

Como a voz é um instrumento que todos tem, criam-se estórias e receitas, mitos e crendices a seu respeito, será que é tudo verdade?

## Mentiras

### Nunca se deve respirar pela boca

A respiração mais saudável é , sem dúvida, a NASAL, pois o ar já vem filtrado, umedecido e aquecido, mas nem sempre é possível utilizá-la , por isto quando necessário devemos usar a respiração BUCO-NASAL pois permite uma maior e mais rápida inserção de ar nos pulmões

### Conhaque faz bem para a voz

O que acontece , na verdade, é que o álcool relaxa e alivia um pouco da tensão do artista, mas esta não é a maneira de buscar segurança e calma no palco. Com o seu aprimoramento , virá a segurança de estar fazendo algo bem feito e daí virá a serenidade. Além disto o álcool provoca inchaço nas pregas vocais , irritação em toda a laringe e relaxa a musculatura que controla as cordas vocais atrapalhando no seu controle.

### Deve se cantar com o diafragma

O som não vem do diafragma e sim das cordas vocais. O diafragma é usado para o controle da pressão do ar projetado não o deixando sair todo de uma vez.

## Verdades

### Deve-se aquecer as cordas vocais antes de cantar

É como praticar um esporte : deve-se aquecer para evitar uma distensão.

### Não beber líquidos gelados

A baixa temperatura contrai as cordas vocais , fazendo com que elas percam toda a elasticidade.

### Estudar percepção Musical

No palco você não vai ter ninguém para te dizer a hora certa de entrar ou se você está afinado. É importantíssimo que VOCÊ consiga discernir com precisão todos estes pontos.

### Falar em excesso é prejudicial

Falar demais pode ser um esforço excessivo para as cordas vocais e tome especial cuidado em falar em locais barulhentos (competição sonora).

### Cochichar é prejudicial

Apesar de parecer que você está poupando a voz, na verdade, há um desgaste maior do que haveria se você usasse a voz normalmente).

# Como o som é produzido?

É importante que você conheça o um pouco melhor o seu instrumento. Não nos aprofundaremos muito neste assunto mas, aqui vão algumas noções básicas:

**Todo instrumento musical tem TRÊS coisas em comum:**

**Motor**.....Produz a energia.

**Vibrador**..... Converte esta energia em vibrações sonoras no ar.

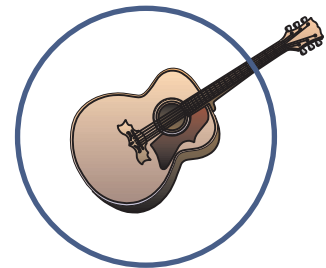
**Ressonador**.... Amplifica e/ ou modifica estas vibrações gerando o som final que ouvimos.

