

La voce dell'adulto e la voce del bambino: uso ed abuso

Manuela Garroni

Un incontro per parlare della voce nelle diverse fasi della vita, del modo per preservarla e migliorarla e del suo corretto utilizzo

L'insegnamento fa parte delle professioni che richiedono un'alta prestazione vocale: questo perché l'eloquio si protrae continuamente nel tempo, a volume sostenuto, in ambienti acustici generalmente poco idonei alla trasmissione del messaggio da veicolare, di fronte ad un pubblico.

L'organo vocale è quindi impegnato su una gamma di frequenze (e quindi in 'altezza') e di dinamiche (e cioè di 'volume') non abituali, e per non essere danneggiato deve essere sostenuto da determinati criteri pedagogici, che non a caso vengono utilizzati dagli attori, dai cantanti e dagli oratori professionisti.

La realizzazione del gesto vocale deve avvenire quindi *entro e solo* grazie a determinate condizioni che vengono acquisite con la Tecnica Vocale, ed in mancanza delle quali avremo sforzo e tensione, che daranno immancabilmente un senso di fatica e nervosismo, e una accertata difficoltà nel mantenere l'intonazione e nel farsi ascoltare dai propri interlocutori. La Tecnica Vocale è un *sapere del corpo*: l'atto fonatorio è un processo naturale, regolato dall'udito, messo in atto da attività fisiche e mentali che lavorano in sinergia.

Il corso è di carattere *pratico e teorico* e si propone di dare una base informativa delle tecniche e delle tematiche che sono legate alla produzione della voce, per poterla usare con il minimo sforzo e massimo rendimento, per migliorarne la qualità e la resistenza, e per poter godere dei vantaggi che possono derivare da una corretta emissione e, conseguentemente aiutare i bambini a mantenere sana e spontanea la loro voce naturale.

I materiali vocali che verranno utilizzati per sperimentarsi e esercitarsi saranno costituiti da brevi testi parlati e cantati, semplici linee melodiche utilizzabili anche con i bambini, strutture di improvvisazione vocale; **per lo svolgimento del seminario si consiglia a chi partecipa di avere:**

- abbigliamento che consenta di muoversi liberamente piedi compresi
- la possibilità di stendersi per terra comodamente (tappetini, coperte, asciugamani): ognuno può dotarsi di cuscini per migliorare la qualità della distesa a terra
- un flauto dolce (non per suonare il flauto ma per spiegare alcuni meccanismi vocali)
- uno specchietto comodo
- un foulard leggero / issimo

PROGRAMMA DEL SEMINARIO:

Di ogni sezione di lavoro affrontato sarà specificato cosa si può utilizzare nelle classi con i bambini e cosa invece riguarda specificatamente gli insegnanti.

1) COSA È LA VOCE E COME CI SI LAVORA:

a - il corpo

- rilassamento, distensione, coscienza del;
- relazione tra postura, ascolto ed emissione del suono parlato e cantato
- respiro e respiro musicale; perché occorre conoscere il proprio fiato, come ci si lavora per ampliarlo e per acquisirne la capacità di tenuta nell'emissione;
- l'attacco del suono parlato e cantato; qualità degli attacchi; qualità dei suoni;
- la voce nel corpo in movimento

b- i materiali della voce: le vocali e le consonanti

- le risonanze delle vocali, principali elementi della vitalità del suono sia parlato che cantato;
- la modalità di esecuzione delle 5 vocali pure italiane nei diversi colori vocali
- la modalità di esecuzione delle consonanti
- lavoro sull'articolazione delle consonanti, sul testo, sul fraseggio cantato

c- i materiali della voce: estensione e tessitura vocale

- concetti di *estensione* e *tessitura* : la personalità vocale
- giusta altezza del parlato e del cantato
- ampliamento della estensione
- valorizzazione della propria voce
- consigli pratici per la gestione delle voci proprie e quelle dei ragazzi

d- i materiali della voce: portanza e penetranza

e- brani semplici e improvvisazioni vocali a scopo di sviluppo tecnico

(da usare anche per i bambini) permetteranno di iniziare ad applicare spontaneamente le nozioni tecniche apprese, creando un primo approccio all'attenzione uditiva e alla formazione o al ripristino di un corretto orecchio musicale.

2) LA VOCE DEL BAMBINO: le esigenze vocali nelle diverse età della scolarità

3) LA MUTA VOCALE: perché, quando e come insorge e come trattarla

4) IL RUOLO DELL'ORECCHIO NELLA FONAZIONE E NELL'APPRENDIMENTO

- esercizi di intonazione legati all'apprendimento della fonazione

- coscienza delle altezze rispetto al proprio apparato fonatorio

- corretta voce di conversazione : la giusta altezza del parlato

- semplici vocalizzi di diversa natura a seconda delle necessità vocali dei partecipanti

- esercizi a due o più voci se possibili

5) BASI TEORICHE DI FISIOLOGIA VOCALE spiegate nel momento in cui occorrono

6) NORME DI IGIENE E DEFATICAMENTO VOCALE : come preservare e prevenire; come riconoscere l'insorgenza di problematiche nell'adulto e nel bambino.

I punti elencati rappresentano una guida sintetica degli argomenti che verranno affrontati durante il seminario. Non verranno affrontati secondo l'ordine scritto.

MANUELA GARRONI, cantante, esperta di didattica della voce e della musica, Master di Vocologia Artistica presso l'Università di Bologna C.d.L. in Logopedia, insegna a Roma alla Scuola Popolare di Musica di Testaccio e in corsi per insegnanti, attori, professionisti della voce.