ATLAS/REMIX

Un projet artistique transdisciplinaire

Comment mener un atelier de chant avec les ados ?

La chanteuse Sandra Nazé vous livre ses observations et conseils



Les voix s'échauffent, les c(h)oeurs s'emballent : les jeunes de l'INDSé de Bastogne en pleine répétition de *La chorale* de Jean-Paul Alègre, dans le cadre de La scène aux ados en 2024. Photo D.R.



Sandra Nazé

Bio express

Sandra Nazé est chanteuse lyrique et passionnée de théâtre. Outre son travail de musicienne, elle collabore avec différents metteurs en scène (Valérie Cordy, Diane Broman, Maja Jantar, Martin Staes Polet, Denis M'Punga, Patrick Masset, Véronique Dumont, Anne Romain, Laurence Warin, Delphine Veggiotti, etc.) et dirige, avec Laurence Drevard, la compagnie Kasanna. Parallèlement, elle tourne avec la pianiste Laurence Cornez et se produit dans des œuvres vocales a cappella avec l'octuor Laus Æterna. La pédagogie et la transmission sont aussi au cœur de son travail. Sandra est professeure de formation vocale à l'académie de musique de Belœil.

Lien vers sa compagnie : https://www.kasanna.be/

Être vivant·e, c'est faire, faire en sorte qu'il y ait des sentiers qui s'ouvrent où on a le droit de marcher. Il est important de se permettre de faire avec ce qu'on a et ce qu'on est.

Tout le monde est, a priori, capable de chanter. Une voix, deux oreilles suffisent.

Cependant, plusieurs écueils peuvent se mettre en travers de notre route. Le regard des autres, la timidité, le manque de confiance en soi sont les premiers que les élèves me renvoient, et certaines émissions télévisées ne nous facilitent pas la tâche en donnant trop souvent un sentiment de facilité et de résultats obligés et immédiats.

Ce constat à l'esprit, qu'il est bon de chanter !

La musique, instrumentale et chantée, fait partie de notre vie, de nos téléphones aux médias en tout genre. Elle habite les films, les séries, les émissions, les soirées dansantes, les bars, les rues... Elle nous nourrit, nous apaise, nous égaye, nous distrait, nous fait voyager, réfléchir, rêver. Elle est porteuse de sens et d'émotions.

La pratique de la musique et du chant a fait ses preuves, tant sur le plan physique que mental et émotionnel : amélioration de la motricité, soulagement des tensions, amélioration de la posture, travail de la mémoire et de la concentration, réduction du stress, développement de la discipline et de la persévérance, expression des émotions, renforcement de la confiance en soi, de l'écoute et de l'empathie.

C'est donc avec joie et enthousiasme que je vous invite à ouvrir cet atelier.

À vous de décider quel pan du spectre vocal vous et vos élèves souhaitez travailler. Entre le rap, le slam, le rock, la bossa-nova, le jazz ou le chant lyrique, les possibilités sont vastes et le travail très varié. En fonction de votre choix, vous pourrez vous baser sur ces fiches et vos propres connaissances mais certaines étapes nécessiteront de faire appel à un·e artiste spécialisé·e.

Pour bien placer sa voix, il s'agit "en gros" de trouver la synergie entre la respiration, la sensation de résonance, la position de la langue et du larynx.

Je vous conseille de ne pas vous lancer dans des chants à la tessiture trop étendue qui exigent une technique vocale impossible à acquérir en quelques semaines. L'apprentissage demande du temps, de la patience et un travail structuré et progressif adapté en fonction de chaque individu et mené par un·e professionnel·le. Un mauvais usage, un usage forcé ou trop intense de la voix, surtout si elle n'est pas formée, peut avoir, outre un résultat douteux, des conséquences physiques lourdes (nodules, kystes, aphonie...). Je parle ici du travail du chant lyrique mais pas seulement. Toute voix projetée implique la mise en œuvre de certains muscles, un travail du soutien et du diaphragme de longue haleine.

Que cela ne vous décourage pas ! L'équipe d'ITHAC est là pour répondre à vos questions si les pages suivantes ne suffisent pas.

Tous les conseils mentionnés ici poursuivent les objectifs suivants :

- développer les compétences vocales des adolescent·es
- explorer différents styles de musique et techniques de chant
- encourager la créativité et l'expression personnelle à travers le chant
- favoriser le travail d'équipe et le respect mutuel
- offrir un espace de détente et de plaisir autour de la musique

Public cible : Adolescent·es de 12 à 18 ans

Je suis chanteuse lyrique. Cela signifie que j'ai acquis une technique complexe me permettant de chanter "sans micro" un répertoire de musique classique allant de l'opéra à l'oratorio en passant par les mélodies ou les lieder romantiques allemands, souvent accompagné par un orchestre. Cette technique s'adapte cependant à tous les styles vocaux. C'est avec ce bagage et une soif de transmettre et partager que je viens à la rencontre des voix et des désirs de chacun pour trouver ensemble ce qui veut se dire.

