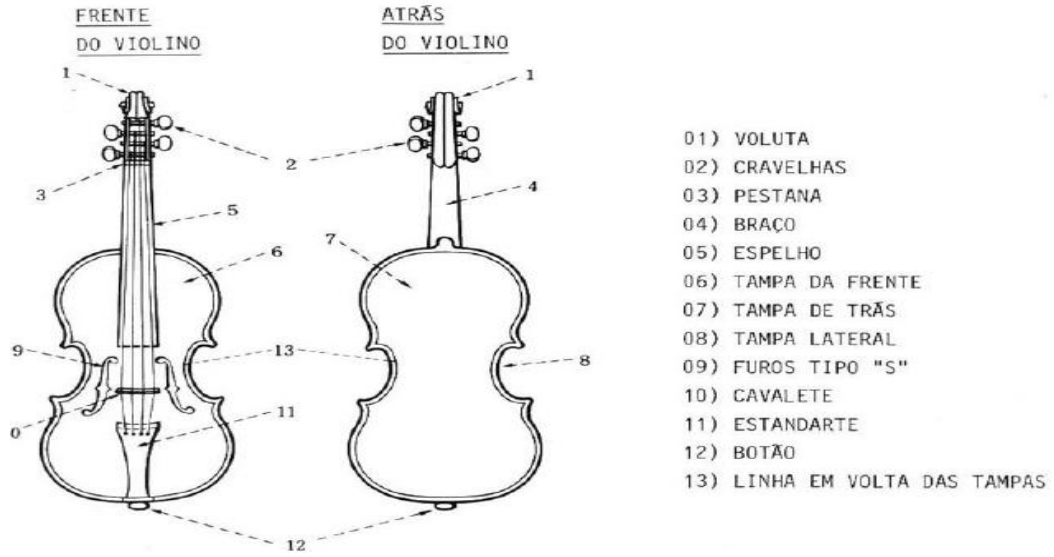
Apostila de Exercícios Práticos para Violino

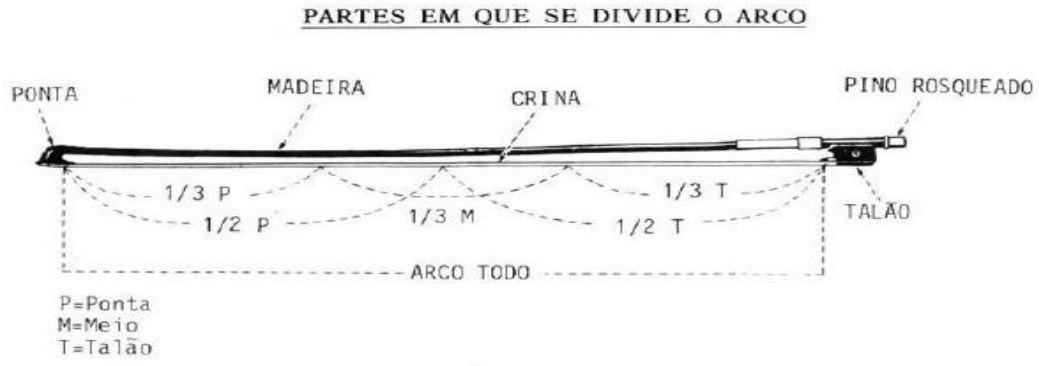
O aluno de que pretende tocar violino deverá separar todos os dias no mínimo 30 minutos pra se dedicar aos estudos para ter resultados satisfatórios. Os exercícios abaixo deverão ser feito durante dois meses ou mais.

“O seu esforço te trará resultado positivos”

CCB JARDIM SIENA - BRASÃO

Conhecendo o violino: Abaixo segue figura com o nome de cada peça que formam o violino.



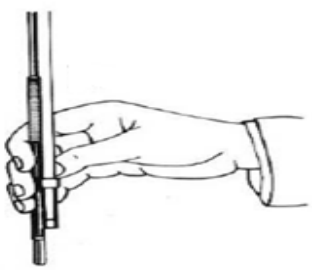
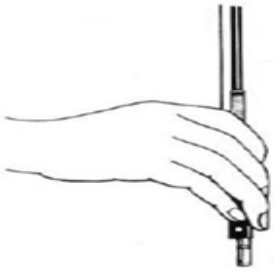


1-**Aprendendo a segurar o violino usando a espaleira:** O aluno deverá ajustar o violino juntamente com a espaleira no ombro de forma simples e tranquila, sem forçar o queixo para baixo. (ver Figura abaixo).

