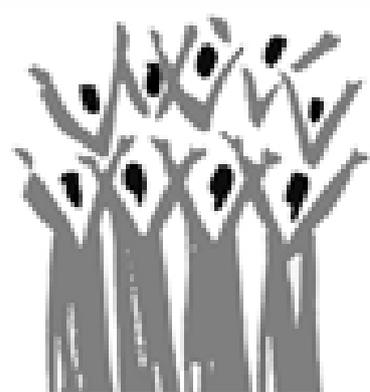


<https://arts-culture-69.enseigne.ac-lyon.fr/spip/spip.php?article586>



# Construire un échauffement vocal

- Education musicale - Pédagogie - Voix et chant -



Publication date: mardi 8 novembre 2016

---

Copyright © Arts et Culture - Tous droits réservés

---

**"Enseigner c'est communiquer , d'une certaine mesure c'est toujours « dire quelque chose à quelqu'un », c'est donc transmettre des informations grâce à la médiation de sa voix et de son corps ." Jean Duvillard.**

"Enseigner c'est communiquer , d'une certaine mesure c'est toujours « dire quelque chose à quelqu'un », c'est donc transmettre des informations grâce à la médiation de sa voix et de son corps ." Jean Duvillard.

Tout professionnel de la voix (parlée -notre outil principal en tant qu'enseignant- ou chantée en amateur ou professionnel, classique ou de variété) utilise les cordes vocales. Cependant utilisées seules, elles ne remplissent pas leur fonction... C'est l'air et une certaine pression qui permettent la vibration et donc l'émission du son.

Parmi les nombreux muscles que compte le corps humain un d'eux revêt une importance première : le diaphragme. Avoir une certaine maîtrise et connaissance de ce muscle et l'enseigner aux élèves, c'est assurer un bon fonctionnement de l'émission vocale et une protection de la voix. Lors des échauffements vocaux il est primordial de passer par une phase d'exercices permettant la mise en route, l'assouplissement et la prise de conscience de ce diaphragme.

Les quelques vidéos qui suivent vous proposent une série d'exercices simples, ludiques, permettant ce réveil musculaire. Même si elles s'adressent à l'émission vocale chantée, ces mêmes exercices s'appliquent pour la voix parlée. En prendre conscience c'est aussi, en tant qu'enseignant, se protéger vocalement.

La respiration :

Assise vocale :

Produire des sons :

PS:

*Ces vidéos ont été enregistrées avec la collaboration de M. Duvillard, professeur à l'ESPE dans le cadre d'une série documentaire produite à l'ICAP.*

*Tous les documents et bien d'autres sur les questions relatives à la voix peuvent être consultés à l'adresse suivante :*

<http://voix-corps-enseignement.univ-lyon1.fr/>