

**VOCALIZACIÓN
Y
TÉCNICA
DE CANTO**

TECNICAS DE RESPIRACIÓN Y VOCALIZACIÓN

La respiración es uno de los elementos principales que influyen en la perfección de una hermosa voz, por lo tanto el dominio de la respiración correcta debe ser el primer paso hacia el mejoramiento de la voz. La respiración es la materia prima con que construimos las palabras, y el uso adecuado de la respiración nos da tonos atractivos que agradan y se dejan escuchar fácilmente.

Al cantar y al hablar, debemos seguir ciertas técnicas para respirar de manera que el sonido que produzcamos sea agradable al oído. Para emitir correctamente los sonidos, tenemos que conocer y dominar nuestro aparato vocal.

Las partes fundamentales del aparato vocal son:

- Aparato Respiratorio.
- Aparato Fonador.
- Aparato Resonador.
- APARATO RESPIRATORIO: Está constituido por: Nari - Boca. - Faringe. - Laringe. - Traquea.- Bronquios. – Pulmones Diafragma.
- APARATO FONADOR: Cuerdas Vocales.
- APARATO RESONADOR: - Laringe. - Maxilar Superior.- Huesos de las fosas nasales.- Bóveda Palatina. - Dientes. - Velo del paladar.- Lengua.- Mejillas.- Labios.

PROCESO DE RESPIRACIÓN:

EJERCICIO N°. 1:

- Inspira por la nariz, lenta u silenciosamente.
 - Retén y bloquea el aire.
 - Expira por la boca, lentamente, diciendo shhh
(Como si pidieras silencio)
 - Controla la salida del aire y toma el tiempo con un reloj.
 - Repite el ejercicio varias veces de espacio.

EJERCICIO N°. 2:

- Inspira por la nariz lenta y silenciosamente.
- Retén y bloquea el aire.
- Expira por la boca, lentamente, como si inflaras una bomba.
- Controla la salida del aire.
- Repite el ejercicio varias veces, despacio.

EJERCICIO N°. 3:

- Inspira.
- Retén y bloquea el aire.
- Expira diciendo “ uno.....”.
- Controla el tiempo y la salida del aire.
- Repite varias veces el ejercicio sin cansarte y lentamente.

PROCESO DE FONACIÓN:

Al chocar el aire con las cuerdas vocales, éstas vibran con la ayuda de la lengua, los dientes, el paladar y los labios; se produce la voz.

La respiración realizada en forma correcta, es muy importante para que nuestro aparato vocal este siempre en óptimas condiciones.

La laringe es una cavidad que está en la parte superior del conducto respiratorio. La laringe constituye el órgano de la voz porque contiene las cuerdas vocales, por lo tanto debemos cuidar con especial atención.

EJERCICIO N°. 1:

- De pie, con tu cuerpo relajado, coloca suavemente una de tus manos sobre la garganta.

- Aspira el aire por la nariz (silenciosa y lentamente).
- Coloca la boca en posición de “o” y al expirar pronuncia un sonido al de la letra “o” y largamente hasta que agote el aire.
- Siente la vibración que produce el aire al chocar con las cuerdas vocales.
- Realiza este ejercicio varias veces todos los días utilizando todas las vocales.

ES MUY IMPORTANTE RECORDAR QUE NO SE DEBE ESFORZAR NI REALIZAR LOS EJERCICIOS HASTA EL CANSANCIO, POR EL CONTRARIO DE DEBE IR POCO A POCO, HASTA LOGRAR AUMENTAR SU CAPACIDAD DE CONTROLAR LA SALIDA DEL AIRE.

PROCESO DE RESONADOR:

Mediante el aparato resonador, el sonido producido por las cuerdas vocales se amplía. El aparato resonador es la caja de resonancia de la voz.

Algunos de los resonadores son:

- La Laringe.
- El Maxilar Superior.
- Los Huesos de las Fosas nasales:
- La Bóveda Palatina.
- Los Dientes:
- El Velo del Paladar.
- La Lengua.
- Las Mejillas.
- Los Labios.

EJERCICIO N° 1:

- De pie, siente tu cuerpo relajado, realiza el proceso de respiración:
 - a) Aspira aire por la nariz, lenta y silenciosamente.
 - b) Retén y bloquea el aire.
- Coloca en forma de O.
- Expira el aire lentamente, diciendo: o o o o o o o o
- Toca con suavidad tu laringe, tu garganta, tus mejillas, tus labios, tus fosas nasales y siente como vibran tus resonadores.
- Cuenta mentalmente hasta 5 sin respirar (repite este ejercicio varias veces todos los días).