2-**Tencionando o arco:** O arco deverá ser tencionado de forma natural, rosqueando o botão e medindo a tensão do arco com o dedo indicador bem leve até que as crinas não relem mais na madeira.Ao terminar os estudos solte novamente as crinas e guarde o arco dessa forma sempre.

3-**Aquecendo o pulso e os dedos:** Toda vez que for iniciar os estudos o aluno deverá abrir e fechar a mão direita conforme a figura abaixo, relaxando bem a mão, sentindo-se leve e bem devagar.

4-**Como pegar no arco Corretamente:** O Aluno deverá pegar o arco de maneira que a mão direita forme um circulo, o dedo polegar encaixará na abertura do talão do arco, os dedos anelar e médio fiquem juntos, o mindinho em cima do talão e o dedo indicador formando um gancho dando uma pequena pressão no arco (Ver figura abaixo).

Obs. Não colocar tensão no dedo polegar ao pegar no arco

5-**Exercícios giratórios com o Arco:** O aluno deve colocar os dedos na posição correta já ensinada anteriormente e com o arco para cima girar o arco constantemente para os lados até equilibrar o arco todo. (30 vezes)

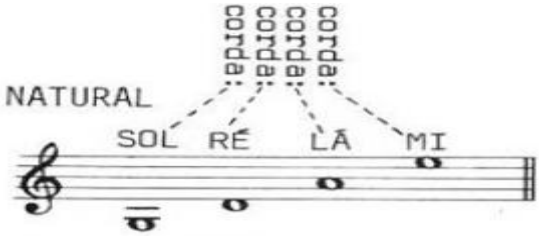
6-**Exercícios Aranha com o Arco:** Com os dedos na posição, subir até a ponta do arco e depois voltar ao talão novamente, sem deixar o arco cair. (30 vezes).

7-**Exercícios de círculos com o Arco:** O Aluno deve colocar o arco na posição vertical (para cima) e com o arco fazer círculos pequenos, médios e grandes, no sentido horário e anti-horário sem endurecer o pulso (30 vezes os 3 modos).

8-**Exercícios de equilíbrio de punho:** O aluno deve colocar o arco na posição vertical (para cima) e com os dedos na posição correta, baixar 90° de um lado e para o outro sem parar, ou seja, no sentido horário e anti-horário com o pulso leve e depois para os dois lados juntos sem cessar (30 vezes os 3 modos).

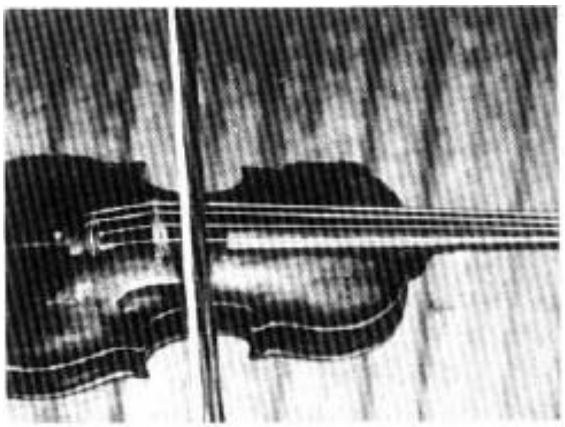
9-**Exercício no tubo (ou mão em circulo):** Com os dedos na posição correta no arco o aluno deverá pegar o tubo e com a mão esquerda colocar no ombro e com o arco levemente, subir da ponta até o talão, e também contando os tempos de 4,3,2 e 1 tempos. O Dedo Indicador fará pressão no arco para que fique mais firme - fazer com o arco na posição contrária também (50 vezes cada modo).

10-**Exercícios apoiando o arco no ombro:** Com a ponta do arco apoiar no ombro e simular o exercício como se fosse em todas as cordas e depois no meio e no talão sucessivamente. O ombro deverá sempre acompanhar a posição do arco nas cordas. O braço e antebraço andam juntos com leveza. Fazendo contagens de 1 tempo - bem devagar (50 vezes).



