

N° 1534

DEUXIÈME VOLUME

MÉTHODE JAQUES-DALCROZE

LA RYTHMIQUE



LAUSANNE, JOBIN & C^{IE}, ÉDITEURS

COPYRIGHT BY JOBIN & C^{IE}, 1918

Tous droits réservés



IMPRIMERIE

LA RYTHMIQUE

VOLUME II

IMPRIMERIE DELACHAUX ET NIESTLÉ S. A., NEUCHÂTEL

MÉTHODE JAQUES-DALCROZE

LA RYTHMIQUE

Enseignement

*pour le Développement de l'Instinct rythmique et métrique,
du sens de l'Harmonie plastique et de l'Équilibre des mouvements,
et pour la Régularisation des habitudes motrices.*

VOLUME II

Toute copie à la main ou contrefaçon quelconque
des matières contenues dans cette méthode seront
poursuivies conformément à la loi sur la propriété
artistique et littéraire. @@@@

Tous droits d'exécution, de propriété, de reproduction,
de traduction et d'arrangement réservés pour tous pays.

Dessins de Paulet Thévenaz



LAUSANNE

JOBIN & C^{IE}, ÉDITEURS

Copyright by JOBIN & C^{IE}, 1917

*Les Exercices des Chapitres V à VIII sont classés
par M^{lle} NINA GORTER*

PREFACE¹

La gymnastique rythmique est avant tout une expérience personnelle. En quoi consiste-t-elle ? Où conduit-elle ? Il est impossible de répondre à ces questions sans l'avoir, dirai-je, *vécue*. Expliquer comment je l'ai conçue, citer les résultats précis que l'on peut obtenir grâce à elle, montrer dans des démonstrations publiques les exercices dont elle se compose, c'est ce qu'il est très facile de faire. Mais il y a autre chose !...

Décrire les applications théoriques et pratiques de l'électricité ou du radium, ce n'est pas expliquer ce que sont ces deux grandes énergies. Lire l'histoire des religions, ce n'est pas éprouver ce qu'est la foi religieuse. Il est certain qu'en créant il y a une douzaine d'années des procédés nouveaux d'éducation par la Rythmique, je ne me rendais pas compte des conséquences de cette création, en ce qui concerne la *restitution intégrale de l'homme à lui-même par lui-même*. De cela je parlerai tout à l'heure. Je ne songeais qu'à rendre mes élèves meilleurs musiciens. En effet, je m'étais aperçu dès le début de mon enseignement de l'harmonie au Conservatoire de Genève que, pour les 9/10 des élèves, l'harmonie n'était qu'une question de mathématique et qu'ils n'entendaient pas les accords qu'ils écrivaient, d'où il résultait fatalement qu'ils n'étaient pas en état d'éprouver complètement les émotions musicales.

Celles-ci en effet, ne sont pas uniquement d'ordre intellectuel. Elles agissent sensoriellement, elles mettent en vibration tout notre organisme. Si celui-ci n'est pas capable de vibrer intégralement, notre cerveau enregistre des sensations incomplètes. Je me dis donc qu'il convenait — en ce moment je ne songeais qu'aux sensations auditives — d'éduquer l'oreille de mes élèves et de leur enseigner la pratique de l'art avant de leur en inculquer la théorie. Voyant que mes exercices de développement auditif avaient de bons résultats sur les adultes, je pensais qu'enseignés à de petits enfants, ils en auraient de meilleurs encore, car les enfants sont tout neufs aux sensations, ils n'ont pas le cerveau encombré de tous ces raisonnements et de toutes ces analyses qui sont les plus redoutables antagonistes de notre personnalité.

J'ouvris donc des cours pour de petits enfants, et alors je m'aperçus tout de suite qu'il n'était pas suffisant de développer leurs oreilles pour leur faire éprouver et aimer la musique, que, dans celle-ci, l'élément le plus violemment sensoriel, le plus étroitement lié à la vie, est le rythme, le mouvement !

¹ *L'Éducation*, Décembre 1913, Félix Alcan, Paris.

Il y a trois éléments dans la musique : la sonorité, le rythme et le dynamisme. De ces trois éléments, les deux derniers dépendent complètement du mouvement et trouvent leur modèle le plus accompli dans notre système musculaire. Toutes les nuances du temps (*allegro, andante, accelerando, ritenuto*), toutes les nuances de l'énergie (*forte, piano, crescendo, diminuendo*), nous pouvons les réaliser avec notre corps, et l'acuité de notre sentiment musical dépend de l'acuité de nos sensations corporelles.

Une gymnastique spéciale apprenant aux muscles à se contracter et à se décontracter dans le temps et dans l'espace doit renforcer le sentiment métrique et l'instinct du rythme. Je composai donc pour mes petits élèves des exercices de marche, d'attitudes et de gestes mesurés, rythmés et nuancés d'après la musique, persuadé qu'ils suffiraient à régler leur organisme rythmiquement et métriquement. Mais hélas, mes tribulations ne faisaient que commencer !... Dès les premières leçons je m'aperçus que les enfants, même les mieux doués au point de vue musculaire et intellectuel, ne réagissaient pas tous de la même façon, que ceux-ci obéissaient trop lentement, ceux-là trop vite aux commandements, que certains, capables d'accomplir aisément tel exercice dans un temps donné, ne pouvaient subitement en entreprendre un autre et continuaient ce premier exercice malgré leur désir ardent de l'interrompre ; que d'autres encore, après avoir parfaitement débuté dans leur exécution corporelle, se troublaient au bout d'un moment et terminaient dans la confusion et le désarroi ce qu'ils avaient nettement et clairement commencé.

Je compris dès lors que, pour exécuter corporellement un rythme avec précision, il ne suffit pas d'avoir saisi intellectuellement ce rythme et de posséder un appareil musculaire capable d'en assurer la bonne interprétation. Il faut encore, et surtout, établir des communications rapides entre le cerveau qui conçoit et analyse et le corps qui exécute.

Ces communications dépendent du bon fonctionnement du système nerveux. Or, à notre époque, il est rare que nos facultés soient bien équilibrées et que nos fonctions cérébrales et corporelles soient complètement harmonisées. Les rapports entre les facultés imaginatives et réalisatrices sont trop souvent troublés grâce à un manque d'orientation dans les courants nerveux, grâce à l'antagonisme de certains muscles, produit par le retard des ordres cérébraux commandant leur décontraction. La conscience d'une résistance constante dans le système musculaire, d'un désordre dans le système nerveux, produit le désordre cérébral, le manque de confiance en ses propres forces, la peur de soi-même. D'autre part cette inquiétude générale a pour résultat l'inaptitude à se concentrer. Le cerveau se trouve en proie à des sollicitations incessantes qui l'empêchent de fonctionner dans le calme et d'accorder au contrôle de l'organisme, à l'analyse des ordres à lui donner, le temps et la sécurité d'esprit nécessaires.

Mieux notre vie est réglée, et plus nous nous sentons libres. Plus nous avons de mots dans notre vocabulaire et plus nous verrons s'enrichir notre pensée. Plus notre corps possédera d'automatismes et plus notre âme s'élèvera en toute joie au-dessus de la matière. Si nous sommes toujours obligés de penser à notre corps, nous en perdons forcément une partie de notre liberté d'esprit. Car, il n'y a pas de doute, la majorité des hommes sont esclaves de leur corps, prisonniers de la matière. Et contrairement à ce que l'on croit généralement, c'est l'exagération de l'intellectualisme, des études d'analyse, de psychologie trop spécialisées qui, au lieu de rendre l'esprit lucide, y apporte le trouble et le déséquilibre.

C'est le manque de connaissance anatomique du corps humain, d'habitude d'en apprécier librement les mouvements, c'est le souci constant de certains parents et de certaines écoles de préserver les yeux de leurs enfants de la vue de tout objet pouvant rappeler les formes humaines académiques, qui, au lieu de purifier l'esprit, le rendent impur, le troublent et le pervertissent. Bien souvent mes élèves m'ont raconté la stupéfaction de certaines personnes de leur entourage en apprenant que nos exercices de rythmique sont effectués, pieds et jambes nus ! Ces personnes reprochaient à cette liberté de costume d'éveiller de mauvaises pensées ! Que répondre à de tels reproches ? Une seule chose : c'est que les gens purs n'ont pas de pensées impures. Et que si quelqu'un est incité à de mauvaises pensées par la vue d'une jambe nue, ce n'est pas cette jambe qu'il doit incriminer, mais bien son propre esprit, si prompt à offrir l'hospitalité aux associations d'idées malsaines. Et de fait, le spectacle et la connaissance des formes du corps humain n'ont jamais troublé l'esprit des enfants auxquels les parents et les maîtres les ont présentées comme naturelles et innocentes.

Notre système est basé sur la marche et toute liberté doit être accordée aux muscles du pied et de la jambe. Aucun médecin ne s'inscrira là contre. Aucun de nos gens vertueux non plus, je l'espère, s'ils sont respectueux des lois de l'hygiène. Et tous les pianistes m'approuveront quand je leur dirai que l'on n'arrive pas à avoir une bonne technique de la main, si l'on fait ses exercices de piano en portant des gants. Là-dessus j'abandonne définitivement ce sujet accessoire.



Un des premiers résultats d'exercices destinés, d'une part, à créer des automatismes nombreux et à assurer l'intégralité du fonctionnement musculaire, d'autre part, à établir des communications rapides et sûres entre les deux pôles de notre être, un des premiers résultats de ces exercices est d'apprendre à l'enfant à voir clair en soi-même, à se connaître, à se dominer, à prendre possession de sa personnalité. Instruit du merveilleux mécanisme de ce corps admirable, que Dieu nous a donné non pas pour que nous le méprisions mais bien pour que nous le préparions à loger dignement notre âme, certain de pouvoir exécuter aisément tous les mouvements suggérés par d'autres ou voulus par lui-même, sans effort, sans préoccupation, l'enfant sent se développer la volonté d'user des forces abondantes qui sont en son pouvoir. Son imagination se développe de même, car son esprit, délivré de toute contrainte, de toute inquiétude physique, peut dès lors se laisser aller à toute sa fantaisie.

La fonction développe l'organe, la conscience des fonctions organiques développe celle de la pensée. Et du fait que l'enfant se sent délivré de toute gêne physique et de toute préoccupation cérébrale d'ordre inférieur, il conçoit de la joie. Cette joie est un nouveau facteur de progrès moral, un nouvel excitateur de la volonté.



Tous les exercices de la méthode de Rythmique ont pour but de renforcer la faculté de se concentrer, d'habituer le corps à se tenir, pour ainsi dire, sous pression en attendant les ordres des zones supérieures, de faire pénétrer le conscient dans l'inconscient et d'augmenter

les facultés inconscientes de tout l'apport d'une culture spéciale ayant pour effet de les respecter. De plus ces exercices tendent à créer des habitudes motrices plus nombreuses, des réflexes nouveaux, à obtenir pour le minimum d'effort le maximum d'effet, à tranquilliser ainsi l'esprit, à renforcer la volonté et à instaurer l'ordre et la clarté dans l'organisme.

Toute la méthode repose sur ce principe que l'étude de la théorie doit suivre la pratique, que l'on ne doit enseigner des règles aux enfants que lorsqu'on les a mis à même d'expérimenter les faits qui ont engendré ces règles, et que la première chose que l'on doit enseigner à l'enfant c'est à se connaître lui-même. C'est ensuite, seulement, qu'on lui fera connaître les opinions et les conclusions des autres. Avant de semer la graine, il faut préparer le terrain. C'est ce qu'on ne fait ni dans les écoles, ni dans les conservatoires. En ce qui concerne spécialement la musique, on met un outil dans la main des enfants avant que ceux-ci sachent ce qu'ils ont à en faire. On leur enseigne le piano avant qu'ils soient musiciens, c'est-à-dire avant qu'ils sachent entendre les sons, avant qu'ils sachent éprouver en tout leur organisme les rythmes, avant qu'ils aient l'audition *intérieure* des sons, le sentiment *intérieur* du mouvement, avant que l'organisme tout entier ne soit en état de vibrer à l'unisson des émotions artistiques.

Le but de mon enseignement est de mettre mes élèves à même de dire à la fin de leurs études, non pas : « je sais » mais « j'éprouve » et ensuite de créer en eux le désir de *s'exprimer*. Car lorsqu'on éprouve fortement une émotion, l'on sent le besoin de la communiquer aux autres dans la mesure de ses moyens. Plus nous possédons de vie, plus nous serons à même de répandre la vie autour de nous. Recevoir, donner, telle est la grande règle d'humanité. Et si je bâtis tout mon système sur la musique, c'est que la musique est une force psychique considérable, une résultante de nos fonctions animiques et expressives qui, de par son pouvoir d'excitation et de régularisation, peut régler toutes nos fonctions vitales.

Créatrice d'ordre, elle est à même, plus que tous les autres arts, d'extérioriser dans le temps toutes les multiples nuances de nos sentiments. Tout homme doit avoir la *musique en soi*, et j'entends par musique ce que les Grecs nommaient ainsi, c'est-à-dire l'ensemble de nos facultés sensorielles et psychiques, la symphonie sans cesse changeante de sentiments spontanés créés, modifiés puis stylisés par l'imagination, ordrés par le rythme, harmonisés par la conscience. Cette musique constitue la personnalité de l'individu. Et j'estime qu'une éducation ayant pour but d'établir des relations intimes entre le conscient et l'inconscient, de stimuler, puis d'ordonner nos sensations et nos sentiments, doit développer notre personnalité.

Je disais en débutant que la Rythmique (quelle que soit du reste la méthode adoptée pour l'enseigner) est plus qu'une méthode pédagogique. En effet, elle est une force analogue à l'électricité et aux grandes forces chimiques et physiques naturelles ; elle est une énergie, un agent radio-actif, radio-animique, qui a pour effet de nous restituer à nous-mêmes, de nous faire prendre conscience non seulement de nos forces, mais aussi des forces des autres, des forces de l'humanité. Elle nous oblige à nous pencher sur les profondeurs insondables de notre être énigmatique et changeant. Elle nous fait pressentir les secrets de l'éternel mystère qui régit la vie des hommes à travers les siècles, elle imprime à nos pensées un caractère de religiosité primitif qui les élève et qui relie entre eux le passé, le présent et l'avenir. Et par cela elle me paraît appelée, dans un avenir bien lointain encore, à créer des

rapports plus étroits entre le corps et l'esprit, à unifier les forces morales et physiques de l'individu et à régler d'une façon plus sûre les rapports des hommes entre eux.



Qu'une étude consciencieuse du rythme en toutes ses formes puisse amener l'élève à une compréhension plus vivante de l'art, je pense qu'aucun artiste capable d'observer ne le pourra nier. L'art est fait à la fois de fantaisie, de réflexion et d'émotion. La réflexion tempère et stylise la fantaisie. La fantaisie anime et vivifie le style, et l'émotion ennoblit et sensibilise les produits de la réflexion et de l'imagination.

D'aucuns pourront se demander s'il vaut vraiment la peine de mobiliser des centaines de jeunes gens pour les familiariser avec la structure intime de l'art, en vue de spectacles populaires. Il est certain qu'en notre époque troublée nous ne pensons guère à l'art ni aux spectacles. Mais tout d'abord les époques troublées ont toujours été fermées à l'art, ce qui constitue un état anormal de culture. Puis encore les études artistiques n'ont pas pour unique objet d'éduquer des artistes capables de communiquer au public des impressions esthétiques. Elles ont encore pour but de former un public qui soit à même d'apprécier les représentations artistiques qu'on lui offre, de communiquer avec elles, de ressentir vivement les émotions que certains se chargent d'extérioriser pour lui.

L'instruction scolaire ne suffit pas. L'éducation des sens et de l'esprit a pour mission d'élever le public à un niveau tel que, selon l'idéal de M. Adolphe Appia, un des plus purs artistes de notre temps, ce public puisse devenir un véritable *collaborateur* des spectacles symboliques et poétiques que les hommes les mieux doués sont capables de lui présenter. Ma persuasion est que l'éducation par et pour le rythme est capable d'éveiller le sens artistique de tous ceux qui s'y soumettent. Et c'est pourquoi je lutterai jusqu'au bout pour qu'on l'introduise dans les écoles et pour que l'on fasse comprendre aux éducateurs le rôle important et décisif que l'art doit jouer dans l'éducation du peuple.

Il ne suffit pas, en ce qui concerne l'art pictural, architectural et sculptural, qu'il y ait des écoles où l'on enseigne la représentation des lignes, des couleurs, des lumières et des ombres, des reliefs et des groupements ; il faut encore que les élèves de ces écoles apprennent à ressentir *en eux* le mouvement rythmique qui dresse, asseoit, équilibre, harmonise et anime les monuments et les œuvres de la statuaire, de l'architecture et de la peinture. Il ne suffit pas non plus que l'on apprenne aux élèves des conservatoires à interpréter avec leurs doigts les chefs-d'œuvre de la musique ; il faut surtout qu'on les initie aux sensations qui, chez les auteurs, ont engendré ces musiques, au mouvement qui a rendu leurs émotions à jamais vivantes, au rythme qui les a ordonnées et stylisées. Une fugue de Bach est lettre morte pour ceux qui ne ressentent pas en elle les conflits d'antagonismes distincts créant les contrastes, et l'accord des synergies éveillant le sens de l'apaisement et de l'harmonie.

Un véritable pédagogue doit être à la fois psychologue, physiologue et artiste. Un citoyen complet doit être, au sortir de l'école, capable non seulement de vivre normalement, mais aussi de ressentir avec émotion la vie. Il doit être mis à même de créer, et aussi de vibrer à

l'unisson des émotions d'autrui. Tous les apprentis pédagogues ne deviendront pas, hélas, des pédagogues complets, ni leurs élèves des êtres complets ! Mais un grand effort doit être tenté. Après toute l'excitation guerrière qui nous anime en cette triste époque, il convient de songer sérieusement à demain. Une fois la guerre terminée, il ne faut pas que notre exaltation tombe à plat et meure faute d'aliments. Seule, une éducation artistique faisant une large part à l'exercice physique pourra apaiser notre système nerveux surexcité. Si cette éducation est essentiellement sportive, elle dépassera son but et créera des générations dénuées de sensibilité. Il importe que l'éducation fasse marcher de front le développement intellectuel et le développement physique et il me semble que la Rythmique doit avoir dans ce double sens une influence bienfaisante.

E. JAKES-DALCROZE.

IMPORTANTE OBSERVATION

L'auteur a cherché en ce livre à grouper les divers genres d'exercices de sa méthode en un certain nombre de chapitres dont chacun est consacré à l'étude particulière de telle ou telle mesure. Il va sans dire que le maître, tout en faisant étudier la mesure à 6 temps, par exemple, n'abandonnera pas pour cela celles à 5, à 4, à 3 ou à 2 temps, et qu'il fera alterner les exercices de chaque chapitre nouveau avec ceux des exercices précédents. Chacun des exercices du chapitre I (mesure à 2 temps) doit, par exemple, être modifié de façon à servir à l'étude d'une mesure nouvelle. Comme ce livre est destiné non aux profanes mais à des musiciens déjà au courant de la méthode, l'auteur n'a pas jugé nécessaire de multiplier des exemples. C'est au maître de la méthode d'en inventer et d'en varier les modes de réalisation.

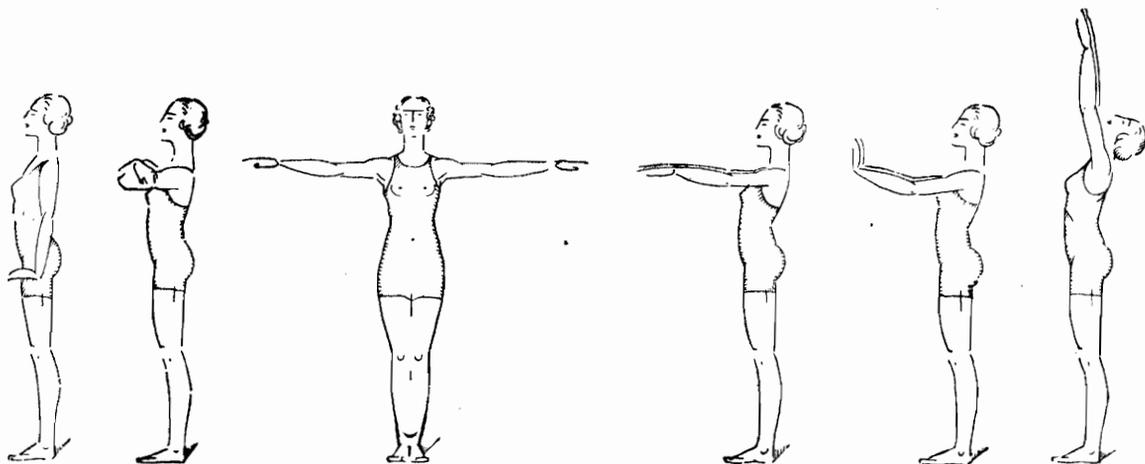
CHAPITRE V

LA MESURE A SIX TEMPS

Exercices de marche en battant la mesure

Exercice préparatoire

Un à deux, croiser les bras sur la poitrine. Deux à trois, les étendre en avant horizontalement. Trois à quatre, extension des mains (les mains se lèvent, faisant un angle avec l'avant-bras). Quatre à cinq, étendre les bras latéralement. Cinq à six, les lever verticalement. Six à un, les baisser énergiquement avec accentuation au point 1.