Tout le monde peut chanter. Tout le monde n'en a pas forcément envie. Au fur et à mesure des ateliers, il s'agira d'apprendre à connaître chaque élève afin de l'aider à trouver sa place dans le processus, chanteur ou pas. Il est possible de jouer des instruments, des percussions, d'écrire des textes, des mélodies, de chercher des supports scénographiques, etc. Il est important de rassurer au départ : chacun trouvera la place et le mode d'expression qui lui correspondent.

En outre, le mot d'ordre qui sous-tend tout mon travail lorsque j'anime et enseigne est "bienveillance". Ça sonne un peu "tarte à la crème" mais c'est fondamental. Bienveillance pour moi, pour eux et entre nous. Tout le monde peut se tromper. Le ridicule et la peur n'existent que dans nos têtes. On ne rit pas des autres mais avec les autres. On a besoin d'être un groupe soudé et soutenant pour parvenir à créer quelque chose qui fait sens pour tous, y compris le public à venir. Il n'est pas inutile de (se) le rappeler, constamment et de remettre les "bons sentiments" à infuser.

Je vous propose ici un chemin à suivre. Il a de nombreuses ramifications, des bas-côtés qui vous inviteront à vous asseoir et d'autres qui ne vous diront rien. J'ai fait des choix, ce qui est par définition arbitraire et donc incomplet. C'est un support à modeler et décorer au gré de l'évolution du groupe, de ses besoins et de son travail.

Météo

Après un tour de présentation, j'aime commencer toute séance par "une météo". C'est un moment de connexion simple et rapide qui permet de se poser, de se regarder, voire de se découvrir avant de plonger dans le corps et la voix.

Il y a des tas de météos possibles. Elles peuvent s'exprimer à l'aide d'un dessin ou d'une photo (à choisir dans un éventail que vous proposez), d'un choix de couleur, de chanson, de mot… ou plus clairement, en nommant l'humeur du jour.

Connexion et confiance

Les élèves et moi ne nous connaissons pas encore mais il est possible qu'eux-mêmes ne se connaissent pas non plus ou peu. Il y a donc tout un lien à créer et à nourrir.

Je commence par des exercices de connexion, tels que le clap qu'on s'envoie en cercle, ou la balle qu'on envoie en disant le prénom de la personne qui reçoit. Le rire est permis, le corps se met gentiment en mouvement, la tête se met au ralenti, les nœuds se dénouent et les individus commencent à faire groupe.

En fonction du degré de connaissance mutuelle, j'affectionne particulièrement l'exercice de confiance où une personne debout au centre d'un cercle très serré se laisse tomber et est doucement rattrapée et repoussée vers les personnes en face. Cet exercice demande cependant confiance et calme. Il sera peut-être bienvenu dans une séance plus tardive.

En corps

1. Ancrage et détente

Avant tout travail vocal proprement dit, j'invite toujours les élèves à entamer un travail physique.

Pour bien chanter, il faut aussi bien être à l'écoute de sa musique que de son corps. On va donc travailler à avoir de multiples sensations intérieures, les plus fines possibles, toujours en détente.

Toute séance de travail vocal commence par un réveil du corps, une vérification de l'ancrage au sol, de la détente et de la souplesse des articulations (des orteils à la mâchoire).

Cette partie de séance permet également de vérifier et de travailler graduellement la posture, essentielle pour la respiration et le soutien vocal.

J'aime à faire ce travail en musique. Les élèves se répartissent dans l'espace ou en cercle en fonction des exercices.

Petit à petit, on exploite l'espace, on joue sur les rythmes et les ambiances, et la musique qui accompagne commence, mine de rien, à jouer son rôle.

De séance en séance, les élèves seront invités à "animer" individuellement cette partie de la séance en proposant tour à tour des manières de "réveiller le corps" et des musiques pour les accompagner.

2. Rythme

Un deuxième aspect du travail physique est la possibilité d'un accès au rythme.

Certains exercices permettent de marquer le rythme (c'est déjà le cas dans l'exercice des claps de départ). Marcher, s'envoyer une balle, une phrase offrent déjà de nombreuses possibilités de jeux rythmiques.

On peut y ajouter des tas de variantes jusqu'au body clapping (percussions sur et avec le corps) et au beatboxing (rythme percussif avec la bouche).

Le travail du rythme peut être considéré comme une activité à part entière qui viendra nourrir les créations musicales à venir.

En musique

Je chante et j'écoute beaucoup de styles différents mais ma préférence reste au chant lyrique. Le plaisir que ce chant me procure est physique. Il va chercher des ressources, énergise, fait vibrer le corps des pieds à la tête. Je ne retrouve cette sensation nulle part ailleurs et j'aurais envie d'inviter tout le monde à venir la rencontrer. J'ai cependant conscience que le répertoire ne parle pas à tout le monde – et encore moins aux jeunes adolescent·es – et que l'acquisition de la technique nécessaire est laborieuse et demande une énorme motivation.

Par contre, je peux partager l'écoute d'une partie de ce répertoire. J'ai donc constitué une "playlist" que je partagerai avec les élèves à des moments choisis, soit en écoute inactive, soit pendant un exercice ou un échauffement ou encore en support d'une scène et d'une composition vocale.