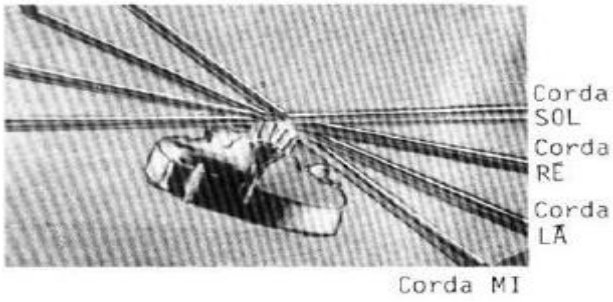
11-**Exercícios apoiando o arco nas cordas:** Com a ponta do arco apoiar nas cordas Sol, Ré, Lá e Mi simulando o exercício em todas as cordas e depois no meio e no talão sucessivamente. O ombro deverá sempre acompanhar a posição do arco nas cordas. Fazendo uma leve pressão com o dedo indicador no arco. Fazer na frente do espelho para uma melhor visualização da posição. O braço e antebraço andam juntos com leveza. Fazendo contagem numérica (50 vezes). **(Ver figura de postura abaixo).**

12- **Exercícios Paralelismo:** O Aluno vai simular a passar o arco reto em todas as cordas na posição correta de cada uma, entre o cavalete e o espelho, na direção do furo **"S"** sem que o arco rele nas demais cordas, e depois fazer contagem de tempos de 4,3,2 e 1 tempos. Este é um dos exercícios mais difíceis, porem o que mais do resultado em função da posição correta do arco (treinar 15 minutos).

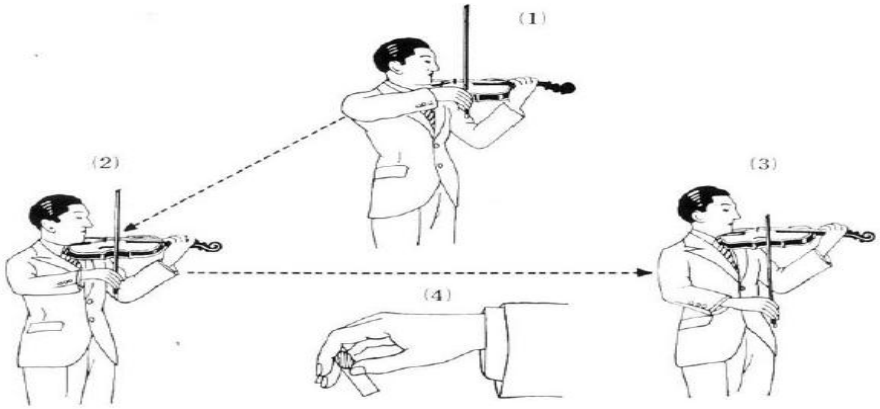


Obs. Toda a vez que executar exercícios com o arco, o aluno deverá passar bastante breu no arco, para que tire um som melhor e não raspe nas cordas ao tocar.

13- **Exercícios com o arco nas Cordas :** Depois ter praticado muito os exercícios acima o aluno fará agora o exercício pratico de colocar o arco em todas as cordas e fazendo a contagem de tempos de 4,3,2 e 1 tempos – bem leve e devagar, indo e voltando constantemente, com o arco na direção do furo **"S"** sem que ele rele nas demais cordas, e sem variação de som, ou seja, tirar um som homogêneo, duas vezes cada corda. (50 vezes).



14- **Exercícios com o arco nas cordas :** Agora o aluno deverá praticar o exercício acima novamente, porém agora começando pela ponta depois meio e talão do arco, repetindo 4 vezes e depois 8 vezes com notas de colcheias a mesma corda subindo e descendo em todas sem variação de som (50 vezes cada modo) (Ver figura abaixo).



15- **Ligando notas de tempos diferentes I:** Agora o aluno irá praticar o exercício em todas as cordas, dando notas de 2 tempos do talão ao meio e na ponta de 1 tempo, todas na mesma arcada, dando uma paradinha bem curta no segundo tempo e na volta inverter as posições. 4 vezes cada corda (10 minutos).

