

VII - SABER CANTAR

Etapas do processo ensino e aprendizagem do canto coletivo / coral	Níveis de desenvolvimento programático	DIMENSÃO FISIOLÓGICA (PRATÉVOR - Práticas de Técnica Vocal e Respiratória)			DIMENSÃO AUDITIVA		DIMENSÃO PERFORMATIVA	DIMENSÃO HUMANA, SOCIOCULTURAL E ARTÍSTICA	
		Descontração corporal e respiração (exercícios efetivos para o canto)	Aquecimento vocal		Técnica vocal Vocalizos específicos	Jogos vocais progressivos (educação do sentido harmónico)	Canções progressivas (desenvolvimento do ouvido musical)	Repertório (sugestões)	Desenvolvimento sociocultural e artístico
Vocalizos para despertar vocal	Canções para ativação vocal								
SABERES (Modelo Cone em Espiral)									
VII. Saber CANTAR	Intermédio 1	<p>Relaxamento, trabalho postural e descontração facial: - <i>Espreguiçar e bocejar</i> - <i>Massagem facial</i> - <i>Rotação de ancas</i> - <i>Emissão com vibração alveolar: "Rrrrrr"</i></p> <p>Ativação dos articuladores: 1- <i>"Mola nas paredes dos lábios"</i> 2- <i>"A-O-A-O-A-O"</i> (com variantes progressivas)</p> <p>Respiração: (Controlo do fluxo expiratório) 1- <i>Apoio intercostal /dorsal</i> (costodiafragmático superior): - <i>Manter o apoio na zona superior, tirar ar de baixo...</i></p> <p>2 - <i>Grande expiração com apoio intercostal /dorsal</i> 2.1 - <i>Soprar uma vela</i> 2.2 - <i>Soprar um balão</i></p>	<p>Articulação: (flexibilização do movimento dos lábios e língua) 1- <i>Ma-ma-ma-ma...</i> 2- <i>Mae-mae-mae...</i> 3- <i>M-L, M-L...</i></p> <p>Colocação: - <i>O + vogais + O</i> (v.31)</p> <p>Ressonâncias: - (Em B.C.) = <i>"MMM"</i> (v.32) - (em Ng) = <i>"NNNN"</i> (v.33) (imaginando um lançamento de bola de basquete)</p> <p>Vocalizos progressivos com exploração das vogais e consoantes (com aplicação do exercício respiratório 2): - <i>Salta sapo...</i> (v.34)</p> <p>- <i>Zurra, zurra, burro</i> (v.35)</p> <p>(com aplicação do exercício respiratório 1): - <i>ji-i-bóia</i> (v.36)</p>	<p>Colocação: (arpejos e intervalos ascendentes) - <i>Zabelinha tecedeira</i> (c.40) - <i>Indo eu, a caminho de Viseu</i> (c.41) - <i>Lagarto pintado</i> (c.42) - <i>Ó Rosa arredonda a saia</i> (c.43) - <i>Marinheiro</i> (c.44) 1. <i>a uníssono</i> 2. <i>em cânone</i></p> <p>Controlo pneumofónico + fraseado - <i>Marina</i> (c.45)</p>	<p>Coordenação aerodinâmica da voz cantada:</p> <p>Colocação com controlo pneumofónico: - <i>Entoação em seqüências de arpejos descend. / ascend.: M./m./M.</i> – (V.II)</p> <p>Articulação: - <i>Lua, luna, lua</i> (v.38)</p> <p>- <i>Zurra, zurra, burro</i> (v.39)</p> <p>- <i>Flauta-ta-ta</i> (v.40) (entoação ritmada sobre o arpejo: 1- <i>Maior</i>, 2- <i>menor</i>, 3- <i>diminuto</i>)</p> <p>Tessitura vocal : - <i>Estrela bonita</i> (v.41)</p> <p>Registração: - <i>Vio-vio-violino</i> (v.42) (trabalho da "5ª de base" nos naipes grave e agudo)</p>	<p>Seqüências harmónicas: - <i>"Escala de Dó-M ascendente e descendente* até à 9ª"</i> (j.29) [*fonomímica metod. Willems] 1- <i>A uníssono</i> (recapitulação) 2- <i>Em cânone</i> (a 3 vozes)</p> <p>- <i>"A harmonia das cores"</i> - I (j.30) (modo Maior, com 3 bolas)</p> <p>Harmonia: polifonia vocal - <i>"A voz dos dedos"</i> - II* (j.31) [* metod. Ward] 1- <i>A uníssono</i> (recapitulação) 2- <i>Intervalos consonantes</i> (a 2 vozes)</p> <p>- <i>"Sirene de 2 sons"</i> (j.32) (afinação bitonal)</p> <p>- <i>"Tubos sonoros"</i> - II (j.33) (vários em simultâneo)</p> <p>- <i>"Pica-picapau"</i> (j.34)</p>	<p>Canções com modos m/M (arpejos): - <i>A moleirinha</i> (c.46)</p> <p>- <i>Uma vez era um menino</i> (c.35)</p> <p>Canções com intervalos "mais extremos": - <i>No alto da montanha</i> (c.50)</p> <p>- <i>Natal</i> (c.51)</p> <p>- <i>O burrico</i> (c.47)</p> <p>Improvisação Harmónica: (3 Vozes): - <i>Vem cantar como nós</i> (c.48.1) <i>AA' / BB' / AA' / CC' / AA'</i></p>	<p>Canção de Apresentação: - <i>Q'remos saber qual é o teu nome - III</i> (com Improvisação da resposta cantada)</p> <p>Repertorio coral diversificado (com 2 linhas vocais diferenciadas) : - <i>Zomina</i> - <i>Adiemus</i> - <i>Cantate Domino</i></p>	<p>Conhecimento da música polifónica do cancionero tradicional Português: - <i>Maçadela do Linho</i> (Beira Litoral e Beira Alta)</p> <p>Conhecimento da música coral nacional, assim como de outros países e idiomas: - <i>Dodi li</i></p> <p>Tomada de consciência, em momentos formais de partilha pública, da sua produção musical: - <i>Dindirindin</i></p>

		<p>Gestão aerodinâmica (músculos expiratórios abdominais): - <i>Ritmos diversos com ação do diafragma (SHH; SSS; FFF)</i></p>	<p>- <i>Ma-me-mi-mo-mu (cantado) - (v.37)</i></p>		<p>- <i>Ml.i.i.i.au (v.43) (ascendente até à 10ª, e descendente)</i></p>	<p>(Acorde menor) 1)- Estado Fundamental 2)- 1ª Inversão 3)- 2ª Inversão</p> <p>Funções tonais: Pergunta: 3ªm. / 1. Resposta: V - VII - VIII (+ I) graus – (j.2.7) 2. Resposta: II - V - (VII) - VIII graus – (j.2.8)</p>			
--	--	---	---	--	--	--	--	--	--