6/4

La mesure à six temps 6/4 est une mesure lente à deux temps, avec accentuation secondaire sur *quatre*. Pendant qu'un bras bat à *six*, l'autre peut battre $\downarrow_1 \uparrow^2$

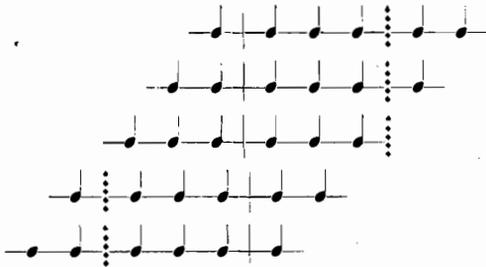
1. a) b) avec des croches c) avec des

d) avec des syncopes  ou  etc.

18/8

2. 

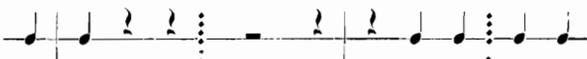
Prendre les mêmes exercices dans toutes les formes anacrousiques du 6/4.



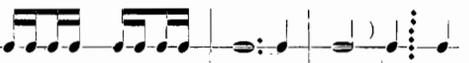
De même avec croches et doubles croches.

Périodes et silences

Phraser avec les bras et les pieds

1. Les bras battent la mesure  etc.
 Les pieds marchent 

Avec d'autres moyens de phraser

2.  3. 

4. Les phrases sont formées par des variations d'accentuations secondaires (chaque mesure conservant la même durée).

Voir *L'étude de 6 temps*.

a) 

b) 

c) 

Voir *L'étude de 12 temps*.

5. Les phrases sont formées par des variations d'accentuations primaires (chaque phrase a la même durée).

a) 

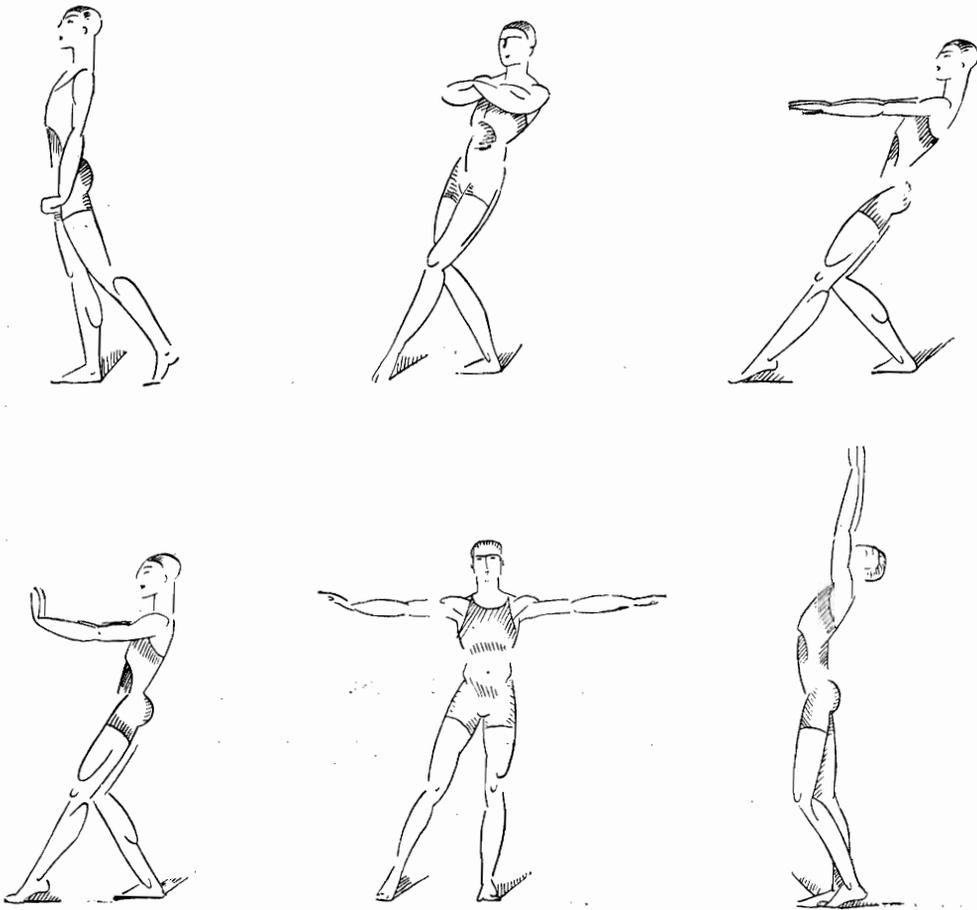


Durées prolongées ou décomposées

Sextuple longueur et sixième de longueur

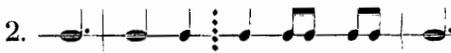
6/4 Ronde à 6 temps =.

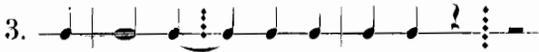
Exécution : 1. Le pas. 2. Croisement de la jambe légère (flexion de la jambe pesante). 3. Extension en avant de la jambe légère. 4. Tendre la jambe pesante en conservant la jambe légère tendue en avant. 5. Etendre la jambe légère de côté. 6. Rapprocher la jambe légère de la pesante.



Ronde à 18/8 

Même exécution que pour .

1.  2. 

3. 

L'étude de 6 temps

La mesure 3/2 renferme aussi 6 noires, mais avec deux accentuations secondaires.

4.  Un bras bat à 3 temps, l'autre à 6 temps.

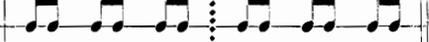
5. 

6. 

L'étude de 12 temps

12 croches ou 12 doubles croches peuvent former une mesure à 2 temps, une à 3 temps, une à 4 temps.

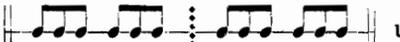
12  formant une mesure à 2 temps.

1.  un bras bat à 6/4, l'autre à 2/4.

12  formant une mesure à 3 temps.

2.  un bras bat à 6/4, l'autre à 3/2.

12  formant une mesure à 4 temps.

3.  un bras bat 2/4, l'autre bat 4/4.

4.  5. 

6.  7.  etc.

L'étude de 18 temps

18 croches (ou doubles croches) formant une mesure à 3 temps.

Voir *La mesure à 9 temps*.

1. 

Un bras bat 6/4. L'autre bras bat 3/4.

Plus les formes anacrousiques.

2. 

3. 

Syncope

1. Les élèves marchent à 6 temps en  et syncopent avec les mains frappées l'une contre l'autre.

a) pieds 

mains 

A hop! les mains battent les temps. Les pieds marchent les syncope.

b) pieds 

mains 

c) pieds 

mains 

2. Même exercice que le 1, mais à hop! pieds et mains agissent en double ou triple vitesse ou lenteur.

3. Les élèves marchent  et suivent les *accelerando* du maître.

4. Les élèves syncopent  etc. avec la *respiration*.

Mesures alternées

Exemples de rythmes identiques, accentués tantôt d'une façon, tantôt de l'autre.

 =  6/4 et 3/2

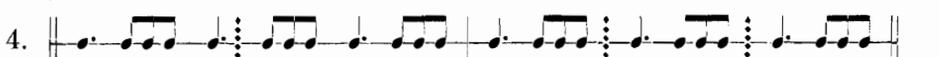
1.  etc.

2.  etc.

 = 

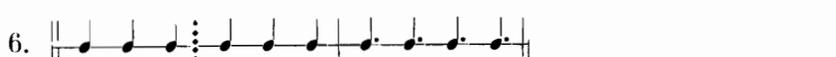
18  formant mesure à 2 et à 3 temps

3. 

4. 

6/4 et 12/8

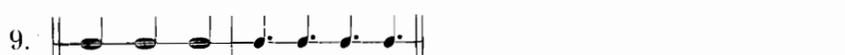
5. 

6. 

7. 

3/2 et 12/8

8. 

9. 

Exercice plus difficile

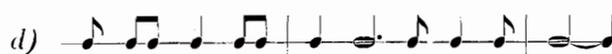
10. 

Contrepoint plastique

Quelques thèmes :

a)  b) 

c) 

d) 

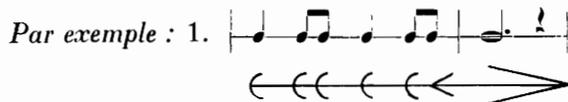
à contrepointer une première fois avec des ♩, une deuxième fois avec des ♪, une troisième fois avec des ♫

e)  f) 

à contrepointer 1° avec des ♪ 2° avec des ♫

Respiration

Nous n'emploierons que ceux des nouveaux rythmes qui se prêtent à la respiration :

Par exemple : 1.  2. 

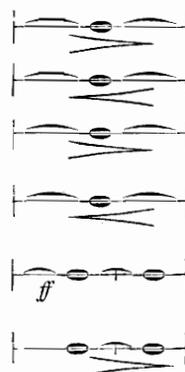


3. Les élèves forment un groupe serré, torse affaissé, aucune contraction, les deux mains réunies devant le corps, en bas du ventre.

a) Lever les deux mains à la hauteur de l'estomac, aspirer



- b) Expirer en laissant les côtes soulevées
- c) Lever les mains à la hauteur du cou, aspirer
- d) Expirer en laissant les côtes soulevées
- e) Lever les deux bras en les étendant obliquement en haut. Aspirer tout en penchant le corps en avant et en préparant un pas
- f) Faire un pas accentué, fixer le corps sur la jambe pesante, chanter une note donnée *ff* pendant deux mesures
- g) Continuer à chanter mais en decrescendo et en décontractant le corps progressivement



Indépendance des membres

Premier exercice préparatoire

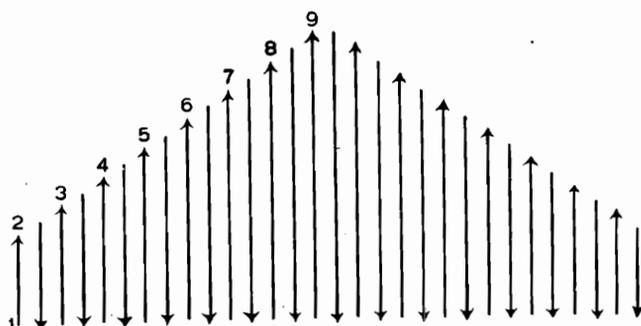
- a) Faire les mouvements 1 à 9, puis 9 à 1 avec un bras d'après le schéma ci-dessous ;
- b) de même avec deux bras.

Observation. Dans la même durée, mais dans un espace plus grand, le mouvement devient *plus rapide*, dans un espace plus petit, le mouvement devient *plus lent*.

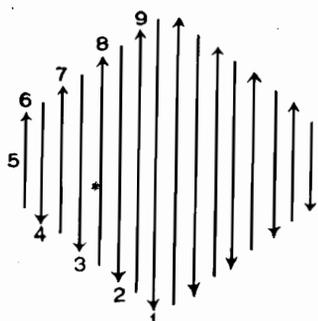
Voir les longueurs de pas et les mesures d'espace pages 9, 12 et 13 du volume I.

Exercice 1. Un bras bat des espaces de plus en plus grands (1-2 jusqu'à 1-9). L'autre bras bat des espaces de plus en plus petits dans la même durée de temps (1-9 jusqu'à 1-2).

Lignes de mouvements d'après l'exercice 1. a) Dans le même sens, b) en sens contraire.

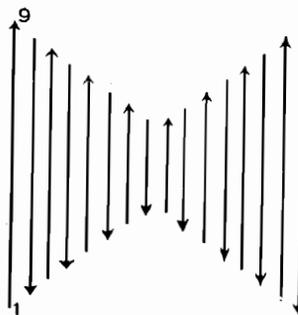


Deuxième exercice préparatoire



- a) avec un bras
- b) avec deux bras

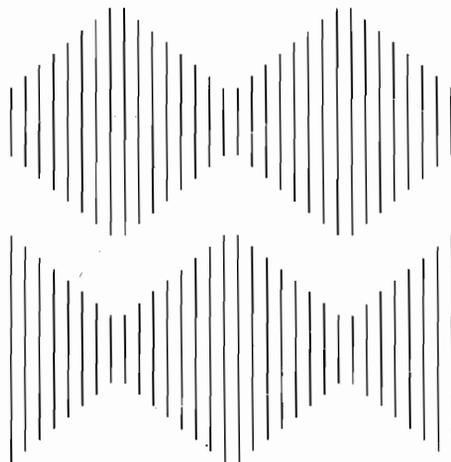
Troisième exercice préparatoire



- a) avec un bras
- b) avec deux bras

Exercice 2. Un bras fait le crescendo puis le diminuendo d'espace (5-6 jusqu'à 1-9). L'autre bras fait le diminuendo puis le crescendo d'espace (1-9 jusqu'à 5-6) et vice versa, dans la même durée de temps. *a)* dans le même sens, *b)* en sens contraire.

Tableau de ces lignes de mouvements effectués par les deux bras



Volonté spontanée et inhibition

1. L'élève marche des croches, à hop! ♩ ♩

Exemple : — ♩ ♩ ♩ | ♩ ♩ ♩ | ♩ ♩ ♩ | ♩ ♩ ♩ | ♩ ♩ ♩ | ♩ ♩ ♩ | etc.
hop! hop! hop!

Retenir les rythmes puis les exécuter sans hop!

2. L'élève marche ♩ ♩ à hop! des croches

— ♩ ♩ | ♩ ♩ | ♩ ♩ | ♩ ♩ | etc.
hop! hop! hop!

Comparaison de ♩ ♩ avec ♩ ♩

3. L'élève marche 6/8 ♩ ♩; à hop! il marche le même rythme à 3/4 ♩ ♩

4. L'élève marche les formes anacroustiques de 6/4. Au 1^{er} hop! il double la vitesse. Au 2^{me} hop! il reprend le tempo initial. Au 3^{me} hop! il double la lenteur. Au 4^{me} hop! il reprend le tempo initial.

Exemples : a) — ♩ | ♩ ♩ | ♩ ♩ | ♩ ♩ | ♩ ♩ | etc.
hop! hop! hop! hop!

b) 

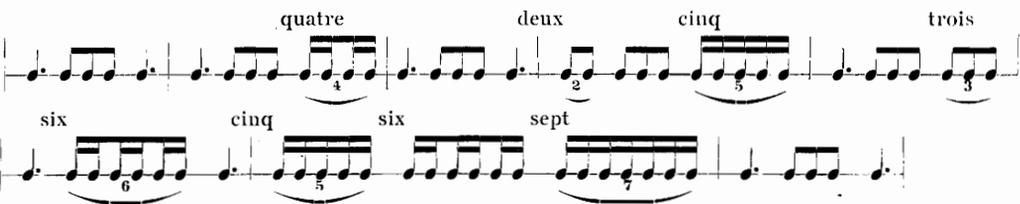
De même dans les autres formes anacrousiques.

5. Reprendre l'exercice 4 mais avec triple vitesse et lenteur.

Décomposition des notes en plus courtes durées

6. L'élève marche  A hop! il marche une fois 

7. L'élève marche  quand le maître crie : deux, ou trois, ou quatre, ou cinq, ou six, ou sept, il marche le nombre de pas demandé sur le temps qui suit le hop!

Exemple : 

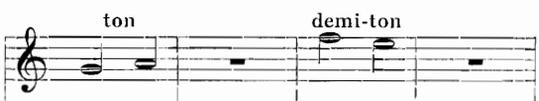
Lorsque cet exercice a été répété plusieurs fois, l'élève exécute sans hop!

Exercices d'audition

1. Les élèves frappent dans leurs mains des syncopes obstinées  Le maître joue une chaîne de mesures (canon) que les élèves marchent. (L'on appelle aussi cette sorte de canon : réalisation sans arrêt.)

maître 
 élève : mains  etc. etc.
 pieds 

2. Le maître joue la gamme de do et fait remarquer aux élèves qu'entre mi et fa et entre si et do, il y a des demi-tons. Puis il leur joue (ou chante) des suites de tons et demi-tons. Quand il joue un ton, l'élève marche un grand pas la mesure suivante; s'il joue un demi-ton, c'est un petit pas que l'élève fera la mesure suivante :

Exemple : maître  etc.
 élève 

Nota. Cet exercice peut se faire aussi sur un escalier (deux pas sur une même marche pour les deux notes d'un demi-ton.

Notation : Les élèves notent les rythmes étudiés pendant la leçon.

Décomposition d'une note en plus petites durées

1. Le maître
L'élève

2. Le maître
L'élève

3. Le maître
L'élève

1^{re} fois : adagio. 2^{me} fois : allegretto. 3^{me} fois : moderato, etc.

L'on voit que le maître joue deux durées longues et qu'à la 3^{me} mesure les élèves doivent interpréter un thème donné dans le temps d'une longue durée.

Improvisation

1. Un élève invente un thème de deux mesures, dont la classe exécute ensuite le contrepoint.

2. Un élève invente un thème de deux mesures. Un autre élève enchaîne deux mesures de contrepoint de ce thème, puis il invente (toujours en enchaînant) deux mesures nouvelles que le 1^{er} élève contrepointe en enchaînant, etc.

Par exemple :

1^{er} élève

2^{me} élève

etc.

3. Deux élèves sont placés en solistes devant le groupe des autres élèves. Le 1^{er} élève improvise un thème d'une mesure, puis le 2^{me} élève enchaîne un autre thème d'une mesure. Cette suite de deux mesures est répétée plusieurs fois et, à hop! les autres élèves contrepointent les deux mesures.

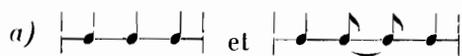
4. Un élève interprète par des pas, petits ou grands, la succession de tons et demi-tons qui caractérise telle ou telle gamme. Les autres élèves doivent deviner quelle gamme le soliste leur a indiquée.

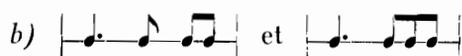
Exercices de direction

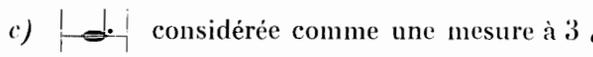
Un élève dirige : 1. Accelerando et ritardando.

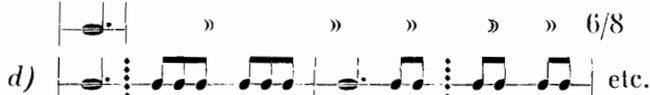
2. Piano, forte, decrescendo, crescendo.

3. Mesures alternées composées des mêmes rythmes mais avec différenciation d'accentuations secondaires.

a) 

b) 

c) 
 » » » » » 6/8

d)  etc.

Exercices libres

A trois



Les élèves se tiennent sur 3 lignes latérales. Chaque trio d'élèves se donnant la main.

Sur 1: mouvement des bras et de tout le corps en arrière } dans les 2 pre-
 » 2: » » » » » » » » avant } mières mesures.

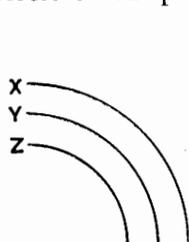


Sur le 2 de la 3^{me} mesure : Les lignes X et Z restent sur place après avoir fait un mouvement des bras accentué en avant. La ligne Y court en avant, comme lancée par le mouvement de bras de X et Z.

Sur le 2 de la 5^{me} mesure : Les lignes X et Z sautillent en avant. Les lignes Y s'arrêtent, se tournent vers X et Z et leur tendent la main.

Sur le temps 1 de la 8^{me} mesure, les élèves se donnent la main et l'on recommence.

