

Anx.15 - DIMENSÃO FISIOLÓGICA ('PRATÉVOR')

NÍVEIS DE DESENVOLVIMENTO PROGRAMÁTICO	ETAPAS DO PROCESSO ENSINO E APRENDIZAGEM DO CANTO COLETIVO/ CORAL ("SABERES")	Aquecimento vocal (Vocalizos para despertar e estimulação vocal / preparatórios) [código de partituras: V.1]
Nível I (Elementar)	Saber ESTAR	<p>Ressonâncias (vivências lúdicas com som da voz):</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Passear no campo...</i> - "Respirar ar puro do campo" - "Bocejar" - "Saborear" - Imitar a "mota": (brrr) - Imitar a "ventoinha": (trrr)
Nível II (Iniciação-1)	Saber OUVIR (e EXPLORAR)	<p>Ressonância - oro-faríngea): - Vocalizar "saboreando um bom-bom" - (1.1 e 2.1)</p> <p>Ressonância – (nasal): - <i>Um ninho de passarinho</i> - (3)</p> <p>Vocalização das vogais (com auxílio dos articuladores – intr.): - "Mu-Mu" - (4.1)</p>
Nível III (Iniciação-2)	Saber VOCALIZAR	<p>Vocalização das vogais (com auxílio dos articuladores – cont.): - "Au-au " - (4.2) - "Có-có-ró-có-có" - (4.3) - "Piu-piu" - (4.4)</p> <p>Ressonâncias (cont.): (com auxílio dos articuladores): - <i>Zumbe abelhinha</i> (graus conjuntos) - (5) - <i>Zumbe, zumbe abelhinha</i> (em arpejo) - (6)</p>
Nível IV (Iniciação-3)	Saber ENTOAR	<p>Ressonâncias: - <i>Graus conjuntos (3 notas em 'NNN')</i> - (8)</p> <p>Vocalização progressiva (exploração das vogais e das consoantes): - <i>Carapau-pau-pau</i> - (9) - <i>Gira, gira, girassol</i> - (10) - <i>Pinta, pintassilgo</i> - (11)</p>
Nível V (Básico-1)	Saber ESCUTAR	<p>Vocalização progressiva (exploração das vogais e das consoantes): - <i>Gira, girassol</i> - (14) - <i>Zurra burro</i> - (15)</p> <p>(com auxílio dos articuladores): - "Au-au" (4.2 em modo maior) intercalado com "Miau-miau" (4.5 em modo menor)</p>
Nível VI (Básico-2)	Saber AFINAR	<p>Ressonâncias: - (B.C.) = MMMM (intervalos de 3ª sucessivos, em legato) - (21)</p> <p>Controlo e estabilização pneumofónica: - <i>Ma-me-mi-mo-mum</i> (sobre a mesma nota) – (22)</p>

		<p>Registração:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Movimentos aleatórios no registo superior (“voz de cabeça”) em <i>Trrrr....</i> - <i>Chupa-chupa</i> (em 3^{as} menores descendentes) - (23) <p>Vocalização progressiva:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Gira, gira, girassol</i> – (24) - <i>Linda borboleta colorida</i> – (25)
<p>Nível VII (Intermédio-1)</p>	<p>Saber CANTAR</p>	<p>Articulação: (flexibilização do movimento dos lábios e língua)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1- <i>Ma-ma-ma-ma....</i> 2- <i>Mae- mae –mae...</i> 3- <i>M-L, M-L...</i> <p>Colocação:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>O + vogais + O</i> – (31) <p>Ressonâncias:</p> <ul style="list-style-type: none"> - (<i>Em B. C.</i>) = <i>MMM</i> - (32) - (<i>em Ng</i>) = <i>NNNN</i> - (33) (imaginando um lançamento de bola de basket) <p>Vocalizos progressivos com exploração das vogais e consoantes (com aplicação do exercício respiratório 2):</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Salta sapo...</i> - (34) - <i>Zurra, zurra ,burro</i> - (35) <p>(com aplicação do exercício respiratório 1):</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>ji-i-bóia</i> – (36) - <i>Ma-me-mi-mo-mu</i> (cantado) - (37)
<p>Nível VIII (Intermédio-2)</p>	<p>Saber (en-)CANTAR... envolvendo-se (com a música que faz)</p>	<p>Coordenação dos músculos articuladores: (lábios + língua)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1- <i>B-L, B-L, B-L...</i> 2- <i>BLLá, BLLá,...</i> 3- <i>BLá-lá-lá, BLá-lá-lá...</i> <p>Ressonâncias:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Mmmm</i> : 1- “saboreia” em portamento descendente 2- “saboreia” em portamento descendente e ascendente - (44) 3- “saboreia” em portamento, por graus conjuntos e intervalos de 5^ªP. - (45) <p>Ativação dos harmónicos fundamentais nas vogais U-I (com ação dos atriculadores):</p> <p><i>U-I-U-I-U...</i></p> <ul style="list-style-type: none"> (1- sem som) (2- com som) <p>Vocalizos de aquecimento (estabilidade funcional na emissão):</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>la</i> (3 notas ascendentes e descendentes em graus conjuntos 5x) - (46) - <i>Na-ne-ni-no-nu</i> - (47) 1- Entoadado sobre notas longas (com mandíbula estabilizada) 2- Cantado (contin.) - (48) <p>Articulação:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Milano, milano</i> - (49)

