### Construire un échauffement vocal -exemple de Mireille Di Patrizio-

Thème : Petite symphonie pour les fleurs des champs( Mannick et Jo Akepsimas)

1. POSTURE

Je marche dans la nature. Je déroule délicatement mes pieds pour ne pas écraser les fleurs (talon/pointe). Je fais des petits sauts sur place entre quelques fleurs en faisant attebtion de ne pas les écraser

Une petite bise souffle, j’ondule dans tous les sens, en gardant mes pieds bien au sol.

Je m’étire tiré par un fil.

2. DECONTRACTION

Les fleurs éclosent autour de moi dans les prés et sur les arbres.

Je m’étire dans tous les sens. Je me tapote, me frictionne, me caresse les différentes parties du corps et du visage.

Je me lave les mains. Je souris et fais des grimaces devant mon miroir. Je m’envoie des bisous. Je me contracte et me décontracte. J’éternue et je tousse (rhume des foins !)

Je roule des épaules et fais le moulin avec mes bras.

J’ai soif et faim : je mastique et claque la langue pour l’eau qui coule.

3. RESPIRATION

Je cueille une fleur qui sent très bon : inspirer par le nez et expirer par la bouche. Je souffle sur un pissenlit après avoir inspiré et Wvvv quand les akènes s’envolent et tourbillonnent.

Je fabrique un arc : inspirer en bandant l’arc et expirer en relâchant la flèche.

Je dessine une marguerite avec mon crayon magique en faisant zzzzzz.

4. EMISSION DU SON

Des animaux : je ne les vois pas mais je les entends.

Une araignée tisse sa toile : faire la sirène.

Entendre les cloches : DING/ DONG (aigu et grave)

Appeler quelqu’un au loin (hé-ho).

Imiter un élève qui émet un son de peur, de surprise, …

Travailler la mélodie sur des voyelles (ou).

Reprendre le texte de la chanson et le répeter de façon saccadée et en insistant sur l’articulation.

Changer l’intensité, l’intonation, l’émotion :

Chuchoter, parler, de plus en plus aigu, gai, triste, ….

Chanter une partie ou toute la chanson suivant le degré de difficulté.

Construire un échauffement vocal © Magaly Jungbluth, CPEM 67