



5 EXERCICES POUR PROGRESSER

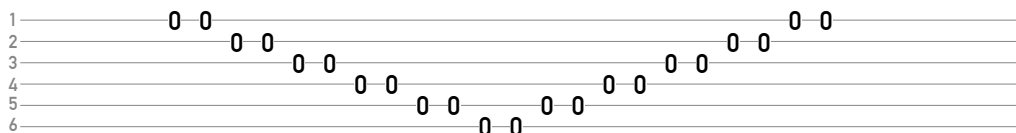
À la guitare

Médiator Vert



Pratique ces 5 exercices quotidiennement, pour progresser à la guitare avec méthode et sérénité !

Exercice 1 : Les cordes à vide

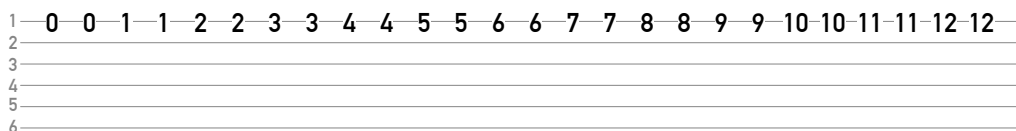


Jouer chaque corde à vide en croches, en aller-retour, en montée, et en descente.

But :

- avoir un geste main droite propre
- obtenir un son propre lors du changement de corde
- mémoriser le nom des cordes.

Exercice 2 : La gamme chromatique

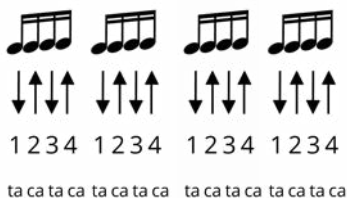
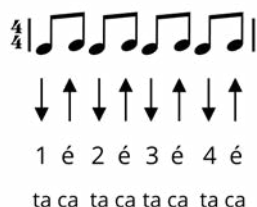


Sur une seule corde, jouer case par case de 0 à 12 puis revenir, au métronome de préférence.

But :

- synchroniser des deux mains
- régularité rythmique
- comprendre le concept de demi-tons
- obtenir un son propre, sans bavures.

Exercice 3 : La rythmique Main Droite



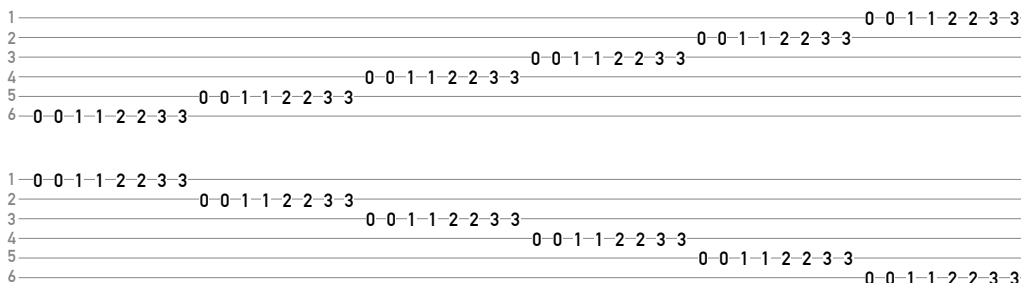
Bloquer les cordes avec la main gauche, et enchaîner 1 mesure en croches, 1 mesure en double-croches.

Tester en aller-retours, et tout vers le bas.

But :

- acquérir un poignet souple
- se placer avec un timing
- réussir des doubles croches fluides
- contrôler le grain rythmique.

Exercice 4 : L'Escalier



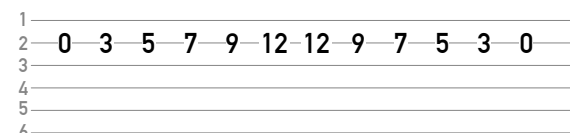
Jouer les cases 0-1-2-3 sur chaque corde en enchaînant les cordes, uniquement vers le bas (downstroke).

Monter puis redescendre en retirant les doigts un à un.

But :

- coordonner la main droite/gauche
- bon positionnement des doigts
- travailler les écartements des doigts
- obtenir un son régulier et propre.

Exercice 5 : Les repères



Suivre les repères sur le manche, en ajoutant glissés, liaisons montantes (hammer-on) et descendantes (pull-off).

But :

- ancrer les repères visuels du manche
- renforcer les articulations des doigts - mieux contrôler l'attaque
- Assurer une bonne tenue et justesse des notes.