

CANTO: PRIMI PASSI

Voce, respiro, fonazione, sillabe e primi giochi cantati

Una base comune per scuola dell'infanzia e primaria, pensata anche per insegnanti non specialisti.

IDEA GUIDA. Prima si esplora la voce, poi si imita, poi si intona. La tecnica serve a rendere il canto facile e libero, non a trasformare i bambini in piccoli cantanti professionisti.

Il riferimento a Maurizio Spaccazocchi

Crescere con il Canto, vol. 1 propone una progressione propedeutica molto chiara: prima voce parlata e ritmata, poi canto su una sola nota, due note, tre note, quindi intervalli più ampi. La presente scheda riprende questo principio di gradualità e di operatività.

NOTA DI METODO. Le indicazioni su respirazione, fonazione, sostegno, articolazione e salute vocale integrano fonti contemporanee di pedagogia vocale (Kodály HUB, British Voice Association, NATS) e non sono presentate come citazioni letterali del metodo di Spaccazocchi.

Obiettivi per tutti

- Distinguere voce parlata, sussurrata, chiamata e voce cantata senza forzare.
- Inspirare in modo comodo e gestire un'espiazione regolare.
- Produrre un suono con attacco morbido e senza colpi di gola.
- Pronunciare consonanti e vocali in modo chiaro mentre il suono resta fluido.
- Imitare una nota, poi brevi pattern di due e tre note.
- Cantare in gruppo ascoltando il modello e gli altri.

PRIMA DI CANTARE

1. Che cosa deve sapere la maestra

Il primo obiettivo non è “cantare forte” né “cantare subito una canzone intera”. È trovare una voce cantata facile, leggera e riconoscibile, procedendo per piccoli passi.

La progressione da mantenere

A. Ritmare la voce - parlare, recitare, giocare con sillabe e accenti.

B. Una sola nota - intonare e mantenere una sola altezza.

C. Due note - imitare piccoli “passi” melodici.

D. Tre note - costruire una prima vera micro-melodia.

PERCHÉ FUNZIONA. La difficoltà viene separata: prima il bambino controlla voce e ritmo; poi l'intonazione; infine combina più altezze. È la logica propedeutica esplicitata in Crescere con il Canto.

Tre regole di salute vocale

- **Niente urla come esercizio.** Volume eccessivo e uso prolungato aumentano il carico sulla voce.
- **Se la voce è rauca o affaticata, si riduce il carico.** Non si chiede al bambino di “spingere per far uscire la voce”.
- **Alternare canto e brevi pause.** Piccoli intervalli di riposo vocale sono preferibili a un uso continuo e intenso della voce.

MODELLO DELL'ADULTO. Con i bambini piccoli è importante non proporre sempre tonalità troppo basse. Cantare in una zona comoda e leggera, con un modello intonato, e poi ascoltare i bambini invece di coprirli continuamente con la propria voce.

2. Postura, respirazione e primo sostegno

Postura: “pronti ma non rigidi”

- Piedi appoggiati e leggermente separati.
- Ginocchia non bloccate.
- Spalle libere, collo lungo, mandibola non serrata.
- Sterno comodo: né collassato né “militare”.

COSA DIRE AI BAMBINI. *«Immaginiamo di avere un filo morbido che ci tira verso l'alto dalla testa. Restiamo alti, ma il corpo è elastico.»*

Respirazione: non serve “riempirsi al massimo”

Per iniziare basta un'inspirazione silenziosa e comoda. Le costole basse e la zona della vita possono allargarsi leggermente; le spalle non devono sollevarsi in modo evidente.

Gioco 1 - Il serpente lungo

COSA DIRE AI BAMBINI. *«Prendiamo aria senza rumore. Ora facciamo un serpente: SSSSS... deve scorrere uguale, senza partire fortissimo e morire subito.»*

- Inspirare comodamente per 2-3 secondi.
- Espellere l'aria su SSS in modo regolare per 4-6 secondi.
- Ripetere, ma senza trasformarlo in gara a chi dura di più.
- Per i più grandi: 4 - 6 - 8 pulsazioni, sempre senza tensione.

Che cosa significa “sostegno” qui

Per questa fascia il sostegno non va spiegato come “spingi la pancia” o “usa il diaframma”. È più utile far sentire che l'aria esce in modo dosato e che il busto non collassa appena inizia il suono. Il sostegno è gestione dell'espiazione, non forza.