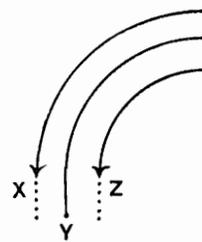
En cercle ou en spirale.



mesures 1 à 3



mesures 3 à 5



mesures 5 à 7

Marches rythmiques pour chant et piano, nos 23 à 26, et Esquisses rythmiques, n° 5. Edition Jobin & C^{ie}.

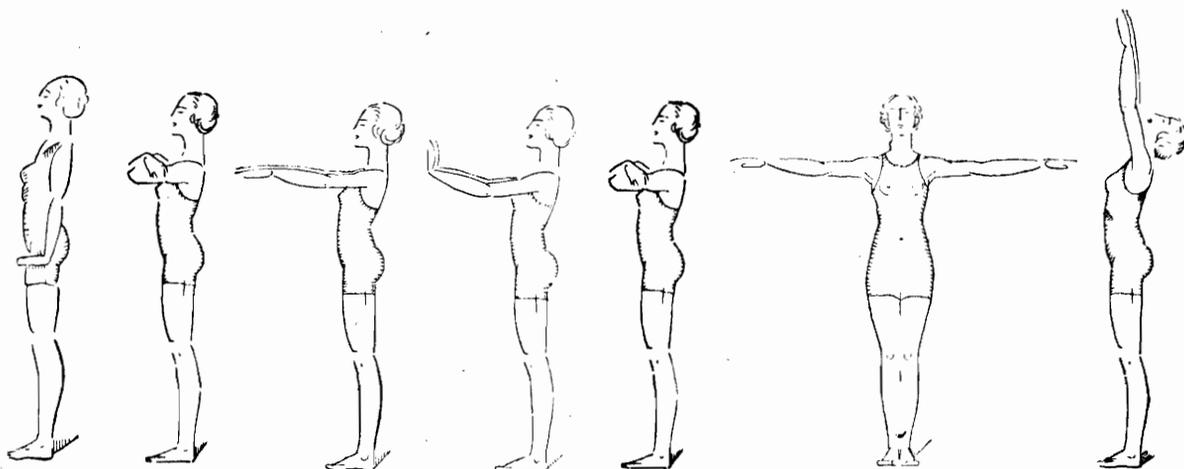
CHAPITRE VI

LA MESURE A SEPT TEMPS

Exercices de marche en battant la mesure

Exercice préparatoire

De un à quatre, comme dans la mesure à 6/4. De quatre à cinq, croiser de nouveau les bras sur la poitrine. De cinq à sept, mêmes mouvements que de quatre à six, puis un dans la mesure à 6/4.



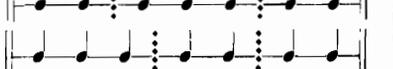
7/4

1. a)  b) avec croches c) avec doubles croches } et de plus toutes les formes anacrousiques.

21/8

2. 

Accentuations secondaires

3. a)  b)  c)  } un bras bat à 7/4, l'autre selon les 3 accentuations secondaires, en temps inégaux.

Exercices plus difficiles

4. a) 

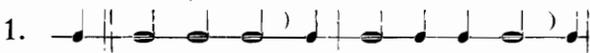
b) 

c) 

d) 

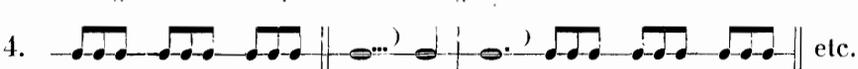
e) 

Périodes et silences

1. 

2. 

3. 

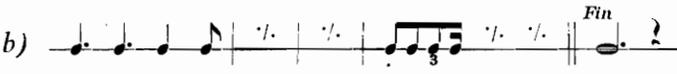
4. 

Voir page 16, vol. I: *Les moyens de phraser.*

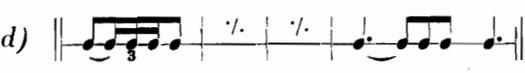
Temps de repos

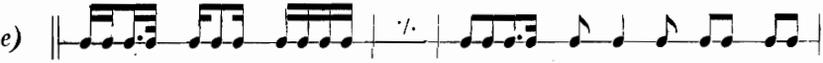
5. La *césure* (ou plutôt le *temps de repos* — le « pont » — séparant deux phrases ou deux périodes) peut être formée par une mesure exécutée trois fois plus vite ou plus lentement.

a) 

b) 

c) 

d) 

e) 

Le signe $\cdot /$ veut dire que l'on répète la mesure précédente (ou le rythme précédent).

Notes prolongées et décomposées

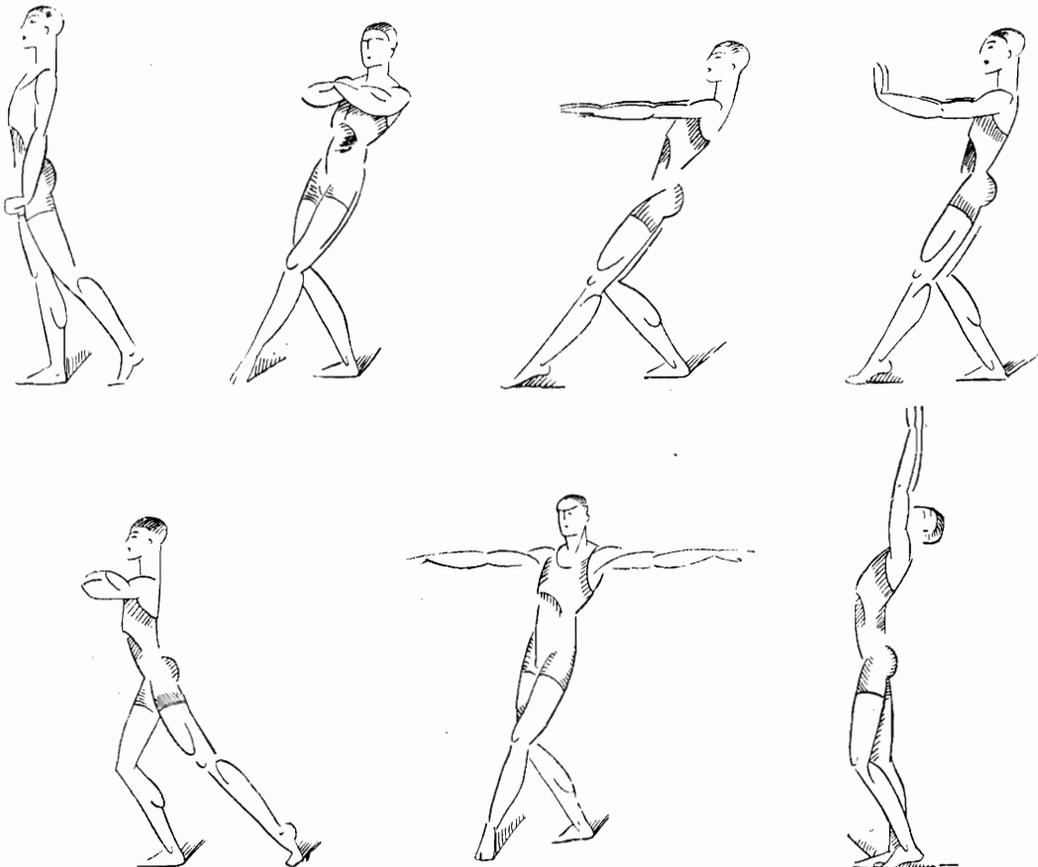
Septuple longueur ou septième de longueur

Ronde à 7 temps $\frac{7}{4}$ \ominus ..

Exécution. 1, 2, 3, 4. Comme dans la ronde à 6 temps. 5. Jambe légère : extension de la jambe en arrière. Jambe pesante : flexion. 6, 7. Comme 5 et 6 dans la \ominus .

$\frac{21}{8}$ \ominus :::

Même exécution que pour la \ominus ..



Exercices



L'étude des « quatorze »

14 croches formant une mesure à 2 temps



Autres groupements :

 14  formant une mesure à 4 temps

2.  etc. 3.  etc.

14  formant une mesure à 5 temps

4.  etc. 5.  etc.

14  formant une mesure à 6 temps

6.  etc.

Idem avec des rythmes :

7.  8. 

9.  10.  etc.

Mesures alternées

- a) Grâce à des accentuations secondaires.
- b) Par l'adjonction ou la soustraction d'un temps.

 7/4

1. 

 14/8 et 21/8

2. 

 7/4 ou 14/8

3. 

L'étude des « vingt et un »

 7/4 et 3/4

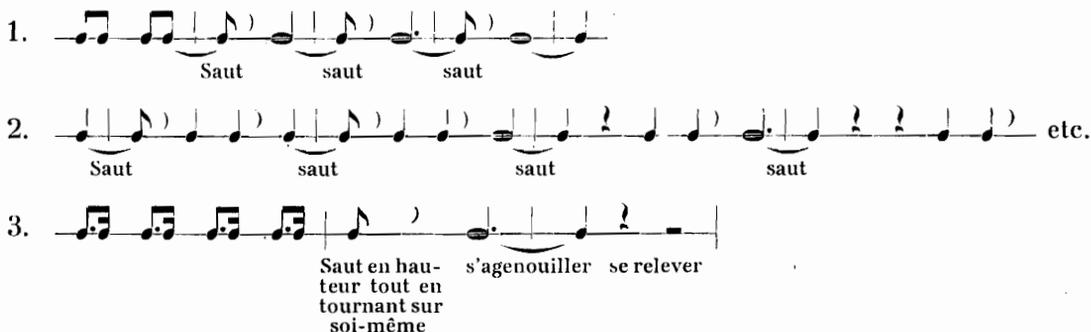
4.  etc.

Exercices plus difficiles. Mêmes exercices que les précédents mais avec des rythmes. Par exemple : Chaque mesure a la même durée ; l'élève ne décompose pas les longues durées, syncopes exceptées.

5. 



Sauts



Les silences

Chaque silence peut avoir deux causes différentes :

1^o La fatigue.

2^o La nécessité de préparer une accentuation ou une reprise de thème.

Ces deux causes peuvent être combinées.

Exemples :



A la reprise de la mesure suivante la préparation se fait au dernier moment du dernier temps Le mouvement a été interrompu par la fatigue.



La 3^{me} blanche est forte encore, le repos se fait brusquement sur le 7^{me}; sur le 8^{me} la préparation commence.



Le repos se fait déjà sur le 6^{me} temps, pendant la flexion de la 3^{me} blanche. Préparation pendant les 7^{me} et 8^{me} temps.



La préparation est brisée sur le dernier temps par une recrudescence de fatigue.

(Employer la respiration. Etudier ces silences aussi en des exercices *isolant chaque membre*, etc.)

Double ou triple vitesse et lenteur des anacrouses



Respiration

(Voir pages 18 et 19, vol. I.)

Nous n'emploierons que les nouveaux rythmes susceptibles d'être interprétés avec la respiration.

Par exemple: etc.

Exercice de chant. Prendre une forte respiration lente, puis serrer les poings et contracter tout le corps de bas en haut, en appuyant vigoureusement la plante des pieds sur le sol, puis chanter une note quelconque, *en appuyant le son sur la résistance* du corps entier, et en économisant le souffle.

Autre exercice. Aspirer comme dans l'exercice précédent, puis chanter *ff* une note. De temps en temps le corps cède (diminuendo de contraction) et la voix le suit.

N. B. Les signes des 2^{me} et 3^{me} mesure sont des indications de nuances dynamiques, non de respiration.

Indépendance des membres

1. Les mains frappent l'une contre l'autre
Les pieds marchent sur place

2. Bras
Pieds sur place

3. Bras
Pieds sur place

Quand bras et pieds se retrouvent ensemble pour l'accent fort métrique, faire un saut en hauteur.

N. B. Les bras peuvent interpréter des rythmes à l'aide des gestes de la mesure. Si le rythme à interpréter contient 5 notes, l'on se sert des notes de la mesure à 5 temps, etc.

Thèmes à réaliser avec les bras :

a) 4 gestes b) 7 gestes

c) 6 gestes 6 gestes

Idem en changeant de bras. Les pieds marchent les

Thèmes à interpréter : une note avec le pied, la note suivante par un geste de bras ou un frappé de mains.

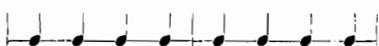
1. 2. 3.
4. 5.

N. B. Pendant le geste, il faut songer à préparer le pas suivant.

Volonté spontanée

1. Gestes de tête — frappé des mains — frappé des pieds au commandement du maître :

etc.
Tête! main! pieds! tête!

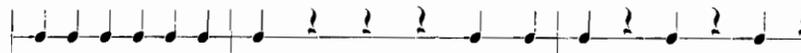
2.  Marcher et battre la mesure. A hop! se coucher à terre, compter mentalement plus loin ; à hop! se relever, battre la mesure et marcher.

3.  hop! un saut de côté.

4.  Au commandement : *Deux!* marcher une fois 
 » » : *Trois!* » » » 
 » » : *Quatre!* » » » 
 » » : *Hop!* sautiller une fois.

5. Un élève dirige. Les autres élèves marchent des  , les bras levés latéralement. Quand l'élève soliste indique sur n'importe quel temps un accent pathétique, les autres élèves font un sautillé.

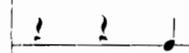
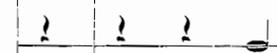
Exemple :  etc.

6. A hop! un  etc.
 hop! hop! hop! hop! hop! hop!

Le même exercice en arrière.

7. Le maître indique aux élèves rangés en ligne un rythme quelconque à exécuter avec des pas et un geste (ou deux gestes).

Par exemple :

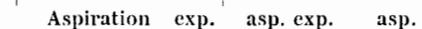
Pieds  ou  ou  etc.
 Geste  ou  ou  etc.

Le maître joue au piano 3 mesures dans un tempo quelconque et dans un style particulier ; à la 4^{me} mesure, les élèves exécutent leur rythme dans le tempo et le style donnés.

Exercices d'audition

1. Le maître joue des $\ominus \cdot$ — A la 3^{me}, les élèves marchent pendant sa durée, un rythme donné. Par exemple : 

2. Contrepoint avec respiration sur la 2^{de} moitié de chaque durée :

Pieds  etc.
 Contrepoint avec respiration 
 Aspiration exp. asp. exp. asp.

N. B. Au lieu d'une respiration on peut se servir d'un mouvement *du torse*.

3. Contrepoint en , par exemple :



N. B. Le thème peut être interprété avec des gestes, tandis que les pieds contrepointent.

4. Les élèves notent les rythmes entendus.

5. Les élèves réalisent les rythmes avec mesures alternées imprimés à la fin de ce volume.

Improvisation

Variations. 1. Un élève invente un thème anacroustique. Un 2^{me} élève le répète avec une petite variante. Un 3^{me} élève le répète avec une 2^{me} variante.

Par exemple :  etc.

2. Un élève invente un rythme dans lequel figure une fois le groupement 

Par exemple : 

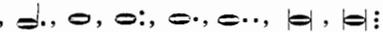
La classe répète le thème.

3. Un élève improvise une ou deux mesures renfermant des accents *pathétiques*.

4. Un élève improvise une mesure simple qu'il répète en chantant. Il emploie pour cela les notes de la gamme de do.

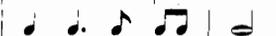
5. Improviser librement en chantant et marchant simultanément.

Interprétation de thèmes donnés à l'aide des mouvements de jambes des rondes

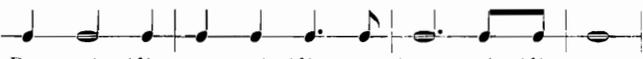
Tous les rythmes ne renfermant pas plus de 9 notes peuvent être interprétés par les mouvements de jambes qui servent à diviser les 

Par exemple : le thème |  | renfermant 3 notes, sera interprété par les 3 mouvements de jambes de la .

Le thème : |  | par les 5 mouvements de jambes de la .

Le thème : |  | par les 7 mouvements de jambes de la .

Interprétation de thèmes donnés à l'aide de gestes alternés des bras, mouvements du torse, de la tête et des jambes

Par exemple : 
Pas geste tête pas geste tête pas torse geste tête pas

Ou encore le maître indiquera à l'avance aux élèves une série de gestes et attitudes qui leur servira à réaliser le thème donné.

Décomposition de mouvements lents

1. bras pendants bras droit en avant bras droit va un peu à dr. bras gauche en avant à droite bras droit à gauche bras gauche

pied gauche pied droit pied gauche pied droit

2. bras pendants bras droit en avant bras gauche en avant laisser tomber les bras bras gauche bras droit

pied gauche pied droit pied gauche pied droit pied gauche pied droit

3. tête baissée et bras pendants bras droit en avant tête en arrière bras gauche en avant bras gauche de côté tête baissée en avant bras droit de côté

pied gauche pied dr. pied g. pied dr. attitude de lutte pied g. pied dr.

4. *Lento.* tête baissée et bras pendants bras droit en avant bras gauche en avant tête en arrière

pied gauche pied droit pied gauche pied droit pied gauche

bras en avant tête en arrière bras gauche de côté bras droit de côté tête baissée

pied droit pied gauche pied droit pied gauche pied droit

5. bras baissés les deux bras en avant les deux bras croisés les deux bras s'écartent les bras retombent

pied gauche pied droit pied gauche pied droit pied gauche

Exercices de direction

1. Un élève dirige, *accelerando*, *ritardando*, *crescendo* et *decrecendo*.
2. Un élève dirige avec des mouvements de longueurs différentes. Les autres élèves imitent les mouvements.
3. Les élèves sont divisés en deux groupes. Un élève dirige un thème donné en en faisant exécuter les phrases tantôt par un groupe, tantôt par l'autre. Le thème est chanté.



4. Les élèves sont divisés en deux groupes. Un élève placé entre les deux groupes dirige une mesure à 2 temps pour le groupe 1 et une à 3 temps pour le groupe 2. Puis il change les mesures à sa guise.

Exercices libres

1. Les élèves sont groupés au fond de la salle. Le maître joue un rythme accentué tel que $\left| \begin{array}{c} \bullet \\ \bullet \\ \bullet \end{array} \right| \left| \begin{array}{c} \bullet \\ \bullet \\ \bullet \end{array} \right|$ ou $\left| \begin{array}{c} \bullet \\ \bullet \\ \bullet \\ \bullet \end{array} \right|$, d'abord *pianissimo* puis en lent *crescendo* jusqu'au *ff*. Les élèves interprètent d'abord sur place par de petits mouvements du poignet, puis du bras, du torse, de tout le corps se balançant d'avant en arrière et vice versa, jusqu'au moment où, au *ff* les jambes entraînées par le poids du corps, commencent à danser le thème.