Dans le processus de création qui nous occupe, un moment sera dédié au partage de musique.

Selon la thématique abordée, chaque élève ou petit groupe d'élèves sera également amené, lors d'une séance préparée et dédiée, à faire découvrir une chanson qu'il aime et expliquer pourquoi il l'a choisie, ce que ça provoque en lui, au niveau du texte, mais aussi et surtout, au niveau musical.

En souffle

Je profite des exercices physiques pour introduire la respiration, fondement du chant.

Dans chaque exercice, j'introduis et je rappelle la respiration, posée, rapide, rythmée, suivant les mouvements et les élans du corps, selon les moments.

Il est important de prêter attention aux modes de respiration de chacun et d'amener tout le monde à une respiration "ventrale" ou basse, sans crispation ni épaules levées. Tout le soutien d'une voix projetée claire, puissante et stable repose sur cette condition.

Il est bon également d'ajouter des exercices centrés uniquement sur la respiration tels que :

- placer une main sur la poitrine et l'autre sur le ventre. Si, lors de l'inspiration, la main sur le ventre se soulève plus que celle sur la poitrine, le diaphragme est correctement utilisé
- s'allonger sur le dos, placer un livre léger sur votre ventre. Inspirer en soulevant le livre, expirer en le laissant redescendre
- "la respiration du serpent" : inspirer par le nez, puis expirer lentement par la bouche en produisant un son « ssss » (contrôle du flux d'air)
- tousser. Les muscles abdominaux se contractent, comme en chantant ou en parlant
- "le rire" : simuler un rire (ha, ha, ha) en sentant les muscles abdominaux se contracter à chaque "ha"
- "le souffle sur une plume" : imaginer souffler sur une plume sans la faire bouger
- etc.

En voix

1. Échauffement

Les exercices du début sont collectifs. Cela permet de chanter plus "discrètement", d'avoir l'illusion de passer inaperçu si nécessaire, pour prendre confiance et prendre sa place progressivement.

Il en existe une infinité. Je vous en propose quelques-uns ici dans une marche de progression choisie mais vous en trouverez également en fin de livret dans une proposition fictive en 10 séances.

Il est important de rester flexible et d'avoir en tête une multitude d'exercices et de propositions afin de rebondir et d'adapter constamment en fonction du groupe, de l'énergie du jour. Si un exercice ne fonctionne pas, il est souvent bon de ne pas insister et de passer à autre chose. Il sera peut-être mieux venu dans une autre séance. Ces propositions n'ont rien de figé.

◊ Je commence généralement par des exercices musés (sur "m", "n" ou [ŋ] qu'on trouve par exemple en fin de mot anglais tel que "ring"). Cela permet de sentir la vibration dans le masque, le cou, la nuque, la cage thoracique. Cela permet également à chacun de s'entendre "de l'intérieur".

Au début, on tient un son à n'importe quelle hauteur, peu importe si cela ne "sonne" pas avec les autres. Chacun décide de la note qui lui convient. On constate souvent que les groupes débutants finissent tous par choisir la même note. Progressivement, il sera intéressant que chacun puisse choisir un son différent et le maintenir. On écoute ainsi l'accord créé, même s'il est dissonant.

On peut également déjà introduire les notions d'accords de 3 ou 4 notes (majeur, mineur, de septième, etc.) afin de se familiariser tout doucement à l'harmonie et introduire la notion d'intonation et de justesse.

Assez vite, on fait des petites vocalises en restant dans une petite amplitude et en s'amusant à "mâcher" le son, comme quand on se réjouit de goûter quelque chose d'appétissant.

Dans le prolongement, et dans l'idée de faire sentir le soutien, on peut travailler sur toute consonne sonore ("v", "z", "j"). La production du son avec ces consonnes permet de sentir tout de suite la mise en mouvement des muscles abdominaux et du diaphragme.

◊ L'exercice suivant peut être celui de la sirène, c'est-à-dire que, chacun part de la note la plus basse de son registre et, sur une voyelle (le son "ou" est souvent plus facile et doux), glisse vers la note la plus aiguë possible et redescend, plusieurs fois de suite. On laisse filer le son librement.

On peut aussi constater ce que le soutien peut apporter quand on monte.

◊ Afin de continuer à faire le lien entre soutien et projection vocale, on peut aussi inviter les élèves à appeler quelqu'un. Sur un simple "oh oh" lancé à quelqu'un de l'autre côté de la salle, on sent l'activation des muscles abdominaux.