DA OSSERVARE. Il bambino non alza le spalle, non inspira rumorosamente, non irrigidisce il collo e riesce a mantenere un flusso abbastanza uniforme.

3. Come nasce il suono: attacco facile e risonanza

Fonazione significa mettere in vibrazione la voce. Per i principianti cerchiamo un inizio pulito e facile: né un colpo duro di gola, né tanta aria prima del suono.

Gioco 2 - Mmm... apro la finestra

COSA DIRE AI BAMBINI. *«Facciamo MMMMM come quando assaggiamo qualcosa di buono. Poi apriamo lentamente la bocca e lasciamo diventare MMMMM-AA.»*

- Partire da un MMMMM comodo su una sola altezza.
- Sentire una vibrazione facile nella zona di labbra/naso senza “spingere”.
- Aprire in MA, poi ME, MI, MO, MU.
- Se il suono diventa duro, tornare al MMMMM e riprovare più piano.

Gioco 3 - La sirena morbida

COSA DIRE AI BAMBINI. *«La nostra voce è una sirena piccola: sale e scende senza scalini, senza urlare.»*

- Usare “UUU” oppure “NG”/“MMM” con un piccolo glissando.
- Accompagnare con la mano che sale e scende.
- Non cercare estremi di altezza: restare dove la voce è comoda.
- Per i piccoli: 3-4 secondi; per i grandi: curve un po’ più ampie.

VOCE CANTATA. Nei bambini la voce cantata può essere più leggera e più alta della normale voce parlata. Evitare di trascinarli continuamente verso il registro basso dell’adulto.

PRONUNCIA E SILLABE

4. Dizione: consonante precisa, vocale che canta

Nel canto la parola deve restare comprensibile senza diventare rigida. Una regola semplice per le maestre: la consonante avvia o articola; la vocale porta la maggior parte del suono.

Gioco 4 - La scala delle sillabe

COSA DIRE AI BAMBINI. «Diciamo prima le sillabe come parole. Poi le cantiamo su una sola nota, senza cambiare la bocca più del necessario.»

Serie	Obiettivo
MA - ME - MI - MO - MU	labbra e vocali chiare
TA - TE - TI - TO - TU	punta della lingua precisa
PA - PE - PI - PO - PU	attacco delle labbra
LA - LE - LI - LO - LU	lingua agile senza irrigidire la mandibola

Una regola molto importante

Se dobbiamo tenere una sillaba per quattro pulsazioni, **non ripetiamo la consonante**. Per esempio MA-A-A-A: la M parte una volta, poi la A continua.

Gioco 5 - Scioglilingua ritmico-cantato

COSA DIRE AI BAMBINI. «Prima lo diciamo bene. Poi lo diciamo a ritmo. Solo alla fine lo cantiamo su una nota.»

- Scegliere una frase brevissima e facile, non uno scioglilingua difficile.
- Esempio: “Palla piccola, palla blu”.
- 1° giro: parlato naturale; 2° giro: parlato a pulsazione; 3° giro: una sola nota; 4° giro: due note.

ATTENZIONE. La pronuncia non deve diventare caricaturale. Se mandibola, lingua o labbra si irrigidiscono, rallentare e tornare al parlato naturale.

ROUTINE DI AVVIO

5. Una routine di 8-10 minuti valida per tutti

Questa sequenza può aprire ogni lezione di canto. Non è necessario fare esercizi diversi ogni volta: la ripetizione costruisce sicurezza.

Tempo	Attività
1 min	Corpo: allungarsi, sciogliere spalle e mandibola.
2 min	Respiro: 2-3 inspirazioni comode + SSS regolare.
2 min	Fonazione: MMMMM -> MA / ME / MI su una nota comoda.
1-2 min	Sirene leggere su UUU o MMM.
2 min	Eco di una nota, poi due note.
1 min	Una breve frase cantata tutti insieme.
SE LA CLASSE È MOLTO PICCOLA. Trasformare tutto in immagini: “filo dalla testa”, “serpente SSS”, “mmm del cibo buono”, “sirena”, “eco”. Nessuna spiegazione anatomica necessaria.	
SE LA CLASSE È PIÙ GRANDE. Si possono nominare respirazione, fonazione, articolazione, risonanza e pulsazione, ma sempre dopo averli sperimentati.	

