

# MÉTHODE DE TECHNIQUE

pour les Pianistes

Patrick PRÉGARDIEN

## La position basse



Photo 1

La plupart des exercices qui suivent sont à réaliser en « position basse ». Ces exercices sont précédés de la mention **P.B.** Pour jouer en position basse, il faut s'installer sur un petit tabouret et veiller à garder le dos bien droit (voir photo 1). Si le besoin s'en fait sentir, on peut aussi reposer les coudes sur deux chaises placées de chaque côté (voir photo 2).

Le fait de travailler en position basse, oblige à jouer sur la pointe des doigts, sans pour autant devoir y penser. En outre, les touches sont plus dures à enfoncer dans cette position, ce qui fait que l'ensemble des muscles travaille plus. L'efficacité du travail en position basse est donc maximale.



Photo 2

7

7'

etc...

etc...

Choisir la combinaison d'exercice  
en fonction de la grandeur de sa main

**Remarque** : pour les exercices 7, 8 ainsi que 7', 7'', 8' et 8'', ceux qui savent mettre le pouce en dessous du bois, faire travailler le pouce comme les autres doigts en gardant la paume de la main contre le piano.

N'oubliez pas les mouvements de souplesse

8

etc...

Choisir la combinaison  
d'exercice en fonction de la  
grandeur de la main.

8'

etc...

8''

etc...

**Remarque** : le staccato ne sera bien rendu que si l'on ouvre et ferme très vite la main avec une ouverture et fermeture maximale.

- On peut réaliser l'exercice en *forte* ou *piano*

- Dans les exercices 7, 7', 7'', 8, 8' et 8'', on peut aussi choisir de jouer 2 ou 3 notes des accords.

Grâce à la vitesse, on obtient du nerf au bout des doigts.

etc.

## 4. Les trilles

Pour les exercices 28, 28', 29 et 29', choisir à nouveau sa position (photos 22 et 23)

**P. B.**

28

etc...

**P. B.**

28'

etc...

**Remarque** : il faut bien tendre les doigts entre les répétitions de notes et arriver sur la touche avec la pointe du doigt. Il y a plusieurs combinaisons de doigtés possibles :

5 - 4
4 - 3
3 - 2

Exercice 28

5 - 3
4 - 2

Uniquement pour 28'

29

etc...

29'

etc...

**Remarque** : l'exercice doit être réalisé en parfait legato. Au moment où un doigt joue (bien sur la pointe), l'autre se relève bien droit.

Il y a plusieurs combinaisons de doigtés possibles :

5 - 4
4 - 3
3 - 2

Exercice 29

5 - 3
4 - 2

Uniquement pour 29'

32

**Remarque :** dans l'exercice 32, articuler le pouce au niveau de la première phalange en pliant légèrement la deuxième.

33

34

35

**Remarque :** pour les exercices 33 à 35, se placer de façon à ne faire travailler que la dernière phalange du pouce. Ne pas travailler du bras.

## 6. Les arpèges brisés

41

**Remarques :** dans l'exercice 41 :

- Il ne faut pas articuler les doigts ; on obtient les notes par la rotation de l'avant-bras.
- Partir avec les coudes dans le prolongement de l'avant-bras et arriver progressivement sur la 4<sup>e</sup> note du sextolet avec les coudes légèrement écartés du corps.
- Revenir ensuite progressivement au point de départ.
- Chaque sextolet se joue ainsi.
- Ce mouvement apporte une détente.
- Essayer d'arriver à une vitesse maximale.
- Il est intéressant de jouer les « Gammes en octaves brisées dans les 24 tons » de HANON.

## 7. Le poignet (les octaves)

Pour les octaves, réaliser les mouvements de souplesse ci-dessous avant et après le travail (ou dès qu'une douleur apparaît), ceci, à la fois pour échauffer et détendre les muscles.



Photo 33



Photo 34

42

**Remarques :** dans l'exercice 42, bien exagérer le mouvement du poignet grâce au staccato. Garder le métacarpe le plus haut possible. Ne pas viser la vitesse globale mais la vitesse du mouvement.