16- **Ligando notas de tempos diferentes II:** Agora o aluno irá praticar o exercício em todas as cordas, dando notas de 2 tempos do talão ao meio e na ponta de meio tempo, todas na mesma arcada, dando uma paradinha bem curta no segundo tempo e na volta inverter as posições. 4 vezes cada corda (10 minutos).

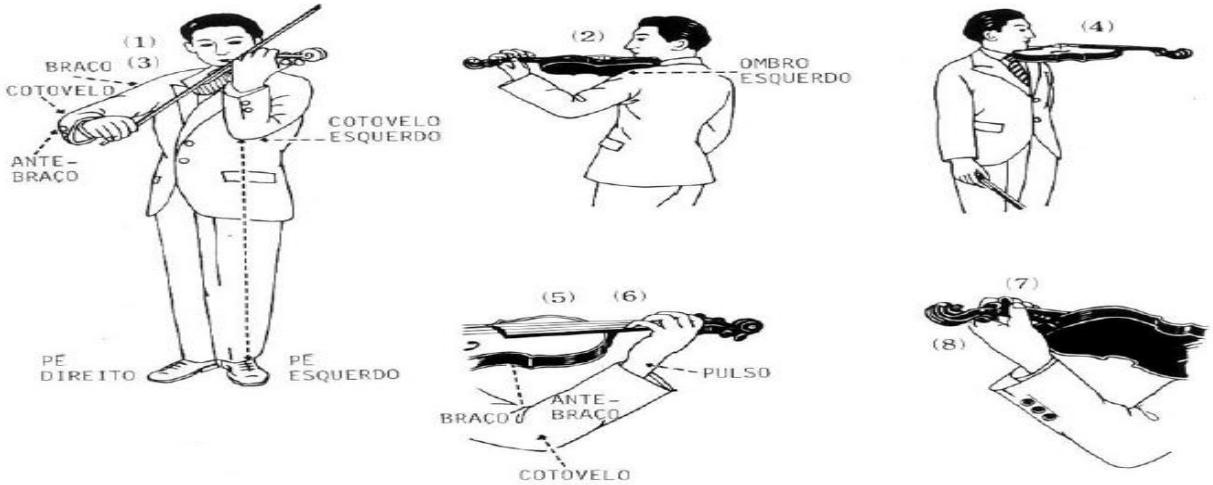
17- **Ligando notas de tempos diferentes III:** Agora o aluno irá praticar o exercício em todas as cordas, dando notas de 2 tempos do talão ao meio e na ponta uma semicolcheia, todas na mesma arcada, dando uma paradinha bem curta no segundo tempo e na volta inverter as posições. 4 vezes cada corda (10 minutos).

O instrutor deverá avaliar o aluno em todos os exercícios e se necessário for, solicitar novamente os exercícios acima – os mesmo deverão ser praticados todos os dias no espaço de um a dois meses seguidos.

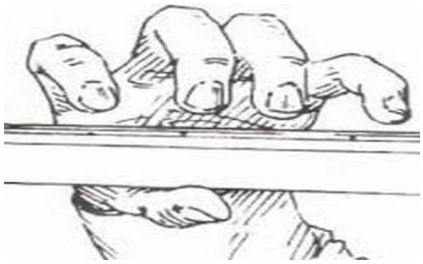
Exercícios com a Mão esquerda – Posição do Braço e Dedos

Treinar os exercícios abaixo na posição correta como esta acima o Aluno.

1- **Posição da Mão esquerda:** Com o violino na posição correta no ombro, o dedo polegar deverá ficar abaixo do braço do violino e o dedo indicador na linha da pestana, ao executar as notas na corda SOL o cotovelo se abre um pouquinho para direita e na corda MI se abre um pouquinho pra esquerda; observar a posição dos dedos a serem ensinadas agora pelos instrutores e segui corretamente.

