

# TRAVAILLER SA VOIX ET SES TECHNIQUES VOCALES

Pour bien chanter, il est nécessaire d'avoir **une bonne technique vocale**. Celle-ci s'acquiert en travaillant entre autres la **posture**, la **respiration** et le **placement** de la voix. Afin d'observer une évolution en chant, la pratique de plusieurs séances par semaines est nécessaire. Cette **régularité**, ou cette habitude vocale, vous permettra d'évaluer quotidiennement votre progression. N'hésitez pas à vous **enregistrer** afin d'avoir du recul sur vos points forts et points faibles. Soyez patients, le processus d'apprentissage et de création sera, quoi qu'il arrive, bénéfique .

## COMMENCER PAR UN ÉCHAUFFEMENT VOCAL

Que l'on soit chanteur ou rappeur, l'échauffement vocal est important. En sport, on s'étire pour préparer le corps à l'effort. Pour la voix, c'est la même chose : il faut préparer sa gorge, ses cordes vocales, ses poumons...

Voici deux vidéos qui expliquent comment bien échauffer sa voix :

- **Echauffement vocal rapide** par Iris Lauren
- **Echauffement complet en 15 minutes** par School Vocalize

## APPROFONDIR LES TECHNIQUES VOCALES FONDAMENTALES POUR UNE PRATIQUE EFFICACE DU CHANT

Pour une pratique efficace du chant, il est primordial d'approfondir vos techniques vocales fondamentales :

- **La posture** : verticalité, détente des épaules, de la nuque, de la mâchoire et des genoux, présence du regard - **Comment trouver la bonne posture facilement** par Je Libère Ma Voix
- **Le Souffle** : respiration, inspiration dans la détente, contrôle du début de l'expiration, maintien de l'ouverture de la cage thoracique pendant le chant - **Bien respirer pour bien chanter** par School Vocalize
- **La résonance** : équilibre des harmoniques, mémorisation de sensations musculaires et vibratoires - **Chanter en résonance** par Marie Laurence Music
- **L'expression** : travail stylistique, conduite des phrases, legato, nuances, interactions avec les autres instrumentistes et/ou chanteurs, etc.
- **Travailler la qualité du timbre et de la diction** (définition des phonèmes, travail sur la prosodie dans les différentes langues) - **Comment découvrir son timbre de voix** par Antoine Rudi - Bien chanter

L'idéal est d'interpréter un **répertoire large et varié, polyphonique, ouvert sur les différents styles** qui vous permettront d'opérer des choix conscients. Vous pouvez également pratiquer plusieurs esthétiques (classique, jazz, soul, pop, rap...) ou encore vous initier à l'improvisation et ainsi développer votre créativité.

## QUELQUES DERNIERS TIPS

- **Comment travailler sa voix, quels exercices faire et à quelle fréquence ?** par Iris Lauren.
- **10 étapes pour travailler sa voix efficacement** par Iris Lauren
- Des cours de chants gratuits sont également proposés par **Acadezik**.
- Pierre Yves Duchesne, célèbre coach vocal belge propose quotidiennement des cours de chant gratuits sous forme de live sur **sa page Facebook** et donne la possibilité aux participants de poser des questions.
- Virginie Coutin notre intervenante en coaching vocal propose des séances individuelles à distance ; n'hésitez pas à consulter **son site internet** afin d'obtenir plus de précisions.
- Pour les rappeurs et les rappeuses, voici **une vidéo** sur une manière de s'échauffer la voix et de travailler son flow.