

Coro Polifonico "Divinae Gratiae"
Lanusei/Illbono (OG)

Tonino Loddo

Esercizi di tecnica vocale



ecc.

VENTIQUATTRESIMO VOCALIZZO

Vocalizzo attribuito a Rossini, basato sull'arpeggio, con passaggio alla dominante e risoluzione sulla tonica. E' molto utile per ampliare l'estensione vocale.



ecc.

Coro Polifonico "Divinae Gratiae"
Lanusei/Illbono (OG)

Tonino Loddo

Esercizi di tecnica vocale

La realizzazione del presente *Manuale*
è dovuta a Tonino Loddo
maestro del Coro
che ha curato anche le trascrizioni e le esecuzioni audio
di tutti i brani musicali.



menhir ed.
Vico Mazzini, 3
08045 LANUSEI (OG)

© Coro Polifonico *Divinae Gratiae*
Cattedrale di s. Maria Maddalena
Via Roma, 1 - 08045 LANUSEI (OG)
tel. 078242463 - 3351355477
e-mail: coro_divinae GRATIAE@virgilio.it

1° ed. giugno 2011

I vocalizzi contenuti in questa pubblicazione sono tratti in gran parte dall'arte italiana del canto:
sono stati inventati centinaia di anni orsono, ma posseggono tuttora una loro validità.

Alla presente pubblicazione sono allegati 2 CD audio contenenti il sonoro di tutti i vocalizzi adattati per ciascuna voce.

Pubblicazione fuori commercio
destinata esclusivamente all'uso interno del Coro

pro manuscripto

VENTESIMO VOCALIZZO



ecc.

VENTUNESIMO VOCALIZZO



ecc.

VOCALIZZI 22-24

Il vocalizzo che segue presenta, rispetto ai precedenti, il vantaggio di essere anche *bello*, nel senso che non è noioso, anche se ripetitivo. Si tratta di un vocalizzo di agilità che si basa sullo staccato (le note con i puntini sotto!); molto adatto in particolare per le voci femminili ma utile anche per i tenori. Deve essere ripetuto diverse volte, fino a che le note non si eseguono con precisione.

VENTIDUESIMO VOCALIZZO



ecc.

VENTITRESIMO VOCALIZZO

Questo bel vocalizzo è molto utile per l'ampliamento della potenza sonora. Si basa su note congiunte legate. Le prime volte è bene eseguire solo le prime due battute. Andrebbe eseguito, per intero, tutto d'un fiato, ma, almeno nei primi mesi, è bene prendere il fiato frase per frase, ogni due battute, mentre successivamente va eseguito seguendo le legature.

SEDICESIMO VOCALIZZO



ecc.

DICIASSETTESIMO VOCALIZZO

Il vocalizzo che segue è null'altro che la ripetizione (fatta due volte) della seconda frase del precedente; abbisogna, perciò, di un respiro iniziale più lungo per poter essere eseguito correttamente e tutto d'un fiato.



ecc.

VOCALIZZI 18-21

Nei vocalizzi seguenti giocheremo con i semitoni, prima con un intervallo di seconda, poi con un intervallo di terza, e quindi a seguire con intervalli di quarta e di quinta. Questi vocalizzi – non semplici – devono essere eseguiti con molta cura. Sarà, perciò, opportuno ascoltarli prima molto bene in modo individuale, e solo dopo aver memorizzato esattamente la successione dei suoni, potremo tentare di ripeterli. Ricordiamo sempre che bisogna fermarsi quando le note diventano troppo alte; in quel caso occorre ricominciare da capo e proseguire sempre e solo quando la voce esce sicura e senza sforzi. Soprattutto nei vocalizzi 20 e 21 (dove le note raggiungono altezze notevoli mai raggiunte finora) occorre adottare ogni possibile precauzione.

DICIOTTESIMO VOCALIZZO



ecc.

DICIANNOVESIMO VOCALIZZO



ecc.