2. *La gamme*. Sept élèves exécutent l'un après l'autre un fragment du thème suivant :



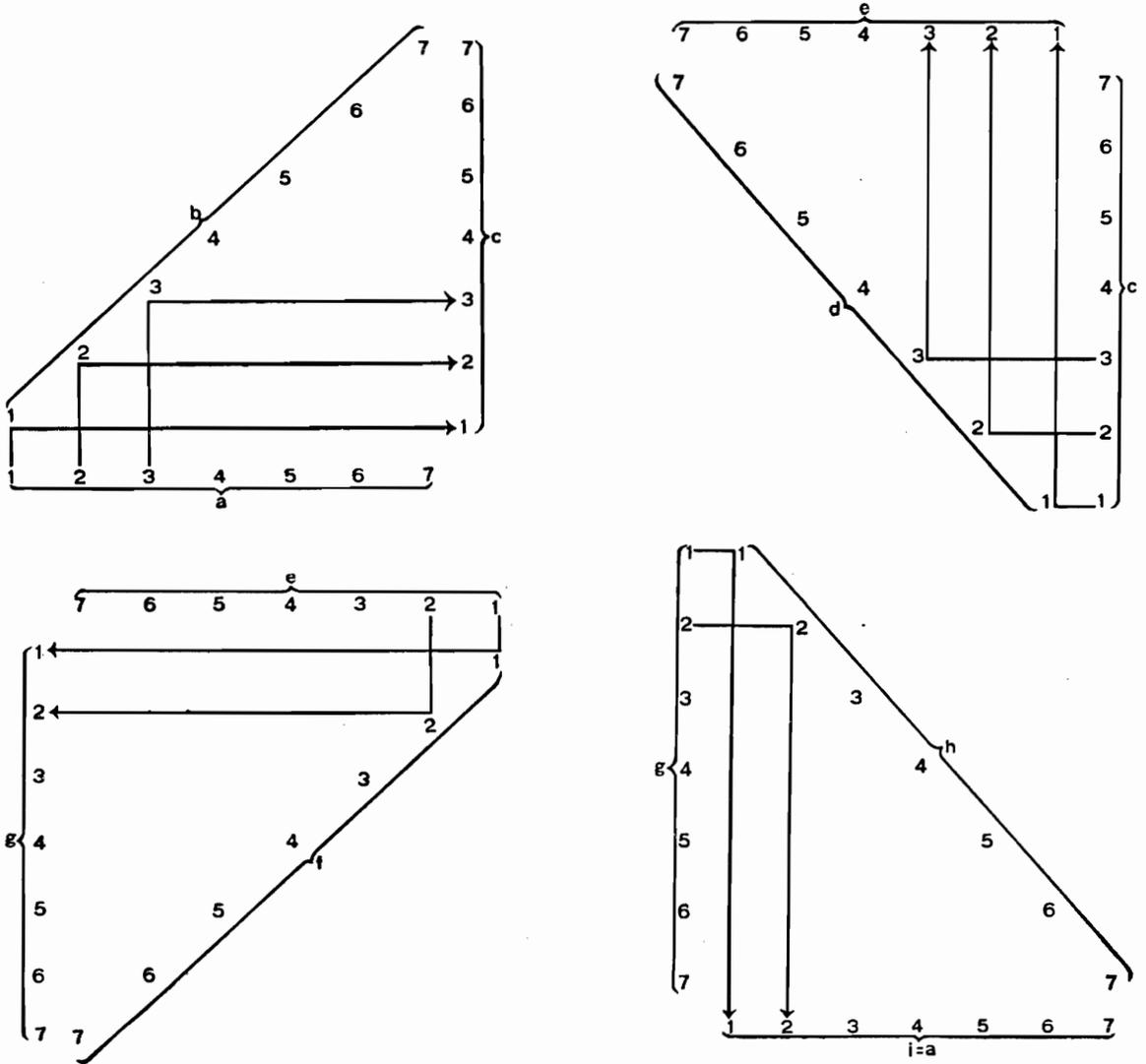
Puis le 7^{me} élève, devenu le 1^{er}, recommence le même exercice. Les autres élèves sont assis à terre et chantent :



A la première répétition : $\left| \begin{array}{c} \bullet \\ \bullet \\ \bullet \end{array} \right| \left| \begin{array}{c} \bullet \\ \bullet \\ \bullet \end{array} \right|$ etc.
do⁸ si do⁸ si la

Pendant la 1^{re}, 3^{me}, 5^{me}, 7^{me} exécution du thème donné les élèves lèvent, pendant la 2^{me}, 4^{me}, 6^{me}, 8^{me} exécution du thème donné les élèves baissent le bras de sorte que les 7 élèves

après chaque exécution du thème se trouvent former tantôt une ligne oblique, tantôt une ligne droite, avec tantôt les bras levés, tantôt les bras baissés. Après 8 exécutions (a-c) l'on se retrouve au point de départ.



Canon à 4 voix pour 8 élèves

A

B

C

D

The musical score consists of two systems of four staves each. The first system contains rhythmic exercises with various note values and rests, including some with fingerings (1, 2, 3, 4) and slurs. The second system continues the exercises and concludes with a double bar line and the word 'Fine'.

Quatre paires d'élèves sont rangées les unes derrière les autres. Puis ils décrivent, dans l'espace les lignes de mouvements suivantes (en marchant ou en courant).

The diagram shows a vertical scale on the left with letters D, C, B, A from top to bottom, each appearing twice. Arrows point downwards from the top and upwards from the bottom. To the right are two sets of movement lines. The first set shows two parallel paths with three loops each, starting from a point labeled 'A' at the bottom. The second set shows two parallel paths with three loops each, starting from a point labeled 'A' at the top.

A la fin de la première ligne de mouvement A commence le thème pour la 3^{me} fois.

A la fin de la deuxième ligne, A A fait pour la 4^{me} fois les 3 derniers pas  du thème. Avec le dernier pas coïncide aussi le dernier pas des autres voix.

N. B. La façon de sautiller sera établie à l'avance.

Voir : 1° *Marches rythmiques* pour chant et piano. Nos 27 à 41. (N° 780 de l'Édition Jobin & C°).

2° *Exercices de Plastique animée* (N° 1528 de l'Édition Jobin & C°).

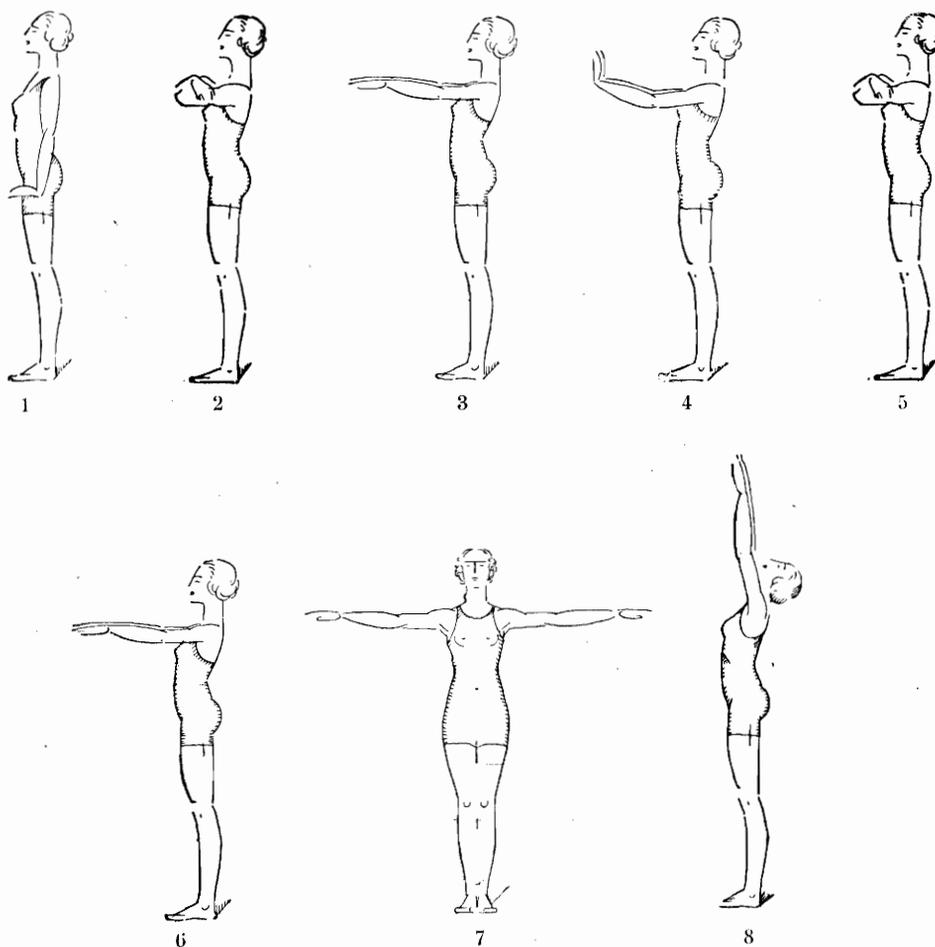
CHAPITRE VII

LA MESURE A HUIT TEMPS

Exercice de marche en battant la mesure

Exercice préparatoire

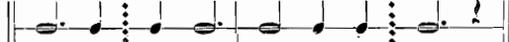
De *un* à *cinq*: Comme dans la mesure à 7 temps. De *cinq* à *six*: Les bras se tendent en avant à la hauteur des épaules. De *six* à *huit* (jusqu'à *un*): Comme pour les temps *cinq* à *sept* dans la mesure à 7 temps.



8/4

1. a)  b) avec croches. c) avec doubles croches, de plus toutes les formes anacrousiques.

2. 

3.  4. 

5.  etc. etc.

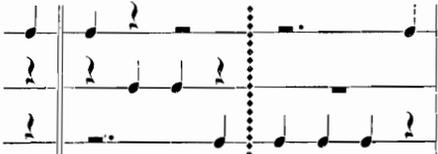
Exercices plus difficiles avec accentuations secondaires

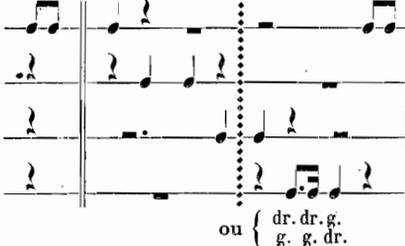
a) Un bras bat à 8/4. L'autre bras bat à 4/2.

b) Un bras bat à 8/4. L'autre bras bat à 2/1.

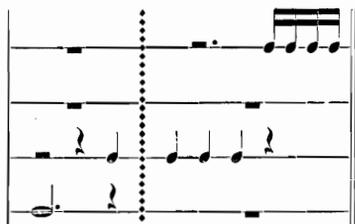
6.  7. 

Périodes et silences

1. Les bras : Bras droit. 
 Bras gauche.
 Les pieds.

2. La tête (de haut en bas). 
 Frapper dans les mains : m. g. dans la m. dr.
 m. dr. dans la m. g.
 Sautiller.
 ou { dr.dr.g.
 g.g.dr.

3. La tête (deg. à dr. et dr. à g.) 
 Frapper dans les mains :
 main g. dans la main dr.
 main dr. dans la main g.
 Courir.



Les périodes et les phrases

Les césures (temps de repos ou de *contraste*) peuvent consister en :

- a) Une mesure de silence.
- b) Une mesure en mouvement plus vif ou plus tranquille.
- c) Une mesure en double ou triple lenteur ou vitesse.
- d) Une nouvelle mesure contenant un nouveau rythme.
- e) Un changement en la composition du rythme.
- f) La répétition des dernières mesures.
- g) La répétition du dernier motif.
- h) Interprétation du finale rythmique comme commencement de la phrase suivante.
- i) La répétition *et* le développement de la phrase précédente.
- k) L'allongement d'un des éléments du rythme.

L'étude de huit mesures

$2 \times 4 = 8.$

4.

5.

$4 \times 2 = 8.$

6.

7.

$3 + 3 + 2 = 8.$

8.

$2 + 3 + 3 = 8.$

9.

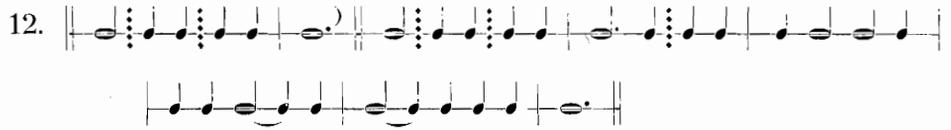
$3 + 2 + 3 = 8.$

10.

$5 + 1 + 2 = 8.$

11.

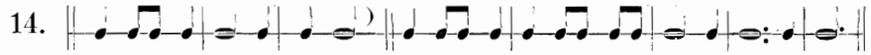
2 + 6 = 8.



5 + 3 = 8.



3 + 5 = 8.



Durées prolongées et divisées

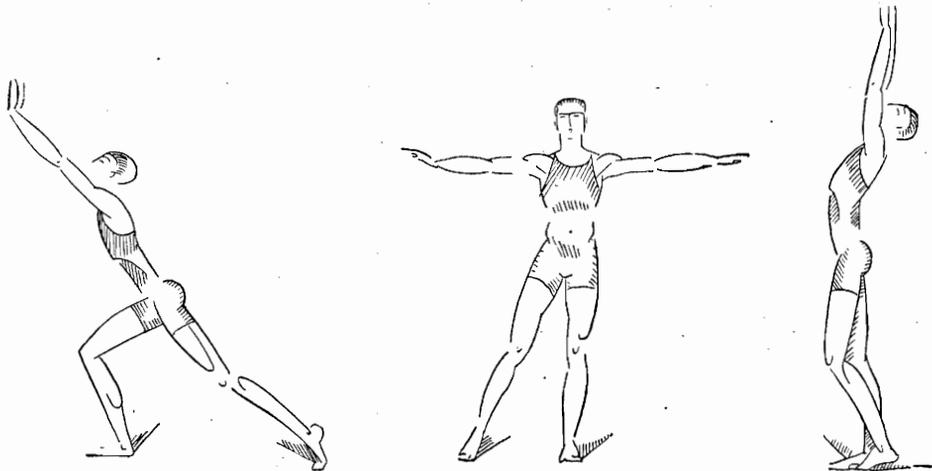
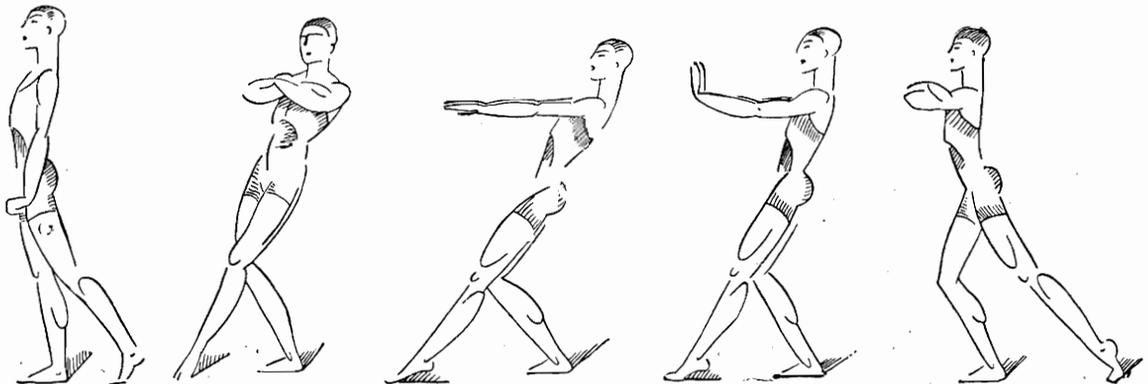
Ronde à 8 temps

Octuple longueur et huitième de longueur

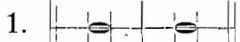
Exécution : 1, 2, 3, 4, 5. Comme dans la ronde à 7 temps.

6. Jambe pesante, croisement en arrière ; jambe légère, flexion.

7, 8. Comme 6 et 7 dans la ronde à 7 temps.



Ronde à 24/8  Même exécution que dans la ronde à 7 temps.

1. 

2. 

3. 

L'étude des vingt-quatre

Voir *Etude de six et de douze*, page 4.

24  formant une mesure à 8 temps.

 =  24/8 1. 

24  formant une mesure à 6 temps.

 =  6/2 2. 

24  formant une mesure à 4 temps.

 =  12/4 3. 

24  formant une mesure à 3 temps.

 =  3/1 4. 

Mesures alternées {
 Quatre mesures à 2 temps.
 Deux mesures à 4 temps.
 Une mesure à 8 temps.

 1. 

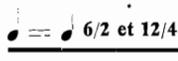
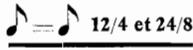
 2. De 3/8 à 24/8 et vice-versa.
 etc.

Idem avec des rythmes

Exemple : 3. 

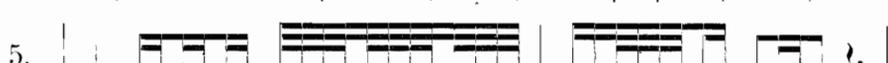
4.  etc.

Exercices plus difficiles

 5. 
 7.  etc.

Double vitesse des doubles croches (triples croches)

 Triples croches  Huitième de soupir

1. 
2. 
3. 
4. 
5. 
6. 

Double vitesse et double lenteur de rythmes donnés

(sans décomposition des longues durées)

1° Avec unité de mesure

(Les bras ne prennent pas part au changement de tempo.)

Les pieds marchent le rythme donné :

Une fois dans le tempo le plus lent
Deux fois en double vitesse
Quatre fois en quadruple vitesse
Huit fois en octuple vitesse

} dans la même durée de temps.

4/2 1. 

4/4 2. 

3. 

2° Avec mesures alternées (Exercices plus difficiles)
(Les bras prennent part au changement de tempo.)

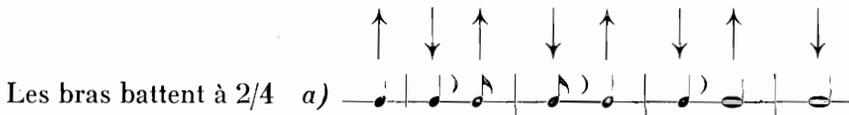
4. 

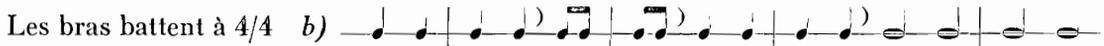
5. 

3° Avec thèmes anacrousiques (Exercices plus difficiles)
(Les bras prennent part au changement de tempo.)

Le changement de tempo commence *avec l'anacrouse*. Il en résulte une mesure exceptionnelle.

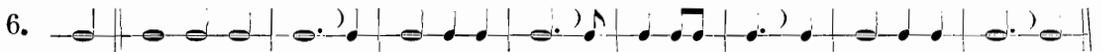
Exercices préparatoires.

Les bras battent à 2/4 a) 

Les bras battent à 4/4 b) 

c) 

Les bras battent à 8/4.

6. 

7. 

Double vitesse de syncopes isolées

1. 

2. 

3. *Lento.* 

4. 

5. *Lento.* 

Respiration

1. Adapter à la respiration les nouveaux rythmes les plus faciles.

Lento.  etc.

Action de la respiration sur les mouvements

2. S'agenouiller tête baissée puis faire une inspiration profonde agissant de telle sorte qu'elle force le corps à se relever.

Avant l'aspiration le corps est entièrement décontracté.

3. a) Une forte aspiration force la cuisse à se lever.
b) » » » un ou deux bras à se lever.
c) » » » le torse fléchi à se redresser.
d) » » » à faire un pas en avant ou en arrière.
e) » » » provoque une innervation musculaire du corps entier.
f) » » » force les bras à se croiser ou à se lever, etc.

4. L'élève sautille les 2 premières mesures, puis s'arrête à la 3^{me}, fait une forte aspiration dans une position indiquée à l'avance, puis fait l'expiration sur la 4^{me} mesure.

N. B. Pendant l'expiration, l'on peut tourner le torse à droite ou à gauche et aspirer d'un côté plus que de l'autre.



5. Pendant l'inspiration : se *figurer* avoir en mains un *élastique assez fort*, tenu par les deux extrémités, puis étirer cet élastique, un bras se tendant dans un sens, l'autre dans un autre, — ou encore un bras fixe et l'autre s'éloignant.

Pendant l'expiration : faire le geste propre à détendre l'élastique.



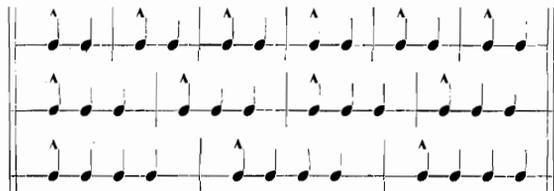
Indépendance des membres

Voir *Etude de douze*, page 4.

1. Incliner et relever la tête.

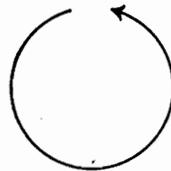
Frapper dans les mains.

Marcher sur place.



Lorsque arrive le moment où toutes les accentuations s'effectuent à la fois, faire un saut.

2. Bras gauche.

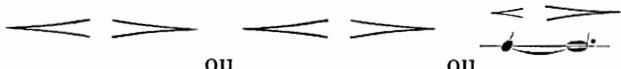


Bras droit.

Pieds sur place.

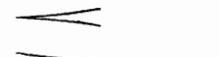


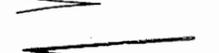
3. Crescendo d'innervation dans un membre pendant un diminuendo d'innervation dans un autre.

a) Bras.  etc.

Cuisses ou mollets.  etc.

Idem haut du bras et main de l'autre bras, etc.

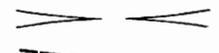
b) Bras droit.  etc.

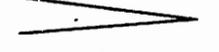
Bras gauche.  etc.

Jambes.  etc.

Idem avec d'autres membres, aussi le diaphragme.

c) Bras droit.  etc.

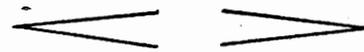
Bras gauche.  etc.

Jambe droite.  etc.

Jambe gauche.  etc.

Cuisse droite.  etc.

Cuisse gauche.  etc.

Fesses.  etc.

Respiration.  etc.

Volonté spontanée

sf = \wedge = sforzando.

1. *Accents pathétiques.* — L'élève marche une mesure donnée. A hop! il accentue soit avec les pieds, soit avec les bras (ou la tête, ou par la respiration) un des temps faibles, ou encore renforce l'accentuation d'un temps fort.



hop! hop! hop! hop! hop!