◊ Toutes sortes de vocalises sont à votre disposition.
En voici quelques exemples :

Deum deum deum deum



. Li Ou



Viva Viva



L'ascenseur

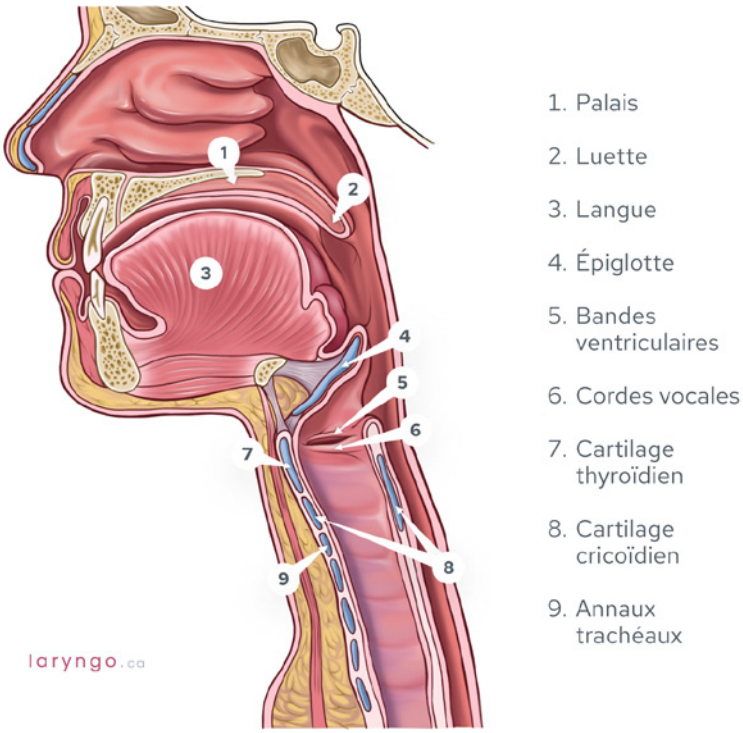


Milano, Torino, Napoli



Exercices extraits de L'Atelier du jeune chanteur de Mathias Charton

NB : Un schéma de l'appareil respiratoire peut être bienvenu tel que celui-ci :



Je trouve aussi ces vidéos sur la phonation assez bien réalisées :

France Musique, Comment fonctionne la voix ?
https://www.youtube.com/watch?v=crfH6ZNkSPM

Le Larynx, son rôle dans la phonation (plus technique et complet)
https://youtube.com/watch?v=ZVIxVgPgIpA&si=oKP2meXc7bf8iE_1

2. Chant

Plusieurs chemins se présentent à vous pour partir vers le travail du chant proprement dit.

Tout le monde n'est pas égal dans ce travail. Pour diverses raisons, certaines personnes trouveront d'emblée leur voix et comprendront les mécanismes techniques avec aisance. A contrario, d'autres chantent faux, ont des difficultés avec le rythme, ont une voix criarde ou voilée...

D'expérience, j'évite de pointer les défauts mais essaie plutôt d'inviter le chanteur à essayer autre chose, autrement. La fausseté, par exemple, est très souvent liée à du stress et à une mauvaise écoute intérieure. Le fait de se mouvoir en chantant peut déjà amener de la détente et une plus grande justesse.

Il est essentiel de partir de la motivation des élèves. Qui, parmi vos élèves, aime chanter ? Qui chante déjà ? Qui a des propositions de chants à présenter ou à travailler ?

En lien avec le sujet choisi (découlant de la proposition "ATLAS" d'ITHAC), quels sont les liens que font les élèves ? Ont-ils quelque chose d'évident à proposer ?

En fonction de la ou des disciplines partenaires, le travail sera adapté pour croiser les imaginaires et je vous invite à vous référer aux fiches concernées.

Si vous êtes musicien, un clavier vous sera d'une grande aide pour vérifier les notes et donner la mélodie. Si ce n'est pas le cas, il faudra trouver un moyen de donner à apprendre les voix individuelles et d'avoir les accompagnements instrumentaux[1].

Chanter ensemble

1. En début de parcours, j'invite les élèves à chanter ensemble une comptine connue de tous ou facile à apprendre telle que "Frère Jacques", "Vent frais, vent du matin", "Qui peut faire de la voile sans vent ?", "Viva la musica" ou de petits chants africains tels que "Olélé Moliba Makasi" (https://www.youtube.com/watch?v=wIeM4PM7aZw). Ces chants simples sont un bon début pour que tout le monde se sente à l'aise. On peut les chanter en chœur d'abord, travailler la vitesse, les nuances, puis travailler en canon, ajouter des petits rythmes, les moduler en mineur, etc.

2. Ensuite, j'affectionne particulièrement les moments de "Circle Song" où les élèves peuvent tester l'improvisation vocale guidée. Il n'y a ni texte, ni partition, ni mélodie connue. C'est une technique ancestrale de chant en groupe particulièrement développée aujourd'hui par Bobby Mc Ferrin.

Les participants, en cercle, improvisent chacun à leur tour un motif qu'ils font tourner en boucle. Chaque boucle s'imbrique pour former un ensemble.

Les exercices sont progressifs pour permettre le lâcher-prise aux plus timides et pour permettre à chacun de se connecter à sa musicalité. Il y a aussi des temps de jeux vocaux et de l'improvisation vocale spontanée. Le but est de chanter de manière simple, spontanée, d'oser et de trouver sa place dans un groupe.

