

Activités sonores et musicales

Écouter et la musique est là

On parle d'activité sonore, car il s'agit d'aborder la pratique musicale par l'élément principal qui la compose, le son. On retrouve le son partout dans notre environnement, il suffit donc de tendre l'oreille pour commencer. L'activité sonore et musicale est une exploration de sons dans un aller-retour entre l'écoute et la production sonore.

Ces pratiques ne nécessitent pas de maîtrise du rythme ou de l'harmonie. En effet, il n'est pas besoin d'être « musicien.ne » mais juste d'avoir envie d'explorer les matières sonores dans notre environnement et nos propres capacités à produire des sons.

On pourra commencer par explorer ce qui sonne et toutes les manières particulières de sonner et de faire sonner : une feuille, un caillou, de l'eau, une porte, une fleur, un verre...

On pourra aussi s'entraîner à reconnaître des boucles, des motifs qui se répètent : le chant des oiseaux, des insectes, le passage d'un train, le mode essorage de la machine à laver, sa propre respiration ou les battements du cœur. Par la suite, nous pourrons identifier un son bref qui se répète de manière régulière : la pulsation. Ainsi est-il possible d'utiliser son environnement et les différents objets qui le com-



posent, son corps et sa voix, et même les instruments de musique. C'est en partant d'activités de découverte, de jeux, d'expérimentations sonores, seul.e ou avec d'autres que nous pourrons progressivement aborder des esthétiques musicales en rythme, arhythmique, en « harmonie », en dysharmonique...

Dans une démarche d'éducation populaire, ces pratiques peuvent s'avérer intéressantes dans la mesure où elles permettent aux participant.e.s de construire un univers sonore personnel en perpétuelle évolution.

Les activités sonores musicales, c'est l'occasion de découvrir l'environnement proche ou lointain par l'écoute. Par diverses situations, nous pouvons associer notre corps à notre voix, ou alors notre corps à du

rythme, ou bien encore notre voix à du rythme. Ces activités peuvent être proposées à des enfants dès le plus jeune âge, à des jeunes comme à des adultes. Elles permettent de sensibiliser aux enjeux des activités sonores et musicales : s'écouter, écouter les autres, prendre conscience des habitudes intégrées culturellement (rythme et harmonie), construire les repères collectivement pour libérer la créativité de chacun.e.

Ces activités sont relativement simples mais nécessitent néanmoins que l'animateur.trice ait anticipé son organisation (pédagogique et matérielle) mais aussi qu'il.elle soit en capacité d'accompagner les participant.e.s dans leurs recherches.

L'idée de ce fichier est donc de donner des outils pour penser la mise en place d'activités sonores et musicales en formation sur des moments d'apports techniques, de chants ou de projets ou en ACM. Ainsi, nous avons ici listé quelques pratiques depuis l'écoute jusqu'à l'expérimentation sonore. On y trouvera quelques jeux ou pratiques simples qui vont nous permettre de rencontrer les sons autour de nous mais aussi en nous, et de produire des paysages, des moments sonores, et même de composer un « morceau ». Ces pratiques peuvent être également l'occasion de nous rencontrer, de communiquer et d'aborder une notion essentielle : la musique est un langage, une pratique collective qui peut nous lier les uns aux autres. Depuis l'écoute vers l'expérimentation et l'émergence du son, du sonore, du vocal. ■

Ce fichier propose une liste d'échauffements et d'activités non exhaustive. Ce qui est exposé ici permet de faire des activités sonores et musicales avec un public pratiquant la musique ou non. Il convient de commencer par un ou deux échauffements avant de se lancer dans une activité. Certaines favorisent l'écoute de l'environnement, de l'autre, d'autres la création.

Avec tout public allant du jeune enfant à la personne âgée, ce type d'activité est réalisable en accueil collectif de mineurs dans une démarche longue, comme en périscolaire pour des activités ponctuelles ainsi qu'en EHPAD. Les projets d'activités sonores et musicales peuvent être très diversifiés allant du simple fait de se retrouver ensemble pour jouer, partager à la possibilité de réaliser une œuvre musicale.