Para la correcta emisión vocal, es decir, para producir correctamente algún sonido tenemos que poner en práctica los conocimientos que hemos adquirido al realizar los ejercicios de respiración, fonación y resonancia.

VOCALIZACIÓN:

EJERCICIO N°. 1:

- VOCALES: a - e - i

a) Para que estas vocales tengan un sonido agradable debes seguir las siguientes instrucciones:

- Inspirar.
- Bloquea el aire.
- Adopta la posición de bostezo (es decir abre la boca)
- Emite la bocal “A” con un solo sonido hasta que agote el aire.
- Cuenta mentalmente hasta 5 sin inspirar.
- Realiza el mismo ejercicio con la vocal “E” y después con la “I”.

b) Inspira.

- Bloquea el aire:
- Adopta la posición vocal del bostezo.
- Emite aeiaeiaei, hasta que se te agote el aire.
- Repite el ejercicio y trata de alargar cada vez más el ejercicio de esta forma aumentará tu capacidad de resistencia de aire.

EJERCICIO N°. 2:

VOCAL “u”.

- Inspira
- Bloquea el aire.
- Coloca los labios hacia adelante, un poco separados de los dientes, la mandíbula inferior debe estar relajada.
- Emite el sonido u u u u en un solo sonido hasta que se agote el aire.
- Repite el ejercicio.

EJERCICIO N°. 3:

VOCAL “O”.

- Inspira.
- Bloquea el aire.
- Coloca los labios hacia adelante, un poco más abiertos que con la “U”.
- La mandíbula inferior debe estar relajada.
- Emite con un sonido, o o o ohasta agotarse el aire.
- Repite el ejercicio.

EJERCICIO DE ARTICULACIÓN Y DICCIÓN.

Es muy importante al hablar articular bien cada palabra, tomando en cuenta , pronunciar muy bien todas las letras que constituyen las palabras, de manera que se nos entienda perfectamente.

EJERCICIO N° 1:

- Inspira.
- Bloquea el aire.
- Coloca dientes y labios en posición semi abierta, la lengua cerca de los dientes.
- Emite ininterrumpidamente RRRRRRR... hasta agotarse el aire.

EJERCICIO N° 2:

- Inspira.
- Bloquea el aire.
- Emite ininterrumpidamente: PRPRPRPR. hasta agotarse el aire.
- Repite el ejercicio varias veces.

EJERCICIO N° 3:

- Siguiendo la técnica de la respiración, pronuncie cada una de las sílabas con una sola emisión de aire.

a) mamemimomumamemimomumamemimomu.....

b) sasesisosusasesisosusasesisosusasesisosu.....

- c) papepipopupapepipopupapepipopupapepipopu.....
- d) cracrecrirocru cracrecrirocru cracrecrirocru.....
- e) praprepropruprapreproprupraprepropru.....
- f) ñañeñiñoñañañeñiñoñañañeñiñoñañañeñiñoña.....
- g) naneninonunaneninonunaneninonunaneninonu.....

EJERCICIO N°. 4:

- Siguiendo la técnica de la respiración pronuncie los números de la manera más rápida a partir del 11 hasta agotar el aire: 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22,34

- Donde finalices debes continuar, recuerda: sólo debes contar cifras compuestas.

EJERCICIO N°. 5:

- Relajamiento de la mandíbula, debido a que una quijada rígida generalmente produce lenguas torpes, propensas a manifestar nerviosismo cuando hablamos, entorpecen la belleza y precisión de los sonidos que surgen de nuestro sistema fonador.

- Siguiendo la técnica de la respiración, ejercita tus mandíbulas abriéndolas y cerrándolas en un lapso de 3 a 5 minutos.

- Repite el ejercicio varias veces todos los días, y especialmente cuando hagas una disertación.

- Después de hacer este ejercicio descansa un poco.

- Siguiendo la técnica de respiración, recita los siguientes trabalenguas pronunciando correctamente.

- El cielo esta engarabintintangulado. ¿ Quien lo desengarabintintangulara ? el desengarabintintangulador que lo desengarintintangularse buen desengaratintangulador será.

TRABALENGUA:

Una casa entablicuadrillada

¿ Quien la entablicuadrillaría ?

quien la entablicuadrilló

no la supo entablicuadrillar

buscaré un entablicuadrillador

para que la entablicuadrille mejor.

