# FORMACIÓN DALCROZE JEREZ 2020 Maite Bilbao

Martes 3 de marzo de 2020

## Sesión 1 Rítmica Jaques – Dalcroze (primera parte)

a) Calentamiento general. Círculo de improvisación corporal (propuestas individuales e imitación grupal de las mismas) sobre audio de O’Stravaganza: <https://www.youtube.com/watch?v=bNLyMeoQ42s>

b) Seguir las propuestas sonoras del piano caminando (desplazamiento) y desde el sitio utilizando un movimiento global (sin desplazamiento) con los brazos y torso, (idea de chicle que se estira y se encoje).

c) Círculo: nos pasamos la pulsación con palmas, esta pulsación va viajando de una persona a otra mientras practicamos la improvisación vocal que acompaña. Ejercicio de reacción HIP-HOP:

 Pulsación constante 🡪HIP! = doble velocidad 🡪HOP! = doble lentitud

Añadir posteriormente CAMBIO! modificando el sentido del círculo. Esto mismo se puede realizar sin consigna específica previa sino con la utilización de la mirada y expresión corporal. Importante la presencia y anticipación de la respiración y gesto corporal.

c.1) Misma idea pero en pies: pasar de pulsación estándar (negras), a su doble velocidad y doble lentitud de manera fluida y precisa. Saber utilizar y adaptar el espacio y la energía para cada uno de los pasos relacionados a las distintas velocidades (es decir, no caminar todo igual).

d) Trabajo por parejas: persona A se coloca detrás de la persona B y percute en la espalda de B diferentes motivos de 4 tiempos que contengan las células rítmicas básicas ya trabajadas (negras, corcheas, blancas). Ejercicio de reacción táctil: hay dos maneras de realizar este ejercicio. Versión 1 o simultánea donde B reacciona percutiendo / cantando / tocando al instrumento lo que va percibiendo en su espalda y versión 2 conocida como canon. Este canon a su vez, puede ser de 2 tipos.

+Canon parado: aquí la persona A percute un motivo de 4 pulsos en la espalda de B y B imita en eco lo que ha percibido.

+Canon continuo: igual que el anterior pero mientras B realiza lo que ha percibido (motivo 1) la persona A ya está simultáneamente lanzando el motivo 2.

Muy importante en estos ejercicios intercambiar los roles.

e) Aprendizaje por imitación de la canción “Noël Nouvelet”: Cantamos fragmento a fragmento, percutimos el ritmo mientras cantamos y caminamos la pulsación, caminamos el ritmo de la canción mientras percutimos igualmente el ritmo en las manos (asociación) o mientras percutimos el pulso (disociación).

-Introducimos niveles de la mano (fononimia básica) para intentar colocar la altura de los sonidos que conforman la melodía.

-Introducimos ejercicio de “polirritmia pasiva”: de nuevo por parejas, una persona detrás de la otra, A está delante y B detrás. Mientras A canta la melodía B percute en la espalda de A en canon de 2 tiempos el ritmo de la misma melodía. Este ejercicio es preparatorio y ayuda a percibir en uno mismo la sensación de polirritmia, de disociar dos líneas que tienen su propia identidad. Aquí igualmente es muy importante que ambos realicen las dos acciones.

-Entrenamiento de Canon a dos voces: Se puede realizar de muchas maneras pero nos centramos principalmente en dos, voz-manos y voz-pies. La idea sería poder realizar esto en todas las combinaciones posibles (manos-voz / pies-voz / pies-manos…) e incluso cuando esto esté integrado de manera natural y orgánica, intentar pasar a canon a 3 voces (voz-manos-pies, por ejemplo).

f) Ejercicio de dirección de los grados de la escala dórica (la correspondiente a la melodía trabajada) para encontrar diferentes posibilidades de segundas voces o voces de acompañamiento utilizando las cifras numéricas con las manos.

f.1) Mientras la persona que dirige utilizando su mano, canta el tema “Noël Nouvelet” y el grupo canta lo planteado por el “director”. Se trata igualmente de un ejercicio interesante de disociación tanto auditiva como motriz.

