

Méthode de Chant

Sofia Iosseliani

Méthode 12

Illustrations : Giorghi Iosseliani

Rédaction : Dominique Baudouin

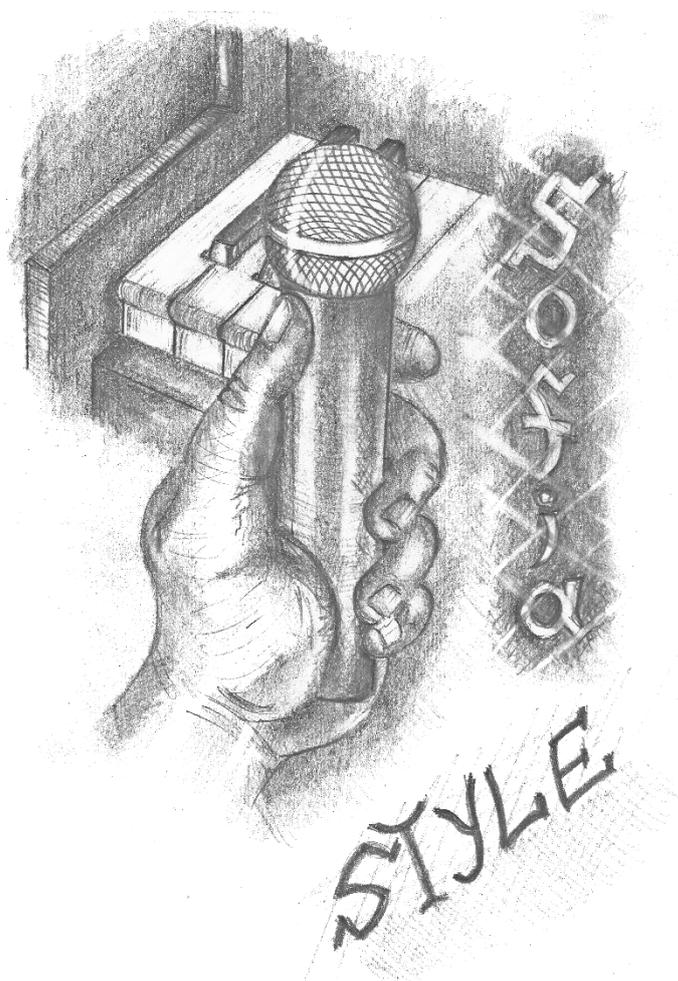
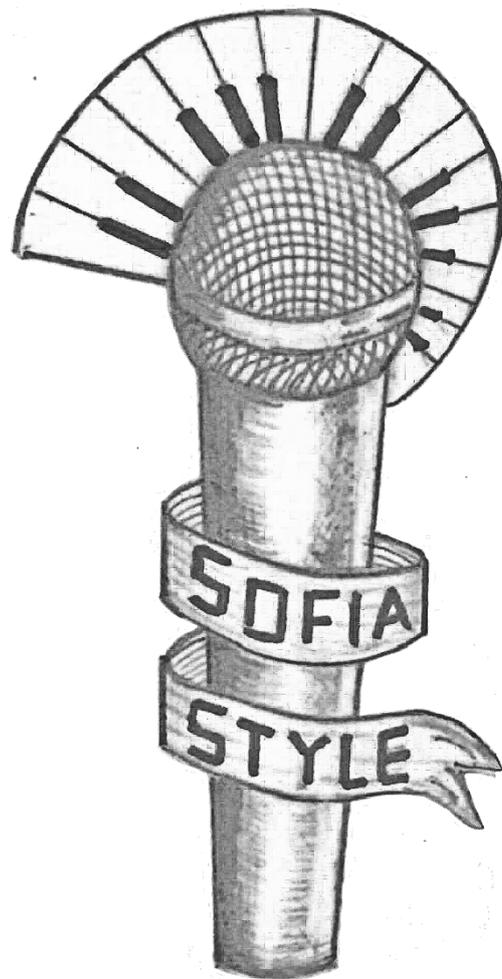


TABLE DES MATIÈRES

Introduction.....	5
Avant-propos : Présentation de la méthode douze.....	7
Chapitre 1. Le diapason.....	11
Chapitre 2. Trouver sa tessiture naturelle.....	13
Chapitre 3. Articulation des voyelles É et U	19
La résonance et les intervalles	19
Chapitre 4. Les voyelles I et OU	23
Chapitre 5. Enrichir la phrase musicale	25
Chapitre 6. Le rythme	28
Chapitre 7. Bien chanter : le rôle de la glotte.....	30
Chapitre 8. Combinaison des notions acquises.....	34
Chapitre 9. Utiliser son imagination	35
Chapitre 10. Les techniques vocales : première partie.....	37
Chapitre 11. Les techniques vocales : deuxième partie	40
Chapitre 12. La double tierce.....	43
Conclusion.....	45