EJERCICIO N°. 7:

A continuación le presentamos una canción, señalando donde debe realizar la inspiración antes de recitar el texto.

(Inspira)

La pulga y el piojo se van a casar y no hacen la boda por falta de pan (Inspira)

Contestó el gorgojo desde su trigal hágase la boda que yo pongo el pan

(Inspira)

Ya no es por el pan que ya lo tenemos ahora es el vino donde lo hallaremos

(Inspira)

Contestó la araña desde su alta pino hágase la boda que yo pongo el vino

(Inspira)

Ya no es por vino que ya lo tenemos ahora es quien toque donde lo hallaremos

(Inspira)

Y contestó el toro desde su corral hágase la boda que yo iré a tocar

(Inspira)

Ya no es por quien toque que ya lo tenemos ahora es quien baile donde lo hallaremos

(Inspira)

Respondió la vaca desde su tranquero hágase la boda que yo bailo bueno

(Inspira)

Ya no es por quien baile que ya lo tenemos ahora es quien coma donde lo hallaremos
respondió el Zamuro desde su alto copo hágase la boda que yo como poco

(Inspira)

Ya no es por quien coma que ya lo tenemos ahora es por el padrino donde lo hallaremos
respondió el Ratón desde su recinto hágase la boda yo soy el padrino

Vocalizar, si o no?

Entre nos, es una pregunta retórica. A menos que tengas un grupo de cantantes profesionales (a los cuales yo les pediría que lleguen al ensayo ya vocalizados, o que cada uno vocalice de la manera **que mejor le funcione**), en nuestros coros vocacionales la vocalización es **absolutamente imprescindible** porque:

- * en tu coro hay cantantes con **experiencias musicales** muy distintas
- * hay **niveles de técnica vocal** muy diferentes, incluso hay cantantes que no tienen técnica vocal en absoluto y deben comenzar de cero
- * seguramente vos querés que tu coro tenga un sonido, no sólo homogéneo, sino distintivo (o, al menos, **UN sonido...**)
- * tenés coreutas que pasan los 55 años, y otros que no llegan a 25, y no querés que **esas diferencias** se noten en el sonido de tu coro
- * no te agrada **cómo suenan los agudos** de las cuerdas ‘agudas’
- * las cuerdas graves de tu coro no sólo no tienen agudos, lisa y llanamente, si no que

además directamente **se niegan a cantar** a partir de determinadas notas

- * tenés contraltos y bajos que sabés que **en realidad** son sopranos y tenores, pero que **necesitan un tiempo** de ejercitación y **una base mínima de técnica**, para, después, pasarlos a la cuerda a la que de verdad pertenecen

* estás cansado de las desafinaciones (*te puede interesar: [cómo corregir la afinación con movimientos corporales](#)*)

- * te interesa ‘matar dos pájaros de un sólo tiro’ y, mientras tu coro vocaliza, al mismo tiempo **va incorporando elementos de las obras** que dentro de un rato va a leer (*te puede interesar: [ejercicios de vocalización que aceleran la lectura de tu coro](#)*)

* te molestan **las calaturas en los finales de frases**

* las calaturas en **las melodías ascendentes**

* las calaturas en **las melodías descendentes**

* **los cambios de colocación** si una melodía pasa muy rápido del registro agudo al medio o grave

* etc

* más etc...

Efectivamente, las razones por las cuales no podemos eludir el momento de la vocalización en el ensayo, son, casi, infinitas, jaja

Hay directores/preparadores vocales que, sin importar el momento del año, ni la ocasión (ensayo , concierto largo, actuación corta), le dedican **unos buenos 40'** a la vocalización

otros, no pasan de los 10', van de los graves muy graves, a los agudos muy agudos **de principio a fin**

hay quienes, si hay poco tiempo, lo dedican a vocalizar **sólo en el registro central**

hay quienes **diferencian ensayo de actuación o concierto**, para elegir qué tipo de vocalización hacer

A la mayoría , el estilo de vocalización que utiliza **le funciona y le es coherente** con el tipo de sonido o resultado sonoro que busca

El tema principal, como siempre, es **conocer que tenés diferentes opciones** de vocalización, para poder elegir. El conocimiento es libertad...