Il vocalizzo, in linea di massima, serve per ampliare la voce, renderla più duttile, agile. Serve, inoltre, per *scaldare* la voce e per rendersi conto del proprio stato fisico. Ma occorre sempre ricordare che per essere dei bravi coristi e formare un buon coro è soprattutto necessario riuscire a *comunicare* che quello che si sta cantando è sentito e creduto; un'esecuzione eccellente sotto il profilo tecnico non è necessariamente un'ottima esecuzione, perché magari rimane molto *fredda*. E ciò vale soprattutto per chi – come noi – si esercita per cantare nelle Liturgie: “Cantate e salmeggiate **col cuore** al vostro Dio”, insegna san Paolo (Ef. 5,19), perché il primo strumento con cui deve essere eseguita una melodia è il cuore. Ciò non toglie, ovviamente, che l'esecuzione debba essere anche e il più possibile precisa sotto l'aspetto tecnico, e le osservazioni che seguono sono proprio finalizzate ad un tale scopo.

Dobbiamo preliminarmente osservare come le corde vocali altro non sono che dei muscoli e, come tutti i muscoli del nostro corpo, se non sono adeguatamente stimolate ed opportunamente esercitate, le loro *performance* non saranno mai accettabili. Come nessun atleta si sogna di vincere una competizione qualsiasi (anche la più modesta) senza allenarsi, così anche chi intende cantare ha bisogno di allenamento e di allenamento specifico. Ciò vale massimamente in prossimità delle esecuzioni, giacché le corde vocali non sono subito pronte ad uno sforzo immediato, partendo da zero. Pensiamo a un centometrista che sta per fare una gara: se partisse a muscoli freddi, probabilmente rischierebbe di compromettere la gara; potrebbero, infatti, insorgere vari problemi, tra i quali crampi o strappi muscolari. Se prima della gara avrà eseguito esercizi adeguati di riscaldamento, eviterà questi spiacevoli inconvenienti. Analogamente, il corista che si accinge a partecipare a un servizio liturgico, ad un concerto o, semplicemente, a una seduta di prove, è bene che riscaldi la voce, e che si renda conto del suo livello di prestazioni in quel momento.

I vocalizzi possono dividersi, in linea di massima, in:

Esercizi di riscaldamento

Esercizi di agilità

Esercizi per l'ampliamento dell'estensione

Esercizi per il controllo della voce

Prima di entrare nel vivo del discorso, occorre ricordare che ogni voce ha una propria estensione che possiamo sinteticamente rappresentare nello specchio che segue

BASSO	da fa1 a fa3	CONTRALTO	da fa2 a fa4
TENORE	da do2 a do4	SOPRANO	da la2 a la4

Naturalmente l'estensione massima può perfino essere superiore (per i bassi si scende addirittura al Do1, e per i soprani si può anche arrivare sopra il Fa5). Ma in questo caso si tratta di voci formate e finalizzate alla pratica solista. Nelle normali condizioni di un coro formato da non professionisti, si ritiene sufficiente un'estensione vocale che si distacchi da questi parametri di circa 2 toni – 2 toni ½ sia in alto che in basso.

Questa premessa serve a spiegare perché nel CD i vocalizzi delle varie voci suonino in maniera diversa: perché – in genere – essi sono stati adeguati (abbassandoli o alzandoli di qualche tono) alle diverse voci cui sono diretti. In particolare, sarà possibile verificare come i vocalizzi siano stati adeguati a due tipologie di voce: Soprani e Tenori da un lato, Contralti e bassi dall'altro; si tratta di una semplificazione ovviamente molto elementare, ma sufficiente per iniziare un percorso non professionistico.

Per cominciare, occorre, innanzitutto, imparare a fare dei semplici esercizi di respirazione, per uno o due minuti. In piedi, in posizione perfettamente eretta, inspiriamo profondamente con la bocca, senza alzare inutilmente le spalle, poi – comprimendo i muscoli addominali e dorsali – espiriamo con calma. Facciamo una breve pausa, poi riprendiamo l'esercizio una decina (o più, il limite è dato solo dalla voglia) di volte. Questi esercizi, oltre a potenziare la respirazione (non direte più che "mi manca il fiato!"), servono anche a renderci più rilassati e più calmi. Ora siamo pronti a partire.

