

IX - SABER (EN)CANTAR, relacionando-se através da música que partilha

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	Jogos vocais progressivos (educação do sentido harmónico)	Vocalizos e repertório progressivos (desenvolvimento do ouvido musical)	Repertório (sugestões)	Desenvolvimento sociocultural e artístico
SABERES (Modelo Cone em Espiral)			Vocalizos preparatórios	Repertório para ativação vocal e consolidação técnica	Vocalizos específicos				
IX. Saber (EN)-CANTAR ... relacionando-se (através da música que partilha)	Nível avançado-1	<p>Relaxamento e trabalho postural: - Deixar cair o corpo e ir levantando “vértebra por vértebra”</p> <p>Flexibilização e independência dos músculos articuladores: - Mandíbula : 1- “Mastigar” 2- Articular descendentemente com ajuda dos dedos</p> <p>- Lábios: 1- trabalhar músculos anteriores dos lábios 2- trabalhar músculos posteriores dos lábios</p> <p>- Língua: 1- Fazer rotação da ponta da língua fora 2- Fazer língua plana e pontiaguda (alternar com língua fora).</p> <p>- Laringe: 1- Promover a mobilidade: direita, esquerda (com ajuda dos dedos) 2- Emitir “OH!” (inspirar com a boca com forma encorpada)</p>	<p>Coordenação dos músculos articuladores (lábios e língua): 1 - B-L, B-L, B-L... 2 - B-L-N, B-L-N ... 3 - B-L-N-D, B-L-N-D...</p> <p>Ressonâncias: - Miõe, Tiõe, Niõe (v.64)</p> <p>Vocalizos de aquecimento e colocação (percepção da estabilidade funcional na emissão das vogais e do gesto articulatório das consoantes): - Ia... (em arpejo de 5ª) - (v.65) - (I) a-a, a-a... (v.66) (graus conjuntos, com estabilização do diafragma) - Diga, diga, dong... (v.67)</p>	<p>Aplicação dos princípios de produção vocal fisiologicamente correta: - Manca sollecita (c.55) - Ché Gusto (c.56) (a solo e em cânone)</p>	<p>Dinâmica diafragmática e abdominal (sinergia entre os músculos inspiratórios e expiratórios): - Ritmos diversos na zona abdominal (em: Chhh, SSS, FFF, HHH)</p> <p>Colocação com percepção do gesto articulatório de cada vogal (controlo e eficácia da pressão subglótica com estabilização do diafragma): - O + vogais + O – (v.70)</p> <p>- Vocalização melismática sobre cada vogal - (v.71)</p> <p>Emissão com apoio (controlo aerodinâmico da voz): - Zurra burro (ou Arre burro) - (v.72) - Giiii-giiii-rafa - (v.73)</p>	<p>Harmonia - (polifonia vocal / acordes) Afinação Polifónica em acordes: - “A harmonia das cores” - III (j.41) (acorde M. de 7ª, com 4 notas) - “Flauta- flauta” – III (v.78 / j.42) (acordes 4 sons:) 1)- Perfeito Maior (E.F.) 2)- Perfeito menor + 7ªm. 3)- menor +7ª sensível (1ªinv.)</p> <p>Agregados sonoros (harmonias dissonantes): - “A voz dos dedos” – IV (j.43)</p> <p>Cânones harmónicos: - “Cânone descendente” (j.44) - “Cânone descendente, formando acordes” – IÁ... (j.45)</p>	<p>Vocalização com variação de modos: (m. / M.) 1- Ri-i-i-i (arpejo de 5ª descendente, modo menor) - (v.79) 2- Ri-i-i-i (arpejo de 5ª descendente, modo Maior) - (v.80) 3- Ri-i-i / i... (arpejo de 5ª descendente, sucedido de intervalos conjuntos descendentes, modo Maior) - (v.81) 4 - Ri-i-i, ri-i-i-i (arpejo de 5ª descendente, sucedido de intervalos conjuntos descendentes (alternância de modo m. / M.) - (v.82)</p> <p>Canção com alternância de intervalos: - Cana Verde (c.57)</p> <p>Improvisação de ostinatos polifónicos-vocais sobre uma melodia: - Banuwa (c.58) 1- Em cânone 2- Com ostinatos polifónicos</p>	<p>Repertório coral a 3 (e 4) vozes, acrescidas de “características indutoras de dificuldades”: Cânones: - Dobido</p> <p>Outras: - Loucos de Lisboa - Oh Happy day - All you need is love - Freedom Trilogy - Medley Abba</p>	<p>Aprofundamento do conhecimento das “raízes” da música coral polifónica tradicional e erudita do seu país: - Aleluia (Beira Litoral + Beira Alta)</p> <p>- Porque não me vês Joana (Polifonia Profana Portuguesa sec.XVI; Cancioneiro de Elvas)</p> <p>Relação da música coral com outras áreas de expressão artística: - Ópera “A Orquídea Branca”, Jorge Salgueiro (2008)</p> <p>Desenvolvimento do sentido apreciativo e autocrítico.</p>

		<p>Respiração: Apoio, controlo e gestão aerodinâmica: - “Lombar” [cont.] (costodiafragmático inferior) - Expirar em SSS, CHHH, FFF controlando com o apoio na zona lombar.</p> <p>- Grande inspiração (total) - Inspirar continuamente por uma “palhinha” enchendo progressivamente de baixo para cima: zonas 1) abdominal, 2) lombar, 3) dorsal e intercostal, 4) bocejo...</p> <p>- Apoio intercostal e costodiafragmático: Inspirar a 2 tempos (abdominal e tórax); 1- Expirar abdominal 2 a 2 esvaziando só abdominal e mantendo controlado e cheio o tórax (intercostais abertos e zona dorsal ativa) ... retirar o restante ar.</p> <p>2- “Soprar balão” (controlo da parte da frente do diafragma e abdominais, estabilizados e sem tensão)</p>	<p>Articulação: 1- <i>M-L-N-D / M-L-N-D-T...</i> 2- <i>Milano, Torino, Napoli</i> (v.68)</p> <p>Flexibilidade pneumofónica: - <i>Vio-violino</i> (v.69)</p>		<p>Stacatto: - <i>ji-ibooooo-ia</i> (v.74)</p> <p>Projeção / Emissão com apoio (controlo da respiração fonatória “lombar”) 1 - <i>Ri-i-i-i-i</i> (arpejo em modo M.) - (v.75)</p> <p>2 - <i>I-i-i-i-i</i> (duplo com arpejo, modo M.) - (v.76)</p> <p>3 – <i>I’ Ri-i-i</i> (intervalos de 5ª ascendente e intervalos conjuntos descendentes) - (v.77)</p> <p>Colocação com controlo pneumofónico progressivo: - <i>Entoação de arpejos descend. / ascend.:</i> <i>M./m./dim.</i> – (v.IV)</p>	<p>Funções (a)tonais: - Improvisação melódica sobre sequências com funções tonais e atonais - (j.2.9)</p>	<p>Jogos para desenvolvimento da expressividade interpretativa: - Sequências de palavras expressivas (c.59)</p>		
--	--	---	--	--	--	--	--	--	--