2. Les élèves marchent une mesure donnée.

a) A hop! ils font un  ou  ou  en arrière.

b) » » une demi-pirouette.

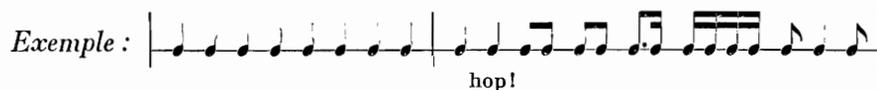
» » une pirouette.

c) » ils exécutent une formule rythmique quelconque donnée à l'avance.

Exemple : (étant donné le rythme )



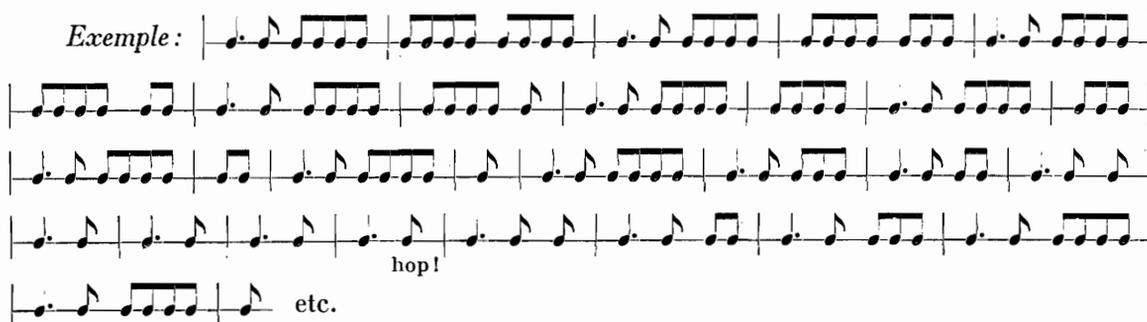
d) Les élèves marchent une mesure à 8/4. A hop! ils terminent la mesure par des rythmes improvisés.



e) Les élèves marchent un thème donné. A hop! ils marchent en arrière jusqu'au hop! suivant, qui les force à marcher de nouveau en avant.



f) Etant donné le thème  enlever à la deuxième reprise la dernière croche et reprendre le thème au début, et ainsi de suite jusqu'à ce que ne subsiste plus que la formule . Un hop! force alors l'élève à reconstituer petit à petit le thème par l'adjonction de croches nécessaires.



Exercices d'audition

Le maître joue, puis les élèves réalisent :

1. Des rythmes avec peu de notes et de longs silences.
2. Des rythmes avec des *accelerando* et *ritardando*.
3. Des rythmes avec des accents pathétiques.

4. Des rythmes avec des mesures alternées.

5. Des rythmes avec des mesures dynamiques.

Voici diverses manières de nuancer des rythmes :

a) 

b) 

c) 

Division de longues durées en durées brèves ou en rythmes

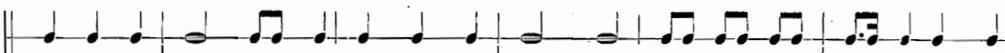
6.

Le maître  1^{re} fois : lento.
L'élève  2^{me} fois : presto.
3^{me} fois : allegretto.
etc.

7.

Le maître  etc.
L'élève 

8. Réalisation sans arrêt de deux mesures alternées.

Le maître 
L'élève 

Two systems of musical notation. The first system has two staves: the top staff contains a sequence of notes and rests, including a triplet of eighth notes; the bottom staff contains a similar sequence. The second system also has two staves, with the top staff featuring a triplet of eighth notes and the bottom staff containing a sequence of notes and rests.

9. Le maître joue un rythme rapide servant de contrepoint à un rythme caché. L'élève trouve le thème.

a) Le maître

L'élève

Contrepoint de doubles croches.

Two staves of musical notation. The top staff is labeled 'Le maître' and contains a rapid rhythmic pattern of eighth notes. The bottom staff is labeled 'L'élève' and contains a slower rhythmic pattern of quarter notes. The text 'Contrepoint de doubles croches.' is written below the student's part.

b) Le maître

L'élève

Two staves of musical notation. The top staff is labeled 'Le maître' and contains a rapid rhythmic pattern of eighth notes. The bottom staff is labeled 'L'élève' and contains a slower rhythmic pattern of quarter notes.

Contrepoint de doubles croches, etc.

Two staves of musical notation. The top staff is labeled 'Le maître' and contains a rapid rhythmic pattern of eighth notes. The bottom staff is labeled 'L'élève' and contains a slower rhythmic pattern of quarter notes. The text 'Contrepoint de doubles croches, etc.' is written below the student's part.

10. Le maître joue deux mesures simultanément. L'élève contrepointe la première voix en ♩ avec les mains, puis la seconde en ♩ avec les pieds, puis les deux mesures simultanément avec les mains et les pieds.

A B

Le maître

L'élève

Mains

Pieds

Two systems of musical notation. The first system has three staves: the top staff is labeled 'Le maître' and contains two measures of music, labeled 'A' and 'B'; the middle staff is labeled 'L'élève' and contains two staves, 'Mains' and 'Pieds', with the 'Mains' staff containing a rhythmic pattern of quarter notes and the 'Pieds' staff containing a rhythmic pattern of quarter notes. The second system has three staves: the top staff is labeled 'Le maître' and contains two measures of music; the middle staff is labeled 'L'élève' and contains two staves, 'Mains' and 'Pieds', with the 'Mains' staff containing a rhythmic pattern of quarter notes and the 'Pieds' staff containing a rhythmic pattern of quarter notes.

11. Le maître joue un thème lent. L'élève contrepointe chacune des notes de ce thème par la moitié de sa durée.

Le maître

L'élève

etc.

Two staves of musical notation. The top staff is labeled 'Le maître' and contains a slow rhythmic pattern of quarter notes. The bottom staff is labeled 'L'élève' and contains a rhythmic pattern of eighth notes. The text 'etc.' is written to the right of the student's part.

12. Le maître joue un rythme à 12/8 que l'élève réalise, puis subitement le maître accentue le même rythme à 3/2, et l'élève le réalise à 3/2.

13. Le maître joue un thème plusieurs fois, et l'élève le réalise. A chaque hop! il s'arrête et continue le thème *mentalement*, puis au hop! suivant reprend la réalisation corporelle.

14. Le maître joue une chaîne de rythmes. L'élève la réalise sans arrêt en contrepoint (en noires, croches ou doubles croches).

15. Le maître joue un thème lent. L'élève le réalise sans arrêt en double vitesse et deux fois de suite.

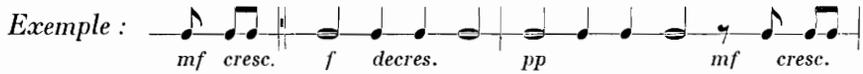
Improvisation

Un élève improvise un thème à 8 temps, par exemple:

Un autre élève répète le thème *sans l'anacrouse*:

La classe répète les deux mesures de suite. Il en résulte des mesures inégales, une à 8 temps, l'autre à 6 temps.

Un troisième élève interprète tout le thème précédent avec phrasé et dynamisme, et la classe le répète avec les mêmes nuances.



Un quatrième élève ajoute les accents pathétiques.

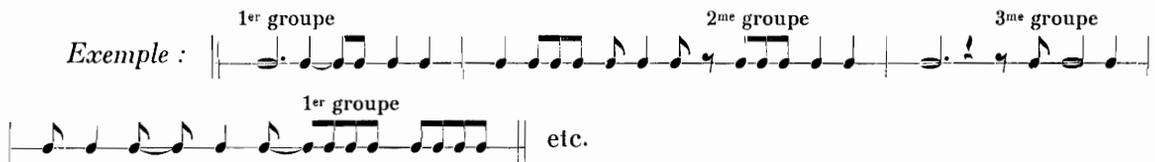


Exercices de direction

1. Un élève dirige en faisant des accents pathétiques, c'est-à-dire qu'il fait sur un des temps un crescendo d'innervation du geste, qui amène un accent sur le temps suivant. Les élèves réalisent ces accents pathétiques, soit :

- a) Par un frappé du pied.
- b) Par une accentuation du bras.
- c) Par une torsion du torse à droite ou à gauche.
- d) Par un mouvement de la tête.
- e) Par une aspiration.
- f) Par l'élévation du corps sur la pointe des pieds (ou par une flexion accentuée des jambes).
- g) Par une flexion du torse en arrière, etc.

2. Les élèves sont divisés en 3 groupes. L'élève qui dirige un thème donné en fractionne l'exécution, indiquant tantôt à un groupe tantôt à l'autre de marcher. Dès que l'ordre est donné à un groupe de marcher, le groupe qui évoluait précédemment s'arrête.



3. Les élèves sont divisés en deux groupes, l'élève dirigeant entre les deux groupes. Celui-ci dirige :

a) Pour le groupe de gauche, une mesure à 4 temps avec des accents pathétiques sur tel temps, et pour le groupe de droite une mesure à 4 temps avec des accents pathétiques sur *un autre* temps, ou encore :

b) A gauche une mesure à 8, à droite une mesure à 6; à gauche une mesure à 4, à droite une mesure à 5; à gauche une mesure à 3, à droite une mesure à 7., etc., etc.



d) e)

Exercise d) shows three staves (A, B, C) with rhythmic patterns. Staff A has quarter notes, B has a triplet of eighth notes, and C has quarter notes. Exercise e) shows similar patterns with some notes beamed together.

Les lignes A et C s'écartent puis se rapprochent à la reprise.

f)

Exercise f) is divided into two sections: 'en arrière' and 'en avant'. Each section has four measures. Staff A has eighth notes, B has quarter notes, and C has eighth notes.

g)

Exercise g) is divided into two sections: 's'agenouiller' and 'se lever sur la pointe en avant'. Staff A has quarter notes, B has quarter notes with the instruction '(B est à genoux)', and C has quarter notes with the instruction '(comme A)'. The second section has similar notation.

h)

Exercise h) is divided into two sections: 'à genoux' and 'se relever'. Staff A has quarter notes with a '2' above the second measure, B has quarter notes, and C has quarter notes with '(comme A)' and a '2' above the second measure.

Continuation of exercise h) showing two staves with eighth notes and quarter notes, labeled 'en arrière'.

4. Canon.

i)

Exercise i) is a canon in three parts (A, B, C) on a treble clef staff. Part A starts with a triplet of eighth notes. Part B starts later with a similar triplet. Part C starts even later with a similar triplet. The notation includes various rhythmic values and accidentals.

Canon (Guldenstein).

j)

Ces canons peuvent aussi être exécutés *en cercles*.

Exercice libre

A = le point de départ commun pour les groupes 1, 2 et 3.

Lignes 1 et 3

Ligne 2

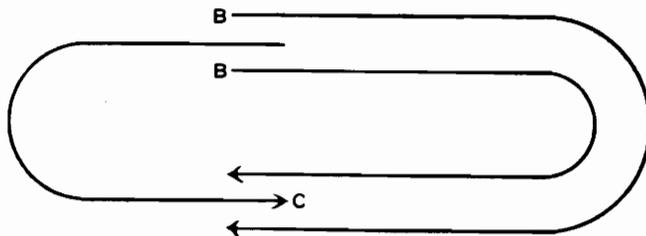
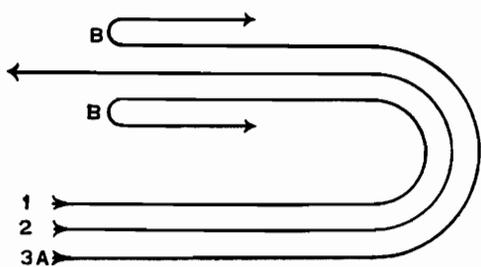
B = le moment où 1 et 3 se retournent. (Voir le dessin un peu plus loin.)

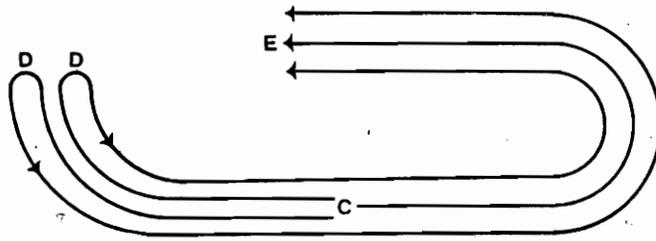
C = point de rencontre pour 1, 2, 3.

D = le moment où 1 et 3 se retournent.

E = Point de rencontre final.

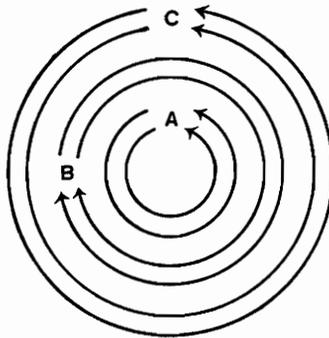
Sur arrêt; sur demi-conversion. Puis reprise dans le sens opposé, en échangeant les rythmes entre chaque groupe. (La façon de sautiller sera imposée à l'avance.)





Un tableau de diverses durées en syncopes

Les élèves sont divisés, deux par deux, en trois cercles. Les \ominus , $\omin�$, \bullet et \blacktriangledown , soit simples, soit syncopés, sont à exécuter par des pas et des flexions, en exceptant les notes désignées par une +, qui ne doivent pas être décomposées.



A musical score for three parts, labeled A, B, and C. Part A is the top staff, Part B is the middle staff, and Part C is the bottom staff. The score consists of two systems of four measures each. The notation includes various rhythmic values such as whole, half, quarter, and eighth notes, as well as rests and syncopations. A plus sign (+) is placed above a note in the first measure of Part A in the second system. The bottom two staves of the second system show more complex rhythmic patterns, possibly for a drum or percussion accompaniment.

Après le dernier pas, l'élève s'agenouille.

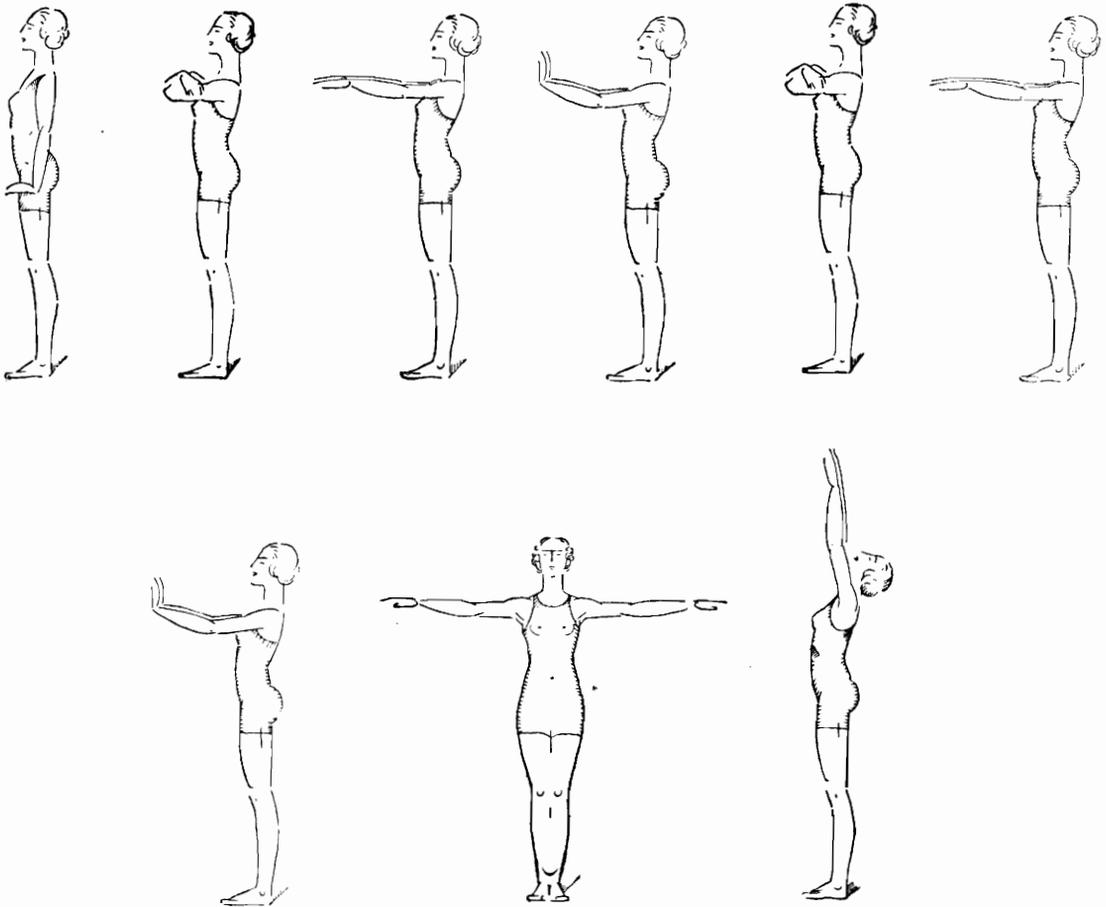
Voir : *Marches rythmiques avec chant et piano*, nos 42-49. Edition Jobin & C^{ie}.
Esquisses rythmiques. Edition Jobin & C^{ie}.
La Plastique animée. Edition Jobin & C^{ie}.

CHAPITRE VIII
LA MESURE A NEUF TEMPS

Exercices de marche en battant la mesure

Exercice préparatoire

De *un* à *six*, comme dans la mesure à 8 temps. De *six* à *sept*, les mains se lèvent en angle droit. De *sept* à *neuf* (jusqu'à *un*) comme de *six* à *huit* (jusqu'à *un*) dans la mesure à huit temps.



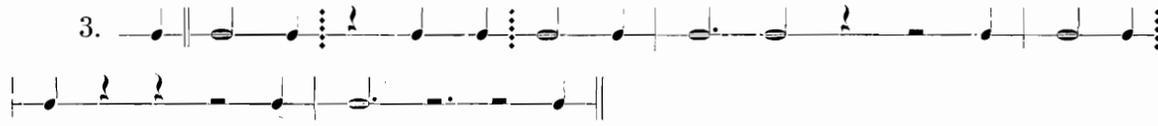
9/4

1. a)  } De plus : toutes les formes anacroustiques.
 b) avec croches ;
 c) avec doubles croches ;
 d) avec triples croches.

27/8

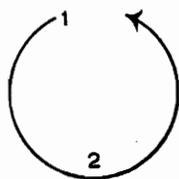
2. 
3. 
4. 

Périodes et silences

1. 
2. 
3. 
4. 

5. Trois mesures à 3/4, sans battre la mesure.

Exercice dit : des bougies.



Sur un de la 4^{me} mesure, s'arrêter de marcher et *fermer les yeux*.

» » » » le 1^{er} élève s'agenouille.

» » 5^{me} » le 2^{me} » »

» » 6^{me} » le 3^{me} » »

» » ...^{me} » le 1^{er} » se relève ou ouvre les yeux.

» » mesure suivante, le 2^{me} élève se relève ou ouvre les yeux, etc.,

jusqu'à ce que tous les élèves se soient relevés.

En se relevant, lever les deux bras au-dessus de la tête (sur 1).

Unité de style

Etant donné un thème A composé de durées différentes, construire 8 mesures en n'employant que les durées contenues dans le thème A, mais disposées de façons différentes, répétées, alternées, etc.

Exemple :

2 éléments :

6. a) 

b) 

c) 

3 éléments :

7. 

3 éléments :

8. 

3 éléments :

9. 

3 éléments :

10. 

3 éléments :



11. 

L'étude de 12 mesures

Périodes et phrases

3 × 4 = 12

1. 

4 × 3 = 12

2. 

5 + 5 + 2 = 12

3^a 

5 + 2 + 5 = 12

3^b Comme 3^a, mais les deux dernières mesures au milieu.

3^c » » » » » » au commencement, etc., etc.