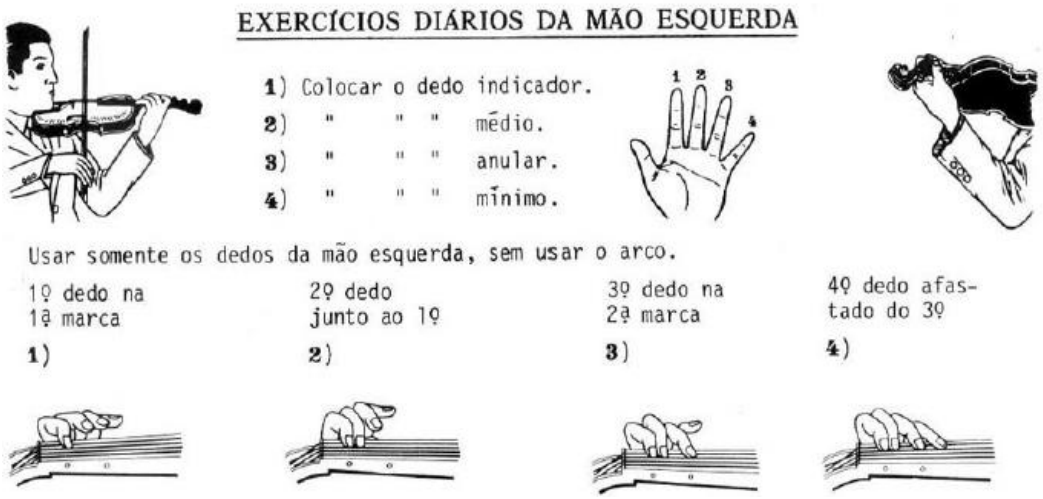


2- **Posição dos dedos nas cordas:** Todos os dedos deverão ficar quase que em pé e somente a 1ª falange que ficará em cima das notas nas cordas e nunca deitados nelas, assim também o polegar deverá ficar pra cima e não passar do braço do violino, para que mais pra frente se aprenda o vibratto corretamente, conforme mostra a figura acima e abaixo.(15 minutos)



3- **Treinando a pressão dos Dedos:** Como já aprendido o local correto onde colocar cada dedo, agora o aluno deverá somente colocar a falange dos dedos no local correto sem apertar o dedo e dedilhar em todas as cordas subindo e descendo – Posteriormente aperta um pouquinho os dedos nas cordas e sentir a corda entrar no dedo, mas sem muita força. (10 minutos)

4- **Aprendendo o nome das notas na 1ª posição (*natural):** O aluno irá aprender agora a posição dos dedos em todas as cordas, usando os 4 dedos. *(usaremos o Si Bemol na corda Sol e o Fá Sustenido na Corda Mi – Isso para que todos os dedos fiquem na mesmo posição – adiante aprenderemos a escala com todas as notas naturais. Ver figura abaixo.



5- **Memorizando os nomes das Notas:** O aluno deverá saber de cor e salteado todos os nomes das notas em todas as cordas, subindo e descendo, na ordem e fora da ordem.

6- **Perguntas dos nomes das notas:** O instrutor agora com o violino na mão e com os dedos nas cordas fará perguntas ao aluno. Ex. Os nomes das notas na ordem e fora da ordem.

7- **Exercícios da aranha nas cordas sem o arco:** Colocar todos os dedos na posição ensinada e de traz pra frente a partir do 4º dedo nas cordas SOL e RÉ, RÉ E LÁ E MI e vir tirando dedo por dedo em ambas. Ex. (4º dedo nota Ré da corda Sol e 4 º dedo nota Lá da corda Ré e assim por diante) e fazer o mesmo com as cordas LÁ E MI – Posteriormente, agora vir voltando a partir do 4º dedo da corda MI em todas as cordas. Depois fazer o inverso, ou seja, começar no indicador e até o mindinho. Fazer bem devagar (20 Minutos).

8- **Prática com o arco – som feio e som normal:** Agora vamos passar o arco nas cordas com os dedos na posição correta e apenas apertar a falange, repetindo duas vezes a arcada em cada nota, subindo e descendo em cada corda e depois voltando até a corda sol novamente, sairá um feio e rusguento – Agora colocaremos uma pressão nos dedos de modo que a falange encoste na corda e na madeira, executar tudo novamente dessa forma - No meio do arco 1 tempo (20 minutos).