**Exemplo: Pense no caso de um violão:**

**Motor**.....Os seus dedos que atacam a corda.

**Vibrador**..... Cordas do violão que convertem a energia cinética (o movimento dos seus dedos) em vibração.

**Ressonador**..... A caixa acústica do violão.



**No nosso caso:**

**Motor**.....Pressão do ar que vem dos pulmões.

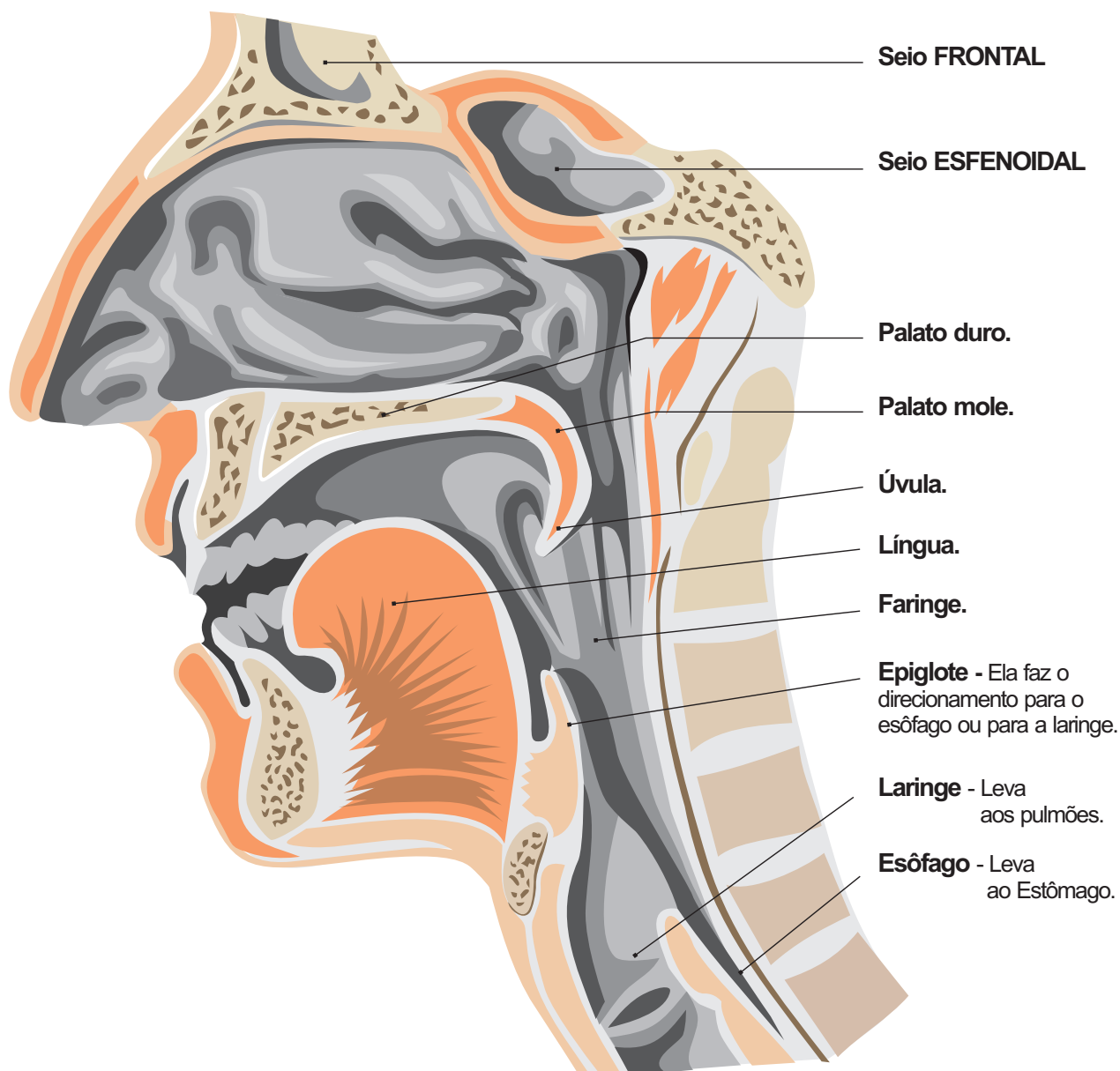
**Vibrador**.....Pregas vocais (cordas vocais) que se unem e vibram.

