



PSALMOS

Formation en ligne

Cours et sessions

Visioconférence

Technique - Bases

Jeu avec 5 doigts

Niveau 1

1. Citharistes concernés

- ✓ Débutants
- ✓ Citharistes désirant consolider ou élargir leurs bases techniques

2. Prérequis minimum

- ✓ Acquis définis dans la session
Technique-Bases : *Jeu des accords*

3. Objectifs

- ✓ Sentir la main détendue avec sa forme anatomique en arche
- ✓ Mettre en vibration une corde avec les mouvements de base assurant une bonne détente corporelle :
 - ✓ Rotation de l'épaule
 - ✓ Flexion du coude
 - ✓ Supination
 - ✓ Flexion du poignet
 - ✓ Flexion du doigt
- ✓ Réaliser les mouvements de souplesse
 - ✓ balles
 - ✓ ailes
 - ✓ suspension
 - ✓ roulement des mains
- ✓ Intégrer ces mouvements à différentes dissociations corporelles
- ✓ Combiner ces mouvements de base avec un jeu arpégé des accords
 - ✓ jouer 1 doigt avec un accord arpégé puis rythmé
 - ✓ jouer 2 doigts alternés, avec un accord rythmé
 - ✓ jouer 3-4-5 doigts alternés, avec un accord rythmé

4. Modalités de la session

- ✓ En visioconférence avec Catherine Weidemann
- ✓ Groupe de 7 personnes maximum
- ✓ 1/2 journée – 15h-18h (horaire hiver) ou 16h-19h (horaire été)
- ✓ Tarif : 35€ (TVA incluse)

5. Matériel obligatoire

- ✓ *En chemin vers ton jeu*

6. Quand

- ✓ mardi 4 mai 2021 – 9h-12h
 - ✓ jeudi 3 juin 2021 – 16h-19h
- Inscription acceptée lorsque la possibilité de connexion à la salle de cours a été vérifiée
 - Inscription en fonction des places disponibles (par ordre de réception)
 - Information et inscription par mail à : info@psalmos.com

7. Autres cours complémentaires de niveau 1

- ✓ **Technique instrumentale** : *Anticipation par groupe* + *Accords rythmés-1* + *Jeu en syncopé-1* + *Pas à Pas 1-2*
 - ✓ **De la théorie à la pratique** : *Comprendre les accords* + *Mesure simple 1* + *Transposer*
 - ✓ **Accompagner** : *Chants de Taizé*
 - ✓ *Improvisation 1 - Bases*
 - ✓ **Autres partitions du Répertoire facile** : *Ara* + *Murmure de l'in audible* + *L'aube sur les dunes* + *Salve Regina* + *Ave Regina caelorum*
- ✓ **Autres cours en préparation de niveau 1** :
- Lire les notes* + *Accompagner des musiques actuelles* + *Accompagner des chants religieux* + *Mesure composée-1*

8. Remarque

- ✓ En fonction des difficultés rencontrées, il est possible de participer plusieurs fois à cette session pour mieux assimiler les compétences apprises