		<p><u>Tessitura vocal e homogeneização dos registros:</u> (aplica exercício respiratório 1: Lombar) 1 - Numa parada bem alinhada - (50) 2 - Enfeitiçada por uma fada - (51)</p>
<p>Nível IX (Avançado-1)</p>	<p>Saber (EN)-CANTAR... relacionando-se (através da música que partilha)</p>	<p><u>Coordenação dos músculos articuladores</u> (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><u>Ressonâncias:</u> - <i>Miõe, Tiõe, Niõe</i> - (64)</p> <p><u>Vocalizos de aquecimento e colocação</u> (percepção da estabilidade funcional na emissão das vogais e do gesto articulatório das consoantes): - <i>la...</i> (em arpejo de 5ª) - (65) - <i>(l)á-a, á-a...</i> (graus conjuntos, com estabilização do diafragma) - (66) - <i>Diga, diga, dong...</i> - (67)</p> <p><u>Articulação:</u> 1- M-L-N-D / M-L-N-D-T... 2- Milano, Torino, Napoli – (68)</p> <p><u>Flexibilidade pneumofônica:</u> - <i>Vio-violino</i> - (69)</p>
<p>Nível X (Avançado-2 e 3)</p>	<p>Saber (EN)-CANTAR... transcendendo-se (quando é possível atingir-se uma dimensão supra-mental)</p>	<p><u>Coordenação dos músculos articuladores</u> (consoantes): 1 - M-L-N-D-T 2- Frases para exercitar a dicção</p> <p><u>Articulação e impostação</u> (vogais): - <i>A-E-I-O-U</i> (graus conjuntos; Trabalhar na “5ª de base” de cada registro) - (83)</p> <p><u>Projeção e emissão com controle</u> – (sustentação e gestão aerodinâmica da voz) - <i>Nó</i> (soltar a voz da cabeça, em intervalos de 4ªs desc. e 5ªs ascend.) – (84)</p> <p><u>Dinâmica costodiafragmática e costoabdominal</u> (domínio pneumo-fônico): - <i>Escalas descendentes sucessivas a “rir” sobre as vogais:</i> A; I; O; U - (85)</p> <p><u>Registração:</u> (estimulação e ‘encorpamento’ da região grave) - <i>Aleluia, aleluia...</i> – (86)</p>

AQUECIMENTO VOCAL

Vocalizos para despertar e estimulação vocal / preparatórios – (V.1)

NÍVEL I

NÍVEL II

Vocalizo 1



1.1. (B.C.) mmm

1.2. Ú

1.3. Ia

Vocalizo 2



2.1. (B.C.) mmm

2.2. Ú

2.3. Ia

Vocalizo 3



Um - ni - nho de pas-sa-ri-nho!

Vocalizo 4.1



Mu mu mu mu mu

NÍVEL III

Vocalizo 4



- 4.2 Au au au au au
- 4.3 Có - có - ró - có - có
- 4.4 Piu piu piu piu piu

Variante progressiva



- 4.2 Au au au au au
- 4.3 Có - có - ró - có - có
- 4.4 Piu piu piu piu piu

* Vocalizo 5



Zum-be zum-be zum-be a - be - lhi - nha.

* Vocalizo 6



Zum-be zum-be zum-be a - be - lhi - nha.

NÍVEL IV

* Vocalizo 8



("NNN" ressonâncias nasais)

* Vocalizo 9



Ca - ra - pau-pau - pau

* Vocalizo 10



Gi - ra gi-ra gi-ra gi - ra - sol!

* Vocalizo 11



Pin - ta pin - ta pi - ta pi - ta - sil - go!

NÍVEL V

* Vocalizo 14



Gi - ra gi - ra gi - ra gi - ra gi - ra gi - ra - sol!

* Vocalizo 15



Zur - ra bur - ro zur - ra bur - ro zur - ra zur - ra bur - ro!