**Ressonador**.....Laringe, faringe, boca, cavidades da base do crânio, passagem nasal e cavidade torácica.

**A voz possui um **quarto** elemento que possibilita a formação de consoantes.**

**Articulador**..... Língua e lábios (móveis) agindo de forma coordenada com o céu da boca e dentes (fixo).

# A Anatomia do seu 'instrumento'



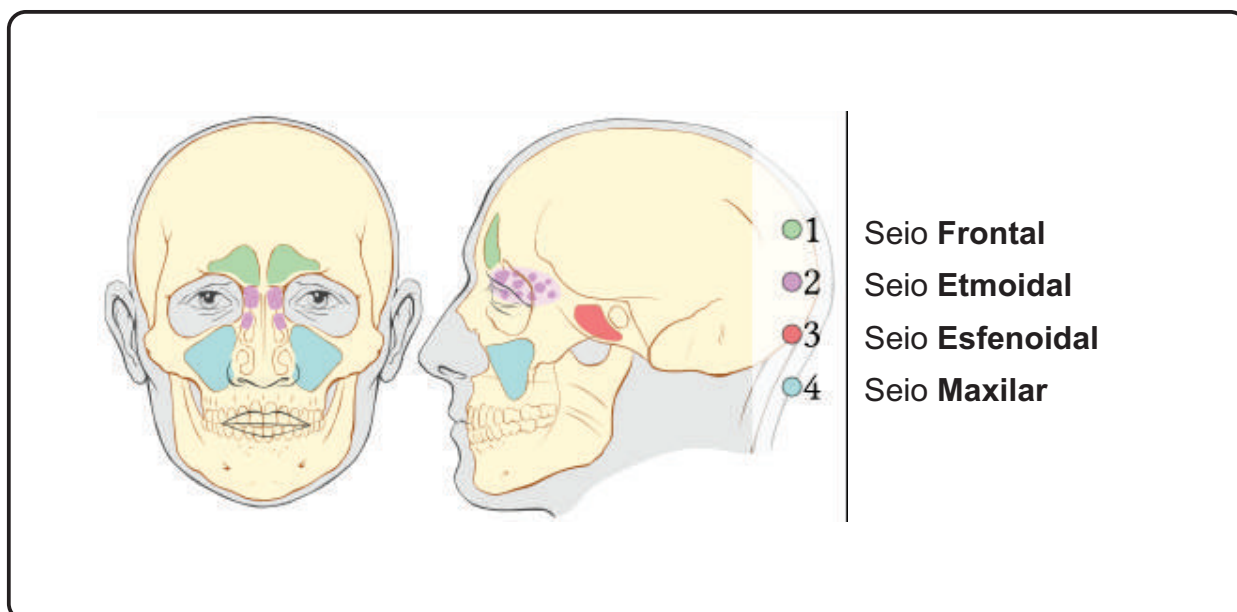
1342

## Vídeo

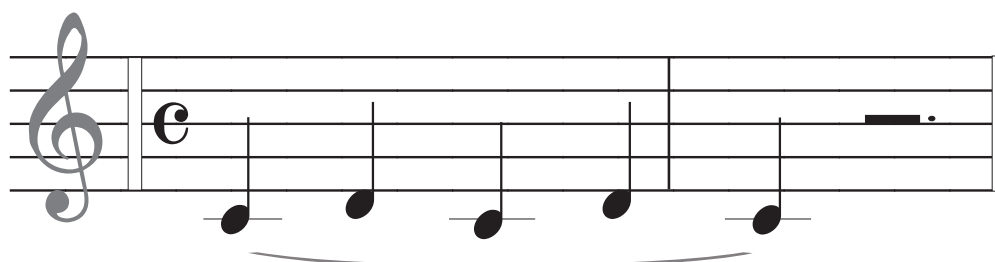
**VEJA, em vídeo, como as cordas vocais trabalham.**

Em seguida, conheceremos um pouco mais sobre a **ressonância** e faremos exercícios para potencializá-la. Isso melhora muito a qualidade vocal.

Muita gente pensa que o som emitido ressoa somente na 'boca'. Isso também acontece, mas veja em quantos locais o som pode e deve ressoar. É isso que vamos trabalhar ao citar termos que podem parecer complicados como '**Melhorar a ressonância**' ou '**Trazer a voz para a máscara**' ou '**Trabalhar o metal da voz**'. É assim que a voz acontece! Conheça o seu instrumento!



## Exercícios de Ressonância



**Fonemas:** NEI NEI NEI NEI NEI

NU NU NU NU NU

MAM MAM MAM MAM MAM

NO NO NO NO NO



**FEMININO:**  
1417 até 1420



**MASCULINO:**  
1421 até 1424



**Tenor**



Região usada  
no exercício

**Soprano**



Região usada  
no exercício

É imprescindível que você cante no tom mais adequado para a sua voz. Converse com os músicos que te acompanham e explique que enquanto os seus instrumentos tem alcance vasto (bem grave ao bem agudo), isto geralmente não acontece com a voz. Alterar o tom de uma música pode ser chato para a banda, mas muitas vezes vai ser inevitável.

## Jamais esqueça:

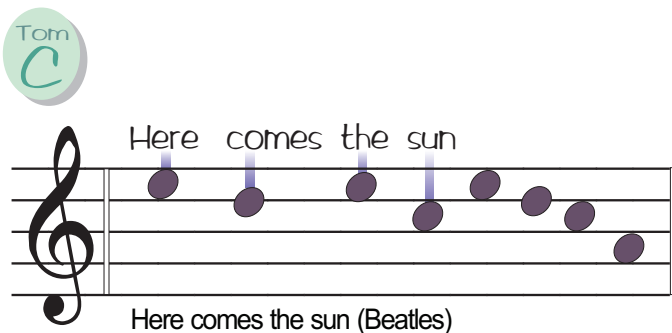
- **Não existe tom ideal fixo para a sua voz!!!**

Por exemplo, alguém dizer: 'Meu tom é Dó maior...' Isto é um atestado de falta de conhecimento musical! Vamos entender porquê:

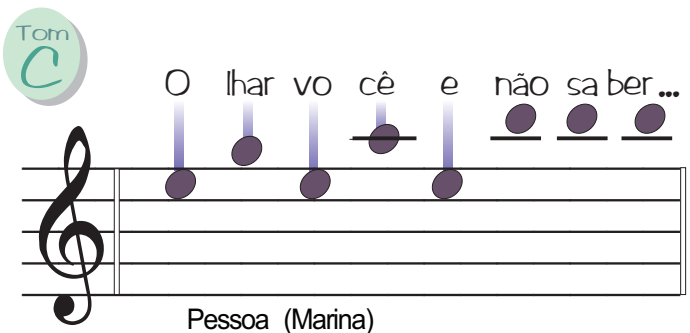
Estas duas músicas estão do tom de Dó maior, ambas começam no mesmo ponto, mas como você pode ver facilmente, **cada uma atinge uma área!** Isso se chama '**TESSITURA**' da música.