Si vous n'êtes pas familier avec le concept, je vous conseille de faire appel à un intervenant extérieur pour vous aider à construire l'atelier. Si le chant et l'improvisation n'ont pas de secret pour vous, de nombreux sites collaboratifs offrent des propositions d'exercices et de mise en route, qui pourront vous aider à structurer votre séance.

Le principe de base est donc de construire des "couches" vocales par petits groupes, selon différentes formules.

Logiciels de création musicale : GarageBand (Mac), FL Studio (Windows), LMMS (multiplateforme), Audacity (logiciel libre), etc.
Sites web de boucles musicales : Looperman, Splice, LANDR Samples, etc.

Un meneur, au centre du cercle, improvise et répète en boucle des sons afin de les communiquer au pupitre de son choix. Les choristes, à leur tour, répètent alors les sons. Le meneur procède à la même action, autant de fois que nécessaire, pour construire une œuvre harmonieuse avec l'ensemble des choristes présents.

Le meneur conduit l'œuvre en gérant les pupitres et en leur donnant des actions spécifiques pour permettre à l'œuvre de respirer, d'évoluer et de s'enrichir au cours de sa réalisation.

[1]Playbacks : utilisez des playbacks (versions instrumentales de chansons connues) pour vous entraîner à créer des mélodies. Vous en trouverez facilement sur YouTube ou sur des sites spécialisés.
Boucles musicales : Explorez des logiciels de création musicale ou des sites web qui proposent des boucles musicales de différents styles. Vous pouvez les combiner et les superposer pour créer votre propre base musicale. Collaborer : Si vous connaissez des musiciens, demandez-leur de vous créer une base musicale sur laquelle vous pourrez composer votre mélodie.

En voici un très bel exemple : https://www.youtube.com/watch?v=q9TzHi-nxHM

Ces jeux d'improvisations ont pour but de nourrir de futures créations des élèves en installant les bases de la confiance du groupe et la découverte de certaines possibilités musicales.

3. Le chant choral à deux, trois, quatre voix ou plus est un travail également passionnant. Tout comme pour le "Circle Song", on découvre le bonheur de chanter ensemble mais de manière à construire en travaillant des pièces existantes.

Là encore, les possibilités sont infinies.

Testez d'abord des chants à l'unisson, afin que les élèves continuent d'apprendre à s'écouter, à poser le texte ensemble, à peaufiner la justesse. Ensuite, ajoutez une voix, puis éventuellement une troisième.

Chanter en solo

Le chant individuel sera sûrement le souhait de certains de vos élèves.

Vous pouvez choisir un morceau existant ou décider de vous lancer dans la création.

Sans être professeur de chant, vous pouvez veiller à préserver les bases d'une voix saine :

- pas de souffle sur la voix
- une respiration basse
- un corps détendu

1. Morceau existant

Au début, on pourra soutenir la mélodie chantée au piano et l'enlever progressivement. On peut aussi commencer un travail en duo ou trio, en équilibrant les forces.

Dans un deuxième temps, quand la mélodie est connue, un accompagnement est nécessaire. Rares sont ceux qui peuvent chanter a capella en gardant la justesse et la plupart des morceaux ne sont pas écrits pour ça.

J'insiste pour que l'élève l'apprenne par cœur le plus vite possible. Comme pour un texte théâtral, le travail commence vraiment dès qu'on peut se détacher de la lecture du texte.

En dehors de vos éventuels moments d'échange en individuel, il est important pour tout le monde d'assister à l'évolution des autres. Le groupe peut d'ailleurs également faire des retours, dès lors qu'ils sont constructifs. À vous d'en faire la demande de manière précise et ciblée.

Au niveau du répertoire, comme dit plus haut, il vous appartient d'orienter vos élèves vers tel ou tel genre en fonction de vos goûts, de vos aptitudes, de la thématique et du fil rouge poursuivi.

À part pour le chant lyrique, vous aurez besoin d'un micro et d'un ampli, voire deux. Le micro permet tout (parler, chuchoter, chanter tout doucement, travailler une articulation fine...) mais rend aussi tout plus audible. S'il est possible d'avoir une table de mixage qui vous permet de mettre un peu de réverbe sur la voix, cela peut être utile pour arrondir et lier les sons.

2. Création

Vous pouvez décider de partir d'une musique ou d'un texte.

A. Sur base d'une musique instrumentale, une histoire s'écrit. En fonction de l'ambiance musicale, de sa rythmique, on développe le texte en adaptant le nombre de pieds, les rimes, le style, on choisit les mots qui sonnent, les mots musicaux...

Cela peut être une activité de groupe imposée en un temps donné ou une activité individuelle, où chacun se laisse guider par la musique.

Dans les deux cas, le thème est choisi en amont.

B. Un texte a été choisi ou écrit sur un thème donné. On commence par le slamer, le rythmer, quitte à le modifier si besoin.

Petit à petit, la mélodie arrive. Tout le groupe fait le même texte et, comme dans les "Circle songs", se donne les phrases exprimées d'une certaine façon. On adapte les jeux et échanges sur le modèle de l'atelier d'impro.