f.2) Se puede gestionar añadiendo diferentes “directores” y obteniendo así varios grupos que reaccionen simultáneamente, obteniendo combinaciones de melodías o notas pedales muy variadas. Nosotros hicimos en 2 grupos.

f.3) Otra versión posible: en círculo. Una persona hace de director, pero no utiliza las manos para marcar los grados de la escala sino que marca exclusivamente las entradas, los silencios y las dinámicas dejando que el tutti cante una nota pedal distinta a la de la persona de al lado. Así conseguimos como *clusters* de sonido, armonías más cerradas y con disonancias interesantes. Si su dirección y gesto es lo suficientemente plástico y expresivo, puede incluso dirigir introduciendo motivos rítmicos con grandes matices, tanto dinámicos como agógicos.

f.4) Aplicación final: nos distribuimos las diferentes opciones previamente trabajadas así como buscamos una realización espacial sencilla. En nuestro caso fue de la siguiente manera:

4 personas dentro del círculo cantan el tema principal, la melodía “Noël Nouvelet”

Tutti en divisi con diferentes pedales acompañativos, dispuestos en círculo alrededor de los 4. Marcamos cambio de dirección en el círculo coincidiendo con los cambios de fraseo.

PAUSA

## Herramientas para la armonía práctica al piano e improvisación vocal e instrumental para la enseñanza (segunda parte)

Trabajar paralelamente en 3 áreas: **lenguaje tonal** (siendo esencial para el desarrollo auditivo de los alumnos), **lenguaje modal** (siendo fundamental primeramente para mejorar y enriquecer nuestras propuestas musicales y no aburrirnos) y **atonal** (muy efectivo para buscar efectos interesantes, para acercar otros tipos de lenguaje y sistemas a nuestros alumnos). Hay muchísimos ejercicios que me hubiera encantado poder trabajar en pequeños grupos con vosotros pero no pudo ser. Muy importante recordar que todo aquello que queramos practicar desde nuestro instrumento principal y / o desde el piano, primeramente no podemos olvidar entrenarnos desde la voz. Todo lo que podáis trabajar tanto desde la voz como desde la práctica instrumental, adelante. Es **fundamental**.

Por si fuera de vuestro interés, os organizo aquí por bloques las diferentes actividades que podríais trabajar si queréis con los materiales que os pasé:

1. **Improvisación tonal**

Armonía práctica:

-Armonización de todas las escalas mayores (os pasé un ejemplo) y menores. Cantar la armonía previamente siempre (de diferentes maneras: B T A S, S B T C, etc). Ser capaces de tocar la melodía, que es la propia escala, y cantar la línea de bajo a la vez, y viceversa. Practicar el transporte en este punto a todas las tonalidades posibles. Cantar la armonía y todavía sin tocar, preparar las posiciones o huellas en el piano, para trabajar los enlaces táctilmente.

Cuando ya tenemos automatizada esta armonización tanto a nivel auditivo y táctil, comenzar a pensar en diferentes maneras de realizarla: con ostinatos, con motivos rítmicos determinados, con diversas escrituras pianísticas (como digo yo, empezamos a jugar con las distintas posibilidades, tunning).

-Enlaces armónicos específicos para mejorar el manejo práctico de los acordes y sus diferentes inversiones (que es lo más arduo y complejo).

-Armonización de canciones o de pequeñas lecciones de entonación (uso de las principales funciones tonales) adaptándolas a distintos tipos de acompañamiento (escrituras pianísticas básicas).

-Modulaciones básicas [hacia la V y vuelta] y [hacia IV y vuelta].

-Trabajo de pedal de bajo (mano izquierda) y paralelismo de 6tas que se van desplazando manteniendo el bajo sin mover. Ejemplo de abajo a arriba: [do / sol – mi …do / la- fa…. do/ si-sol… etc] pudiendo incluso meter alteraciones para enriquecer la armonía, por ejemplo: [do / sol- mi…. do / lab-fa…..]

-Con la hoja de polirritmias: practicar usando enlaces armónicos preestablecidos sencillos e intentando en la voz superior realizar melodías sencillas pero musicales.