Cómo planificar un año de vocalizaciones para tu coro



1. **planteate objetivos:** pueden ser anuales, bianuales, semestrales, mensuales. Lo importante es **que sean tangibles**, que los puedas escuchar, del tipo ‘quiero que las sopranos, a partir del mes tal, puedan cantar tal nota, aunque sea en un ejercicio de vocalización’, o ‘quiero que el coro, en tal tesitura, comience a sonar empastado, a partir de tal mes/día/año’.

2. **hacé diagnósticos:** más allá de los síntomas (p.e. ‘las sopranos no llegan a cantar tal nota’), el diagnóstico te va a orientar a **qué tipo de ejercicios** tenés que implementar para lograr determinados objetivos (siguiendo el mismo ejemplo, las sopranos no llegan a tal nota, por un problema de relajación, de colocación, de falta de costumbre, de postura,

3. **buscá ejercicios que te lleven del diagnóstico al objetivo:** esto tal vez no sea obvio para todos, por eso lo escribo. Si tenés objetivos armónicos, buscá ejercicios armónicos, ídem on los objetivos relacionados con la tesitura, el empaste, etc.

4. pensá **instancias intermedias**: si tu objetivo es que tu coro mejore su manera de cantar las melodías quebradas, tal vez no sea conveniente comenzar desde principios de año con ejercicios de arpeggios que cubran un intervalo de 10ma en 4 notas, por decir. Mejor comenzar desde **las zonas donde tu coro actualmente está cómodo**, para ingresar de a poco en **‘lo incómodo’**.
5. incluí el **chequeo individual** en tu rutina de trabajo: por más que la vocalización es grupal, dos o tres minutos de chequeo individual, en medio de los ejercicios grupales, te van a permitir, a lo largo de los ensayos, **escuchar cómo resuelve cada uno** las cosas que vas pidiendo. Además, si todos saben que pueden ser escuchados en cualquier momento, todos le van a imprimir un poco más de compromiso al trabajo, verdad?
6. El **razonamiento colectivo** contribuye a los **logros colectivos**. No te guardes tus objetivos para vos mismo (al menos no todos; compartirlos con el coro promueve que el coro intente escucharse a sí mismo, y esto no sólo es bueno en las vocalizaciones. Además, a medida que vayan pudiendo oír sus propios logros, van probablemente a sentir aún **más entusiasmo por el trabajo vocal**.
7. **llevá un registro** de cómo evoluciona el trabajo. Puede ser mental o escrito, pero es imprescindible. También te va a servir para planificar el año próximo, y para **aprender de los aciertos y los errores**.

Vocalizaciones ‘polifónicas’

Estás armando un coro nuevo, y le cuesta cantar a 2, 3, 4 voces?

Tenés un coro ya funcionando, pero a los integrantes nuevos les cuesta cantar su parte sin ‘irse’ con otra voz?

Querés abordar un repertorio con nuevas complejidades armónicas, y te está dando más trabajo de lo que pensabas?

Hay un momento del ensayo que, aunque no lo creas, te puede ser de mucha ayuda

quedate y te cuento

Cuáles son las ventajas de hacer vocalizaciones a varias voces

Por alguna razón, que no siempre ponemos en palabras, tanto directores como coreutas caemos frecuentemente (y me incluyo) en la ‘rutinización’ del momento de la vocalización.

Siempre los mismos movimientos de relajación, siempre los mismos ejercicios de respiración, siempre los mismos vocalizos

Lo peor de todo, siempre con la misma actitud mecánica, cuando no con la ansiedad del que espera 'que de verdad comience el ensayo'

Lo reconozco, es difícil lograr que la vocalización sea un momento de creatividad, fresca y desarrollo, tal cual debería ser el resto del ensayo (lo escribo en condicional porque te pregunto: tus ensayos son creativos, frescos y con objetivos de desarrollo?)

Sobre los motivos, razones de por qué deberías revalorizar al máximo el momento de la vocalización, y algunas sugerencias de cómo hacerlo, escribí hace no mucho tiempo:

El criterio general es simple: es posible integrar, en los ejercicios de técnica vocal, otros parámetros musicales que puede que el coro esté necesitando reforzar:

ritmo

melodía

armonía

contrapunto

audioperceptiva

dicción

e esta manera vamos cambiando la rutina de ejercicios, conseguimos que cada vocalización sea diferente, entretenida, al tiempo que aprovechamos esos valiosos minutos que le dedicamos para trabajar en paralelo más cosas que 'sólo la técnica vocal'