3. Chant lyrique

Au fond de moi, je garde toujours en tête l'idée d'amener les élèves vers le "grand répertoire", d'ouvrir leurs horizons vers les racines et l'histoire de notre musique occidentale. Je crée des occasions de leur faire entendre des extraits du répertoire (dans les échauffements, les exercices ou lors d'un atelier dédié). Ensuite, nous coconstruisons le répertoire de l'atelier avec leur apport musical, les impros, les créations et des pièces classiques.

Comment introduire et intégrer des pièces classiques ?

On a souvent peu conscience de la présence de la musique classique dans nos vies. Commencer par faire entendre des musiques "connues", reprises dans des publicités ou des films, est un bon début pour faire sentir que cette musique fait partie de notre monde, appartient à tout le monde. Voici quelques idées :

- Il existe de grands compositeurs de musique de film comme John Williams (*E.T., Indiana Jones, Star Wars, La liste de Schindler* ou *Harry Potter*), qui utilisent tous les ressorts de la musique classique pour écrire.
- Beaucoup de "tubes" classiques ont également été repris par des chanteurs actuels comme nous l'explique ici Damien Orsat : https://www.youtube.com/watch?v=Qehip4HjYks (même si ça date de 2019 !)
- Le chant lyrique est un peu plus difficile à introduire. Cette scène d'anthologie avec Omar Sy en dit long (2'03) : https://www.youtube.com/watch?v=4GYWcrkp9Pg
- Tout le monde connaît la vocalise de la reine de la nuit (qu'on retrouve dans l'extrait de Damien Orsat), le *Duo des fleurs* de Délibes ou l'air de *Carmen* de Bizet (repris par Stromae).
- Certaines mises en scène mélangent magnifiquement les genres et aident à faire des liens avec aujourd'hui, comme cette mise en scène à l'Opéra Bastille qui introduit la danse Krump : https://www.youtube.com/watch?v=9h9HP-VOJv4

Dans votre séance de "découverte", je vous conseille de jouer avec vos élèves au jeu suivant : quelle que soit la musique écoutée (instrumentale et/ou vocale), on peut tenter de décrire ce que vous entendez :

- Est-ce instrumental ou vocal ?
- Combien de voix ? Les voix sont-elles masculines, féminines, graves, aiguës ?
- Les voix chantent-elles la même chose ou y a-t-il des interactions ? Lesquelles ?
- Dans quelle langue chantent-ils ? Comprenez-vous des mots ? Comprenez-vous les intentions, les émotions (colère, joie, amour, tristesse...) ?
- Quels instruments ?
- Quelles sont les nuances ? Les thèmes qui reviennent ?
- Quelle histoire ça vous raconte ?

À partir de ces échanges, on peut proposer certains morceaux classiques simples. Ils peuvent être chantés, servir d'accompagnement à une création ou être décor sonore signifiant.

Découvertes

Sans chant :

- Franz Schuber
  - ▸ Tous ses quatuors à cordes
  - ▸ *Trio pour piano et cordes n°2*
- Samuel Barber, *Adagio*
- Edvard Grieg, *Peer Gynt – Suite n°1 op. 46 – Au matin*
- Edward Elgar, *Concerto pour violoncelle*
- Ludwig van Beethoven, *Symphonie n°7, Allegretto*
- Jean-Baptiste Lully, *Le ballet royal de la nuit – Ouverture*
- Clara Schumann, *Trois Romances pour violon et piano op. 22 – Andante molto*
- Wolfgang Amadeus Mozart,
  - ▸ *Sérénade n°13 pour cordes en Sol majeur K. 525*
  - ▸ *Petite musique de nuit*
- Piotr Ilitch Tchaïkovski, *Casse Noisette – Danse de la fée Dragée*
- Gustav Mahler, *Quintet avec piano en la mineur*
- Johan-Sebastian Bach,
  - ▸ *Le clavier bien tempéré* (Glenn Gould)
  - ▸ Les suites pour violoncelle

• Arvo Pärt, *Für Alina*

• Antonia Vivaldi, *Les quatre saisons*

• Richard Strauß, *Also sprach Zarathustra* (ouverture)

• Frédéric Chopin, *Nocturne op.9, n°2*

• Debussy, *Arabesque 1 et 2*

• Johann Pachelbel, *Canon en ré#*

• Maurice Ravel, *Boléro*

• Giuseppe Verdi, *Aida – La marche triomphale*

• G.F. Händel, *Sarabande*

• Gabriel Fauré, *Pavane*

• Gioachino Rossini, *Guillaume Tell – Ouverture*

Avec chant :

• Nathalie Stutzmann dans "Erbarme dich" (*La Passion selon Saint-Mathieu*) de JS Bach

• Luciano Pavarotti dans "Una furtiva lacrima" (*L'Elisir d'amore*), de Gaetano Donizetti

• Renata Cossotto dans "Condotta ell'era in ceppi" (*Le Trouvère*) de Giuseppe Verdi