9- **Prática da aranha com o arco I:** Agora o aluno deverá usar o 4º dedo da corda SOL e depois o 4º dedo da corda RÉ, depois o 3º da corda SOL e o 3º da corda RÉ e assim por diante – Depois voltamos do 4º dedo da corda MI até o fim – Grau de dificuldade é muito grande neste exercício o aluno, treinar sem o arco antes a posição de cada dedo - depois meio do arco 1 tempo (20 minutos).

10- **Prática da aranha com o arco II:** Agora o aluno deverá manter o 4º no lugar correto usar o 1º dedo da corda SOL e colocar na corda RÉ, depois o 2º dedo da corda SOL e colocar na corda RÉ e assim sucessivamente – agora mantendo o 4º dedo da corda MI no lugar e pegar o 1º da corda LÁ e depois o 2º da corda LÁ e assim por diante, treinar sem o arco antes a posição de cada dedo - depois meio do arco 1 tempo (20 minutos).

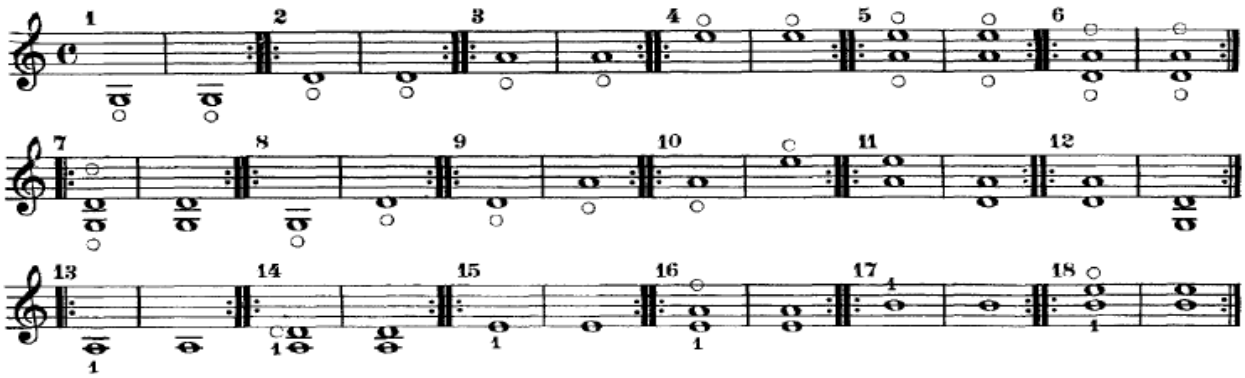
11- **Prática da aranha nas cordas com o arco III:** Colocar todos os dedos na posição e de traz pra frente a partir do 4º dedo nas cordas SOL, RÉ, LÁ E MI e vir tirando dedo por dedo nas cordas. Ex. (4º dedo nota Ré da corda Sol e 4 º dedo nota Lá da corda Ré e assim por diante) e fazer o mesmo com as cordas LÁ E MI – Posteriormente, agora vir voltando a partir do 4º dedo da corda MI em todas as cordas. Depois fazer o inverso, ou seja, começar no indicador e até o mindinho. Fazer bem devagar (20 Minutos).

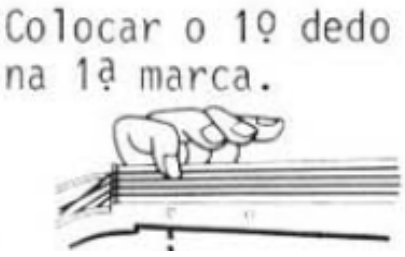
12- **Prática com o Arco:** treinar todos os nomes das notas com o arco e falar o nome de todas com o arco todo – depois treinar toda escala nas 4 cordas e tempos de 4, 3, 2 e 1 tempos – depois metade do arco constantemente – treinar bem devagar e com uma leve pressão do arco no dedo indicador.

13- **Exercícios com notas nas três partes do arco:** Treinar as escala natural em todas as cordas usando os 4 dedos, na ponta, meio e talão (ver figura abaixo).

14- **Exercícios de notas iguais:** A partir da corda sol o aluno irá localizar todas as notas repetidas uma oitava acima e sendo assim dar os tempos de 4,3,2 e 1 com o arco todo. Ex (Corda sol, nota sol da corda ré e nota sol da corda mi) e assim em todas as notas. (20 minutos).