O compositor tem total liberdade para definir a melodia em qualquer direção.

Nós as escrevemos sem o ritmo (somente as notas) para facilitar a visualização da **área mais usada em cada composição** e repare: AMBAS ESTÃO EM DÓ e ainda começam na MESMA nota!



Here comes the sun (Beatles)



Pessoa (Marina)

O sistema de ensino **Mais que Música** vai lhe ajudar muito neste sentido. O seu professor vai transpôr as músicas que você estiver estudando usando o computador e, com o tempo, você deve definir dentro de que EXTENSÃO sua voz soa MELHOR! (Por exemplo: de Dó 3 até Ré 5)

Veremos este assunto profundamente na aula 'Classificando a sua voz' mas por enquanto, saiba disso: O seu tom poder ser 'Dó' em uma musica 'Mi' em outra e 'Sol' em outra! Tudo depende da direção e área mais usada pelo compositor, então:

**- Para definir o tom de uma música para a sua voz, você tem que testar. CADA caso é um caso!**

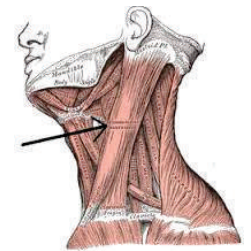
Respire profundamente. **Sim, inspire profundamente agora!**

Se o seus ombros subiram, você já começou com MENOS 20% de sua capacidade respiratória! A maioria das pessoas NÃO move o diafragma em toda a sua extensão. Conheça mais sobre o pilar de todo o processo que geração da voz.

Existem alguns tipos de respiração e um deles é o mais favorável para o uso profissional da voz.

## Clavicular ou Superior

É caracterizada pela expansão somente na parte superior do tórax ( é a respiração dos garotões que querem parecer mais fortes... ). **Se percebe uma elevação nos ombros.** Nesta localização a respiração é limitada e pode provocar tensão na musculatura do pescoço e tensão laringea. A voz é alterada pelo **aporte insuficiente de ar** e o som resultante tende a ser agudo, pela elevação e tensão da laringe. O músculo esternocleidomastóideo encontra-se frequentemente tenso nos pacientes disfônicos, pois eles tendem a manter a caixa torácica elevada.



## Média, Mista ou Torácica

É a mais comum apresenta pouca movimentação superior ou inferior durante a inspiração e um deslocamento anterior da região média. É a respiração que utilizamos na maior parte do dia, , mas é **inadequada e insuficiente para o canto.**

## Inferior ou abdominal

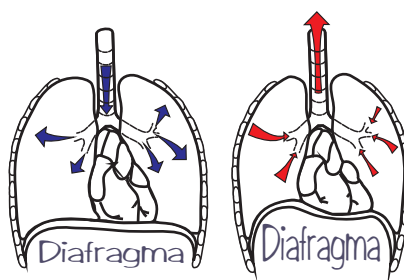
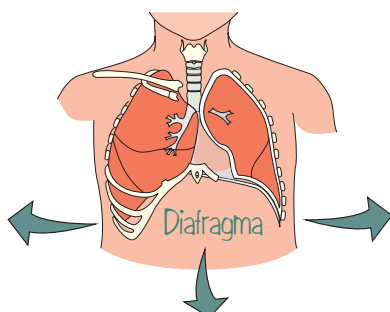
Caracteriza pela ausência de movimento na região superior. O diafragma desce comprimindo as vísceras e jogando a barriga para fora ( é o que se chama respirar com a barriga ). Também não é a melhor técnica.

## Costo-Diafragmática

As costelas flutuantes se movem para fora, aumentando a cavidade torácica, o diafragma desce, também aumentando o espaço para baixo, nos oferece maior quantidade de ar e mais for mas de controlá-lo. **Esta é a forma de respiração que deve ser usada.**

O movimento que você vai perceber é:

- Prioritariamente a barriga indo para a frente.
- Em menor grau, o movimento das costelas lateralmente.
- Nas costas, na área dos rins, você vai perceber um movimento mais sutil, no entanto , é perceptível.