• Maria Callas dans "Un bel di vedremo" (*Madame Butterfly*) de Giacomo Puccini

• Wolfgang Amadeus Mozart,

  ►*Requiem en Ré mineur K. 626* – "Confutatis"/ "Lacrimosa"

  ►*Les Noces de Figaro* – "Non più andrai"

  ►*La Flûte enchantée* – "L'air de la reine de la nuit"

• Georges Bizet, *Carmen* – Habanera ou l'air du Toréador

• Giacomo Puccini, *Turandot* – "Nessun dorma"

• Gioachino Rossini, *Le Barbier de Séville* –"Largo al factotum"

• Vincenzo Bellini, *Norma* – "Casta Diva"

• G. F. Händel, *Jules César* – "Son nata a lagrimar"

• Johan-Sebastian Bach, *La Passion selon Saint-Jean* – "Herr, unser Herrscher" (dans sa version originale et dans sa version revisitée "Lambarena")

• Antonio Vivaldi, *Stabat Mater*

• Richard Wagner, *La Chevauchée des Walkyries*

• Léo Delibes, *Lakmé* – "Le Duo des fleurs"

• Carl Orff, *Carmina Burana*

• Ludwig van Beethoven, "Ode à la joie", *Symphonie n°9 en Ré mineur op. 125*

• Giuseppe Verdi, *Requiem* – "Dies Irae"

etc.

Proposition de structures pour 10 séances

Séance 1 : Découverte et relaxation

• Relaxation corporelle (5 min) :

- ◊ Étirements doux : cercles de tête, mouvements d'épaules, étirements des bras et du dos
- ◊ Respiration abdominale : allongés sur le dos, mains sur le ventre, inspirer profondément par le nez, expirer lentement par la bouche
- ◊ Relaxation musculaire progressive : contracter puis relâcher différentes parties du corps (pieds, jambes, bras, visage)

• Exploration des sons (10 min) :

- ◊ Imitation d'animaux : chat qui miaule, chien qui aboie, coq qui chante, etc.
- ◊ Onomatopées : imiter le son du vent, de la pluie, d'une porte qui grince, etc.
- ◊ Jeux avec la hauteur et l'intensité de la voix : monter et descendre l'échelle des sons, chuchoter puis crier

• "Mmm" humming (5 min) : lèvres fermées, produire un son doux et continu en faisant vibrer les lèvres

• Chant à l'unisson (10 min) : choisir une chanson simple et connue de tous (ex : "Frère Jacques", "Au clair de la lune")

Séance 2 : Échauffement et justesse

• Échauffement progressif (10 min) :

- ◊ "Mmm" humming : varier la hauteur et l'intensité du son
- ◊ "Nnn" humming : ouvrir légèrement la bouche et produire un son nasal
- ◊ Glissandos : monter et descendre la gamme en douceur, comme une sirène
- ◊ Vocalises : chanter des "a", "é", "i", "o", "ou" sur des notes différentes

• Voyelles (5 min) : prononcer les voyelles de manière exagérée, en ouvrant bien la bouche et en faisant travailler les muscles du visage

• Intervalles (10 min) : chanter des intervalles simples (tierces, quintes) en s'aidant d'un instrument (piano, guitare)

• Jeux de justesse (10 min) : essayer de reproduire des notes ou des mélodies simples proposées par l'animateur

Séance 3 : Rythme et diction

• Rythme corporel (10 min) :

  ◊ Taper des mains, des pieds, claquer des doigts sur différents rythmes (binaire, ternaire)

  ◊ Rythmes parlés : dire des phrases ou des textes en rythme

  ◊ Jeux de rythme : créer des rythmes en groupe, en utilisant différentes parties du corps

• Virelangues (10 min) : s'amuser avec des virelangues de difficulté croissante (ex : "Trente-trois très gros chats criant")

• Chansons à rythme (15 min) : choisir des chansons entraînantes avec des rythmes variés (ex : "We Will Rock You", "Happy")

• Travail sur les paroles (5 min) : chanter en articulant bien chaque mot, en respectant le rythme et les pauses

Séance 4 : Nuances et émotions

• Intensité vocale (10 min) : explorer les nuances (piano, mezzo, forte) en chantant des phrases ou des mélodies, en variant l'intensité de la voix

• Expressions faciales (10 min) : associer des émotions à des expressions faciales (joie, tristesse, colère, surprise) et chanter en conséquence

• Interprétation (15 min) : chanter des chansons en essayant de transmettre les émotions du texte, en utilisant la voix, le regard et les gestes

• Improvisation émotionnelle (5 min) : inventer de courtes mélodies ou des phrases chantées pour exprimer des émotions

Séance 5 : Harmonie et écoute

• Écoute attentive (10 min) : écouter des harmonies vocales (duos, trios, chœurs) de différents styles musicaux

• Chants à deux voix (15 min) : essayer de chanter des mélodies simples à deux voix, en s'aidant d'un accompagnement musical

• Création d'harmonies (10 min) : inventer des harmonies simples sur des mélodies connues, en utilisant des accords ou des notes complémentaires

• Polyphonie (5 min) : chanter des canons ou des pièces polyphoniques simples (ex : "Frère Jacques" en canon)