Vocalizo 4.2 + 4.5



Au au au au miau miau miau miau miau

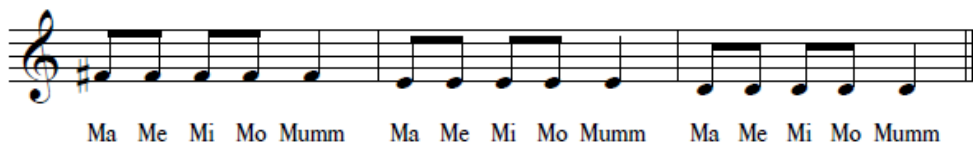
NÍVEL VI

Vocalizo 21

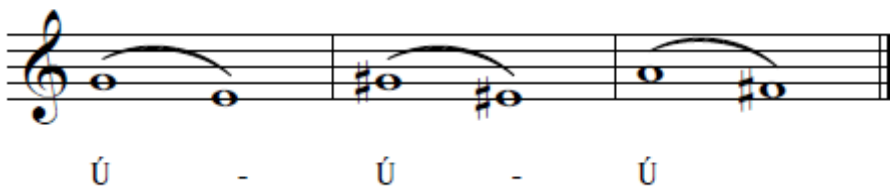


(BC.) M.....

Vocalizo 22



* Vocalizo 23



* Vocalizo 24

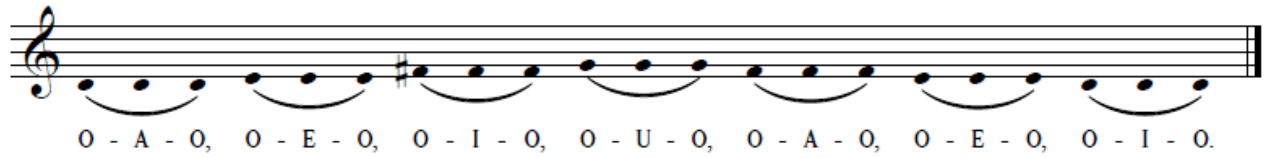


* Vocalizo 25



NÍVEL VII

* Vocalizo 31



Musical notation for Vocalizo 31, consisting of a single staff with a treble clef. The melody is a sequence of seven pairs of notes, each pair connected by a slur. The notes are: G4-A4, A4-B4, B4-C#4, C#4-D4, D4-E4, E4-F4, and F4-G4. Below the staff, the syllables are written: O - A - O, O - E - O, O - I - O, O - U - O, O - A - O, O - E - O, O - I - O.

* Vocalizo 32



Musical notation for Vocalizo 32, consisting of a single staff with a treble clef. The melody is a single note on G4, followed by a slur over five notes: G4, A4, B4, C4, and D4.

(B.C.) M...

(variante progressiva)



Musical notation for the progressive variant of Vocalizo 32, consisting of a single staff with a treble clef. The melody is a single note on G4, followed by a slur over five notes: G4, A4, B4, C#4, and D4. A '2' is written above the first note.

* Vocalizo 33



Musical notation for Vocalizo 33, consisting of a single staff with a treble clef. The melody is a sequence of five notes: G4, A4, B4, C4, and D4.

(variante progressiva)



Musical notation for the progressive variant of Vocalizo 33, consisting of a single staff with a treble clef. The melody is a sequence of five notes: G4, A4, B4, C4, and D4. The last two notes, C4 and D4, are connected by a slur.

(em "Ng" NNN ressonâncias nasais)

* Vocalizo 34



Sal-ta sa-po sal-ta sa-po sal-ta sa-po sal - ta.

* Vocalizo 35



Zur-ra zur-ra zur-ra zur-ra zur-ra zur-ra bur - ro!

* Vocalizo 36



Gi - i-bó - ia

* Vocalizo 37



Ma Me Mi Mo Mu.

Ma Me Mi Mo Mu.

Ma Me Mi Mo Mu.

Ma Me Mi Mo Mu.



Ma Me Mi Mo Mu.

Ma Me Mi Mo Mu.

Ma Me Mi Mo Mu.

Ma Me Mi Mo Mu.

NÍVEL VIII

Vocalizo 44



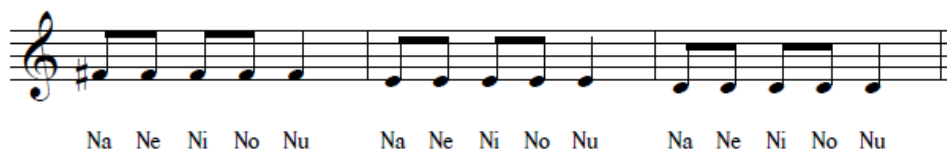
Vocalizo 45



Vocalizo 46



Vocalizo 47



Vocalizo 48



Na Ne Ni No Nu Na Ne Ni No Nu Na Ne Ni No Nu Na Ne Ni No Nu

Na Ne Ni No Nu Na Ne Ni No Nu Na Ne Ni No Nu Na Ne Ni No Nu.