En accueil collectif de mineurs, que cela soit en colo ou en périscolaire, quel espace laissons-nous aux activités sonores et musicales ? Nous autorisons-nous, animateur musicien ou non, à mettre en place ce genre d'activités ? Le manque de matériel d'instruments de musique, freine-t-il l'impulsion, la mise en place de ce genre d'activités ?

Il convient de considérer cette famille d'activités comme toutes les autres et de l'ouvrir à toutes et à tous pour démontrer que ce n'est aucunement une affaire de spécialiste. Elle relève de la compétence des animateurs.trices de l'animation volontaire et professionnelle.

Marine Friry et Eliott Raffet pour le groupe national Activités sonores et musicales

Échauffement

Sons rebondissants

Les participants se répartissent dans l'espace sans se gêner. Chacun choisit une direction, se déplace et sonorise son déplacement avec la bouche soit bouche fermée avec un simple bourdonnement soit bouche ouverte en prononçant une voyelle.

Le participant modifie le son produit (vitesse, intensité) en fonction de son déplacement dans l'espace. Il peut rebondir sur les obstacles, parois imaginaires ou non, repartir dans une autre direction en modifiant le son produit ou non...

Variante. Cette fois-ci par deux, les participants en s'écoutant devront sonoriser leur déplacement dans l'espace, en essayant de se rapprocher d'une cohésion qui peut aller jusqu'à l'harmonie.

Le sablier

En cercle, un joueur A transmet un son à son voisin le joueur B en le faisant « couler » dans ses mains sans jamais interrompre le son. Le joueur A qui a passé le son, arrête. Le joueur B réceptionne le son en émettant ce même son et le fait « couler » dans les mains d'un joueur C qui réceptionne ce son et ainsi de suite.

Variante. Plusieurs sons peuvent être lancés en respectant le même sens de lancement dans le cercle.



Pétrir une matière sonore

Produire un son bouche fermée. Pétrir ce son, agir dessus en mimant à l'aide des mains comme s'il était dans vos mains : étirer, découper, piquer, pincer, malaxer, recoller... Faire évoluer progressivement ce son en ouvrant la bouche.

Essayer des variations, la « pâte » prend des dimensions et des formes différentes.

Nécessité d'un engagement physique adéquat.

Le puits

Pour constituer un puits, les participants sont placés en cercle épaule contre épaule. Chacun individuellement :
– Joue à faire vibrer l'intérieur de la bouche ;

- tente de prendre conscience des vibrations ;
- ouvre la bouche progressivement et laisse sortir le son ;
- continuer à verser des sons dans le puits et écouter les variations produites. Le puits permet de créer un espace dans lequel vont se perdre des sons produits par chacun des participants sans qu'ils ne communiquent entre eux.

Variante. Un meneur indique avec des gestes simples une hauteur de sons commune et fera varier cette hauteur en levant ou baissant sa main.

Rencontre de sons

En binôme, chacun produit un son avec son corps, avec sa bouche, un instrument, un objet sonore...

Chacun a pour objectif de :

- Faire cohabiter son son avec celui de l'autre ;
- Tenir son propre son ;
- Écouter le son de l'autre.

Variante. La rencontre peut se faire avec trois ou quatre participants après l'avoir testé en binôme.

Sons graphiques

Échauffement d'écoute d'active.

Matériel : lecteur de musique, hauts parleurs, feuille, crayon papier, crayon de couleur.

Les participants sont installés confortablement en étant suffisamment espacés pour ne pas se gêner.

Le meneur propose de petits extraits de musique (environ 30 secondes), de préférence de la musique sans texte et non issu du patrimoine connu des participants.

Pendant ces quelques extraits (quatre devraient suffire), les participants munis d'une feuille et de crayons dessinent sur leur feuille ce qu'ils entendent.

Une fois tous les extraits entendus, les participants affichent leurs dessins en les regroupant par extrait. Chacun peut voir les productions des autres et les participants peuvent échanger sur ce qu'ils ont entendu.

Variante. Après un travail d'enregistrement préalable, on peut diffuser des extraits enregistrés par des petits groupes.

Le robinet

Inspirer par le nez, puis laisser ressortir l'air par un petit filet, par la bouche. Couper le robinet de temps en temps avant de le rouvrir, mais pas à la première inspiration, de préférence. Bien expirer tout l'air qu'on a dans les poumons et le ventre.

