragme ; 3. Muscler son diaphragme ; 4. Apprendre à économiser son air ; 5. Conserver un débit d'air constant ; 6. Respiration en appui contre un mur. 	
<p>Temps 2 Exercices pratiques</p>		<p>Percevoir le diaphragme Le diaphragme Halètements respirer prononcer des Hip hop hello tss kss fft pfc rire en plaçant ses mains sous les côtes pouces vers l'arrière on doit sentir les doigts s'écarter poussée du diaphragme.</p> <p>Respiration ventrale La respiration ventrale est plus efficace et se contrôle mieux que la respiration thoracique Pour la visualiser on peut demander aux élèves de respirer avec une main sur le ventre. Ils sentiront leur ventre qui se gonfle et se dégonfle Faire cet exercice plusieurs fois en recherchant à augmenter le temps d'inspiration et donc la quantité d'air inspiré! Pour atteindre le volume respiratoire maximum on démarre par une inspiration ventrale puis on complète par une inspiration thoracique.</p> <p>Expiration longue Faire des phases d'inspiration plus courtes que les phases d'expiration. Pour cela on inspire sur 4 temps et on expire sur 8 (ou 3 et 6). Le professeur compte les temps et donne consigne de bien réguler le flux sur toute la durée de l'expiration. De plus il donne la consigne de ne pas faire d'arrêt entre l'inspiration et l'expiration de même que si je lance une pierre en l'air il n'y a pas de moment où elle est suspendue en l'air soit elle monte soit elle redescend! avoir plus de CO₂ longtemps dans les poumons permet la détente des muscles lisses ceux qu'on ne contrôle pas le cœur les alvéoles pulmonaires les intestins donc le cœur se calme l'estomac est plus détendu, on est moins rouge.</p>
<p>Temps 3 Pratiques musicales</p>		<p>Renforcement de la lecture</p> <ul style="list-style-type: none"> • Il reproduit la portée • Il assigne une clé et les indicateurs de la mesure à 3 temps • Il donne un titre à la partition • Il rentre des blanches, des soupirs et des noires sur la partition créée

		<ul style="list-style-type: none"> • Il reproduit une double barre à la fin du morceau • Il sauvegarde la partition créée • Il partage la partition créée avec ses camarades
--	--	---

7. Séance 6

DURÉE : 1 h en classe et 2 h à la maison

a. Déroulement de la séance

Etape	Ce que fait l'enseignant	Ce que fait l'élève
Temps 1 Théorie musicale	<p>Le rôle de l'oreille dans la voix</p> <p>L'oreille capte les messages sonores et, via le nerf auditif, les transmet au cerveau où, par des mécanismes biochimiques au niveau des neurones, ils sont analysés, décodés (paroles ? musique ? bruits ?) et stockés. Dans l'acte chanté, c'est après avoir intégré et mémorisé le message sonore que le cerveau commande le son, gère le positionnement du larynx et des cordes vocales et, selon la hauteur du son enregistré, règle la tonicité des muscles concernés par la phonation.</p> <p>Tessiture exceptionnelle</p> <p>Afin de dissiper certains malentendus, il convient de rappeler que la tessiture désigne l'ensemble des notes, de la plus grave à la plus aiguë, qui peuvent être émises par une voix de façon homogène lors de l'interprétation acoustique d'un morceau musical. De nombreux chanteurs classiques peuvent atteindre, grâce à la technique vocale, plus de deux octaves exploitables entre voix de poitrine et voix de tête. On parlera de tessiture exceptionnelle au-dessus de deux octaves et demi. Cette distinction ne s'applique pas aux chanteurs pop, pour qui la voix de sifflet est autorisée et dont les performances peuvent être facilitées par l'amplification.</p> <p>Quelques exemples « Chant classique » :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Manuel Garcia, ténor. Tessiture : du sol ou la1 au contre-ré (ré4), soit une amplitude de deux octaves et une quarte. 2. André Vásáry, contre-ténor sopraniste. Tessiture : du do2 au contre-si bémol (si-bémol4), soit une amplitude de deux octaves et une septième. 	

	<p>Autres styles musicaux :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Mariah Carey : chanteuse pop américaine ; sa tessiture couvre presque cinq octaves, de fa1 à si5 en voix de sifflet, elle descend pratiquement comme un baryton bas, une tessiture d'homme, et a atteint à deux reprises le ré6. 2. Adam Lopez : chanteur australien détenant le record de la note la plus haute pour un homme. Tessiture : du mibémol1 au dodisiè6 (contre-contre-contre-do dièse) en voix de sifflet, soit près de cinq octaves. <p>Les exercices à réaliser pour échauffer sa voix :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Le meilleur exercice d'échauffement consiste à disposer d'un piano pour bien placer ses notes et monter puis descendre en gammes. 2. Si tu as l'oreille, tu pourras sans difficulté le faire <i>a cappella</i> ; le mieux est d'aller du grave vers l'aigu en gardant la bouche fermée. <p>Combien de temps pour échauffer sa voix ?</p> <p>Un bon échauffement doit au minimum durer 10 minutes et ne pas dépasser les 30 minutes. Sache que tout le monde est différent ça pourrait être plus ou moins pour toi.</p> <p>Fait tes échauffements régulièrement, et le temps que tu prends pour le faire devrait diminuer avec le temps.</p> <p>Note bien que l'exercice d'échauffement de la voix avant de chanter ne consiste pas uniquement à échauffer sa voix, mais à stimuler toutes les parties de son corps qui seront utilisées pour le chant. Réaliser des étirements corporels n'en fera que du bien. N'hésite pas à étirer, la cage thoracique, la mâchoire, les lèvres, les joues, la langue.</p>	
--	--	--

8. Séance 7. Révision

DURÉE : 1 h en classe

a. Déroulement de la séance

Etape	Ce que fait l'enseignant	Ce que fait l'élève
Temps 1 Révision	Il encadre les révisions.	Il révise.

9. Séance 8. Évaluation

DURÉE : 1 h en classe