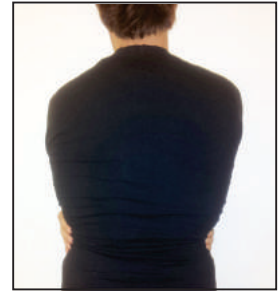
**VEJA em vídeo**





O movimento posterior é sutil, mas nem tanto. Se para você parece estranho que aconteça este movimento de expansão nas costas, vamos fazer esta experiência: Coloque seus braços na posição da figura ao lado, abaixo das costelas e acima do ilíaco (bem na cintura) e dê um profundo bocejo. Percebeu como acontece o movimento?

Se não percebeu, talvez você tenha movido o peito para cima. Tente respirar sem movimentar a parte superior do tórax.



O bocejo é causado por uma necessidade de oxigenação no cérebro e o corpo age da forma mais eficiente para sanar este problema: inspira expandindo para a frente, para os lados e para trás. Num bocejo real, pode haver também a expansão para cima, mas em sua respiração isso não é necessário nem eficiente.

## Exercícios de respiração

Se voce praticar isso diariamente, você vai conseguir ter esta forma mais profunda de respiração como sua respiração normal.

Lembre-se que absolutamente TUDO que você aprenderá sobre canto, DEPENDE primariamente de sua respiração e não se esqueça de mover a parte de trás também (na area dos rins).

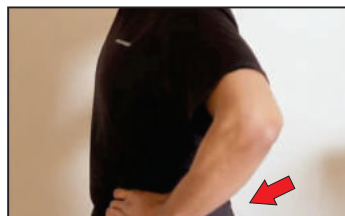
**Não deixe que a simplicidade destes exercícios te engane... Isso realmente vai melhorar o seu canto de forma geral.**

Parecem muitos passos, mas vou listar todos os detalhes para que façamos tudo 100% certo:

### Exercício 1:

a) Postura correta:

- Joelhos 'bobos'
- Apoio nos glúteos
- Parte de trás do pescoço longa e parte da frente mais curta.
- Ombros relaxados.



b) Inspire USANDO a respiração COSTO-DIAFRAGMÁTICA e perceba a expansão (frente, lados e para trás).

c) Expire com os lábios em assovio, liberando o ar da forma mais constante possível.

### Exercício 2:

Mesmos itens a) e b)

c) Expire com os lábios em **SSSSSSSS**, liberando o ar da forma mais constante possível.

### Exercício 3:

Mesmos itens a) e b)

c) Inspire com 4 puxadas curtas e expure em 8 **SSS**, também curtos. Faça isso no ritmo abaixo e PERCEBA a expansão em 360 graus.



2274

# Exercícios de ressonância

Durante estes exercícios, você vai emitir sons engraçados ou não tão agradáveis à audição. Ignore estes aspectos e concentre-se, que agora estamos apenas querendo que você perceba as áreas de ressonância e desenvolva o seu uso.

Atenção a todas as vibrações do seu corpo ao cantar e concentre-se na ressonância da máscara (área em volta dos olhos e maçãs do rosto).

Para todos os exercícios e todos os fonemas , siga estes passos:

- Faça o exercício de pé.
- Inspire.
- Faça uma pausa de um segundo.
- Solte o ar só pelo nariz dizendo **hum...** Coloque as mãos nas maçãs do rosto e sinta as vibrações. Mantenha a emissão do ar o mais constante e estável possível.

1. **MI MI MI**

2. **MA MA MA**

3. **ME ME ME**

4. **MO MO MO**

5. **MU MU MU**

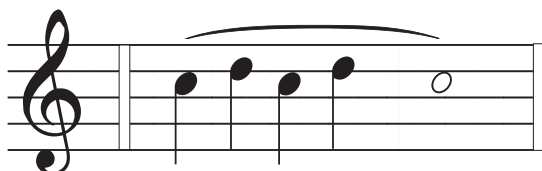
6. **MA ME MI MO MU**



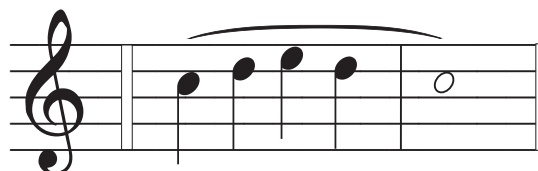
Mentalize o som viajando pelo seu corpo (principalmente a máscara). Use todos os espaços do corpo para amplificar o som. Jamais imagine o ar saindo só da garganta para a boca. Você estaria perdendo grande parte da ressonância.

