

E.M.E.T

4 QUESTIONS POUR CONSTRUIRE/INVENTER L'EXERCICE

ENERGIE / ISOLATION SENSORIELLE	MATIÈRE / VOYELLES, CONSONNES
TEMPS / LONGUEUR, RYTHME	ESPACE / MELODIE EXO, AMG VOIX

1 ÉNERGIE DE LA VOCALISE / ISOLATION SENSORIELLE

Savoir POSER LES BONNES QUESTIONS pour construire le bon exercice de manière à rester concentré sur le MICRO-OBJECTIF

Danger de "vocaliser" seulement pour se faire plaisir, pour occuper l'espace sonore sans trop savoir pourquoi, le but n'est pas de faire des notes pour rien mais vers un micro-objectif défini Résister à la jouissance du son, à ce qu'on appelle le "mélisme" (cf Chant Grégorien) : pas de vocalise gratuite, danger de faire des notes sans connaître l'intention pédagogique.

Cependant la « vocalise » doit être jouissive car c'est la première étape vers un son libre et maîtrisé. **L'apprentissage sous le signe du plaisir** est plus rapide et plus efficace que celui effectué dans la crainte et la contrainte. La joie est également une composante indispensable de la santé physique. Le moral joue un rôle important dans le pouvoir de guérison.

Les gens optimistes cicatrisent plus vite, ont de meilleures défenses immunitaires, luttent mieux contre le cancer et vivent plus vieux que les gens stressés.

1.1 L'EFFET CASTOR

Quand un problème vocal se pose, il suffit d'aller voir ce qui se passe juste avant la difficulté en question.

1.2 ALTERNANCE TENSION/DÉTENTE (T/D)

L'ensemble des muscles impliqués dans la production sonore - respiratoires, laryngés ou les muscles des cavités résonatoires - sont avant tout des muscles obéissant à la loi basique de régulation de l'énergie : Alternance de l'effort et de la détente.

Si la détente n'est pas assez profonde, la tension suivante sera étriquée et coincée.

Si la tension dépasse la mesure (c'est-à-dire sa capacité musculaire actuelle) la tension suivante sera exagérément prolongée par un réflexe automatique de récupération.

Dans les 2 cas, la fluidité naturelle du processus tension/détente est perturbée et la liberté vocale)

1.3 CHOISIR L'ISOLATION SENSORIELLE

attirer la sensorialité (K) MILLE-FEUILLE
sur le mouvement articulaire EM
sur la perception vibratoire (Pallesthésie)
sur l'écoute (A) de la résonance
sur le flux d'air

2 MATIÈRE DE LA VOCALISE / VOYELLES, CONSONNES

2.1 VOYELLE(S) DANS LA ROUE VOCALIQUE

UNE OU PLUSIEURS ? POURQUOI ?

2.2 CONSONNE(S) DANS LE CARRÉ DU SNOF

UNE OU PLUSIEURS ? POURQUOI ?

NB ma proposition pédagogique :
donner le même exercice toute la journée
en le modifiant au fur et à mesure
du besoin de chaque nouvel élève.

2.3 IMPORTANCE (SYMBOLIQUE) DU MOT

Choix du mot et de la phrase dont le sens va accompagner symboliquement le geste vocal du chanteur en jouant sur le double niveau du discours :

exemple : *Je sens le son vibrer tout mon corps*
 La joie chante dans ma voix

3 ESPACE DE LA VOCALISE / MÉLODIE

le clavier permet d'organiser L'ESPACE MUSICAL de la vocalise
un doigt suffit pour accompagner le bon exo adapté à la situation

3.1 QUEL AMBITUS MÉLODIQUE ?

attention à l'octave 8ve/ Moins de différenciation sensorielle que sur la quinte ou la quarte à cause du doublement de fréquence

3.2 COMBIEN DE NOTES ? CONJOINTES OU DISJOINTES ?

- au niveau de la pression d'air

la différence de pression est plus subtile avec des notes conjointes et plus intense avec des notes disjointes

- au niveau du larynx

moins de changement / micro-changement avec des notes conjointes & macro-changement avec des notes disjointes.

- Plus les intervalles sont grands

plus le larynx change de position / plus la pression se modifie / plus le résonateur se modifie.

3.3 QUELLE STRUCTURE MÉLODIQUE ?

mélodie ascendante ou descendante ?

- ascendant = j'augmente l'énergie nécessaire (et hop...)

- descendante = je garde l'énergie en cours (hop-là)

- recto/tonal = attirer l'attention sur le résonateur

(pas de changement pression/phonation)

faire découvrir la différence entre attaquer le son en vibration (activité phonatoire) et le niveau d'énergie de la respiration (pneumologique)

combien de notes ?

souvent au moins 3 notes pour l'ALLER-RETOUR

3.4 ENCHAÎNEMENT DES SÉQUENCES

- en général par demi-ton pour observer la modification progressive de la sensation
 - mais aussi hauteur aléatoire (ex POM aléatoire)
- pour vérifier que la personne soit capable d'automatiser l'énergie

3.5 CHOISIR AMG DU CHANTEUR

choisir la/les hauteur(s) AMG du chanteur à laquelle l'exercice va être utile et efficace

4 TEMPS DE LA VOCALISE / TEMPO

4.1 VITESSE / TEMPO DE L'EXERCICE

- **Vitesse > automatisme**

La vitesse d'exécution empêche le chanteur de trop réfléchir à sa position. Juste le temps de se lancer sans pouvoir "manipuler" le son au moment de l'émission avec une représentation simplifiée de la mélodie : point de départ & point d'arrivée. Le corps de l'exercice se fait - ou ne se fait pas - tout seul !

La vitesse est nécessaire pour l'acquisition de réflexes. Elle permet d'intégrer la souplesse musculaire en temps réel.

- **Lenteur > conscience**

La lenteur d'exécution au contraire insiste sur la qualité du ressenti à chaque instant de la phrase vocale. Il se déploie alors une gradation infinie de sensations d'une note à l'autre qui donnent au cerveau beaucoup d'informations à traiter.

4.2 LONGUEUR / L'ALLER-RETOUR

Simplicité ou complexité de la structure ?

Brièveté permet ISOLATION SENSORIELLE.

Plus c'est court, plus je peux sentir la sensation.

L'ALLER-RETOUR suffit pour construire la sensation :

je fais la sensation puis je défais la sensation

après je m'intéresse au temps de l'inspiration

4.3 ORGANISATION DU CLAVIER

Le piano peut, en plus de l'impulsion rythmique, de la hauteur tonale et du suivi mélodique de l'exercice, apporter un soutien et une coloration harmonique sous forme de marches ou de cadences très simples, en restant attentif à garder la note du chanteur systématiquement en voix supérieure dans l'harmonie

Le jeu pianistique doit comporter en plus des notes chantées par l'élève, une pause rythmique pour le temps inspiratoire et

l'indication tonale de l'attaque de la phrase suivante, de manière à offrir au chanteur un support total de vocalisation & de respiration.

cf **stage POP** (piano oreille prof) de
Sandrine MISTRAL / Marseille