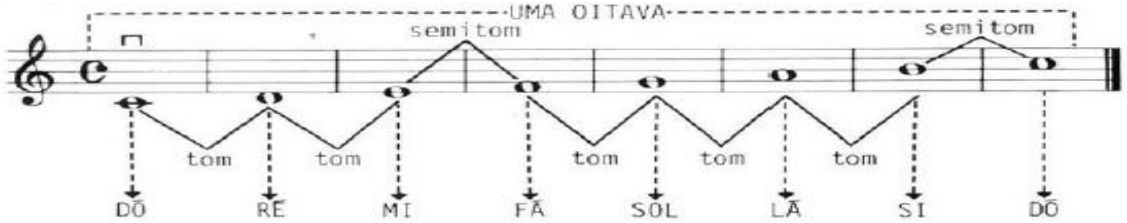
15- **Cordas dobradas:** Agora o aluno aprenderá o bicorde, que são tocar duas notas diferentes ao mesmo tempo. Ex (Sol e Ré). Observar figuras abaixo, entretanto usar também o 1º dedo quando solicitado junto com a corda.



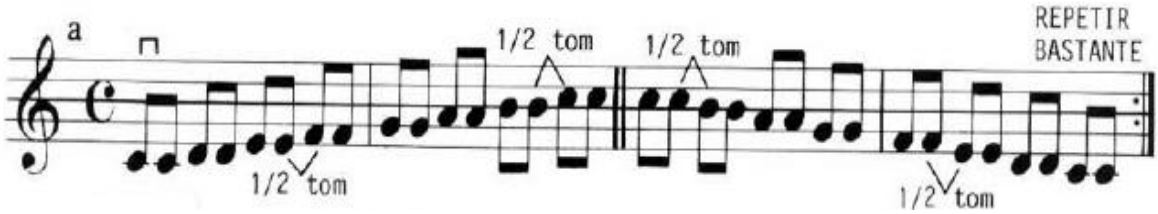


16- **Exercícios de ligadura:** Ligar as notas de duas em duas na escala natural já ensinada e depois de 4 em 4.

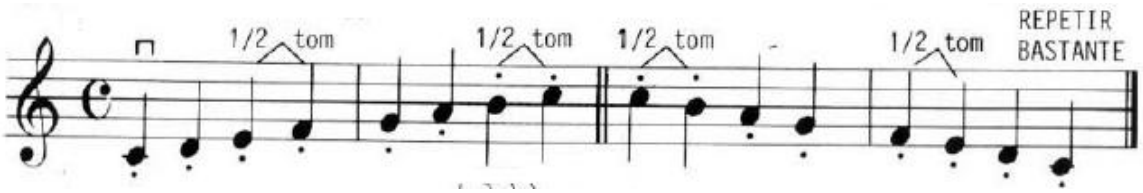
17- **Escala Natural de dó maior:** Praticar a escala de dó a dó na primeira posição.



18- **Exercícios de subdivisão:** O aluno devera praticar a escala na 1ª posição do desde a carda sol até a nota si da corda mi, repetindo duas vezes cada nota na ponta, meio e talão do arco de 1 e meio tempos.



19- **Exercícios de sttacato:** Treinar a escala natural em todas as notas dando uma pausa de meio tempo entre cada uma delas.



20- **Exercícios de Tremolo:** Com um pouco mais de rapidez o aluno deverá fazer a escala natural completa firmando o arco pra cima e pra baixo os movimentos do tremolo.

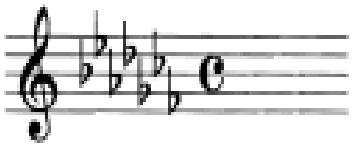
21- **Exercícios de Pscicatto:** Com o arco na mão apoiar o dedo polegar no espelho do violino e com o dedo indicador executar a escala natural completa dando 1 e meio tempo em cada nota subindo e descendo.

22- **Sustenidos e bemóis:** Sustenido, que faz elevar a altura da nota um semiton e Bemol, faz abaixar a altura da nota em um semitom. Segue abaixo as figuras e a ordem deles. Fazer a escalar na 1ª posição com o Fá e Dó Sustenido e depois com Sí e Mí Bemol ensinados.