Você pode fazer o exercício apenas com o fonema ou em UM VOCALISE simples como estes abaixo. Ambos estão descritos nas páginas seguintes. Use os ARQUIVOS DE APOIO.

Vocalise 1



Vocalise 2





# Vocalises 1

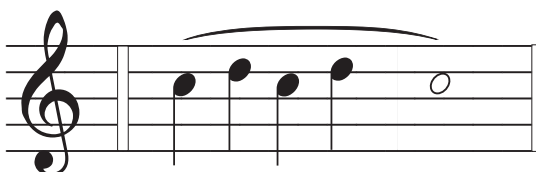
Até 5ª  
Justa

Os vocalises devem ser feitos, respeitando a área de conforto de cada tipo de voz. Estudaremos este tópico mais a fundo, na aula '**Classificando a sua voz**'. Neste momento, perceba que trabalharemos dentro de uma área grave para não forçar sua voz. Escolha a extensão em que você se sente MAIS CONFORTÁVEL. Seu professor vai te ajudar.

## Exercício 1: Tônica e 2M

Dó \_\_\_\_\_  
Si \_\_\_\_\_  
Lá \_\_\_\_\_  
Sol \_\_\_\_\_  
Fá \_\_\_\_\_  
Mi \_\_\_\_\_  
Ré \_\_\_\_\_  
Dó \_\_\_\_\_

Notação musical no tom de Dó maior:



A ligadura indica que deve ser cantado SEM 'espaços' entre uma nota e outra. Você deve cantar esta sequência de notas direto e então, só ao final desta ligadura, inspirar.

## Fonemas sugeridos:

ÔÔÔ

ÊÊÊ

III

MMM

MÔ

MI

TRR

BRR

Fonemas usados e anotações do professor(a): \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Como neste momento do curso, ainda não classificamos a sua voz, te daremos três opções:



### Grave:

1421  
até 1424

No DVD, esse foi  
usado como masculino.



Região usada  
no exercício



### Médio:

1417  
até 1419

No DVD, esse foi  
usado como feminino.



Região usada  
no exercício



### Agudo:

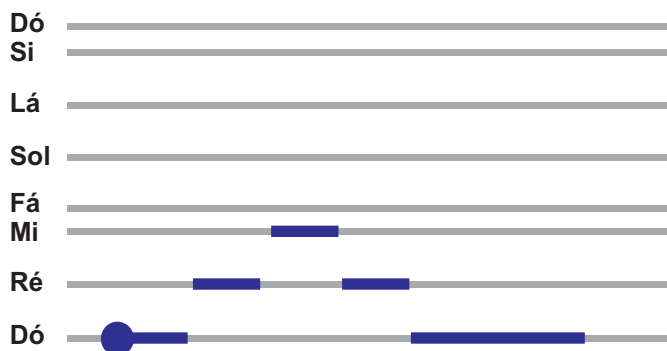
2298  
até 2301

Esta é uma extensão  
extra. Mais aguda.

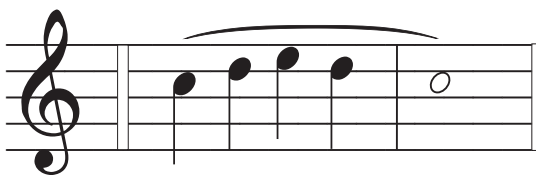


Região usada  
no exercício

## Exercício 2: Tônica, 2M, 3M e 2M



Notação musical no tom de Dó maior:



A ligadura indica que deve ser cantado SEM 'espaços' entre uma nota e outra. Você deve cantar esta sequência de notas direto e então, só ao final desta ligadura, inspirar.

Fonemas sugeridos:

VVV

ÔÔÔ

ÊÊÊ

III

MMM

MI

TRR

BRR

Como neste momento do curso, ainda não classificamos a sua voz, te daremos três opções:

**Grave:**1429  
até 1432No DVD, esse foi  
usado como masculino.Região usada  
no exercício**Médio:**1425  
até 1428No DVD, esse foi  
usado como feminino.Região usada  
no exercício**Agudo:**2302  
até 2305Esta é uma extensão  
extra. Mais aguda.Região usada  
no exercício

Fonemas usados e anotações do professor(a):

## Exercício 3: Percepção

A- OUÇA COM ATENÇÃO a nota inicial.

B- Cante-a BEM baixinho e vá aumentando o volume até o normal (Não precisa chegar a um volume alto)

C- Mantenha a nota 'lisa'. O seu objetivo é evitar aquelas oscilações... Aqueles 'tremidos' na sua voz. Seja em volume ou em afinação.