Il vocalizzo si fa, come dice la parola, sulle vocali, ossia quelle lettere sonore su cui il suono è in grado di appoggiarsi. Provate a rendere sonora una consonante ed a vocalizzare su quella. Vi renderete subito conto che non è possibile; ciò accade perché la consonante, come dice il termine, "suona con"; per l'appunto, suona con le vocali. Esistono, nella lingua italiana, cinque vocali: a, e, i, o, u e dobbiamo cercare di impiegarle tutte con l'utilizzo di tutte le consonanti. Occorre ricordare che le vocali vanno pronunciate preferibilmente in modo "chiuso", soprattutto la "e": pensate alla "e" di Lanusei pronunciata all'italiana ("e" aperta) e alla sarda ("e" chiusa).

Operativamente procederemo in questo modo. Prima di tutto è opportuno ascoltare la traccia audio relativa al vocalizzo che abbiamo deciso di fare, in modo da capirne il funzionamento. In un secondo momento, dopo aver riportato indietro la traccia, la riascoltiamo e contemporaneamente la "cantiamo" a bocca chiusa. A questo punto riportiamo ancora indietro la traccia e la cantiamo dicendo "ma, ma, ma, ma, ma, ma, ma, ma" per tutto la durata (occhio a non dire "mammammamma ...": pronunciamo una sola "m"!; considerazione che vale per tutte le consonanti), poi portiamo nuovamente indietro e ricominciamo con "me", poi "mi", "mo", "mu" ... L'esercizio può durare ore e si può fare anche con "sa", "se", "si", "so", "su", "da", "de", "di", "do", "du", "la", "le", "li", "lo", "lu" ovviamente ogni sillaba deve essere cantata per la durata di tutta la traccia audio ... Passiamo al vocalizzo successivo solo quando siamo sicurissimi di fare quello precedente in maniera ottimale. In ogni caso, pur essendoci una gerarchia di crescente difficoltà, il successivo non esclude mai il precedente ed è importante ripeterli sempre, soprattutto quelli in cui pensiamo di essere più sicuri.

Se non dovessimo riuscire ad eseguire con agevolezza le note più acute di qualche esercizio, fermiamoci, aspettiamo che la traccia audio torni alle altezze possibili per la voce (o riposizioniamola all'inizio) e ricominciamo. La regola d'oro da seguire sempre è quella di non fare mai ... gli eroi! Meglio due o tre suoni in meno e le corde vocali a posto, che un'estensione completa e ... "le tonsille come due palle" (come ama dire qualcuna!) ... Gli esercizi ci aiuteranno col tempo a migliorare l'estensione e ci daranno quella sicurezza che inizialmente non abbiamo.

Mentre cantiamo il busto deve essere eretto e privo di "movimenti accessori" (grattarsi la testa, seguire ritmicamente la musica con ondeggiamenti del corpo, battere il tempo con le mani o con i

corgiamo che cominceranno a venirci bene anche le note basse; comunque evitando sempre di esagerare: se la voce diventa fioca o stanca, smettiamo subito e riprendiamo in un altro tempo.

DODICESIMO VOCALIZZO



ecc.

TREDICESIMO VOCALIZZO



ecc.

QUATTORDICESIMO VOCALIZZO



ecc.

QUINDICESIMO VOCALIZZO



ecc.