© SOFIA STYLE

Imprimé en France

ISBN : 979-10-227-8933-2

Dépôt légal : 2^{ème} trimestre 2021



La musique
a des feuilles
un véritable
en prenant des
cuivres au doigt
transformation
de nos âmes,
et nos émotions

rassemble
qui nous offrent
spectacle
couleurs écarlates,
C'est une
magique
nos souhaits

Sofia
Tosseliani

INTRODUCTION

Je m'appelle Sofia et je suis née en Russie. La musique fait partie de ma vie depuis que j'ai cinq ans et c'est tout naturellement que je suis devenue pianiste, accompagnatrice et interprète.

Depuis 2010, la France est devenue ma deuxième patrie. J'ai la chance de m'y adonner à ce que j'aime le plus au monde : transmettre mon amour de la musique et du chant. L'enseignement est en effet ma vocation et ma passion et j'y consacre la majeure partie de ma vie. Pour donner plus d'ampleur à mon travail, j'ai créé en 2016 l'entreprise musicale *Sofia Style*. Elle m'a donné très vite la visibilité nécessaire pour faire reconnaître toutes les aptitudes de mes élèves.

Faire émerger le meilleur des chanteurs, voilà en effet ma mission : Pour y parvenir, je ne cesse de me documenter, de chercher, d'apprendre. Ma clientèle est très variée : enfants, adolescents, adultes et je dois sans cesse m'adapter pour donner à chacun les conseils spécifiques qui correspondent à leur âge, leur personnalité et à leurs besoins. L'apprentissage de l'année trouve sa matérialisation dans les concerts-spectacles que j'organise à Noël et en Juin. Un challenge qui permet à tous de faire l'expérience de la scène et leur donne la joie de manifester les progrès qu'ils ont accomplis et de poursuivre leurs efforts. Depuis 2010, j'ai révélé de vrais talents : plusieurs de mes élèves ont participé à des concours régionaux (cinq d'entre eux y ont été finalistes) et même renommés au plan national : une de mes élèves s'est retrouvée en finale de *Voice Kids* en 2019. Je suis très fière d'eux !

Mon enseignement repose sur plusieurs dimensions : mes connaissances très poussées en musicologie, mon expérience, et mon intuition qui me dicte spontanément quelle est la meilleure façon d'aider mes élèves à surmonter leurs difficultés.

C'est en les observant, en notant les moments où ils rencontraient des blocages, et en cherchant comment y remédier que j'ai eu l'idée de concevoir cette méthode. Car il ne suffit pas de montrer ni même d'expliquer. Pour émettre le son juste, il faut comprendre comment tout fonctionne en nous.

Dans le corps tout d'abord. Depuis longtemps, je m'interroge sur le rôle de l'anatomie dans la pratique vocale. J'ai décidé peu à peu de m'inspirer davantage de mes connaissances dans ce domaine pour faire plus encore progresser mes élèves. En effet, ce ne sont pas seulement le larynx et la mâchoire qui sont en jeu dans la pratique vocale mais le corps tout entier. En choisissant des exercices précis en lien direct avec les difficultés de chaque personne, j'ai fait évoluer le travail vocal que je proposais. Je me suis également intéressée à tous les blocages que je remarquais lors de certaines séances. Ces blocages dépassent largement le son : ils proviennent des stress et des chocs de notre vie. Notre corps, notre esprit et notre âme sont en effet en étroite connexion.

C'est pourquoi, dans mon enseignement, je m'appuie systématiquement sur :

- La connaissance de l'anatomie, qui génère des progrès fulgurants,
- Le déblocage du stress qui permet de contacter la plénitude de la voix et de retrouver l'ancrage et l'énergie,
- La technique vocale qui favorise la bonne circulation du son.

Enfin et surtout, ce message optimiste : Tous les gens qui le pratiquent le sentent bien : **le chant rend heureux** ! Il apporte de la joie en nous faisant exprimer toute la palette de nos émotions. Quand nous chantons, l'énergie positive qui se dégage de tout notre être renforce notre système immunitaire et l'ensemble de notre corps : les exercices vocaux fortifient le diaphragme et les poumons et stimulent la circulation sanguine. Curieusement, chanter augmente aussi l'endurance ! Enfin, le chant, en réduisant le stress, est un antidépresseur très puissant et contribue à améliorer le sommeil. Et plus nous acquérons de l'aisance dans notre pratique, plus ces effets sont importants.

Alors, CHANTONS !