Sustenido

fá – dó – sol – ré – lá – mi – si

Bemol



si – mi – lá – ré – sol – dó – fá

23- **Escala de sustenido e bemol:** Fazer a escala na 1ª posição com o Fá e Dó Sustenido e depois com Sí e Mí Bemol ensinados acima.

24- **Vibratto:** Com os dedos meio que em pé começar a treinar o vibratto a partir do 1º dedo (indicador) em todas as cordas – pressionar um pouco a 1ª falange pra frente e pra traz bem devagar e depois fazer o mesmo procedimento com os outros dedos (10 vez cada) – posteriormente aumentar a velocidade do vibratto – depois deslizar todos os dedos no espelho de violino para frente e para traz. Consequentemente fazer todo procedimento acima com o arco – fazer a escala na corda Sol e no 3º vibrar depois com o 2º e 1º e sucessivamente com as outras cordas. Isso dará uma melhor expressão na música. (20 minutos).

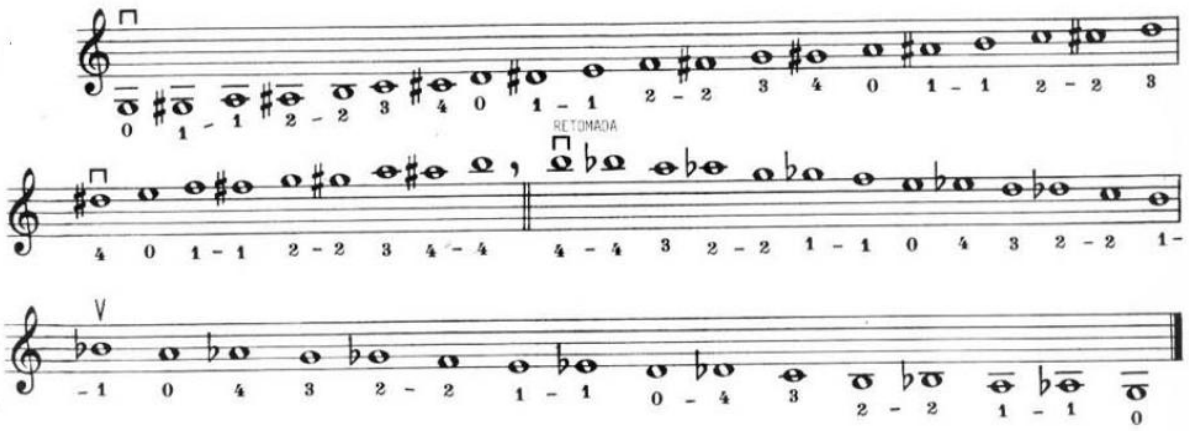
25- **Acordes:** Fazer o acorde de dó na escala natural e segunda oitava. (dó, mi, sol, do, sol, mi, do). * Esticar o 4º para pegar a nota dó na corda MI.

26- **Aprendendo afinar:** O Aluno deverá ter seu próprio afinador onde o instrutor o ensinará como afinar o violino.

27- **Afinação na igreja:** A nota de afinação na igreja será a 2ª corda (LÁ) e com ela também aprendemos afinar as demais.

28- **Escala pontuada:** Executar a escala natural pontuando todas as notas de valores de colcheias pontuadas e semicolcheias subindo e descendo. (20 minutos).

29- **Escala Cromática:** Esta escala é com bemóis e sustenidos, o instrutor nesse momento analisará se o aluno terá condições de aprender esta escala agora – Caso sim, a mesma deverá ser executada com o arco todo em figuras de 4,3,2,1 e meio tempos. O aluno deverá tocar as notas falando o nome com os respectivos sustenidos e bemóis. Ver figura abaixo. (30 minutos).



30 - **Método**: A partir de agora o aluno terá que ter em mente todas as posições dos dedos no violino e praticar as lições do método somente olhando para o método e não mais para o violino e no mínimo repetir cada lição 10 vezes ou conforme o professor solicitar.

Praticado corretamente os exercícios acima o aluno iniciará o método de estudos.

Anotações.