-Derivado de esta huella anterior con bajo contínuo y armonía por intervalos de 6tas, trabajo de adaptación a las diferentes marchas o desplazamientos típicos (marcha, correr, saltar, galopar, balanceo, marcha lenta)🡪Improvisación para el Movimiento.

-Trabajo de improvisación armónica: práctica de caminos armónicos variados (concretos y no muy extensos) y capacidad de adaptarlo a diferentes compases, estilos, texturas, registros…

-Por parejas (si tenemos la opción): Ejercicio de las “3 manos”. Posibilidad de realizarlo todo al piano o con otro instrumento. La persona A hace el trabajo de acompañamiento [colchón armónico sencillo sin partitura, podemos delimitar la tonalidad, en el caso del piano (dos manos) en el registro medio grave del piano] y persona B rol melódico con una mano, con la otra, con las dos duplicando en octavas. Escucha mutua, adaptación constante y entrenamiento de la intuición musical. Cambio de roles.

\*Si estamos en el caso de instrumentos melódicos, sería igual pero aquí la persona A que realiza la armonía, en este caso la realizará desplegada o arpegiada.

-Ostinatos: trabajo de movilidad e independencia de la mano izquierda. Tenéis hojas manuscritas con diferentes ejemplos de ostinatos muy sencillos.

Desarrollo melódico:

-Podéis trabajarlo desde la hoja con inicios de melodías (motivos rítmico-melódicos) e intentar cumplir diferentes pautas, como por ejemplo: motivos abierto, cerrado, etc…Incluso poder jugar con la forma, en pequeño formato.

-Desde la hoja que os facilité y que denominamos “plicas locas”, sobre una base armónica preestablecida, improvisar melodías siguiendo el dibujo de las plicas locas. No contentarse con empezar siempre desde el mismo sonido, sino que por ejemplo, nos entrenamos a empezar desde la tónica, desde la tercera, desde la quinta, etc. Por otro lado, enriquecer nuestras posibilidades, empezando únicamente con notas reales de la armonía para después ir introduciendo notas de paso, apoyaturas, retardos, bordaduras, etc.

1. **Improvisación modal**
* Trabajo de modos antiguos (hoja resumen básico). A nivel melódico: podemos usar los mismos procedimientos que con la armonía tonal.
* Trabajo de escala hexátona (tonos enteros en sus dos transposiciones: do- re- mi – fa#-sol#-la# y reb- mib – fa- sol – la – si).
* Trabajo de escalas más complejas como el modo Bertha de Messiaen (semitono-tono) [do- reb- mib- mi – fa#- sol – la –sib- do].
* Ostinatos: podéis utilizar el mismo material de ostinatos tonales pero adaptándolos a las escalas modales que queráis trabajar. Por otro lado, jugar con el intervalo de 5ta justa, y las posibilidades de “manchar” este intervalo agregando otros sonidos (como la segunda, la cuarta o la sexta) nos aportan sonoridades muy interesantes y son muy efectivas para crear ambientes sonoros.
* Ejercicio “translate voz-instrumento”: esto lo pudimos trabajar muy brevemente. Se trata de primero cantar un motivo (paulatinamente llegando hasta frases) e inmediatamente después interpretar lo mismo, con los máximos detalles posibles en cuanto a dinámicas, articulaciones, ataques del sonido, etc. En el caso de hacerlo en el piano, acordarse de no solo utilizar la derecha, sino priorizar la izquierda y la opción de duplicarlo haciendo a la octava con las dos manos. \*Otra opción posible: por parejas: A canta y B traduce y viceversa.
* Ejercicio “art attack” de exploración: en el piano, sólo podemos tocar mirando un ostinato de quinta+octava en los extremos del piano con ambas manos y con pedal, para que resuene bien. Después, sin mirar y como si estuviéramos pintando, buscar sonoridades, huellas pianísticas diferentes cada vez, alternancia de manos, más o menos sonidos, variedad de dirección del sonido, cruce de manos, articulaciones diversas (arpegiatto, placado, marcado, muy percusivo, etc).
* Trabajar con las hojas de polirritmia utilizando para la voz inferior un ostinato sencillo (quintas) y para la voz superior melodías modales.
* Soltarse tocando por encima de diferentes *Backing tracks* con diferentes estilos, instrumentación, compases (disponibles en YouTube). Intentar sacar de oído y buscar en el instrumento las diferentes líneas que se escuchan en el audio (línea de bajo, relleno armónico, solos).
* Trabajo de asociación de modos a personajes (musicalización de estampas, cuentos, postales), paisajes, etc.
1. **Improvisación atonal**
* Trabajar relaciones de acordes mayores que distan entre sí de intervalos de 4ta aumentada: C – F# / Eb – A / etc….para conseguir sonoridades efectistas.
* Superposición acordal (estilo cluster) de estas combinaciones armónicas.
* Entrenar pequeñas piezas (miniaturas) acotando la utilización de diferentes parámetros: por ejemplo, sólo utilizar segundas menores, solo acordes aumentados, etc…
* Free🡪 Diálogo entre 2 personas: intentar replicar el lenguaje utilizado por nuestra pareja (ser capaces de en muy poco tiempo captar los rasgos característicos del lenguaje de la otra persona) y poder utilizarlo.
* Improvisación para el movimiento: seguir los desplazamientos y / o movimientos de los alumnos, de un alumno, simultáneamente con el instrumento. Encontrar la manera de plasmar musicalmente los puntos de apoyo, la energía, etc.