Séance 6 : Exploration des styles musicaux

• Découverte de différents styles (15 min) : écouter des chansons de différents styles (pop, rock, jazz, folk, rap, etc.) et identifier les caractéristiques de chaque style (rythme, mélodie, instruments, ambiance)

• Analyse musicale (10 min) : analyser la structure des chansons (couplet, refrain, pont), les instruments utilisés, les harmonies vocales

• Chansons de styles variés (15 min) : choisir des chansons à chanter dans différents styles, en tenant compte des goûts des adolescent·es

• Adaptation vocale (5 min) : adapter sa voix et son interprétation en fonction du style musical (ex : voix plus douce pour une ballade, voix plus énergique pour du rock)

Séance 7 : Improvisation et créativité

• Improvisation vocale (15 min) : inventer des mélodies et des paroles sur des thèmes simples proposés par l'animateur (ex : les saisons, les animaux, les émotions)

• Scat (10 min) : improviser avec des syllabes et des onomatopées, en s'inspirant du jazz vocal

• Création de chansons (20 min) : écrire et composer des chansons en petits groupes ou collectivement, en s'inspirant des thèmes choisis

• Exploration de différentes formes musicales (5 min) : explorer différentes formes musicales (refrain, couplet, pont, variations) pour structurer les chansons

Séance 8 : Mise en scène et expression corporelle

• Mouvements et gestes (15 min) : associer des mouvements et des gestes aux chansons pour renforcer l'expression et l'émotion

• Présence scénique (10 min) : travailler la posture, le regard, l'occupation de l'espace, la communication avec le public

• Interprétation théâtrale (15 min) : jouer des personnages ou des émotions en chantant, en utilisant des accessoires ou des costumes simples

• Création de mini-spectacles (10 min) : mettre en scène des chansons ou des créations originales, en intégrant des éléments visuels et/ou narratifs

Séance 9 : Préparation d'une présentation

• Choix des chansons (10 min) : sélectionner les chansons à présenter en fonction des goûts et des compétences du groupe, en veillant à la diversité et à l'équilibre du programme

• Répétitions générales (20 min) : répéter les chansons et les mises en scène, en tenant compte des transitions, des éclairages, des costumes, etc.

• Filage (15 min) : répéter le spectacle en continu, comme une répétition générale, pour peaufiner les détails et assurer la fluidité de l'ensemble

• Derniers conseils (5 min) : encouragements, relaxation, concentration, gestion du trac

Séance 10 : Présentation et bilan

ITHAC

ITHAC invite les ados au cœur d'un tourbillon artistique !

Le document que vous avez sous les yeux propose des exercices destinés à tout·e lecteur·ice désireux·se d'explorer la création transdisciplinaire avec des adolescent·es. Cette ressource, comme une foule d'autres outils que vous découvrirez ici, a été réalisée dans le cadre de l'opération ATLAS/REMIX. Ce projet, créé et porté par ITHAC, permet aux jeunes de 12 à 18 ans de plonger dans la création transdisciplinaire en compagnie d'artistes professionnel·les féru·es de mélanges audacieux.

Les ressources associées au projet sont bien entendu destinées à toustes – même si vous ne participez pas à l'opération ! Elles sont le fruit d'un collectif composé de dix artistes aux langages variés, accompagnés par le philosophe Gilles Abel et l'équipe d'ITHAC. L'objectif des ressources qu'ils et elles ont forgées est de soutenir les groupes de jeunes dans la mise en route de leur propre aventure artistique, autour d'un thème déclencheur de créativité : ATLAS ! Ce "coffre aux trésors" rassemble des exercices stimulant leur imagination, des références pour les nourrir, des formes dont s'inspirer…

ATLAS/REMIX vise à développer l'expression et la pratique artistiques des jeunes, tant en milieu scolaire qu'extrascolaire. Au fil des ateliers, porté·es par les artistes-intervenant·es, les enseignant·es et les animateur·ices, les ados deviennent créateur·ices d'œuvres transdisciplinaires. Tous les "remixes" sont permis : que devient le cirque lorsqu'il rencontre les arts plastiques ? Et la vidéo, quand elle croise la création radiophonique ? Ou le théâtre, lorsqu'il se mêle au chant lyrique ? En apothéose de l'opération, ces passionnants laboratoires révèlent le fruit de leurs recherches lors de festivals à travers toute la Fédération Wallonie-Bruxelles, en fin de saison.

ITHAC a donc souhaité rendre ces ressources accessibles à toustes les intrépides. Elles sont donc à lire et à partager sans modération ! À vous de jouer !

Le collectif artistique d'ATLAS/REMIX est composé de : Gilles Abel, Gregor Beck, Adèle Cooken, Lisa Da Boit, Gaëtan D'Agostino, Régis Duqué, Amélie Kestermans, Mille Engberg Lundt, Giuseppe Lonobile, Sandra Nazé et Catherine Pineur.

ITHAC – initiatives, théâtre, ados, créations

Place de La Hestre, 19
7170 Manage

ithac.be