Agir sur notre bouche (ouverture/fermeture) comme si elle était un robinet.

Bailler

Variante. Faire sortir l'air sur des consonnes : s, t, ch, pch, ts, z, v, ft...

Faire le train : tch-k-tch-k-tch-k-tch – tchououou tchououou



Activités

La balade casquée

Objectifs. Explorer l'écoute, découvrir un environnement

Matériel. Un micro enregistreur, un casque

Déroulement. Créer des binômes. L'un.e porte un casque et, les yeux fermés ou non, se laisse emmener en balade par l'autre qui porte le micro. La personne au micro propose une balade commentée. Elle décrit des détails qu'elle perçoit. Elle pourra approcher son micro des éléments sonores propres à l'environnement dans lequel le binôme se trouve. La balade pourra également s'agrémenter d'une lecture de texte. Les participant.e.s pourront échanger les rôles et vivre ainsi deux balades. Il s'agit bien ici d'expérimenter un dispositif d'écoute et non d'enregistrer des sons. Le temps de la balade pourra être fixé par le meneur.

La phrase marquée

Objectifs. Expérimenter les variations de rythme, de volume, de hauteur, d'accents.

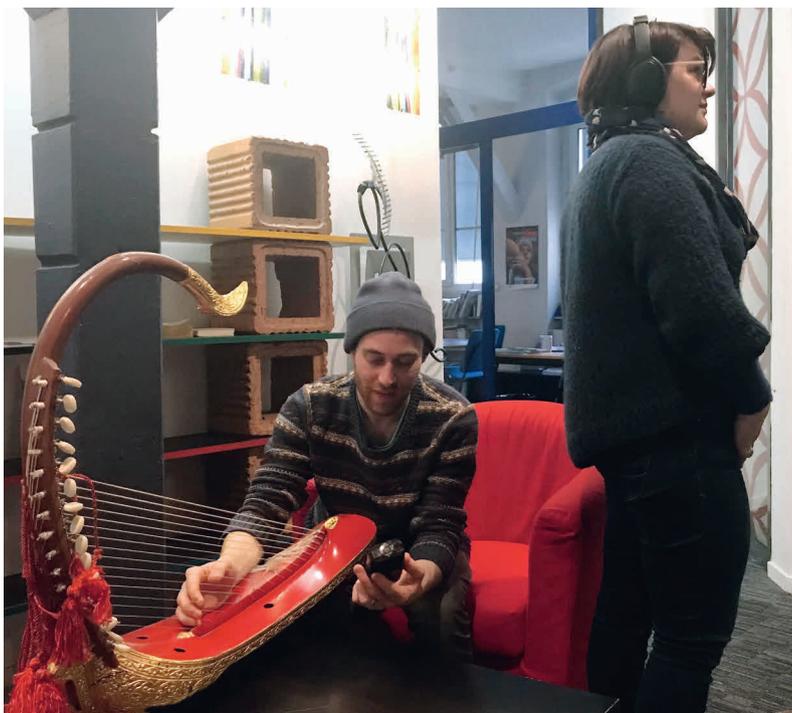
Matériel. Aucun.

Déroulement. À l'aide d'une phrase simple, définie par le groupe ou le meneur, la meneuse, les joueurs.euses vont modifier leur voix en fonction des consignes. Le meneur.la meneuse peut choisir une phrase issue d'un livre, d'une notice de médicaments, d'un prospectus, telle : « En cas d'apparition de rougeurs, de vésicules ou de desquama-



tions de la peau, la prise de paracétamol doit être arrêtée et il faut consulter un médecin immédiatement » ou : « Le Nautilus est le sous-marin de fiction imaginé par Jules Verne pour son roman *Vingt mille lieues sous les mers*. Le capitaine Nemo est son commandant. » Dans un premier temps, la phrase est dite à haute voix par les membres du groupe. Puis, celui-ci pourra expérimenter les consignes suivantes :

- Dire la phrase le plus vite possible ;
- dire la phrase le plus lentement possible ;
- dire la phrase en articulant le plus (moins) possible ;
- dire la phrase le plus fort/le moins fort possible ;
- dire la phrase en choisissant individuellement une syllabe ou un mot sur lequel mettre un accent ;
- dire la phrase avec une voix très grave ou avec une voix très aiguë ;
- dire la phrase sans ouvrir la bouche ;
- dire la phrase sans fermer la bouche ;
- dire la phrase en enlevant certains mots ;
- Dire la phrase en accentuant les consonnes ;



- Dire la phrase en accentuant les voyelles ;
- Dire la phrase en doublant les syllabes ;
- Dire la phrase en chantant.

