

# Programa de Prática Vocal

**Duração:** Três anos lectivos

**Carga horária:** Uma aula semanal de meio tempo lectivo

**População a que se destina:** Alunos do 3º Ciclo do Ensino Básico do I.G.L.

**Avaliação:** Avaliação trimestral de frequência.

## A. Finalidades

- Despertar o aluno para a voz como instrumento musical.
- Motivar o aluno para o canto e para a expressão musical através da voz.
- Desenvolver as capacidades vocais e musicais dos alunos.
- Promover a interacção entre a formação técnico-vocal e artística.
- Promover a aquisição de métodos de trabalho susceptíveis de preparar o aluno para o mundo profissional.
- Fomentar a autonomia do aluno e a sua capacidade criativa.
- Fomentar a auto-crítica e a hetero-crítica evitando juízos valorativos de senso comum
- Desenvolver o sentido da responsabilidade, segurança e auto-estima do aluno face às exigências académicas e às futuras exigências profissionais.
- Promover a clareza, rigor e fundamentação científico-artística das posições assumidas.
- Contribuir para o desenvolvimento sócio-afectivo dos estudantes.
- Articular a Prática Vocal no âmbito das disciplinas científicas e artísticas.

## B. Objectivos gerais

- Adquirir competências gerais relativamente ao uso da voz cantada, nomeadamente para a correcta emissão vocal nas disciplinas de Coro, Canto Gregoriano e Formação Musical; bem como para eventual prosseguimento de estudos em Canto.
- Compreender a voz como o mais íntimo e pessoal instrumento musical.
- Proporcionar um panorama geral da fisiologia e anatomia do aparelho vocal.
- Desenvolver as capacidades básicas respeitantes à fonação e ao controlo da mesma.
- Proporcionar um método vocal de estudo/aprendizagem eficaz.
- Desenvolver as capacidades artísticas a partir do instrumento vocal.
- Promover a interacção musical.
- Fomentar a interdisciplinaridade.
- Fomentar a consciência crítica relativamente à voz falada e cantada.
- Promover a autonomia do aluno quer no que respeita ao estudo técnico da voz quer ao estudo de repertório.
- Adquirir conhecimentos de diversos estilos e repertórios do canto.

## C. Objectivos específicos / Conteúdos

### 1. Postura:

- a) Corpo centrado, músculos sentidos como relaxados e livres:
  - posição da cabeça centrada
  - pescoço relaxado
  - músculos abdominais não bloqueados
  - músculos das costas não bloqueados
  - braços e mãos relaxadas
  - joelhos desbloqueados
  - posição geral livre de modo a permitir o uso do corpo para uma eficiente produção sonora, apto às necessidades de expressão musical e teatral.
- b) Posições em pé e sentada naturais.
- c) Económico e eficiente uso muscular.
- d) Aplicar, na prática, os conhecimentos adquiridos.

### 2. Respiração:

#### 2.1. Controlo da respiração:

- a) Conhecer o mecanismo da respiração de modo a permitir o seu controlo consciente.
- b) Consciencializar e compreender os vários tipos de respiração.
- c) Avaliar o envolvimento dos músculos inspiratórios e expiratórios na realização de uma respiração eficiente.
- d) Compreender a inspiração e a expiração como movimentos complementares.
- e) Constatar a necessidade de um início de emissão do som equilibrado.
- f) Compreender a necessidade de uma respiração económica.
- g) Aplicar na prática os conhecimentos adquiridos.

#### 2.2. Suporte da respiração:

- a) Compreender a necessidade da respiração costal-abdominal ou diafragmática intercostal para o suporte da respiração, nomeadamente da expiração sonora.
- b) Reconhecer a diferença de um som “apoiado” e de um som “sem apoio”. Promover o primeiro.
- c) Perceber a importância do fluxo de ar expiratório para a eficiência da fonação.
- d) Aplicar na prática os conhecimentos adquiridos.

### 3. Registação:

- a) Procurar a estabilização da laringe independentemente da altura do som.
- b) Considerar os diferentes equilíbrios de registação para os diferentes timbres / cores da voz.
- c) Aplicar na prática os conhecimentos adquiridos.

#### 4. Ressonância:

- a) Compreender como os ressoadores (faringe, boca e cavidades nasais) funcionam acusticamente para a amplificação do som.
- b) Considerar os diferentes usos dos ressoadores para as cores da voz.
- c) Aplicar na prática os conhecimentos adquiridos.

#### 5. Articulação:

- a) Compreender como os diferentes articuladores (queixo, língua, palato mole, boca e lábios) funcionam para a produção das vogais e das consoantes.
- b) Promover o uso económico dos articuladores.
- c) Evitar tensões desnecessárias nos articuladores.
- d) Promover a boa definição das vogais e a clara articulação das consoantes.
- e) Compreender a influência dos articuladores na produção sonora, nomeadamente na produção de *legato* e *staccato*.
- f) Promover a manutenção da definição vocálica em todas as alturas do som.
- g) Aplicar na prática os conhecimentos adquiridos.

