

**ΜΙΚΡΕΣ ΑΛΛΑ ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ!**

**Η ΠΡΟΚΛΗΣΗ ΜΙΑΣ ΚΑΛΗΣ ΧΟΡΩΔΙΑΣ...**



- ♪ Σωστή στάση σώματος για να λειτουργήσει ο φωνητικός μηχανισμός, για καλή αναπνοή, ίσια πλάτη, αφήνουμε ελεύθερους χώρους στο σώμα μας για να λειτουργήσει η φωνή μας, για να αλληλεπιδράσει με το σώμα μας.
- ♪ Οι μυς της πλάτης να υποστηρίζουν το σώμα, έτσι ώστε οι μπροστινοί μυς να ελέγχουν την αναπνοή και το τραγούδι.
- ♪ Δεν σηκώνω ώμους όταν εισπνέω.

**Ασκήσεις:**

- ♪ ενώνω τα χέρια πίσω από τους ώμους και αφήνοντας τα κάτω το στήθος να μένει στην ίδια θέση.
- ♪ τεντωμένα τα χέρια και από τις δύο πλευρές, κάνω ένα μεγάλο κύκλο, τα αφήνω και πέφτουν.
- ♪ φανταζόμαστε ένα σχοινάκι που ξεκινάει από το κεφάλι μας και μας δένει με το ταβάνι.
- ♪ βαθιά εισπνοή, δεν εξαντλώ ποτέ όλον τον αέρα μέχρι το τέλος της μουσικής μου φράσης. Αυτό είναι ζήτημα ελέγχου και οικονομίας του αέρα, όχι ποσότητας αέρα.
- ♪ διαφραγματική αναπνοή και εκπνέω αργά και ελεγχόμενα λέγοντας sssssss.
- ♪ πρέπει να βιμπράρει, να δονείται ο αέρας.
- ♪ γρήγορη εισπνοή, αργή εκπνοή (να μη μας φεύγει απότομα ο αέρας).
- ♪ εισπνοή: ανοίγουν τα πλευρά, φουσκώνει το στομάχι, κατεβαίνει το διάφραγμα.
- ♪ χρησιμοποιούμε πολύ λίγο αέρα ενώ τραγουδάμε.
- ♪ δεν σπρώχνουμε τη φωνή μας.
- ♪ αποφορτίζουμε την ένταση.
- ♪ εισπνέουμε από την κοιλιά, όχι από το στήθος.
- ♪ βάζουμε λίγο αέρα στην αρχή της φράσης.
- ♪ όταν έχουμε εξασκήσει τις ενδιαμέσες περιοχές της φωνής, τότε θα έχουν εξασκηθεί και τα άκρα. Δεν δουλεύω μόνο τις ακραίες και δύσκολες περιοχές.
- ♪ νοητική εικόνα για τον ήχο που θέλουμε να έχουμε. Ένα νοερό, φανταστικό είδωλο του ήχου και της φωνής μας.
- ♪ Να μάθουμε να ακούμε.

- ♪ Η σωστή και καλή ατάκα: έγκαιρη, προμελετημένη και όχι βεβιασμένη, συγκρατημένη, ομοιόμορφο ηχόχρωμα, ομοιόμορφη ένταση, σωστή ένταση, σωστός τόνος (ιντονασιόν, intonation).
- ♪ Καλή αίσθηση του ρυθμικού παλμού του κομματιού.
- ♪ Στο τέλος μιας φράσης ανασκουμπωνόμαστε τάχιστα. Εισπνέουμε πάλι με ταχύτητα για να είμαστε έτοιμοι για την επόμενη φράση.
- ♪ Προσέχουμε τις κινήσεις του μαέστρου, δεν είμαστε κολλημένοι στο χαρτί. Το βλέμμα μας κινείται γρήγορα μεταξύ παρτιτούρας και μαέστρου.
- ♪ Δεν τραγουδάμε μονότονα, σε ένα μόνο επίπεδο έντασης (ενδεικτικά: forte=δυνατά, piano=απαλά, σιγανά, και οι ενδιάμεσες καταστάσεις).
- ♪ Επίσης tutti=όλοι μαζί, solo=ένας μόνος του
- ♪ Όχι υπερβολικό vibrato (τρέμουλο της φωνής).
- ♪ Ο βιολιστής ασκεί μικρότερη πίεση με το δοξάρι του στις ψηλότερες νότες, έτσι γίνεται και με τη φωνή. Στις πιο δύσκολες περιοχές πρέπει να είναι πιο ανάλαφρη.
- ♪ Η ένταση πρέπει να πηγάζει από τον όγκο και την ευρωστία της φωνής. Δεν φωνάζουμε, δεν τσιρίζουμε, δεν 'σπρώχνουμε' τη φωνή μας.
- ♪ Όταν τραγουδάμε, έχουμε ένα ελαφρύ μειδίαμα στο πρόσωπο μας.
- ♪ Καθαρή άρθρωση: δίνω σημασία και αξία σε κάθε λέξη, να αναδεικνύεται καθαρά το κείμενο.
- ♪ Η ερμηνεία και το φραζάρισμα μας πρέπει να καθορίζει την αναπνευστική μας συμπεριφορά.
- ♪ Προσπαθούμε να μεταδώσουμε τις μουσικές μας ιδέες, τις μουσικές μας σκέψεις στο κοινό, μέσα από την ερμηνεία μας.
- ♪ Στο ενδιάμεσο μιας μουσικής φράσης παίρνω μια σύντομη και κοφτή ανάσα για να μπορέσω να ολοκληρώσω τη φράση μου.
- ♪ Φωνητική ευελιξία: τραγουδάω με ακρίβεια και ευκαμψία, η φωνή μου ελίσσεται άμεσα ανάλογα με τις απαιτήσεις του μουσικού κειμένου. Πρέπει να δίνω την εντύπωση ότι το κάνω χωρίς κόπο, με χάρη και με καθαρή άρθρωση. 'Παίζω' με τη φωνή μου.
- ♪ Η χορωδία πρέπει να βρίσκεται σε σωματική και πνευματική εγρήγορση, να είναι συγκεντρωμένη. Οι μουσικές φράσεις πρέπει να έχουν momentum (κίνηση) και να δίνουν την αίσθηση ότι οδηγούν κάπου, ότι έχουν κάποιο στόχο, χωρίς να είναι άνευρες.
- ♪ Τα φωνήεντα πρέπει να τα εκφέρουμε όλοι με τον ίδιο τρόπο, για να υπάρχει ομοιογένεια και ομοιομορφία.
- ♪ Τραγουδάμε για την τελευταία σειρά, πρέπει και αυτοί να καταλαβαίνουν τα λόγια. Γι' αυτό δίνουμε έμφαση στις λέξεις που εκφέρουμε, χρειάζεται ένα στοιχείο ελαφριάς υπερβολής.

**Επιμέλεια σημειώσεων: Παράσχου Ευαγγελία, ΠΕ Μουσικών Σπουδών**