Miércoles 4 de marzo de 2020

## Sesión 2 Rítmica Jaques – Dalcroze (primera parte)

a) Calentamiento general del cuerpo (activación de distintas partes del cuerpo, estiramientos, transfer del peso de un lado a otro, articulaciones, etc). Sobre audio estilo Broadway, por grupos de 4, imitamos el gesto o postura sin desplazamiento del compañero número 1, luego del 2, del 3 y así sucesivamente.

b) Caminar escuchando las propuestas del piano y cambiar de dirección con el cambio de la frase musical.

b.1) Ídem añadiendo pulsación en las manos.

c) Ejercicio de discriminación auditiva de registros (grave-medio-agudo). Si el piano toca en el registro grave = solo pies, si toca registro medio = pies + manos y registro agudo = solo manos.

c.1) Exactamente igual pero ahora haciendo lo contrario de los que escuchamos.

d) Valor global del compás en brazos y cuerpo sin desplazamiento. (4 tiempos) y alternar con la pulsación caminando los 4 pulsos.

d.1) Ahora cuando el piano hace el valor global, los alumnos camináis la pulsación y viceversa.

d.2) Por parejas: A camina la pulsación y B palmas suaves en el sitio con el valor global. Cambio de rol.

e) Juego de niveles y de incitación e inhibición: Os presento una secuencia que contiene 4 niveles de movimiento siempre marcando la pulsación en 4 tiempos. Percutimos:

Versión 1: x4 muslos, x4 palmas, x4 snaps y x4 cabeza (sin desplazamiento)

Versión 2: x4 muslos, x4 palmas, x4 snaps y 4 pasos (con desplazamiento)

Versión 2.1: todo igual pero buscamos una pareja con la que percutir

Con la secuencia ahora jugamos a entrenar la pulsación interna utilizando la señal sonora HOP! tras la cual el siguiente nivel se “silencia”.

f) El piano introduce ACENTOS: ejercicio de reacción acentuando solo el número solicitado (1, 2, 3 o 4). Reaccionamos primero percutiendo, después solo con acento corporal (sin sonido).

g) Lo mismo, pero ahora, suprimimos el valor llamado (inhibición), resultando las siguientes células rítmicas de base:

1= motivo acéfalo, silencio de corchea + 3 corcheas

2= negra + dos corcheas

3= síncopa, corchea + negra + corchea

4= dos corcheas + negra

Trabajamos estas células rítmicas en movimiento global / percutiendo / caminándolas y siempre acompañándonos de la voz y lo practicamos a **diferentes tempi**.

g.1) Junto con la pieza “Love Men” de Otis Redding: <https://www.youtube.com/watch?v=P3ZdheRKzMk> ejercitar pasar de una célula a otra de manera fluida, tanto en manos como en pies.

h) Sistematización. Llegamos a esta serie: 4 3 2 1 (intentar otras como 1234, o 1234 o 4321).