Jeu de la mémoire auditive

Objectifs. Explorer l'écoute et la mémoire.
Matériel. Objets de l'environnement direct.

Déroulement. Les participant.e.s se mettent à l'aise, assis.es ou couché.e.s par terre. Le meneur.la meneuse pendant quelques minutes va utiliser les objets de l'environnement immédiat (quatre ou cinq) pour produire divers sons en marquant le silence entre chaque son.

Par exemple : souffler dans un pissenlit, faire craquer des feuilles sous ses pieds, taper sur une casserole...

À la fin, chaque joueur.euse essaye de reproduire les sons dans le même ordre. Tout le monde essaye. Puis, un.e autre participant.e devient meneur.euse.

Bande-son

Par deux, les participant.e.s vont devoir se concerter afin d'illustrer à la fois les déplacements d'un personnage (simple) et la bande son qui va correspondre.

L'un.e d'eux va avec ses doigts (par exemple index et majeur) mimer les pérégrinations d'un personnage formé par ses doigts. L'autre va accompagner ce personnage d'un paysage sonore. Il.elle peut pour commencer se limiter à des bruitages de la voix ou accompagner l'autre avec des mots simples (sans forcément faire de phrases) puis accompagner avec des objets sonores. Ensuite, les participant.e.s inversent les rôles.

Variante. On peut par la suite utiliser des objets, des marionnettes, un.e participant.e lui.elle-même...

Carte postale sonore

À l'aide d'une image choisie par les participant.e.s, création d'un moment sonore.

On se pose la question de savoir quel son pourrait produire cette image si elle le pouvait. Les participant.e.s peuvent alors travailler ensemble à retranscrire ce son. Il est toujours intéressant de le partager avec d'autres. On peut disposer les images à la vue de tous.tes et essayer de deviner en écoutant une production, à quelle image elle est reliée.

Objectif. Aider les participant.e.s à élaborer un moment sonore.

Déroulement. Les participant.e.s (une dizaine au maximum) se regroupent et le meneur.la meneuse de l'atelier leur propose de se mettre en binômes ou trinômes pour choisir une image à sonoriser. Ils.elles peuvent de cette manière s'enrichir les un.e.s les autres de leurs propositions. À l'aide d'instruments ou d'objets sonores, ils.elles peuvent rechercher des sons qu'ils.elles souhaitent afin d'illustrer au mieux leur image. Le meneur.la meneuse peut les aider à trouver des chemins ou des objets. Ils.elles peuvent avoir un temps dans un espace pour réfléchir et mettre en œuvre leur idée. Avant peut être de l'enregistrer ou de la proposer aux autres. Tout est possible en termes de matériel, il faut chercher le son où il est. Bien sûr plus on a de matériel plus cela est riche. On peut aussi y aller en progressant et en ajoutant des éléments au fur et à mesure.

Approches du Soundpainting

Objectif. Utiliser ce langage universel pour communiquer autrement. Apprendre à s'écouter les uns les autres. Support créatif. Le *Soundpainting* est une

pratique de musique improvisée inventée par le compositeur Walter Thomson. Il vise à réunir des musicien.nes qui vont interpréter ensemble les gestes du chef d'orchestre et les traduire en sons. C'est un langage musical qui permet de faire jouer les musicien.nes ensemble et, pour le meneur.la meneuse, de composer instantanément un moment musical. C'est intéressant, car il n'est pas question de savoir comment se servir de son instrument mais plutôt d'interpréter les gestes à sa manière, quelle qu'elle soit.

Il est question de jouer ensemble dans un esprit d'écoute des uns et des autres et de prise de plaisir. On peut y inclure d'autres pratiques comme la danse, l'art visuel, le théâtre et une infinité d'autres gestes.