VOCALIZZI 16-17

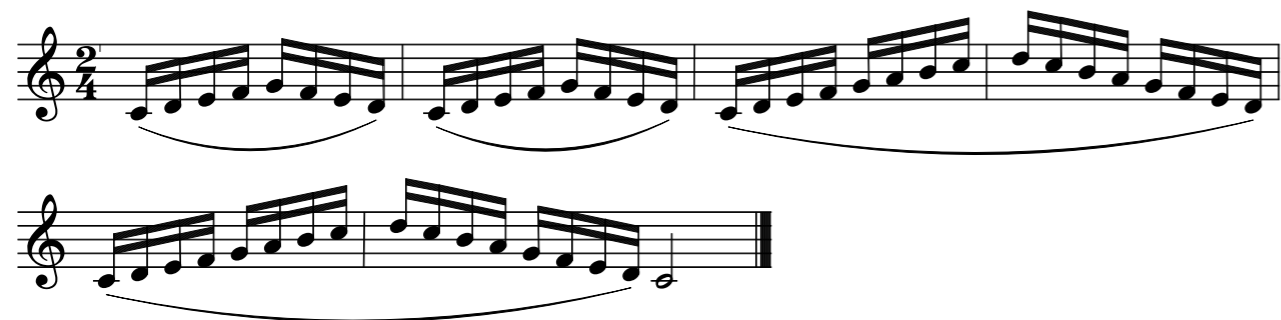
Ricordando di non trascurare mai questi vocalizzi, proveremo ora a spiegare quali sono le posizioni ed i meccanismi che consentono di ampliare la voce in modo omogeneo, uniforme, attraverso suoni sempre piacevoli ad udirsi. I vocalizzi che seguono li considereremo di *perfezionamento* e sono particolarmente adatti alle voci già sufficientemente esercitate nei vocalizzi precedenti. Quando le note sono unite dalla legatura, ricordiamo di eseguire sempre molto legato, cioè con un solo respiro.



ecc.

DECIMO VOCALIZZO

L'esercizio che segue copre un'estensione di nona, su note congiunte. Parte da due scalette sull'intervallo di quinta, seguite da due scale su intervallo di nona. Le note vanno eseguite legate (anche se ben distinte l'una dall'altra). Anche in questo caso, almeno per le prime volte, cerchiamo di non forzare mai la voce.



UNDICESIMO VOCALIZZO

Questo esercizio è basato ancora su un arpeggio che si presenta con un ritorno alla tonica attraverso il passaggio risolutivo alla dominante. È un bel vocalizzo, adatto ad ampliare l'estensione. Ma poiché – nonostante le apparenze – non è per nulla facile, bisogna avere sempre l'accortezza di non forzare mai il suono quando le note si elevano verso l'acuto. Cerchiamo quindi di sfruttare, almeno per ora, solo l'estensione "naturale" della nostra voce. Eseguiamo ciascuna battuta molto legato, per poi fare tutto l'esercizio con un solo respiro.



ecc.

VOCALIZZI 12-15

Con i vocalizzi che seguono tenteremo un'esplorazione delle note basse: finora, infatti, ci siamo sempre occupati di *salire* verso le note più alte; anche in questi vocalizzi (eccezion fatta per il 15°) *saliremo*, ma con una successione discendente. Anche in questo caso valgono le stesse raccomandazioni già fornite in precedenza: se ci accorgiamo che le note *non escono bene* è inutile insistere: torniamo indietro e riproviamo. Questi esercizi si propongono di consentire l'estensione della voce e, pertanto, occorre che li facciamo tutti, anche i tenori e i contralti, fin quando non ci ac-

piedi ...) tutte cose bruttissime da evitare sempre, soprattutto quando si sta facendo un'esecuzione pubblica!

Un'ultima osservazione (ma ce ne sarebbero tantissime da fare: per ora accontentiamoci di queste!). Tutti i brani, per facilitarne l'uso, sono riportati all'interno di questo volumetto in chiave di sol, anche se la loro esecuzione sonora (come dal CD allegato) varia a seconda degli esercizi: usiamo sempre come base il cd, almeno per le prime volte, sia per avere l'intonazione giusta, sia per seguire il tempo giusto. Solo in un secondo tempo potremo estrapolare da ciascun esercizio quella parte o quelle parti più adatte alla nostra voce individuale, onde potenziare quelle sonorità che rimangono più in ombra. Ma a quel punto ... non avrete più bisogno di questo manualetto!

VOCALIZZI 1-2

Il primo esercizio di riscaldamento che propongo sono brevi, semplici, con un'estensione di quinta, e non superano certi limiti verso l'acuto. Il loro *range* (l'estensione) dipende dal tipo di voce del corista, ma comunque non va mai oltre l'ottava o la nona.

Questi esercizi servono sempre sia per provare la voce, sia per riscaldarla, sia per esercitarla senza sforzarla troppo; e sono utilissimi per aggiustare l'intonazione. L'esecuzione deve essere legata, ma senza glissandi (cioè senza far scivolare le note le une sulle altre: le note devono venire fuori *pulite*), e ogni frase deve essere eseguita con un'unica inspirazione. Ed ora ... proviamo a cantare.