#### 6. Interpretação musical:

- a) Interpretar diversos tipos de repertório vocal: árias antigas, canções populares, *lied*, *mélodie*, canção portuguesa, canção inglesa, etc.
- b) Utilizar correctamente, na sua fonética, as línguas portuguesa, italiana, alemã, francesa e inglesa.
- c) Promover o controlo emocional na apresentação pública.
- d) Aplicar na prática os conhecimentos adquiridos.

### D. Competências / Capacidades

- a) O aluno apresenta uma postura tecnicamente correcta.
- b) O aluno apresenta um domínio controlado da respiração.
- c) O aluno revela capacidade de cantar com um eficiente apoio sonoro.
- d) O aluno mostra coordenação laríngea - boa e eficiente registo.
- e) O aluno domina a utilização dos articuladores na produção fonética e dicção.
- f) O aluno mostra competência em diversos tipos de repertório.
- g) O aluno revela capacidade de comunicação emocional.
- h) O aluno manifesta controlo emocional nas apresentações públicas.
- i) O aluno mostra-se capaz de se apresentar solisticamente bem como em grupos vocais (em dueto, trio, etc.)
- j) O aluno revela capacidade de cantar de memória.
- l) O aluno mostra-se capaz de estabelecer relações interpessoais satisfatórias de diversos tipos: afecto, respeito, confronto e cooperação quer musical quer humanisticamente falando.
- m) O aluno actua autonomamente sabendo gerir pessoalmente e de forma eficaz os seus objectivos, iniciativas e obrigações musicais/ vocais.

- n) O aluno manifesta segurança e uma auto-imagem positiva no seu desempenho vocal e artístico, mobilizando correctamente os saberes e as competências adquiridas.

## **E. Actividades**

- a) Audições públicas pelo menos uma vez por ano lectivo.
- b) Audição de CDs ou visionamento de vídeos de cantores conceituados com repertório que os alunos estejam a estudar.
- c) Pesquisa do aluno relativa ao repertório estudado.
- d) Visitas de estudo: eventual ida com a classe a concertos, ópera ou oratória e posterior análise crítica.

## **F. Avaliação**

- 1. A avaliação é expressa numa escala de 1 a 5 valores.
- 2. Avaliação trimestral de frequência (1º, 2º e 3º anos): de acordo com o programa em vigor e segundo os critérios aprovados em Conselho Pedagógico.

## **Bibliografia recomendada para a fundamentação epistemológica deste programa:**

**Alexander, F.M.**, Constructive Conscious control of the Individual, STAT Books, 1997

**Appelman, D.R.**, The Science of Vocal Pedagogy, Indiana Press, 1967

**Averino, O.**, Principles and Art of Singing, Intention Publishers, Denmark, 1989

**Brennan, R.**, Manual de Técnica Alexander, Ed. Estampa, 1997

**Cross, R., (Vários)**, La Voix Dévoilée - Actualités Scientifiques Sur la Voix Chantée, Ed. Romillat, Paris, 1991

**Cornut, G.**, La Voix, P.U.F., 1983

**Dinville, C.**, Les Troubles de la Voix et Leur Rééducation, Masson, 1993

**Falkner, K.**, Voice, Kahn & Averill, London, 1994

**Greene, M.**, Distúrbios da voz, Ed. Manole Ltda., 1989

**Kagen, S.**, On Studying Singing, Dover, N.Y., 1950

- Le Huche, F.**, La Vix - Anatomie et Physiologie, Masson, 1991
- Lehman, L.**, How to sing, Dover, N.Y., 1993 (1<sup>a</sup> ed. 1902)
- Miller, R.**, The Structure of Singing, Schirmer Books, 1986
- Miller, R.**, English, French, German and Italian Tehniques of Singing, The Scarecrow
- Marafioti, M.**, Caruso's Method of Voice Production, Dover, 1981
- MacCallion, M.**, The Voice Book, Faber and Faber, London, 1988
- Ott, J., Ott. B.**, La Pedagogie de la Voix et Les Techniques Européenes du Chant, Ed. E.A.P., 1994
- Phillips, K.H.**, Teaching Kids to Sing, Schirmer Books, 1992
- Reid, C.**, A Dictionary of Vocal Terminology, Joseph Patelson Music House, N.Y., 1983
- Reid, C.**, Bel-Canto: Principles and Practices, Joseph Patelson Music House, N.Y., 1950
- Reid, C.**, The Free Voice, The Joseph Patelson Music House, N.Y., 1965
- Reid, C.**, Psyce and Soma, The Joseph Patelson Music House, N.Y., 1975
- Sundberg, J.**, The Science of the Singing Voice, Illinois University Press, 1987
- Tomatis, A.**, L'Oreille et la Voix, Éd. Robert Laffont, Paris, 1987
- Venard, W.**, Singing - The Mechanism and the Technic, Carl Fischer, rev. ed., N.Y., 1967
- Wicart, A.**, Le Chanteur, Ed. Vox, 1931