GIOCHI CANTATI

6. Gioco cantato 1 - L'eco su una sola nota

È il punto di partenza più coerente con **Crescere con il Canto**: prima intonazione su una sola nota, prima di chiedere una vera melodia.

COSA DIRE AI BAMBINI. *«Io canto, voi ascoltate fino alla fine. Poi mi restituite esattamente lo stesso suono.»*

Procedura

- La maestra canta “LU” su una nota comoda. La classe risponde “LU”.
- Ripetere con MA, NO, VI oppure con una parola breve.
- Poi cambiare soltanto il ritmo mantenendo la stessa altezza: TA | TA-TA | TAAA.
- Un bambino può diventare “capo eco” e proporre una risposta su una sola nota.

Variante: il nome cantato

COSA DIRE AI BAMBINI. *«Io canto il tuo nome su una nota. Tu me lo restituisci cantando, non parlando.»*

- Iniziare con nomi brevi.
- Non correggere con “sei stonato”: riproporre semplicemente il modello.
- Se il bambino parla invece di cantare, usare prima una sirena e poi tornare alla nota.

OBIETTIVO. Far percepire la differenza tra voce parlata e voce cantata, e stabilizzare una singola altezza senza ansia da “canzone”.

GIOCHI CANTATI

7. Gioco cantato 2 - Due note, poi tre

Quando una nota è stabile, aggiungiamo un solo problema nuovo: il movimento fra due altezze. Solo dopo passiamo a tre.

Fase A - Le campane a due note

COSA DIRE AI BAMBINI. «DIN-DON. Due campane, una un po' più alta e una un po' più bassa. Io faccio la coppia, voi fate l'eco.»

- Usare due note vicine o un intervallo facile e comodo.
- Accompagnare con due altezze della mano.
- Alternare DIN-DON / DON-DIN.
- Poi sostituire le sillabe con due nomi di nota se coerente col percorso della classe.

Fase B - I tre gradini

COSA DIRE AI BAMBINI. «Ora ci sono tre gradini: basso, medio, alto. La voce sale un gradino alla volta e poi torna.»

- Cantare tre note ascendenti su "LU-LU-LU".
- Rispondere in eco.
- Poi scendere: alto-medio-basso.
- Per le classi che stanno leggendo DO-RE-MI, si può collegare il gioco alle tre note già conosciute sul pentagramma.

PRINCIPIO. Una nota -> due note -> tre note: la progressione è esattamente il cuore propedeutico del primo volume di Spaccazocchi.

GIOCHI CANTATI

8. Gioco cantato 3 - Domanda e risposta

Il canto non deve essere solo imitazione. Dopo aver copiato piccoli pattern, il bambino può iniziare a scegliere e inventare entro limiti semplici.

COSA DIRE AI BAMBINI. *«Io faccio una domanda cantata molto breve. Tu rispondi con la tua voce, usando una, due o tre note.»*

Livello 1 - risposta uguale

- La maestra canta una frase di 2-3 secondi; la classe la ripete identica.

Livello 2 - risposta diversa ma della stessa lunghezza

- La maestra canta “Come stai?”; il bambino risponde cantando una frase breve sulla stessa pulsazione.

Livello 3 - cerchio delle risposte

- Un bambino canta una mini-domanda.
- Il compagno risponde.
- Il gruppo ripete la risposta che gli è piaciuta di più, senza giudicare “la più brava”.

PER TUTTI I LIVELLI. Limitare il materiale rende l'improvvisazione accessibile: una nota per i principianti assoluti, due note per il livello successivo, tre note quando il gruppo è pronto.

9. Gioco cantato 4 - Il treno delle vocali

Serve a collegare fonazione, pronuncia e continuità del suono. Le vocali cambiano, ma la voce deve restare facile e continua.

COSA DIRE AI BAMBINI. *«Il treno parte con M e poi cambia vagone: MA - ME - MI - MO - MU. La voce non deve sbattere a ogni stazione.»*

- Prima parlare lentamente MA-ME-MI-MO-MU.
- Poi cantare su una sola nota.
- Poi su due note alternate.
- Infine su una piccola salita di tre note.
- Cambiare consonante: NA, LA, VA, ZA, in base all'età e alla facilità.