D- Você vai ouvir três pratos para saber que aquela emissão vai acabar, então DIMINUA o volume gradualmente e pare.

**Masculino:**

1433

**Feminino:**

1434

CERTO

ERRADO

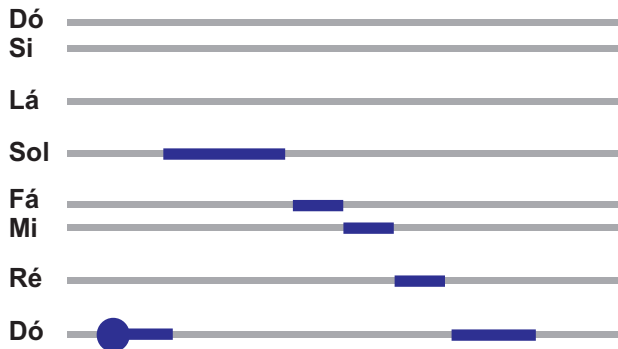
# Vocalises 2

Até 5ª  
Justa

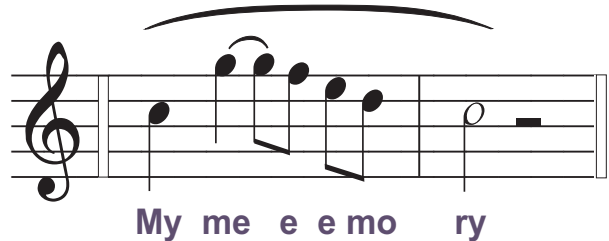
Continue com o trabalho dos vocalises. os poucos iremos aumentar a extensão das frases e os saltos de uma nota para outra, dentro do exercício.

Faça este novo vocalise, que propõe um salto maior, logo da 1ª para a 2ª nota. O salto é de uma **Quinta justa**, atenção ao '**ATAQUE**'! Seja preciso na chegada a esta **Quinta justa**.

## Exercício 4: My Memory



Notação musical no tom de Dó maior:



Ligadura: Deve ser cantado SEM 'espaços' entre as notas.

Fonemas usados e anotações do professor(a): \_\_\_\_\_

Como neste momento do curso, ainda não classificamos a sua voz, te daremos três opções:

**Grave:**  
1817  
até 1822  
No DVD, esse foi usado como masculino.



**Médio:**  
1811  
até 1816  
No DVD, esse foi usado como feminino.



**Agudo:**  
2306  
até 2310  
Esta é uma extensão extra. Mais aguda.



## Sustentação e Ressonância

Neste vocalise, trabalharemos dois aspectos:

**CONTROLE DA EMISSÃO:** - Teremos a última notabem alongada... Controle a emissão. Faça a nota 'lisa' e sustente-a até o fim.

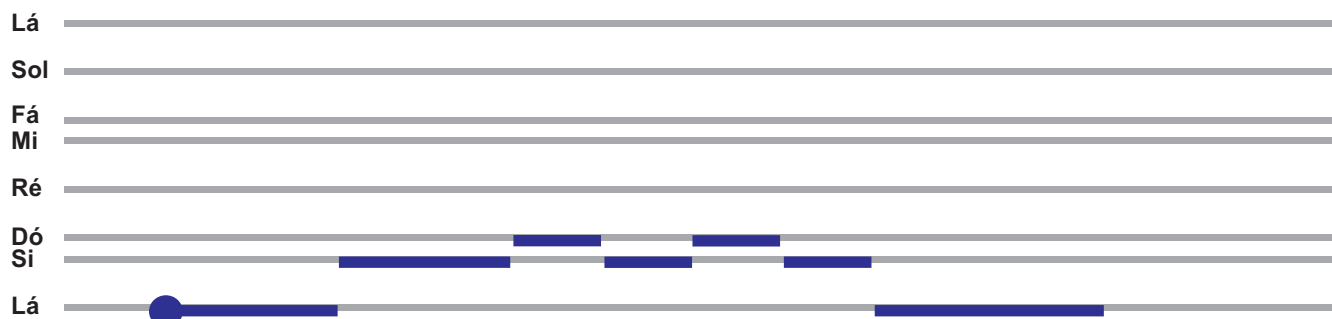
**RESSONÂNCIA:** - Foque no 'M'. Tente encaixar a nota da máscara.



