



FICHE 3 : LA VOIX

DÉCOUVRIR SA VOIX, RESPIRER ET DIRE (1/2)

Rédacteur / Rédactrice : Éric Bonneau, Professeur des écoles, chargé de mission pour les activités radiophoniques du CLEMI Bordeaux & Claudine Haïra, Professeure documentaliste

OBJECTIFS : Découvrir sa voix ; Travailler la respiration et la diction

TEMPS THÉORIQUE DE L'ATELIER : 30 à 45 minutes par atelier

MATÉRIEL : Enregistreur numérique ou smartphone / tablette ; enceintes ; textes variés, courts et longs

ORGANISATION : Alternier temps en binôme et temps en groupe classe pour des écoutes collectives et des synthèses. Les mises en voix des élèves doivent être enregistrées puis écoutées pour des retours constructifs

Atelier # 1 : « Découvrir sa voix »

1. En binôme, un élève lit un texte court, l'autre enregistre. Écoute à deux puis écoute collective. Les élèves découvrent alors qu'ils ont deux voix : celle qu'ils entendent et celle que les autres entendent. Écoute avec les yeux fermés pour mieux se concentrer sur ce qu'on entend sans se laisser parasiter par le regard et les expressions des autres. Il faudra réitérer cette expérience plusieurs fois pour que les élèves acceptent de s'entendre sans rire ou se boucher les oreilles.
2. Mise en évidence des phénomènes de résonance de la voix.
Dire « J'ai des mouches dans la bouche » avec le doigt devant la bouche, avec la main sur la tête, sur le crâne, sur le ventre, sur la gorge

Atelier # 2 : « La respiration profonde »

1. Les élèves sont debout, les pieds bien ancrés dans le sol, les yeux fermés, les mains sur le ventre. Ils inspirent lentement bouche ouverte en gonflant le ventre et expirent comme s'ils soufflaient dans une paille, jusqu'à bien vider le ventre. Prendre conscience de cette respiration abdominale profonde.

NB : Utilisation de l'application gratuite « Respirelax » (ou autre) : exercices de respiration en rythme avec une petite musique. Cela permet à la fois une relaxation et une prise de conscience du souffle qui se calme, de la respiration qui s'approfondit au fur et à mesure de l'exercice.

2. Le dos plaqué contre le mur, les jambes pliées, retrouver cette respiration profonde.
3. Poser le son sur le souffle : dans cette même position, souffler sur une bande de papier à 20 centimètres de la bouche en disant « U ». La bande de papier doit garder la même position pendant toute l'émission du son.

Atelier # 3 : « La diction »

1. Visionnage de la vidéo de Jean Sommer, « Exercice de diction : le crayon dans la bouche » : <https://www.youtube.com/watch?v=ubOX-v7l2qc>
Lire un texte court avec le bout d'un crayon en bois tenu entre les dents puis en travers de la bouche.
2. S'entraîner avec des vire-langues : « six saucisses au poisson scie » ; « la lune lance des lueurs sur le lac », « Je veux et j'exige d'exquises excuses », etc.
3. Travailler sur l'attaque et la chute des phrases qui bien souvent sont négligées par les élèves.

POUR ALLER PLUS LOIN

- Comment le son de la voix se forme-t-il ? – C'est pas sorcier
<https://www.youtube.com/watch?v=SHKpKeBeQ2c>
- De nombreux exemples de vire-langues dans :
MALINEAU J-H., *Dix dodus dindons, le trésor des vire-langues*, Paris, Albin Michel Jeunesse, 1997



FICHE 4 : LA VOIX

DÉBIT ET INTONATION

PUISSANCE VOCALE ET TICS DE LANGAGE (2/2)

Rédacteur / Rédactrice : Éric Bonneau, Professeur des écoles, chargé de mission pour les activités radiophoniques du CLEMI Bordeaux & Claudine Haïra, Professeure documentaliste

OBJECTIFS : Travailler le débit, l'intonation, la puissance vocale et faire la chasse aux tics de langage

TEMPS THÉORIQUE DE L'ATELIER : 30 à 45 minutes par atelier

MATÉRIEL : Enregistreur numérique ou smartphone / tablette ; enceintes ; textes variés, courts et longs

ORGANISATION : Alternier temps en binôme et temps en groupe classe pour des écoutes collectives et des synthèses. Les mises en voix des élèves doivent être enregistrées puis écoutées pour des retours constructifs.

Atelier # 4 : « Débit et intonation »

1. Accrocher un sourire à sa voix (reprendre l'exercice avec le crayon dans la bouche de la fiche précédente). Faire lire et enregistrer un texte avec et sans gestes pour l'accompagner. Puis écouter et comparer.
2. Mettre en scène le texte avec des slashes pour marquer les groupes de respiration et/ou de sens. Les élèves comparent leurs textes, le lisent puis s'écoutent.

Utiliser la taille des caractères pour mettre en valeur les mots à accentuer (Cf. ci-dessous les variations des accents toniques)

3. Mettre le texte en scène en mettant des flèches quand la voix monte ou descend. Les élèves comparent leurs textes, le lisent puis s'écoutent.
4. Varier les accents toniques à partir de la phrase « Rien ne sert de courir, il faut partir à point » : **rien** ne sert de courir, il **faut** partir à point ; rien ne sert **de courir**, il faut partir **à point**
5. Qualifier la voix avec des adjectifs (autoritaire, assurée, nasale, timide, traînante, triste, gaie, ennuyeuse) puis jouer ces adjectifs (chercher les modulations). Les élèves doivent trouver quelle voix a été jouée. Même chose en qualifiant les émotions avec des noms (tristesse, colère, gaieté...) puis les jouer.

Atelier # 5 : « Donner de la puissance sans forcer »

1. Visionnage de la vidéo de Jean Sommer, « Avoir une voix puissante sans forcer » : <https://www.youtube.com/watch?v=buDZq5rzYDA>
Exercice « Parler à voix basse pour être entendu » : préparation individuelle puis prestation devant le groupe.
2. Exercice du « Brouhaha » : faire porter sa voix sans forcer.
Deux élèves, distants d'une dizaine de mètres doivent dialoguer alors qu'au milieu d'eux se trouve un groupe d'élèves qui discutent. Les élèves spectateurs doivent entendre le dialogue.
3. Exercice « Je suis un bon orateur » / « Je suis une bonne oratrice » : phrase à dire plus ou moins fort suivant la taille des caractères mais sans forcer la voix.

Atelier # 6 : « Découvrir ses tics de langage »

1. Chaque élève doit improviser sur un thème donné. A chaque tic de langage, le public tape deux fois dans ses mains. L'élève orateur doit découvrir ainsi ses tics de langage. Puis il reprend son discours en tentant de les modifier.
2. Par groupe de deux, les élèves dialoguent sur un thème donné et s'enregistrent sans consigne particulière. A l'écoute, leur faire repérer les tics de langage.

NB : Les exercices, une fois présentés aux élèves, doivent être répétés régulièrement. Ils peuvent également servir d'échauffement de la voix.

POUR ALLER PLUS LOIN

- Comment imiter les mecs de la radio, Vox populi
<https://www.youtube.com/watch?v=uotfg5cqcXg>
- Livre : DE FREITAS S. *Porter sa voix*, Paris, Éditions Robert, 2018
- Film : « A voix haute » de Stéphane de Freitas
- Vidéos et articles de Jean Sommer, coach vocal
<https://jean-sommer.fr/parler-en-public/prise-de-parole/>