Che cosa ascolta la maestra

- Le vocali sono riconoscibili ma non esagerate.
- La mandibola non scatta a ogni sillaba.
- Non compare un colpo duro all'inizio di ogni vocale.
- Il volume resta medio e confortevole.

LEZIONE PRONTA

10. Prima lezione di canto - 50/60 minuti

Una sola lezione, valida per tutti, con difficoltà modulabile. Per infanzia si riducono spiegazioni e tempi; per IV-V si verbalizzano di più i concetti.

Tempo	Attività
0-5 min	Corpo e ascolto: postura elastica, silenzio breve, riconoscere voce parlata/cantata.
5-12 min	Respirazione: inspirazione comoda + serpente SSS regolare.
12-20 min	Fonazione: MMMMM -> MA, sirene leggere su UUU.
20-28 min	Pronuncia: MA-ME-MI-MO-MU e TA-TE-TI-TO-TU su una nota.
28-38 min	Eco su una sola nota + nomi cantati.
38-48 min	Campane a due note; se il gruppo regge, tre gradini.
48-55 min	Domanda/risposta cantata.
55-60 min	Chiusura: una frase o breve canto noto, eseguito piano e ascoltando il gruppo.

Come differenziare senza cambiare attività

Fascia	Semplificare	Aumentare la difficoltà
Infanzia	immagini, una nota, gesti, 5-8 min per gioco	due note e piccole risposte inventate
I-II	una/due note, sillabe brevi	tre note, nomi cantati, domanda-risposta
III-V	spiegare respiro/fonazione/articolazione	pattern più lunghi, dinamiche, piccoli ostinati vocali

OSSERVAZIONE E RIFERIMENTI

11. Che cosa osservare nelle prime settimane

Indicatore	Sì	In parte	Da riprendere
Distingue voce parlata e voce cantata.	☐	☐	☐
Inspira senza sollevare molto le spalle.	☐	☐	☐
Mantiene SSS o una vocale con flusso abbastanza regolare.	☐	☐	☐
Inizia il suono senza colpo duro di gola.	☐	☐	☐
Ripete una nota senza trasformarla in parlato.	☐	☐	☐
Imita un pattern di due note.	☐	☐	☐
Pronuncia le sillabe in modo chiaro senza irrigidire la mandibola.	☐	☐	☐
Riesce a cantare ascoltando il gruppo senza gridare.	☐	☐	☐

Quando fermarsi o semplificare

- Raucedine evidente, dolore, senso di sforzo o necessità di schiarire continuamente la gola.
- Il gruppo comincia a gridare invece di cantare.
- La respirazione diventa una gara o crea tensione.
- L'intonazione peggiora perché la tonalità è troppo bassa o troppo alta per il gruppo.

NOTA DI PRUDENZA. Una raucedine persistente o un problema vocale che non migliora nel tempo va segnalato alla famiglia e valutato da professionisti sanitari competenti; la maestra non deve fare diagnosi.

Riferimenti essenziali

- Maurizio Spaccazocchi, Crescere con il Canto, vol. 1, Progetti Sonori, 2004. Progressione: voce ritmata -> una nota -> due -> tre -> intervalli più ampi.
- Lanfranco Perini - Maurizio Spaccazocchi, Ora Canto, Progetti Sonori. Impostazione propedeutica e operativa per infanzia e primaria.
- Kodály HUB, Practical Guide to Choral and Individual Vocal Training: respirazione, fonazione, pronuncia, risonanza, rilascio delle tensioni.
- British Voice Association, Jenevora Williams, Looking After Children's Voices: salute vocale, carico, ambiente acustico, riposo e approccio non giudicante.

- National Association of Teachers of Singing (NATS), risorse su breathing for singing, onset equilibrato e lip trill/buzz.
- Kodály Center: canto espressivo e intonato, repertorio adatto all'età, tonalità comoda e importanza del modello dell'insegnante.

PRINCIPIO FINALE. Con i principianti la qualità nasce dalla semplicità: poco materiale, voce comoda, brevi ripetizioni, ascolto reale. Il canto si costruisce per esperienza, non per spiegazioni anatomiche.