PRIMO VOCALIZZO



ecc.

SECONDO VOCALIZZO



ecc.

VOCALIZZI 3-4

I due vocalizzi che seguono sono solo apparentemente uguali ai precedenti; se ne differenziano, infatti, per lo *staccato* che vuol dire cantare le note separatamente, in modo da distinguerle l'una dall'altra. La marcatura delle note va fatta in scioltezza e senza esagerare. Il vocalizzo n. 4 presenta una nuova particolarità: al cambio di tonalità manca l'intonazione; sarà, quindi, necessario memorizzare (o pensare) l'aumento del semitono per poter proseguire.

TERZO VOCALIZZO



QUARTO VOCALIZZO

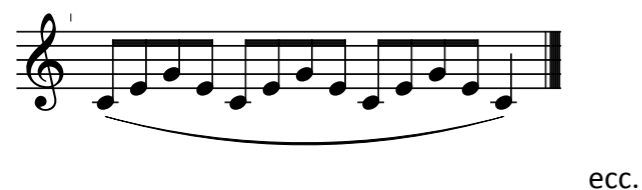


VOCALIZZI 5-7

La serie dei suoni che compongono i vocalizzi che seguono si basa sulla triade maggiore, ossia su tre suoni disposti ad intervalli di terza l'uno dall'altro, che, in toto, hanno l'estensione di una quinta.

Con questi vocalizzi – che si distinguono rispettivamente per l'utilizzo del legato (il quinto) e dello staccato (il sesto ed il settimo) – proveremo a coprire un'estensione leggermente più ampia dei vocalizzi precedenti. Anche questi esercizi vocali vanno fatti con leggerezza e le note vanno eseguite ben legate l'una all'altra nell'esercizio n. 5, ben marcate nei due esercizi successivi. Si noterà agevolmente che il settimo vocalizzo altro non è che una riedizione del sesto vocalizzo alla forma del quinto.

QUINTO VOCALIZZO



SESTO VOCALIZZO



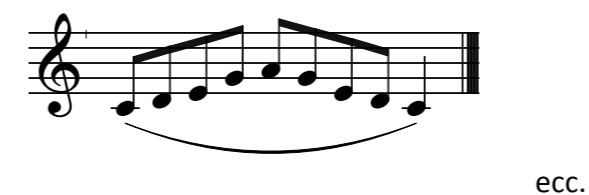
SETTIMO VOCALIZZO



VOCALIZZO 8

Facciamo, ora, un passo avanti ed eseguiamo un vocalizzo che ha un intervallo più ampio dei precedenti (di sesta), ma con la variante dell'omissione della quarta. Eseguiamo in modo sempre sciolto e rilassato e facciamo in modo che il suono non si *ingoli*, badando che il capo rimanga sempre fermo e non si alzi seguendo le note più acute. L'esecuzione di questo esercizio deve essere legata, con note ben controllate.

OTTAVO VOCALIZZO



VOCALIZZI 9-11

Procediamo con una nuova serie di vocalizzi che presentano due importanti novità: l'estensione (che viene ampliata all'ottava - nel vocalizzo nove - e alla nona - nel vocalizzo 10 -) e l'arpeggio.

NONO VOCALIZZO

Il vocalizzo che segue è costituito da due arpeggi di tre note che coprono un intervallo di quinta, seguiti da un arpeggio su accordo completo. Questo vocalizzo serve per un primo ampliamento della voce; infatti, l'estensione di un'ottava facilita l'emissione sonora, e rende la voce duttile e fluida. Eseguiamolo col capo in posizione mediana; le prime volte che eseguiremo questo vocalizzo cerchiamo di fermarci prima di "forzare la voce"; se vediamo che la voce "sforza", cioè, fermiamoci e riprendiamo da capo. Solo quando siamo sicuri di farcela bene andiamo avanti di un semitono per volta. Occorre riuscire a fare l'intero vocalizzo in modo legato (con un solo respiro).