

Taller: Proyecta libremente en el escenario

Faringe

TEORÍA:

Diferentes partes del tracto vocal

Cómo funcionan

Imágenes

FARINGE:

Referencias:

Cantar

Respirar por la nariz y por la boca

Hacer un M y notar las vibraciones

NOTANDO LA BOCA (direcciones cardinales)

- Respirar por la nariz y la boca y notar el espacio.
- Inflar los mofletes y sacar aire entre los labios. ¿Cuál cuesta menos?
- Inflar un moflete y sacar aire por la comisura de ese moflete.
- ¿Qué reacción hay en la parte de atrás? Jugar con intensidad del aire y velocidad de hinchar-deshinchar.
- **Reset! Quitamos todo el dispositivo y nos centramos en la nariz.**
- **SÓLO NARIZ:** Ahora tapar ligeramente el orificio nasal del mismo lado que estaba hinchado con el dedo gordo de ese mismo lado. Notar la fricción del aire en el dedo + notar cómo la cavidad nasal de ese lado se hincha un poco ¿Qué reacción hay en la parte de atrás?
- Jugar con intensidad del aire y velocidad de hinchar-deshinchar.
- UNIR NARIZ + BOCA: Ahora unir moflete hinchado con nariz “hinchada” y notar toda la faringe entera (parte de atrás)
- - Mover la cabeza al lado opuesto para “estirar” ese “globo” hinchado y notar cómo la expansión de la faringe se lateraliza, hay un moflete que tiene más presión y el agujero por el que sale aire se lateraliza

también. Nota: girar el cuello, no el torso o la silla. Sino, la cabeza no gira.

Check: Respirar por la nariz y la boca y notar el espacio. ¿Qué diferencia hay entre un lado y otro?

SOLTANDO PRESIÓN SUBGLÓTICA:

- Hacer como si aguantáramos el pipi + combinar con hacer como si hiciéramos pipi. ¿Notas cómo cambia la expansión de la faringe?
- Hacer todo el proceso entero en el otro lado.
- Seguir soltando presión (“hacer” pipi).

Check: Respirar por la nariz y la boca y comprobar

- Unir ambos lados y notar la expansión total

CUERDAS VOCALES:

- Hacer un frito vocal por la nariz y por la boca.
- Unirlo al “dispositivo” (es decir, fricción nariz - boca: ambos mofletes hinchados y ambos dedos gordos en la nariz). Notar como el frito inunda tooooda la faringe.
- Seguir soltando presión subglótica (“hacer” pipi)
- Ahora hacer un “aspersor de frito”. Mover la cabeza de un lado hacia el otro notando la expansión en ambos lados (con el “dispositivo” puesto).
- Cambiar ese frito por una nota (con el “dispositivo” puesto).
- Una vez la nota inunde tooooda la faringe, quitar de golpe el dispositivo y notar como el sonido sale disparado.
- Seguir soltando presión subglótica (“hacer” pipi)
- Probar con varias notas.
- Seguir soltando presión subglótica (“hacer” pipi)

Volver a las referencias:

Volver a cantar

Volver a respirar por la nariz y por la boca

Volver a hacer un M y notar las vibraciones

MINDSET:

El niñx internx.

1. Validas tu parte vulnerable (que es la parte de ti que canta)
2. Aprendes herramientas de diálogo interno **sano**
3. Destacas tus virtudes / trabajas en tus errores
4. Sustituyes creencias limitantes por creencias liberadoras
5. Creas tu propio alter-ego - artista

🌟 NUEVO FORO DEL QUE HABLÁBAMOS EN EL OPEN MIC 🌟:

<https://www.reddit.com/r/supportsingers/>

Bienvenida a Support Singers!

Un espacio de apoyo y cero juicios. Sólo para alumnxs y ex alumnxs de Atenea.

Aquí podrás presentarte, pasar tu contacto, poner tus actuaciones, compartir tus vídeos cantando, enterarte de quién asistirá a próximos talleres...

Hasta hay chat público en directo.

Por favor, sé respetuosx y si puedes, lucha por proteger el foro. Es un espacio seguro donde no deberíamos ser juzgadxs sino apoyadxs.

Feel free!! :)