Hoy me voy a enfocar en algunos de los (muchísimos) aspectos musicales (aparte de la técnica) que podemos trabajar en la vocalización.

texturas

Caso 1: homorritmia

Hay muchísimos casos (me ha tocado más de una vez) en los que a los integrantes del coro les cuesta horrores cantar en homorritmia (mismo texto, mismo ritmo, melodías diferentes), por lo general les va mejor con partituras que tengan **motivos repetitivos**

Nada mejor, mientras vamos armando algún arreglo que esté adaptado a esas posibilidades, que ir trabajando la homorritmia en las vocalizaciones. Para el coro va a ser un ejercicio

más, y, sin embargo, con el correr de los ensayos, el ‘entrenamiento’ seguro va a dar sus frutos:

‘entrenamiento’ seguro va a dar sus frutos:

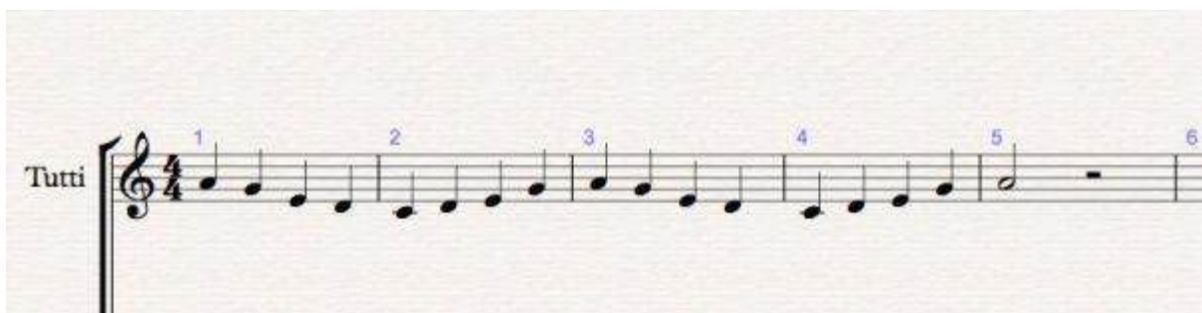


podemos ir avanzando en la dificultad de este ejercicio hasta que cada voz tenga su parte

caso 2: contrapunto

a la inversa, puede ocurrir que a nuestro coro le vaya de maravillas con la textura homorrítmica, pero si queremos hacer alguna música que requiera de **un poco más de**

independencia de cada cuerda, naufragamos con todo éxito



con motivos melódicos como el de la imagen, podemos pasar, del ejercicio monódico habitual (todos al unísono), a hacer el mismo ejercicio, pero **en forma de ‘canon’**.

Primero a dos voces:

luego a 4 voces

Este mismo ejemplo nos sirve para el caso de tener programado hacer un **repertorio pentatónico**, por ejemplo. Las **sonoridades diferentes a las habituales** ‘mayor/menor’ suelen ser difíciles de asimilar para las personas con poca experiencia vocal y sin lectura musical. Y, si en las vocalizaciones sólo nos quedamos con ejercicios en escalas mayores, pues estamos como **desperdiciando recursos y tiempo**, no? Al fin y al cabo, lo más importante, que es resolver las dificultades vocales del ejercicio, lo van a hacer igual. Pero **le agregamos contenido!**

Pasemos al siguiente ítem:

Cansado de buscar (y no encontrar) partituras por internet?

Encontrás *partituras*, pero son todas *muy difíciles para tu coro?*

Te ofrezco una solución muy simple: suscribite al “*Delivery de Arreglos Corales*”,

cada semana envío un arreglo SATB y adaptaciones SSA y SABar,

arreglos muy fáciles de aprender y que suenan bien

te aseguro que vas a tener repertorio de sobra, directores de coros de argentina, ecuador y panamá

ya los están recibiendo

QUIERO SUSCRIBIRME

armonía

Se cae de maduro que, **cuanto más nuevo el coro**, cuanto menos experiencia tienen nuestros cantantes, **más problemas tenemos con las dificultades armónicas** que puedan presentar las partituras.