Vocalizo 49



Mi - la - no mi - la - no mi - la - no mi

* Vocalizo 50



Nu - ma pa - ra - da
Bem a - li - nha - da
Foi bem to - ca - da
U - ma ba - la - da.

* Vocalizo 51



En - fei - ti - ça - da
Por u - ma fa - da
Ma - çã as - sa - da
Deu mar - me - la - da.

NÍVEL IX

Vocalizo 64



miðe - tiðe - niðe, miðe - tiðe - niðe, miðe - tiðe - niðe, miðe - tiðe - niðe, miðe - tiðe - niðe, miðe - tiðe - niðe, miðe - tiðe - niðe,

Vocalizo 65



la...

Vocalizo 66



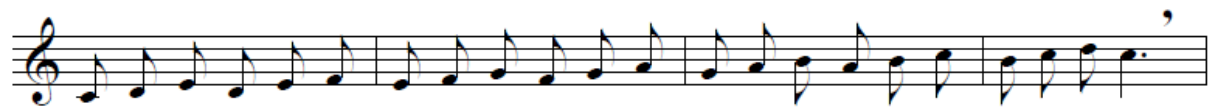
la - a - a - a - la - a - a - a

Vocalizo 67



Di - ga dong dong dong, di - ga dong dong dong, di - ga di - ga di - ga di - ga di - ga dong dong dong.

Vocalizo 68




Mi - la - no, To - ri - no, Na - po - li, Mi - la - no, To - ri - no, Na - po - li, Mi - la - no Mi.



Mi - la - no, To - ri - no, Na - po - li, Mi - la - no, To - ri - no, Na - po - li, Mi - la - no Mi.

Vocalizo 69

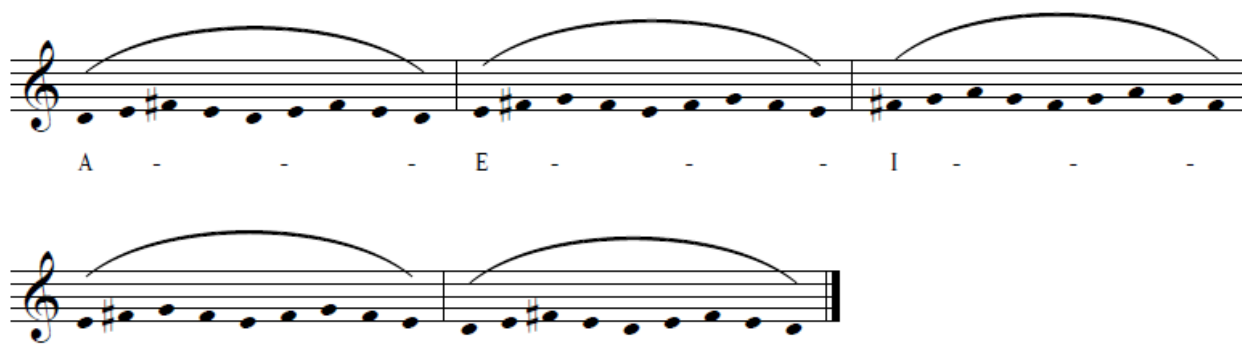


(Rápido com "respiração elástica")

Vi - o - vi - o - li - no.

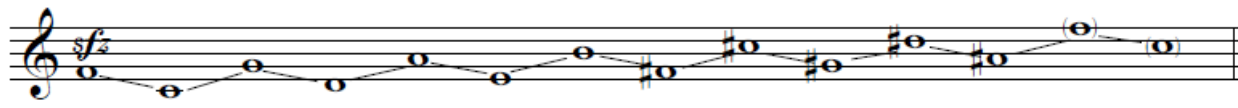
NÍVEL X

Vocalizo 83



A - - - E - - - I - - -
O - - - U

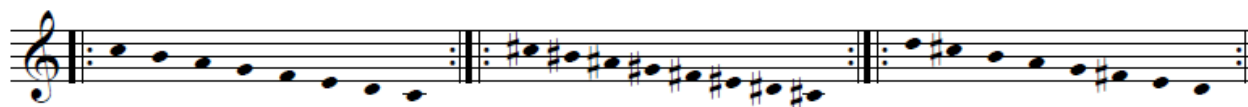
Vocalizo 84



Nó Nó Nó Nó Nó Nó Nó Nó Nó Nó Nó Nó Nó Nó


(Cada nota sobre o vocábulo "Nó" em sforzato)

Vocalizo 85



A
I
O
U U

Vocalizo 86



A - le - lu - ia, A - le - lu - ia.