-Caminar valor global y hacer la serie en manos.

-A CAMBIO! = invertir los roles. Manos valor global y serie en pies.

-En círculo: pasarse la serie entre todos. Anticipación.

-Caminamos la serie y percutimos en los silencios y viceversa.

i) Ejercicio de dirección: asociamos cada célula (1, 2, 3 y 4) a los gestos del compás a 4 tiempos. Dirigir al grupo jugando con MATICES. La respuesta del grupo puede ser vocal, percusión corporal, instrumental, de movimiento, diferentes timbres instrumentales… Aquí es indispensable la capacidad de anticipación de la persona que dirige, así como la gestualidad plástica y expresiva de sus gestos. Se puede realizar a dos voces e incluso se puede “orquestar” haciendo divisis del grupo con sus directores correspondientes.

PAUSA

## Recursos para el entrenamiento de elementos de LM [Solfeo Dalcroze] (segunda parte)

Con los materiales facilitados y estas pautas espero que pueda ser claro y de utilidad:

* **Práctica vocal como base y herramienta para el trabajo auditivo**

 -Práctica en cantar acordes tríadas y cuatríadas en todas sus posiciones y en diferente orden con soltura y flexibilidad. Sin y con nombre de notas.

-Reproducción de intervalos (dicordios, tricordios, etc….). Tenéis la ficha de tricordios que practicamos brevemente. Cantando siempre primero el “relleno” de ese intervalo, siempre dentro de un contexto musical, no aislado.

-Reproducción de escalas tonales y modales y su relación al espacio (bien sea con la utilización de pasos más grandes o pequeños o desde la mano).

-Canto de las diferentes líneas de lieder o piezas polifónicas (cantar el bajo, la melodía, el relleno armónico) mientras se acompaña de las alturas de la mano (fononimia simple).

-Entonación y lectura de melodías sencillas desde los grados de la escala (tenéis también ficha de eso)

-Entrenamiento en leer y entonar siguiendo los grados de la escala que indica alguien con la mano (como hicimos el primer día hacia el final de la clase de la mañana).

-Ser capaces de dirigir utilizando los siguientes gestos básicos de la mano:

Tono = 2M 🡪palma de la mano estirada

Semitono=2m🡪 mano cerrada como puño (aceleramos la moto)

4J🡪gesto por dentro (sube o baja)

5J🡪gesto por fuera

Otros que os podáis inventar vosotros mismos.

\*Incluso entrenarse a dirigir de esta forma a 2 voces pequeños fragmentos que contengan esos intervalos.

-Escalas *do a do*: ejercitar la capacidad de cantar por ejemplo, Fa M pero empezando desde do (resulta que de esta manera también trabajáis la entonación de modos, en este caso sería un do mixolidio).

* **Improvisación vocal**
* Musicalizar frases rítmicas (de ejercicios del libro por ejemplo) y aprovechar para entrenar la improvisación cantada, pudiendo ir desde lo más espontáneo hasta lo más dirigido [libre / con la escala X / con T y D / con las notas del arpegio/ etc…).
* Igual que en el apartado de improvisación: tenéis aquí la opción de trabajar la improvisación dirigida con materiales del estilo a “plicas locas”.
* Polirritmias: la voz superior se improvisa mientras que la inferior se percute o viceversa.
* Improvisar melódicamente sobre camino armónico preestablecido o no, de manera espontánea.
* Improvisar a partir de un motivo dado (solo rítmico, o bien melódico-rítmico).
* Improvisar finalizando frases inacabadas.
* Entrenamiento en modulaciones cantadas: al principio a las tonalidades vecinas más sencillas (relativo M o m, a la dominante, a la subdominante) o cambios más bruscos como a la tonalidad homónima (cambio de modo: Do M🡪Do m). Después comenzar a practicar algunas con relación más lejana. Sin y con nombre de notas.
* ...