The image shows a musical score for three vocal parts: Sopranos, Contraltos, and barítonos. The music is in 4/4 time. The Soprano part starts with a quarter note on G4, followed by quarter notes on A4, B4, and C5 in the first measure. The second measure has a half note on C5, and the third measure has a half note on B4. The fourth measure has a whole rest. The Contralto part starts with a quarter note on E4, followed by quarter notes on F4, G4, and A4 in the first measure. The second measure has a half note on A4, and the third measure has a half note on G4. The fourth measure has a whole rest. The Barítono part starts with a quarter note on C3, followed by quarter notes on D3, E3, and F3 in the first measure. The second measure has a half note on F3, and the third measure has a half note on E3. The fourth measure has a whole rest. The numbers 1, 2, 3, and 4 are written above the first four measures of the Soprano part.

la lógica de este ejercicio **se puede ir ampliando** a medida que el coro vaya superando los nuevos obstáculos:

The image shows a musical score for four voices: Sopranos, Contraltos, Tenores, and Bajos. The music is in 4/4 time. The Soprano part has six notes numbered 1 through 6. The other parts follow a similar melodic line. A vertical green line is drawn at the end of measure 6, indicating a point of dissonance.

en la imagen de arriba, al agregar la sexta ya estamos **agregando una disonancia** y, en los hechos, armamos un acorde con esa disonancia

podemos **cambiar la nota** que provoca la disonancia

The image shows a musical score for four vocal parts: Sopranos, Contraltos, Tenores, and Bajos. The music is in 4/4 time. The Soprano and Contralto parts are written in treble clef, while the Tenor and Bass parts are written in treble clef with an 8va (octave) marking. The Soprano part has five measures, with the first four notes of the first measure numbered 1 through 5. The Tenor part has a blue circle under the final note of the fourth measure. The Bass part has a blue circle under the final note of the fourth measure.

o simplemente **cambiar la escala:**

Musical score for Soprano, Contralto, Tenor, and Bass in 4/4 time, measures 1-5. The Soprano part is in treble clef with notes G4, A4, B4, C5, and D5. The Contralto part is in treble clef with notes E4, F4, G4, A4, and B4. The Tenor part is in treble clef with notes C4, D4, E4, F4, and G4. The Bass part is in bass clef with notes G2, F2, E2, D2, and C2. A blue circle highlights the G4 note in the Tenor part at measure 4.

Musical score for Soprano, Contralto, Tenor, and Bass in 4/4 time, measures 1-5. The Soprano part is in treble clef with notes G4, A#4, B4, C5, and D#5. The Contralto part is in treble clef with notes E4, F#4, G4, A4, and Bb4. The Tenor part is in treble clef with notes C4, D#4, E4, F#4, and Gb4. The Bass part is in bass clef with notes G2, A#2, B2, C#2, and D#2.

Como te digo, **las posibilidades son innumerables**, es cuestión de convencerse y usar la creatividad, **analizando qué necesidades tiene nuestro coro**, y determinando cuáles son las más apremiantes

hay, para mí, **dos aspectos principales** que no tenés que descuidar:

el primero, es **el sentido de progresión en las dificultades** de los ejercicios. Hay que ir paso a paso, sumando dificultades a medida que las precedentes se van solucionando

el segundo: no olvides que **el objetivo principal de la vocalización, es, precisamente, vocalizar**, preparar al coro para cantar, **resolver problemas técnicos**. Si se te va el tiempo tratando de enseñar el ejercicio, estás en el camino equivocado. **La vocalización no es una clase de audioperceptiva.**

Al principio de este post te había prometido un regalo: te dejo un pdf con todos estos ejercicios, espero que te sean útiles y me cuentes si pudiste utilizar alguno ok?

descargar vocalizaciones polifónicas

querid@ amig@, no quiero terminar sin recordarte que, en este mismo blog, **podés hacer un curso gratuito de arreglos corales para principiantes**, que se llama, justamente, **“Mi Primer Arreglo Coral”**

Es un curso online, como te digo, **absolutamente gratuito**. Está disponible desde hace una semana, y ya tiene **124 suscriptores**

Una vez que te suscribís te llegan, en **4 días, 4 clases en video** por email, las podés hacer a tu ritmo, **en tu tiempo libre**.

Además **hay un material descargable, en pdf** muy útil, y tenés la posibilidad de **enviarme tus borradores por correo** así te ayudo a terminar tu arreglo!

Creo que es una excelente oportunidad, **si nunca hiciste un arreglo coral**, si tu formación en armonía tiene sus baches, para **animarte a escribir** algo sencillo y bonito para tu coro, especialmente si tu coro tiene una formación para la cual es **difícil conseguir partituras** (muchas mujeres, pocos varones, o al revés, o demasiadas contraltos y un sólo bajo, etc)