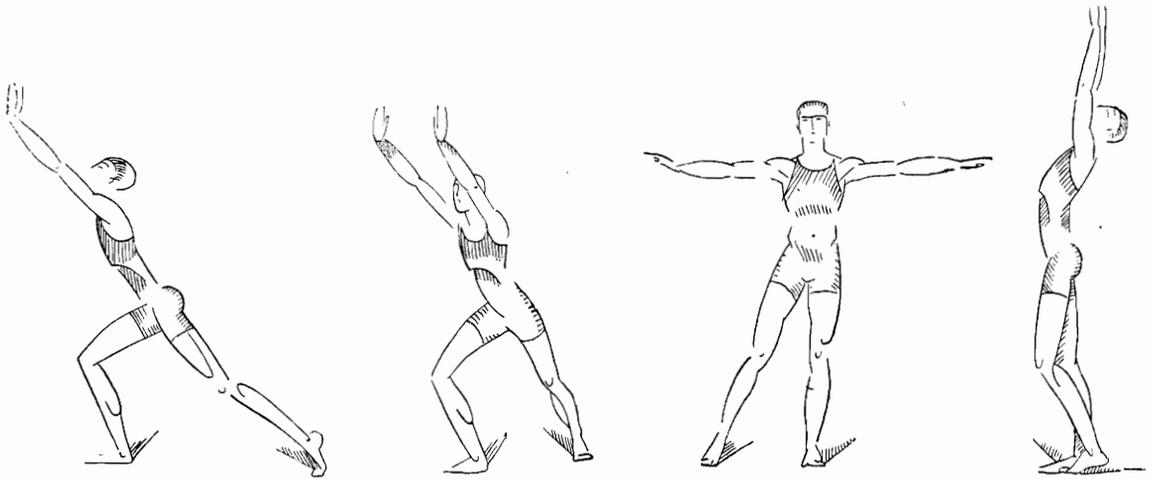
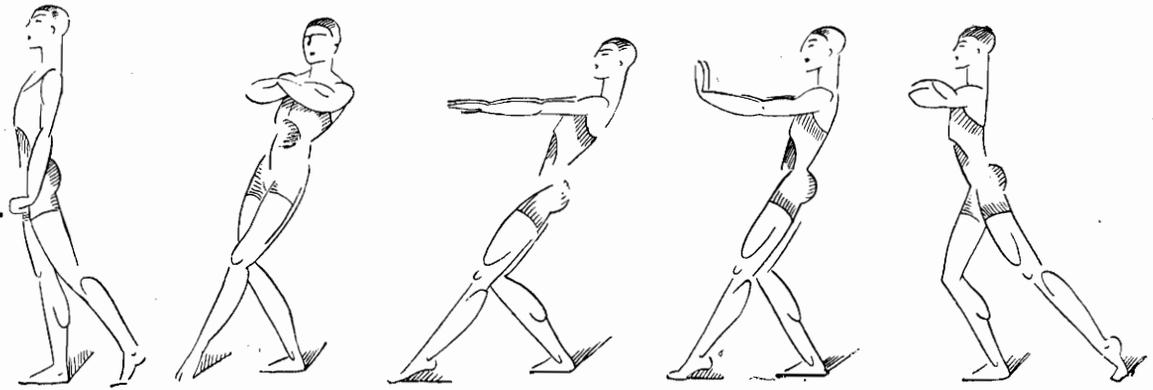
Durées prolongées et divisées

Ronde à 9 temps 

Exécution : 1, 2, 3, 4, 5. Comme dans les rondes à 7 et 8 temps.

6. La jambe légère accentue la fente en arrière ; la jambe pesante fléchit davantage.

7, 8, 9. Comme 6, 7, 8, dans la ronde à 8/4.



Ronde à 27/8  

Même exécution que dans la ronde à 9 temps.

1. 

2. 

3. 

4. 

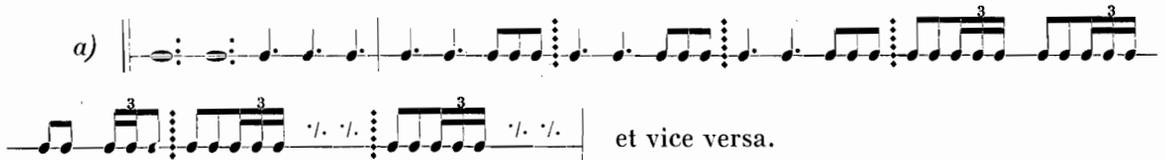


Triple vitesse et triple lenteur de thèmes donnés

(Sans décomposer les longues durées.)

1° *Avec unité de mesure.* — Les bras ne prennent *pas* part au changement de tempo. Les pieds marchent le rythme :

Une fois dans le tempo le plus lent ;
Trois fois dans la triple vitesse ;
Neuf fois dans la nonuple vitesse. } Unité de durée.

a) 

b) 

2° *Avec changements de mesure.* — Reprendre les exercices 1a et 1b. Mais les bras battent chaque nouvelle mesure.

3° *Avec thèmes anacroustiques.* — Le nouveau tempo commence avec l'anacrouse. Les bras battent chaque nouvelle mesure.

a) 

b) 

4° *Idem avec syncopes* (difficile), etc., etc.

Périodes avec mesures de repos de durées inégales

1. 

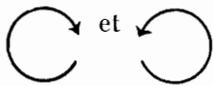
2. 

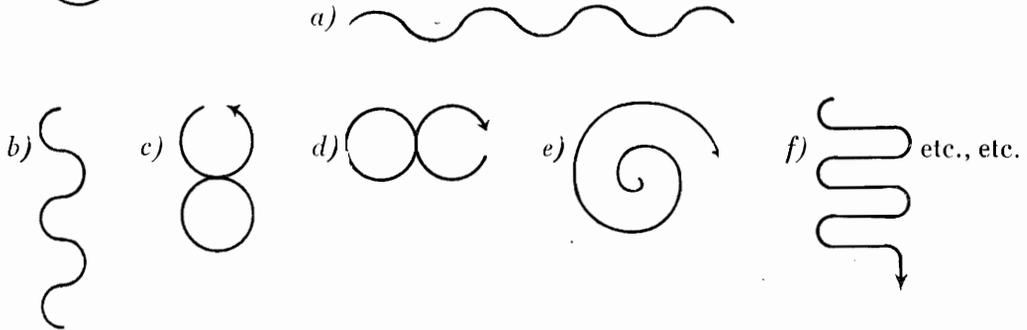
3. 

4. 

3, 4. Comme 1 et 2, mais les bras entrent un temps *plus tôt* que les pieds.

5. Refaire tous les exercices des chapitres précédents en remplaçant les mouvements

et  par les figures suivantes :



Volonté spontanée, inhibition

1. L'élève exécute, en la décomposant, la durée  (bras et pieds). A hop! $\left. \begin{matrix} \text{le bras} \\ \text{le pied} \end{matrix} \right\}$ s'arrête pendant un temps ; il en résulte un *canon*. De même au hop ! suivant, jusqu'à ce que les pieds et les bras se retrouvent ensemble.

2. Répéter l'exercice 1 avec les durées           

3. Les élèves marchent lentement des 

| | |
|--|---|
| Au commandement <i>deux</i> , il exécute |  |
| » <i>trois</i> , | »  |
| » <i>quatre</i> , | »  |
| » <i>cinq</i> , | »  |
| » <i>six</i> , | »  |
| » <i>sept</i> , | »  |
| » <i>huit</i> , | »  |
| » <i>neuf</i> , | »  |
| | »  |

} une fois.

4. L'élève bat et marche une mesure à 5 temps. A hop ! il saute un geste tout en conservant l'accentuation sur le 1^{er} temps. C'est ainsi que tour à tour seront accentués sur le temps 1 les gestes 2, 3, 4 et 5.

5. Idem avec les rondes marchées.

Exercices d'audition et de réalisation

Le maître joue des thèmes. L'élève marche le contrepoint de ces thèmes.

1. a) En triolets. b) En doubles croches. c) En sautillant.

Exemple : Le maître

L'élève

g. g. d.

Le maître

L'élève

2. L'élève réalise avec les bras (gestes dans la mesure) un thème donné, tandis que les pieds marchent des croches.

Gestes de la mesure 3/4

Bras

Pieds

ou

etc.

Division en plus petites durées

1^{re} fois, allegretto ; 2^{me} fois, adagio ; 3^{me} fois, allegro molto, etc.

3. Le maître

L'élève

4.

Le maître

L'élève

etc.

Syncopes

A réaliser et étudier la période suivante :



Triple et quadruple lenteur d'un thème donné en vitesse par le maître

Le thème est joué plusieurs fois, et à hop ! l'élève l'exécute deux, trois ou quatre fois plus lentement.

Quadruple lenteur.

1. *Vite.*
Le maître L'élève Exercise 1: The master plays a rapid quadruple eighth-note pattern. The student plays the same pattern at a much slower tempo.

Quadruple lenteur.

2. *Vite.*
Le maître L'élève Exercise 2: The master plays a rapid quadruple eighth-note pattern with a triplet of eighth notes. The student plays the same pattern at a much slower tempo.

Triple lenteur.

3. *Vite.*
Le maître L'élève Exercise 3: The master plays a rapid triple eighth-note pattern. The student plays the same pattern at a much slower tempo.

Quadruple lenteur.

4. *Vite.*
Le maître L'élève Exercise 4: The master plays a rapid quadruple eighth-note pattern. The student plays the same pattern at a much slower tempo.

Triple lenteur.

5. *Vite.*
Le maître L'élève Exercise 5: The master plays a rapid triple eighth-note pattern. The student plays the same pattern at a much slower tempo.

Triple lenteur.

6. *Vite.*
Le maître L'élève Exercise 6: The master plays a rapid triple eighth-note pattern. The student plays the same pattern at a much slower tempo.

Appogiatures

Les appogiatures inférieures sont d'un demi-ton :



Les élèves marchent trois par trois, se donnant la main, chantant une série d'accords donnés. A hop! (ou selon un rythme convenu) la 1^{re} voix (ou la 2^{me}, ou la 3^{me}) chante une appogiature supérieure ou inférieure qu'elle interprète plastiquement en faisant un pas plus long en avant tandis que ses deux partenaires s'arrêtent, puis en s'arrêtant pendant la résolution de l'appogiature, tandis que les 2 partenaires réalisent par un pas cette résolution.

Exemple :

Suite d'accords devant être appogiaturés



Autre procédé. — Les élèves marchent 1 à 1, en cercle, les bras croisés sur la poitrine. Le maître joue une suite d'accords. A hop! il joue une appogiature que chaque élève interprète en s'arrêtant et en remplaçant le pas par un geste des deux bras. Sur la résolution de l'appogiature, il fait un pas puis continue à marcher. Les deux bras gardent l'attitude et au hop! suivant font un autre geste. (Se servir des gestes de la mesure à 5 ou 6 temps.)

Ou encore s'arrêter, interpréter l'appogiature par un mouvement de tête ou une respiration, puis faire un pas pour interpréter la résolution de l'appogiature.

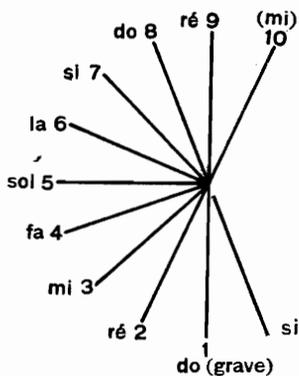
Retards

Les élèves marchent trois par trois, se donnant la main, chantant une série d'accords. A hop! (ou selon un rythme convenu) une des voix chante un retard qu'elle interprète plastiquement en s'arrêtant tandis que ses 2 partenaires continuent à faire un pas en avant. Pendant la résolution du retard, les 2 partenaires s'arrêtent et la personne qui chante le retard fait un pas pour rejoindre ses voisins :

Intervalles et accords

Les élèves sont placés sur quatre lignes :

| | | | | |
|-----------|------|-------------------|---------|--|
| * | * | * | * | |
| * | * | * | * | |
| * | * | * | * | ou |
| * | * | * | * | basses, barytons, 2 ^{es} ténors, 1 ^{er} ténors |
| * | * | * | * | basses, ténors, alti, soprani |
| | | | | |
| contralti | alti | mezzo- soprani | soprani | |



Les 4 voix avancent simultanément et en ligne droite tant qu'elles chantent des *unissons*, et indiquent les hauteurs de sons par les 9 mouvements de bras indiqués page 9 (1^{er} volume). (L'on peut ajouter un degré N° 10, bras levés en arrière de la tête. L'on peut aussi interpréter le *si* grave par un geste des bras baissés en arrière du corps.)

Chaque intervalle est traduit par un pas plus ou moins long.

Seconde min. = pas N° 1.

Quarte = pas N° 4.

Seconde maj. = pas N° 2.

Quinte = pas N° 5.

Tierce = pas N° 3.

Sixte = pas N° 6 (chiffre exceptionnel).

Lorsqu'un grand intervalle est à chanter, le poids du corps s'incline en avant. — Pour les intervalles *ascendants*, pas *en avant*. Pour les *descendants*, pas *en arrière*. Et c'est ainsi que dès que les 4 lignes d'élèves chanteront des accords, il se formera, grâce au mouvement des bras et aux pas différents, des groupements et des lignes d'une grande variété.

Exemples :

1.

2.

Mesures inégales avec unité de croches ou doubles croches

Réaliser et noter les exercices de la fin du volume.

Exercices à deux voix

Le maître joue un thème à deux voix (la voix supérieure avec la main droite, la voix inférieure avec la main gauche).

L'élève frappe la voix supérieure dans ses mains ; il marche la voix inférieure.

1. 

2. 

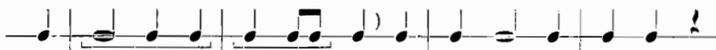
3.  etc., etc.

Notation. — Les élèves notent les rythmes étudiés pendant la leçon.

Improvisation

Un élève improvise :

1. Un thème avec phrasé et nuances dynamiques.
2. Un thème avec triple vitesse ou lenteur d'un *fragment de motif*.

Exemple : 

Lento
ou bien : 

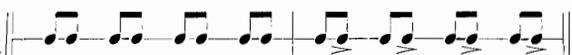
3. Un thème avec syncopes.
4. Un thème avec des durées devenant dans chaque mesure plus *courtes*.
5. Un thème avec des arrêts réalisés par la respiration.
6. Un thème avec des agenouillements, marche en arrière, sauts, pirouettes, etc.

La classe répète les motifs improvisés.

Exercices de direction

1. Un élève dirige : Des rythmes en double ou triple vitesse ou lenteur. *a)* En commençant par le 1^{er} temps. *b)* En commençant par une anacrouse.

2. Un thème très rapide avec des accents pathétiques indiqués par des mouvements du poignet.

Exemple: 

ou:  etc., etc.

Méodies dirigées par les élèves avec le corps entier

(Non pas seulement avec les bras.)

Une mélodie est étudiée par cœur par les élèves. L'un d'entre eux l'interprète avec nuances et phrasé de son invention et les élèves font les nuances vocales que la direction leur indique. Il s'agit pour le dirigeant de trouver les gestes et les attitudes corporelles propres à traduire intelligemment sa conception individuelle de la mélodie.

Exemples de mélodies à diriger avec le corps

1. 

2. 

3. 

4. 



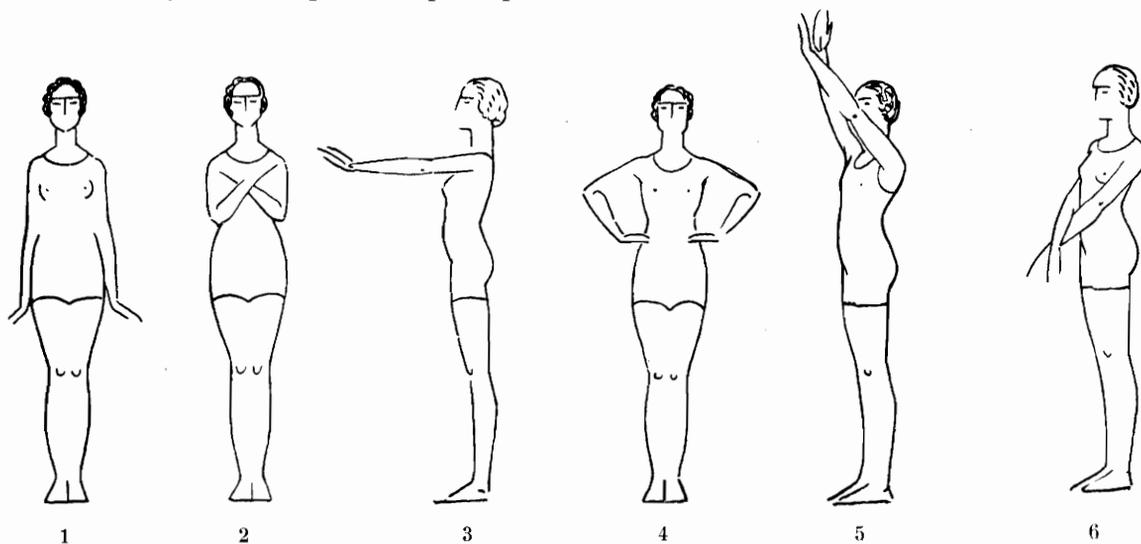
Pour 2 personnes.

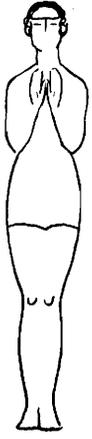


L'on trouvera d'autres mélodies à diriger avec le corps à la fin du volume et dans le livre intitulé *Exercices de plastique animée*.

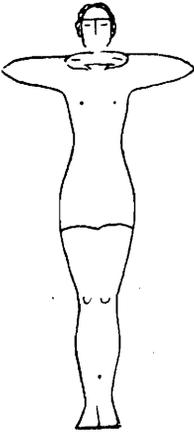
Gestes nouveaux

Voici un tableau de 20 gestes enchainés dont l'étude permettra aux élèves d'acquérir de nouveaux moyens d'interprétation plastique.

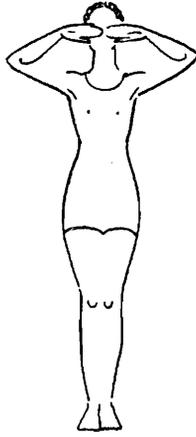




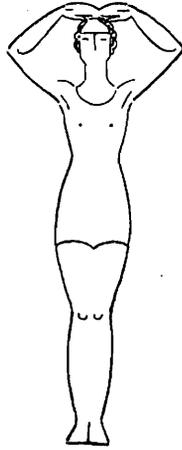
7



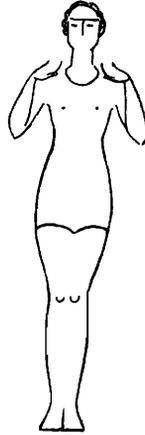
8



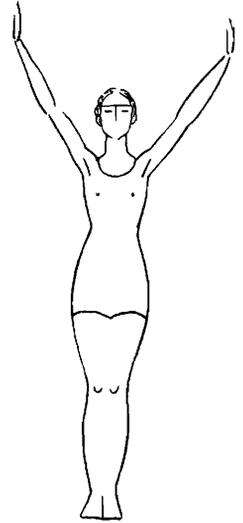
9



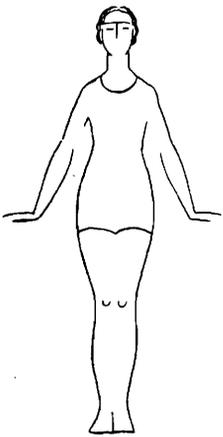
10



11



12



13



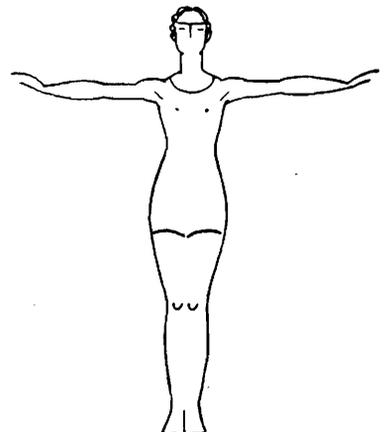
14



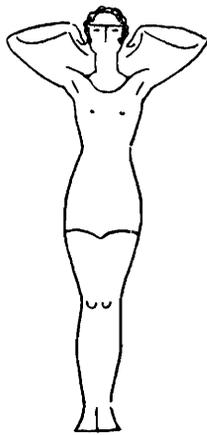
15



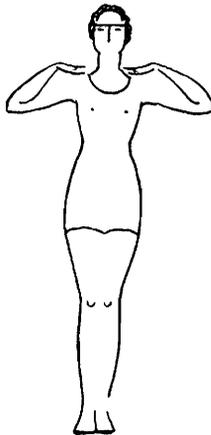
16



17



18



19

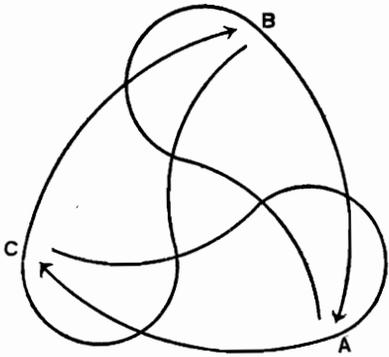


20

Pendant la course  lever les bras avec flexion progressive du dos et de la tête en arrière.