Matériel. On peut tout utiliser : son corps, des instruments de musique, le matériel environnant. Il faut un espace qui permette à tous.tes les participant.e.s de se voir et de voir le meneur.la meneuse.

Nombre. Au moins une personne qui joue.

Suivre les instructions d'un meneur à partir de codes gestuels pour : identifier « qui » va interpréter, « quoi », « comment », en chantant, en tumtumtum, en frappant le rythme, et à quel moment – code de départ et de fin. Les codes sont d'abord présentés successivement par le meneur.la meneuse au groupe puis l'interprétation commence au signal convenu. Le meneur intervient durant l'interprétation pour faire évoluer les consignes « qui », « quoi », « quand », comment ».

Lien Youtube pour aider :

https://www.youtube.com/watch?v=hp_AxCgtD1M

Qui

Groupe 1



Tout le monde



Groupe 2



Reste du groupe



Groupe 3



Personne désignée



Quoi

Note longue, tenue



Son bref



Rires



Parler



Quand

Maintenant



Arrêt



Comment

Volume sonore idem tempo



augmentation du tempo quand monte la main



Suite 1



Suite 2



Paroles de silences et bruissements,

En cercle, les participant.e.s se passent un objet (un chimes, carillon) sans autre consigne et on observe ce qu'il se passe. Parfois ils.elles cherchent le silence, parfois la continuité du son. On recommence avec des consignes précises : sans aucun bruit, sans aucun silence.

Dans cette activité, on se concentre sur ce qui passe. Par exemple, comment réagit l'instrument en passant dans toutes les mains. On tend l'oreille pour entendre les sons.

Déroulement. La consigne peut être donnée pour faciliter l'implication de participant.e.s. Il peut aussi ne pas y en avoir, excepté un certain besoin de silence. On se passe l'objet et chacun l'interprète comme il veut. Et on en discute après. L'idée est qu'on puisse communiquer sans la parole en se passant l'objet. On peut essayer avec différents types d'objets sonores : œufs, carillons, cymbales...

C'est un petit jeu d'approche d'une dizaine de minutes qui peut servir à se rencontrer et à rencontrer la pratique musicale en passant par la manipulation et l'écoute. Cela requiert notamment le besoin fondamental de créer des conditions d'écoute appropriées pour jouer ensemble.



Jeu du bruit qui court

En cercle, chaque joueur va passer le « bruit » à son voisin en frappant dans ses mains une fois. Dans un sens, défini au début du jeu, le bruit passe de main en main en étant le plus régulier possible. Lorsqu'un.e joueur.euse frappe deux fois dans ses mains, on change de sens.

Lorsqu'un.e joueur.euse en pointe du doigt un autre en disant « bizzz », c'est cette personne qui relance le bruit.

Variantes. On peut remplacer les mains par des claves ou autres petits instruments à percussions que l'on frappe plutôt.

Les participant.e.s vont à la recherche d'un objet sonore, instrument de musique identifié ou non. Ils testent et sélectionnent un objet d'abord seul, puis en binôme, ils.elles se présentent leur objet, son son. Puis, ils.elles construisent un « morceau » à l'aide des deux

objets avec un début, un milieu ou une fin. On peut choisir d'offrir aux autres un moment musical créé par nous.

En cercle, chaque participant.e avec son objet sonore va improviser lorsque viendra son tour, en s'ajoutant au fur et à mesure en prenant le temps d'écouter l'autre. On pourra d'abord choisir le sens des aiguilles d'une montre puis laisser les participant.e.s improviser quand bon leur semble. Lorsque tout le monde improvise, on laisse l'improvisation se faire.

Puis, le joueur.La joueuse qui a joué en premier arrête, le.la second.e également et ainsi de suite en suivant le même sens qu'au début de l'improvisation.

Il n'y a pas de consignes particulières, juste celle de partager le son que l'on veut avec les autres.

Lui trouver une place dans l'ensemble sonore. Essayer de comprendre par la pratique comment marche un morceau de musique, avec ses introductions, ses temps forts... On peut aussi essayer de sentir quand on éprouve du plaisir à jouer avec les autres.

Écoute d'improvisations préalablement enregistrées.