Au moment de l'arrêt  baisser lentement les bras de côté jusqu'à la ligne horizontale.

 Variante du rythme précédent.



Cette variante succède immédiatement au premier thème. Elle est exécutée 2 fois en forme de canon et selon les indications des lignes de la figure ci-contre.

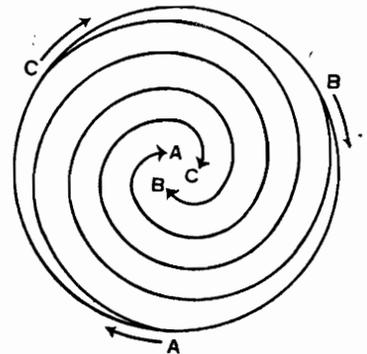
Sautillé de 4^{me} espèce.

Tout de suite après, les premiers des 3 groupes, les enfants a, b, c, vont par une ligne en forme de spirale jusqu'au centre (point central).



Sautillé de 1^{re} espèce.

Au moment de la rencontre de a, b, c au centre, attaquer le rythme suivant :



Le sautillé alterne : une fois, 1^{re} espèce (le haut du corps fléchi en avant) ; une fois, 4^{me} espèce (le haut du corps fléchi en arrière).

Les  sont à exécuter : une fois, le haut du corps fléchi en arrière ;
 » » » » » en avant.

Voici le canon en son entier :



A musical score for a canon in three parts. The score is divided into four systems. The first system consists of three staves. The second system also consists of three staves. The third system consists of three staves, with the top staff labeled 'Aa', the middle staff labeled 'Bb', and the bottom staff labeled 'abc' and 'ABC'. The fourth system consists of two staves. The score includes various musical notations such as notes, rests, and bar lines.

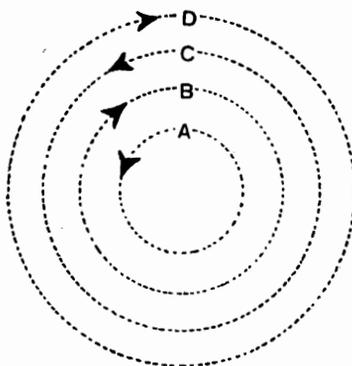
Le même canon, en un plus petit espace :

A musical score for a canon in three parts, labeled A, B, and C. The score is divided into three systems. The first system consists of three staves, with the top staff labeled 'A', the middle staff labeled 'B', and the bottom staff labeled 'C'. The second system consists of three staves. The third system consists of three staves. The score includes various musical notations such as notes, rests, and bar lines.



Autre jeu

Les enfants sont partagés en quatre cercles, les uns dans les autres, A, B, C, D.



Le cercle A exécute le rythme suivant :



Sautiller, les bras levés, chaque élève donnant les mains à son voisin de gauche et de droite

s'agenouiller et baisser le torse et les bras

se relever en levant les bras et, une fois debout, pencher le torse en arrière

Le cercle B exécute le même rythme en commençant à la 2^{me} mesure.

» C » » » » 3^{me} »

» D » » » » 4^{me} »

Au début, les quatre cercles sont agenouillés.

Le même jeu peut s'exécuter ainsi en six mesures :



S'agenouiller comme plus haut

se relever en levant les bras

pencher le torse en arrière, les bras suivant le mouvement

Voir : *Marches rythmiques avec chant et piano*, Nos 50 à 84.

Exercices de plastique animée.

Esquisses rythmiques pour piano.

3. **Chaînes de périodes.** — Le maître joue un certain nombre de mesures formant des périodes. L'élève, qui commence à réaliser au commandement : Hop! se trouve avoir à mémoriser non pas seulement un rythme d'une mesure, mais le nombre de rythmes correspondant à une période. *Exemple :*

Le maître

L'élève

hop!

Idem avec des périodes construites avec deux thèmes (A et B) et terminées chacune par une mesure de silence de longue durée ou de contraste.

4. **Chaînes en double vitesse et lenteur.** — A supposer qu'il s'agisse de mesures à quatre temps, le maître joue sur les 3^{me} et 4^{me} temps un rythme que l'élève doit exécuter en double lenteur sur les temps 1, 2, 3 et 4. *Exemple :*

Le maître

L'élève

Ou le contraire : Le maître joue un rythme à quatre temps et l'élève l'exécute en *double vitesse* sur les 1^{er} et 2^{me} temps de la mesure suivante. *Exemple :*

L'élève

Le maître

Idem, trois fois plus vite ou plus lentement. *Exemple :*

Le maître

L'élève

Ou encore :

Le maître

L'élève

5. Chaînes de temps inégaux.

6. **Chaînes** dans lesquelles les bras reproduisent, *une mesure plus tard*, le rythme d'abord réalisé par les jambes.

Le maître

L'élève

pieds

bras

7. **Chaînes** au cours desquelles l'élève doit réaliser, une mesure après le maître, simultanément le *thème et son contrepoint* (pieds et mains frappant l'une dans l'autre).

Exemple :

8. **Chaînes** réalisées par l'élève à deux temps de distance.

Exemple :

Le maître

L'élève

Idem, avec réalisation à un temps de distance.

Le maître

L'élève

etc.

9. **Chaînes avec chant.**

Le maître

L'élève

10. **Chaînes expressives.** — Le maître joue un thème expressif que l'élève réalise à la mesure suivante, en s'attachant surtout à en donner une interprétation expressive.

Exemple :

p *f* *f* *f* *f* *p*

11. **Chaînes avec polyrythmie.**

Exemple :

Le maître

L'élève

etc.

12. **Chaînes de deux mesures.**

Exemple :

Le maître | | etc.
L'élève | | etc.

13. **Chaînes de gestes**, avec réalisation plastique. — Un élève soliste improvise des gestes qu'un groupe d'élèves imitent, la mesure suivante. Le maître joue au piano des mesures égales, cherchant à suivre l'élève soliste en les nuances de ses gestes.

14. **Chaînes**, au cours desquelles les élèves interprètent en marchant *en avant* les rythmes joués par la main droite du pianiste, et à *reculons* ceux qu'il joue dans la partie inférieure du clavier.

15. **Chaînes** de mesures alternées à 2, 3, 4, 5, 6 temps, etc.

Contrepoint

1. Un rythme étant donné, l'élève le chante en employant les notes de la gamme de *do*, ou de n'importe quelle autre gamme, et contrepointe ce thème avec des noires marchées. A hop ! il marche le rythme et le contrepoint en chantant.

Exemple :

Hop !

2. Chaque note du thème est contrepointée par des syncopes marchées, en double vitesse.

Exemple :

etc.

3. Le maître joue une chaîne de rythmes ; l'élève la réalise *sans arrêt* en contrepoint (ou).

Exemple :

Le maître | |
L'élève | | etc.

4. Chaque note d'un contrepoint est réalisée : la première, par un mouvement du bras, la suivante, par le pied, ou par la tête, le torse, etc.

5. Les élèves contrepointent un thème donné d'une façon libre, en cherchant avant tout par leurs pas et attitudes à établir des contrastes avec le rythme établi.

Exemple :

Thème : 

Contrepoints : 

etc.

6. Un thème étant donné par le maître et contrepointé en ♩ par les élèves, ceux-ci, au commandement hop ! le contrepointent en ♪.

Exemple :



etc.

7. Contrepointer un thème donné avec des quintolets, sextolets ou septolets, etc.

Exemple :



etc.

8. A contrepointer les divers temps d'un thème alternativement avec des quintolets et des septolets :



9. Deux élèves se donnent la main. L'un réalise un thème donné à l'avance, l'autre le contrepointe. Le premier élève entraînant l'autre par la main le force à suivre une direction donnée, le fait reculer, tourner autour de lui, etc.

Exemple : 

Le même exercice est à exécuter, l'élève qui contrepointe, ayant les yeux fermés.

10. Des gestes donnés sont contrepoinés par la voix et par les pieds :

Doubles et triples vitesses et lenteurs

1. Thèmes que l'élève réalise avec les deux bras et les pieds, puis, au commandement *hop!* en double ou triple vitesse ou lenteur avec les pieds ou avec *un* bras.

2. Le maître joue des noires en une mesure quelconque. Au commandement : *hip!* l'élève double la vitesse d'une des noires ; au commandement : *hop!* il en double la lenteur.

Idem en *triple* vitesse ou lenteur.

3. L'élève exécute les 20 gestes avec les deux bras. Au commandement, ou selon des rythmes marqués à l'avance, *un des bras* fait les gestes en double ou triple vitesse ou lenteur.

4. Des rythmes sont interprétés par les bras et les pieds, avec des respirations réglant la mesure. Au commandement, les pieds et les mains continuent à réaliser leur rythme, mais la respiration double de vitesse ou de lenteur.

5. Un rythme étant donné, composé de plusieurs éléments rythmiques différents, au commandement, un de ces éléments est doublé ou triplé de vitesse ou de lenteur.

Exemple :

6. Un thème rythmique est composé de syncopes. Au commandement, une des syncopes est doublée ou triplée de vitesse ou de lenteur.

Exemple : etc.

7. Mains et pieds réalisent les 5 noires d'une mesure à 5 temps. Au commandement, une main (ou les pieds) marchent en double vitesse.

Exemple : etc., et le contraire.

8. Les deux bras réalisent un thème rythmique nuancé dynamiquement.

Exemple :

Au commandement, un des bras le réalise en double vitesse, tout en conservant les nuances primitives :

Tous les exercices précédents peuvent être réalisés par des élèves marchant sur trois files, et l'une des files, au commandement, part en double ou triple vitesse ou lenteur.

| | | |
|---|---|---|
| * | * | * |
| * | * | * |
| * | * | * |
| 1 | 2 | 3 |
| ∇ | ∇ | ∇ |

9. Le maître donne à réaliser aux élèves un thème avec temps inégaux. Au commandement, les élèves réalisent le temps isolé suivant en double ou triple vitesse ou lenteur.

10. Le maître joue une ronde trois fois. Puis l'élève réalise un rythme trois fois dans la durée donnée.

11. L'élève exécute avec les deux bras une série de 5 des 20 gestes, puis en quintuple la vitesse dans un bras, pendant que l'autre continue dans le mouvement initial.

Exemple :

Autres séries : 18, 4, 17, 5, 16 ; 6, 15, 7, 13, 8 ; 12, 9, 11, 10, 18, etc.

12. Le maître joue 5 mesures à 5 temps ; l'élève les exécute cinq fois plus vite dans l'espace d'une seule mesure.

Exemple :

ou vice versa.

13. Etant donnée une suite de rythmes à six temps, l'élève, au commandement : *hop!* double la vitesse ou la lenteur des trois premiers temps, ou triple la vitesse ou la lenteur des trois derniers.

4. Une phrase est chantée par l'élève et réalisée en canon par les bras, à l'aide de gestes. *Exemple :*



5. Le maître fait étudier aux élèves 4 différents petits rythmes,



puis il se sert de ces éléments rythmiques divers pour construire une série de phrases que l'élève cherche à réaliser « d'oreille ».



Inhibition

1. Battre 4 contre 3, ou marcher 4, tandis que l'on bat 3. Au commandement: hop! sauter un geste.

Idem à 3 contre 2, 5 contre 3, etc.

2. Battre à 3 temps avec la main gauche et 3 en double vitesse avec la main droite. A hop! sauter un geste.

3. Courir des croches, à 2, se donnant la main. Le maître crie deux chiffres de 1 à 20 (des 20 gestes); l'élève n° 1 exécute le geste indiqué par le premier des chiffres, et l'élève n° 2 exécute le geste indiqué par le 2^{me} des chiffres. Les deux élèves s'arrêtent, se font vis-à-vis, et s'appliquent à ce que l'attitude de l'un complète celle de l'autre.

Exemple :



Idem avec 3 chiffres et 3 élèves.

Espace

Une phrase est interprétée par divers groupes dirigés par un soliste. Celui-ci fait intervenir d'un geste tel groupe ou tel autre, qu'il dirige en avant, de côté, en arrière, fait agenouiller, etc.



(Voir les mélodies à diriger, à la fin du volume.)

Exercices de « plastique animée » sur terrain plane ou sur escalier

Voir les deux volumes parus chez MM. Jobin & C^{ie}, éditeurs, Lausanne, et accompagnés de deux volumes d'*Esquisses rythmiques* pour piano.

Nota

Toutes les indications précédentes ne sont formulées que dans l'intention de guider le professeur de rythmique en ses recherches d'exercices nouveaux. Le troisième volume de *Rythmique* donnera tout un choix d'exemples de nouvelles combinaisons rythmiques, définitivement ordonnées et développées.

La marche, le geste et le chant

Le maître appliquera à *la voix* (gammes chantées et articulées) tous les exercices de rythmique susceptibles d'être ainsi transformés (exercices de volonté spontanée, inhibition, contrepoint, phrasé, double vitesse et lenteur, etc.). Dans les exercices de dissociation de mouvements, il remplacera par la voix, soit les bras, soit les jambes, soit la tête, etc.

La rythmique et le piano

Dans l'étude des *instruments*, le maître adaptera aux bras ou aux doigts tous les exercices de la méthode. Ils sont, sans exception, susceptibles d'être transformés en exercices de technique instrumentale, et ils constituent le « pont » entre les études de rythmique intégrale (rythmisation de l'organisme entier) et celles de piano, violon, orgue, etc., dans lesquelles le rythme est spécialisé dans telle ou telle autre partie du corps.

Dans la série d'exemples imprimés à la fin du volume, sous le titre d'Exercices rythmiques à l'usage des pianistes, un certain nombre d'exercices rythmiques sont appliqués à l'étude de 5 degrés conjoints de la gamme, sans utiliser le passage du pouce. Les mêmes

exercices peuvent être appliqués à l'étude des intervalles, aux enchaînements d'accords plaqués, brisés ou arpégés.

Les maîtres de piano se rendront compte des ressources nouvelles considérables que ces exercices apportent à la technique du clavier, en habituant les doigts aux alternatives de silence et d'attaque, aux dynamismes opposés, aux mouvements dissociés, aux durées inégales, à l'exercice des nuances agogiques des lignes contraires et des combinaisons et oppositions de touchers différents.



LA RYTHMIQUE

APPLIQUÉE A L'ÉTUDE DU PIANO

Quiconque connaît la Rythmique pour l'avoir pratiquée avec persévérance et dans le temps nécessaire, reconnaîtra que l'instrumentiste — qu'il soit pianiste, violoniste ou « souffleur », — doit retirer de ses études non seulement un profit exclusivement *musical*, mais encore d'inappréciables avantages au point de vue de la *technique instrumentale*.

Il a manqué jusqu'à aujourd'hui un *pont* entre l'enseignement de la Rythmique et celui des instruments. Très peu de professeurs de piano connaissent nos exercices spéciaux ayant pour but l'harmonisation des instincts corporels et spirituels, l'éducation des centres nerveux et la rythmisation intégrale de l'individu. Ils ne savent donc pas utiliser les connaissances de l'élève rythmicien, en vue de l'enseignement spécialisé qu'ils sont chargés de lui donner. Mais il est à prévoir que tôt ou tard un virtuose écrira une méthode instrumentale inspirée directement de notre système et en laquelle chacun de nos exercices destinés au corps entier sera appliqué à la gymnastique du bras et de la main. En attendant un essai complet d'adaptation tel qu'il ne peut manquer d'être prochainement tenté par des esprits curieux et chercheurs, nous voulons indiquer brièvement de quelle façon nos exercices rythmiques peuvent être appliqués à l'étude du piano et comment celle-ci peut être très étroitement liée avec l'éducation *générale* qui est l'objet de notre méthode.

Il n'est naturellement pas dans notre intention de donner ici une exposition complète de ce sujet très étendu et divers ; il nous faudrait pour cela publier plusieurs volumes. Nous voulons indiquer seulement quelques fils conducteurs qui pourraient guider le rythmicien en ses travaux d'adaptation et lui permettre de mettre les expériences acquises au cours de ses études au service du jeu de piano et de les employer d'une façon pédagogique.

Il convient tout d'abord d'adopter pour les études techniques instrumentales le principe économique qui régit la gymnastique rythmique et d'après lequel *tout mouvement et toute série de mouvements doivent être effectués avec un minimum de force musculaire*.

L'élève doit par conséquent, *avant même de s'asseoir au piano*, être en possession complète du mécanisme musculaire nécessaire à l'étude de l'instrument, et préparer grâce aux exercices de contraction et de décontraction de la « Rythmique » les muscles de l'épaule, des bras et des mains à toutes les combinaisons synergiques et antagonistes. Au bout d'un certain temps il localisera ces exercices sur le clavier et les continuera jusqu'au moment où il se sentira en

état de vaincre toutes les résistances musculaires et nerveuses inutiles. Ce sont en effet ces résistances inconscientes qui constituent le principal obstacle au libre jeu des mouvements pianistiques.

Voici quelques exemples de ces exercices que nous limitons — dans un but de clarté, de brièveté et de simplicité — à l'emploi des pentacordes.

Main droite

1 2 3 4 5 4 3 2 1

Main gauche

5 4 3 2 1 2 3 4 5

et nous prions le lecteur d'adapter lui-même ces exercices aux autres formes pianistiques usitées.

N. B. — L'exercice du pentacorde peut être utilisé de plusieurs manières suivantes :

1)

ou encore :

dans tous les tons majeurs et mineurs.

2)

et ainsi de suite dans les deux cycles de gammes majeures et mineures.

3)

et ainsi de suite en montant chromatiquement.

EXERCICES

A. Etude des articulations de l'épaule, de l'avant-bras, du poignet et des doigts en mouvements dissociés. Exercices pour l'usage de la pédale

a) Etude des articulations isolées

Articulations de l'épaule (bras) de l'avant-bras du poignet des doigts

Attaque de chaque note par chaque main seule, puis ensuite par les deux mains ensemble.

b) Etude des articulations différemment combinées en mouvements dissociés

Main droite.

Articulations du bras de l'avant-bras du poignet des doigts

Articulations des doigts du poignet de l'avant-bras du bras

Main gauche.

Et ainsi de suite, dans toutes les combinaisons possibles.

c) Articulations différentes des doigts

1) Phalangette doigt à plat phalangette doigt vertical

Chaque main seule, puis les deux mains ensemble.

etc.

Combinaisons

Main droite.

Phalangette doigt à plat phalangette doigt vertical

Doigt à plat phalangette doigt vertical phalangette etc.

Main gauche.

Idem avec diverses combinaisons de mouvements du poignet et de l'avant-bras, etc.

d) L'articulation du poignet dans le jeu legato

Legato

1) Poignet bas poignet haut 2) poignet haut poignet bas

3) haut bas haut bas haut bas haut bas 4) bas haut bas haut bas haut bas haut

Le même exercice est à faire au commandement « haut » et « bas » du professeur. L'élève obéit immédiatement, dans toutes les nuances de vitesse et lenteur, à ce commandement.

Combinaisons

Main droite.

5) Poignet haut bas 6) bas haut bas haut bas haut bas haut

Poignet bas haut haut bas haut bas haut bas haut bas etc.

Main gauche.

e) Mouvements dissociés verticaux et horizontaux

1) ↓ ↑ ↓ ↑ ↓ etc. 2) ↓ ↑ ↓ ↑

etc.

3)

Main g.

Main dr.

Main g.

etc.

4)

etc.

8^a ... loco

etc.

5)

6)

7)

etc.

8)

9) a.

etc.



Au commandement : « gauche », la main gauche joue *staccato*, au commandement « droite » c'est la main droite qui joue *staccato*, tandis que l'autre main continue de jouer *legato*.

f) Schémas d'exercices pour l'emploi de la pédale

Il est à remarquer que dans aucune méthode de piano, l'on ne trouve d'exercices développant la technique de la pédale. Nous en donnons ici quelques modèles. Les musiciens qui désirent écrire un chapitre complet sur ce sujet feront bien de chercher dans les œuvres classiques des phrases nécessitant l'emploi de la pédale et de composer ensuite des exercices appropriés.

1) Les deux mains ensemble



N. B. — Il est nécessaire que l'élève respecte scrupuleusement les valeurs des notes.

6) 7)

Piano

Pédale

etc.

Ces exercices, ou des exercices analogues, sont à convertir également en exercices d'inhibition ou d'incitation.

8)

Piano

Pédale

etc.

A étudier selon des rythmes déterminés (voir les exercices 1 à 7); à imaginer aussi des exercices pour l'emploi des deux pédales. *Exemple :*

Piano

Péd. forte

Péd. douce

etc.

B. L'application à l'étude du piano des exercices métriques et rythmiques proprement dits de la méthode Jaques-Dalcroze

Les exercices précédents sont, en somme, d'une nature technique générale. Dans les suivants nous appliquerons d'une façon plus stricte les principes de notre méthode. Récapitulant tous les principaux sujets traités dans les deux volumes, nous donnerons pour chacun d'eux 2 à 3 exemples de leur adaptation à l'étude du piano, de façon à orienter les élèves rythmiciens dans leurs études instrumentales, et à leur indiquer la façon de faire bénéficier celles-là de leurs expériences générales antérieures.

a) Exercices métriques

I. Accentuations régulières, temps égaux

1) 

2) 

La même accentuation en commençant avec ré, mi, fa, sol, comme dans l'exercice N° 1.

3) 

Et ainsi de suite en accentuant toutes les 5, 6, 7, 8 ou 9 croches, etc.

A appliquer dans tous les tons et tempi, à l'étude des gammes, arpèges, tierces, sixtes, octaves, etc.

Idem avec doigtés différents.

4) 

L'on transformera ces exercices en exercices d'inhibition et d'incitation, l'élève faisant un accent, ou changeant la place de l'accent au *hop!* du professeur, ou encore chaque main aura des accentuations différentes. *Exemple :*

5) 

II. Accentuations régulières, en temps inégaux

1) 

2)

3)

4)

5)

6)

III. Accents irréguliers ; accents pathétiques

L'élève joue ces exercices en accentuant régulièrement les temps égaux ou inégaux. Sur le *hop!* du professeur, il accentue la note suivante.

1)

Même exercice, mais la main droite accentuant la *première* croche suivant le *hop!* et la main gauche accentuant la *seconde* croche.

2)

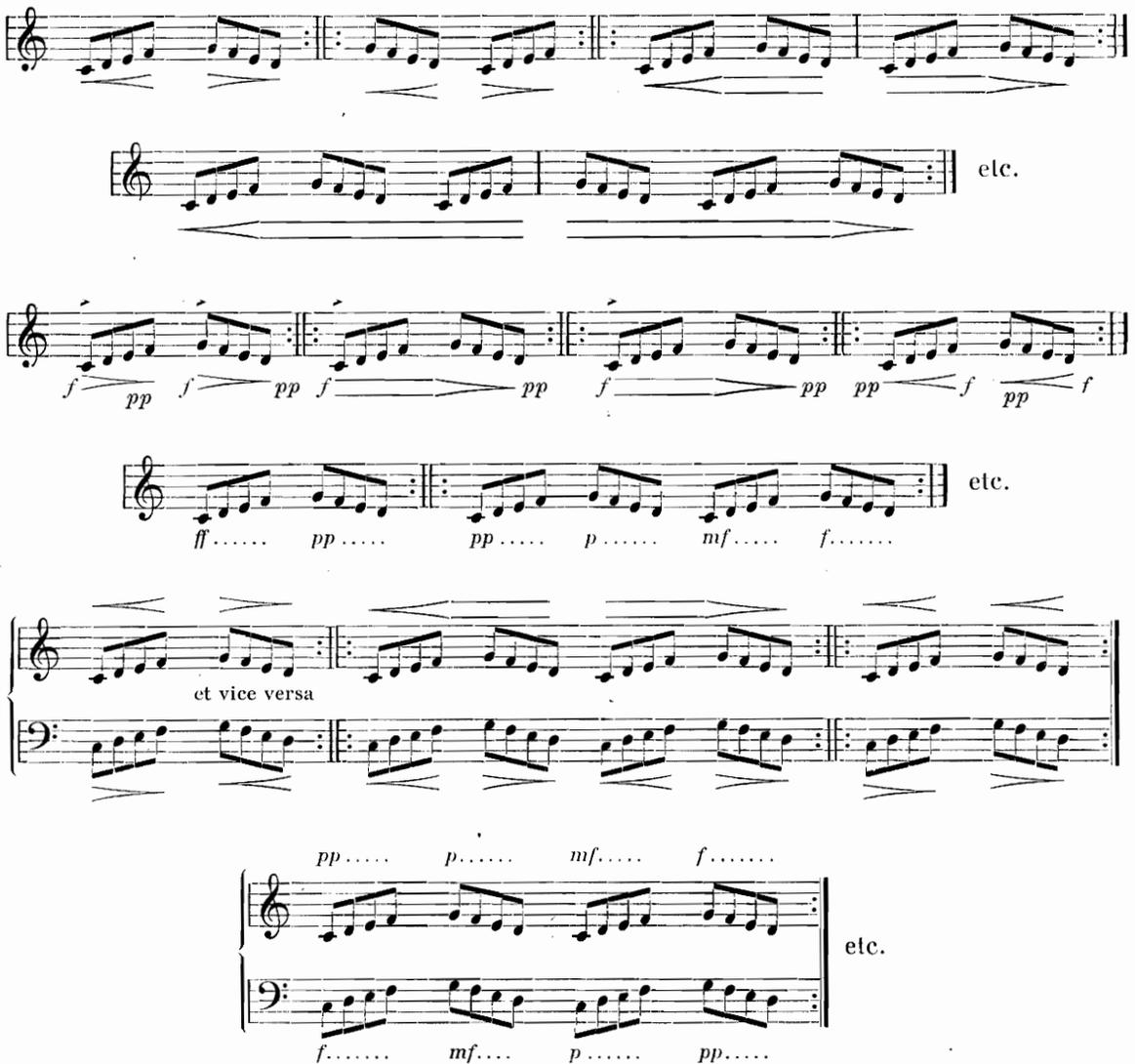
A varier et à combiner avec les exercices précédents.

Les exercices précédents de métrique et d'accentuation sont ensuite à étudier avec des formules rythmiques différentes, au lieu de les exercer en notes égales. *Exemple :*



Musical notation for exercise 1, consisting of two staves. The first staff contains a sequence of eighth-note patterns: a triplet of eighth notes, followed by eighth notes with accents, and ending with a triplet of eighth notes. The second staff continues with similar eighth-note patterns, including triplets, and ends with "etc., etc."

b) La dynamique



Musical notation for exercise 2, focusing on dynamics. It consists of several staves. The first staff shows a single melodic line with dynamic markings: *f*, *pp*, *f*, *pp*, *f*, *pp*, *f*, *pp*, *pp*, *f*, *pp*, *f*. The second staff continues with dynamic markings: *ff*, *pp*, *pp*, *p*, *mf*, *f*. The third staff is labeled "et vice versa" and shows the reverse dynamic sequence: *pp*, *p*, *mf*, *f*. The fourth staff shows the reverse sequence: *f*, *mf*, *p*, *pp*. The notation includes slurs and hairpins to indicate the dynamic changes.

A varier et à combiner différemment, comme les exercices précédents.

c) L'agogique

1. *L'accelerando et le ritardando mathématiques*

Lento

du triolet

du triolet

etc.

Presto

du duolet

du duolet

etc.

f) Les syncopes

1) 2)

Idem en exercice d'incitation (c'est-à-dire syncopes au commandement *hop!*).

3)

4)

g) Double et triple vitesse et lenteur

Exercices d'incitation.

1)

2)

Contrepointer en moitié de valeur.

5)

i) Polyrythmie — Exercices en canon — Durées opposées

I. Polyrythmie

1)

2)

3)

II. Cansons

4)

etc.

5)

etc.

6)

etc.

III. Durées opposées aux deux mains

1) 2 : 3

hop! 3 etc. 1)

2) 3 : 5

3) 3 : 4 4) etc.

5) etc. etc.

6) etc.

7) etc.

1) Le signe : augmente chaque note du quart de sa valeur temporelle.

IV. Durées opposées à une seule main



Il est bien entendu que toutes ces indications d'exercices renoncent à toute valeur harmonique et esthétique et doivent dans les méthodes à venir être révisées dans un sens strictement musical.

Tous les exemples précédents peuvent être variés à l'infini, dès qu'on voudra substituer à l'emploi restreint des pentacordes celui de la gamme, des accords et des arpèges harmoniques. Puissent nos schémas d'exercices rythmiques et nos indications sommaires inspirer aux professeurs spécialisés des exercices rythmiques d'un style nouveau.

MÉTHODE JAQUES-DALCROZE

1. Mesures alternées avec durées inégales

1.

(♩ = ♩ ou ♩ = ♩ ou ♩ = ♩)

*Les élèves improvisent une fin
à chacune de ces périodes.*

The image displays eleven numbered musical exercises, each on a separate staff. The exercises are written in various musical notations, including treble clefs, bass clefs, and different key signatures (one sharp, one flat, two flats, and two sharps). The exercises feature a variety of rhythmic patterns, such as eighth notes, quarter notes, and half notes, often with accents or slurs. Some exercises include rests and dynamic markings. The exercises are numbered 1 through 11, and each ends with the word "etc." indicating that students should improvise a conclusion for each period.

Musical score for 25 measures, numbered 12 to 25. The score is written on a single treble clef staff with various key signatures and time signatures. It includes notes, rests, and dynamic markings.

- Measure 12: Treble clef, key signature of one flat (B-flat), quarter note G4, quarter note A4, quarter note B4, quarter note C5, quarter note B4, quarter note A4, quarter note G4, quarter rest.
- Measure 13: Treble clef, key signature of two flats (B-flat, E-flat), quarter note G4, quarter note A4, quarter note B4, quarter note C5, quarter note B4, quarter note A4, quarter note G4, quarter rest.
- Measure 14: Treble clef, key signature of three sharps (F-sharp, C-sharp, G-sharp), quarter note G4, quarter note A4, quarter note B4, quarter note C5, quarter note B4, quarter note A4, quarter note G4, quarter rest.
- Measure 15: Treble clef, key signature of two flats (B-flat, E-flat), quarter note G4, quarter note A4, quarter note B4, quarter note C5, quarter note B4, quarter note A4, quarter note G4, quarter rest.
- Measure 16: Treble clef, key signature of two flats (B-flat, E-flat), quarter note G4, quarter note A4, quarter note B4, quarter note C5, quarter note B4, quarter note A4, quarter note G4, quarter rest.
- Measure 17: Treble clef, key signature of three sharps (F-sharp, C-sharp, G-sharp), quarter note G4, quarter note A4, quarter note B4, quarter note C5, quarter note B4, quarter note A4, quarter note G4, quarter rest.
- Measure 18: Treble clef, key signature of two flats (B-flat, E-flat), quarter note G4, quarter note A4, quarter note B4, quarter note C5, quarter note B4, quarter note A4, quarter note G4, quarter rest.
- Measure 19: Treble clef, key signature of one flat (B-flat), quarter note G4, quarter note A4, quarter note B4, quarter note C5, quarter note B4, quarter note A4, quarter note G4, quarter rest.
- Measure 20: Treble clef, key signature of one sharp (F-sharp), quarter note G4, quarter note A4, quarter note B4, quarter note C5, quarter note B4, quarter note A4, quarter note G4, quarter rest.
- Measure 21: Treble clef, key signature of one sharp (F-sharp), quarter note G4, quarter note A4, quarter note B4, quarter note C5, quarter note B4, quarter note A4, quarter note G4, quarter rest.
- Measure 22: Treble clef, key signature of two flats (B-flat, E-flat), quarter note G4, quarter note A4, quarter note B4, quarter note C5, quarter note B4, quarter note A4, quarter note G4, quarter rest.
- Measure 23: Treble clef, key signature of two flats (B-flat, E-flat), quarter note G4, quarter note A4, quarter note B4, quarter note C5, quarter note B4, quarter note A4, quarter note G4, quarter rest.
- Measure 24: Treble clef, key signature of two flats (B-flat, E-flat), quarter note G4, quarter note A4, quarter note B4, quarter note C5, quarter note B4, quarter note A4, quarter note G4, quarter rest.
- Measure 25: Treble clef, key signature of two flats (B-flat, E-flat), quarter note G4, quarter note A4, quarter note B4, quarter note C5, quarter note B4, quarter note A4, quarter note G4, quarter rest.

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

Musical score for 14 measures, numbered 40 through 54. The score is written in treble clef and includes various musical notations such as notes, rests, and accidentals. Measure 49 is marked *Moderato*. The key signature changes from two flats (B-flat and E-flat) to three sharps (F#, C#, G#) between measures 41 and 42, and returns to two flats between measures 49 and 50. Measure 53 features three accents (^) over the first three notes.

2. Mélodies à diriger et à interpréter avec le corps

*Ces mélodies sont chantées par l'ensemble des élèves.
Un élève dirigeant indique, à l'aide de gestes, de pas et d'attitudes,
les nuances agogiques et dynamiques.*

1

2

3

NOTA.- Les petites notes servent à indiquer l'harmonie à l'accompagnateur au piano.

6.

4

5

6

7

(Pour deux dirigeants.)

8

9

10

Musical score for exercise 10, consisting of eight staves of music. The key signature is three flats (B-flat, E-flat, A-flat). The piece features a variety of rhythmic patterns, including eighth and sixteenth notes, and rests. It includes several trills marked with a small 'J' and a note, and a triplet of eighth notes. The piece concludes with a double bar line and a final whole note.

11

Musical score for exercise 11, consisting of six staves of music. The key signature is one flat (F). The piece features a variety of rhythmic patterns, including eighth and sixteenth notes, and rests. It includes several trills marked with a small 'J' and a note. The piece concludes with a double bar line and a final whole note.

The first system of music consists of three staves. The first staff begins with a treble clef and a key signature of one flat (B-flat). The melody is composed of eighth and sixteenth notes, with some rests. The second and third staves continue the melodic line, featuring similar rhythmic patterns and some chromatic movement.

12

The second system of music consists of five staves. It begins with a treble clef and a key signature of one flat. The music is characterized by frequent triplets and quintuplets, indicated by the numbers '3' and '5' above the notes. The melody is more complex and rhythmic than the first system.

13

The third system of music consists of six staves. It begins with a treble clef and a key signature of one sharp (F#). The melody is primarily composed of eighth and sixteenth notes, with some rests and ties. The overall style is consistent with the previous systems.

10.

(Deux groupes ou deux solistes.)

14

Musical notation for system 1 of exercise 10, measures 1-4. Treble and bass staves. The treble staff contains a melodic line with accents and slurs. The bass staff contains a rhythmic accompaniment with triplets and accents.

Musical notation for system 2 of exercise 10, measures 5-8. Treble and bass staves. The treble staff continues the melodic line. The bass staff features triplets and accents.

Musical notation for system 3 of exercise 10, measures 9-12. Treble and bass staves. The treble staff has a melodic line with accents and slurs. The bass staff has a rhythmic accompaniment with accents.

Musical notation for system 4 of exercise 10, measures 13-16. Treble and bass staves. The treble staff has a melodic line with accents and slurs. The bass staff has a rhythmic accompaniment with accents.

(Groupes et solistes)

15

Musical notation for system 1 of exercise 15, measures 1-5. Treble and bass staves. Dynamic markings include *pp*, *mf*, *ff*, and *p*. The treble staff has a melodic line with slurs. The bass staff has a rhythmic accompaniment with slurs.

Musical notation for system 2 of exercise 15, measures 6-9. Treble and bass staves. Dynamic markings include *f*, *mf*, and *p*. The treble staff has a melodic line with slurs. The bass staff has a rhythmic accompaniment with slurs and triplets.

First system of musical notation, measures 1-3. The top staff is in treble clef with a key signature of one sharp (F#). The bottom staff is in bass clef. Dynamics include *più f* and *pp*. The music features a melodic line in the upper voice and a more rhythmic accompaniment in the lower voice.

Second system of musical notation, measures 4-6. The top staff is in treble clef with a key signature of one sharp (F#). The bottom staff is in bass clef. Dynamics include *mf* and *p*. The music continues with melodic and accompaniment parts.

(Un soliste et un groupe d'exécutants.)

Third system of musical notation, measures 16-17. The top staff is in treble clef with a key signature of two flats (Bb, Eb). The bottom staff is in bass clef. Measure 16 is marked with a large number '16'. Measure 17 is marked with a large number '17'. The music includes triplets and a *d=d* marking. The notation is dense with many notes and rests.

12.

(Deux solistes ou deux groupes.)

18

19

20

21

Scherzando.

22

Véhément.

23

Musical score for measure 23, featuring six staves of music. The key signature is two flats (B-flat and E-flat) and the time signature is 3/4. The music includes various rhythmic patterns, including triplets and accents.

Chaque membre de phrase est interprété par un groupe ou un soliste.

24

Musical score for measure 24, featuring two staves of music. The key signature is two flats (B-flat and E-flat) and the time signature is 3/4. The music consists of eighth-note patterns.

25

Musical score for measure 25, featuring two staves of music. The key signature is two sharps (F# and C#) and the time signature is 3/4. The music includes first and second endings.

(Groupes et soli)

26

Musical score for measure 26, featuring two staves of music. The key signature is two flats (B-flat and E-flat) and the time signature is 3/4. The music consists of eighth-note patterns.

(Groupes et soli)

27

Musical score for measure 27, featuring two staves of music. The key signature is two flats (B-flat and E-flat) and the time signature is 3/4. The music includes a triplet and a final cadence.

Fin.

D. C.

(Groupes et soli)

28

29

(A interpréter par 2 solistes ou 2 groupes.)

30

The musical score is written for two staves. It begins with a treble clef and a key signature of one flat (B-flat). The time signature is 3/4. The score is divided into six systems, each containing two staves. The first system is marked with the number '30'. The music features a variety of rhythmic patterns, including eighth and sixteenth notes, and several triplet markings (indicated by a '3' above the notes). The piece concludes with a double bar line and repeat dots.

(Deux solistes ou deux groupes.)

31

The musical score consists of six systems, each with two staves. The first system is marked with the number 31. The music is written in treble clef with a 3/2 time signature. The key signature has one sharp (F#). The notation includes various rhythmic values such as eighth, sixteenth, and quarter notes, as well as rests and accidentals. The piece concludes with a double bar line at the end of the sixth system.

18.

(Deux solistes ou deux groupes.)

Leger.

32

First system of musical notation, consisting of two staves. The top staff features a melody with eighth and sixteenth notes, including a triplet of eighth notes. The bottom staff provides a rhythmic accompaniment with eighth and sixteenth notes.

Second system of musical notation, consisting of two staves. The top staff continues the melody with a long slur over the first two measures. The bottom staff continues the accompaniment.

Third system of musical notation, consisting of two staves. The top staff features a melody with eighth notes and rests. The bottom staff continues the accompaniment.

Fourth system of musical notation, consisting of two staves. The top staff features a melody with eighth notes and rests. The bottom staff continues the accompaniment.

Fifth system of musical notation, consisting of two staves. The top staff features a melody with eighth notes and rests. The bottom staff continues the accompaniment.

Sixth system of musical notation, consisting of two staves. The top staff features a melody with eighth notes and rests. The bottom staff continues the accompaniment.

Mélodies à interpréter par des fentes et déplacements du poids du corps.

33

34

35

36

TABLE DES MATIÈRES

| | |
|---|----|
| PRÉFACE | v |
| CHAPITRE V | |
| LA MESURE A SIX TEMPS | 1 |
| CHAPITRE VI | |
| LA MESURE A SEPT TEMPS | 12 |
| CHAPITRE VII | |
| LA MESURE A HUIT TEMPS | 25 |
| CHAPITRE VIII | |
| LA MESURE A NEUF TEMPS | 45 |
| CHAPITRE IX | |
| QUELQUES SCHÉMAS ET SUGGESTIONS OFFERTS AUX PROFESSEURS DE RYTHMIQUE POUR LA COMPOSITION DE NOUVEAUX EXERCICES | 65 |
| LA RYTHMIQUE APPLIQUÉE A L'ÉTUDE DU PIANO | |
| A. ÉTUDE DES ARTICULATIONS DE L'ÉPAULE, DE L'AVANT-BRAS, DU POIGNET ET DES DOIGTS EN MOUVEMENTS DISSOCIÉS. EXERCICES POUR L'USAGE DE LA PÉDALE | 81 |
| B. L'APPLICATION A L'ÉTUDE DU PIANO DES EXERCICES MÉTRIQUES ET RYTHMIQUES PROPREMENT DITS DE LA MÉTHODE JAKUES-DALCROZE | 85 |
| <i>Annexe</i> | |
| 1. MESURES ALTERNÉES AVEC DURÉES INÉGALES | 1 |
| 2. MÉLODIES A DIRIGER ET A INTERPRÉTER AVEC LE CORPS | 5 |