**Harmonia SIMPLES:**  
1823 até 1828

**Harmonia JAZZY:**  
1829 até 1834

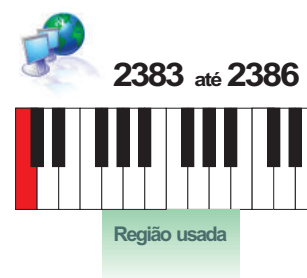
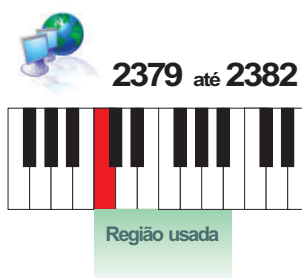
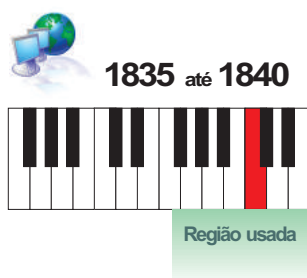
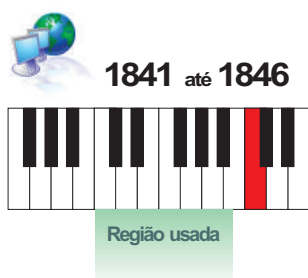
É importante que você se familiarize com as tonalidades menores. Vamos começar agora uma fase de exercícios menores ou com sonoridades mais incomuns.



Fonemas: **Viiiii**      **iiiiiii**      **iii** **iii**      **iii** **iii**      **iiiiii**

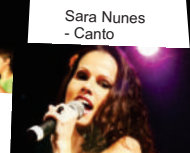
Fonemas: \_\_\_\_\_

Pontos de ATENÇÃO: \_\_\_\_\_



**A melhor estrutura. Os melhores professores.**

**AQUI, é  
pra VALER!**



**BARRA - IPANEMA - TIJUCA - CENTRO - MÉIER**

# Interpretação 01

Existem inúmeras formas de imprimir características pessoais na sua forma de cantar uma música. Nesta parte da matéria, vamos sugerir alguns adornos que podem ser adicionados numa finalização de frase ou mesmo, no meio dela.

Lembre-se de que estes elementos são apenas UM dos elementos de interpretação (embelezamento do desenho melódico), mas existem vários outros como:

- Formas de entrada da nota.
- Tipos de vibrato.
- Respiração.
- Alteração do desenho rítmico.
- Timbre do cantor.
- Emoção aplicada.

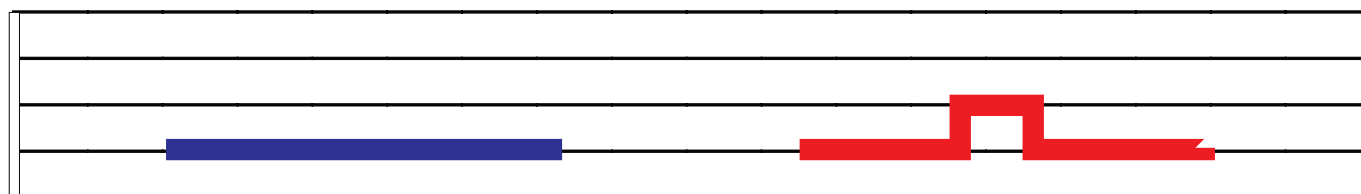
Estes e inúmeros outros. A soma destas características cristaliza o estilo de um artista.

Veja como este movimento simples pode acrescentar movimento e expressividade à melodia:

Apenas suba uma nota diatônica (dentro da escala da música) e volte rapidamente para a nota inicial:

## Original

## Interpretado



Clique na letra e ouça estes exemplos em sala!

- |                                |  |
|--------------------------------|--|
| ... meus <u>plaaaaanos</u> ... | (Marisa Montes - Não é fácil)  |
| ... na verdaaaaaade...         | (Marisa Montes - Não é fácil)  |
| ... de uma criaaaaaança...     | (Tony Barrido - O Erê)   |
| ... do filme muuuuuuda...      | (Tony Barrido - O Erê)   |
| ... voce saaaaaabe...          | (Tony Barrido - O Erê)<br>Repare que o movimento pode ser feito rapidamente como um vibrato. |
| ... arranhaaaaaa o céu         | (Ed Motta - Fora da Lei)   |
| ... gata de ruuuuuua...        | (Tony Barrido - O Erê)   |
| ... um soooooooooonho...       | (Rogério Flausino - Fácil)   |
| ... cantar juntoooooooooo...   | (Rogério Flausino - Fácil)<br>Variação: Faça duas vezes seguidas                             |
| ... memóóóóória...             | (Rogério Flausino - O Vento)   |
| ... e maaaaaaais...            | (Rogério Flausino - O Vento)   |

Agora APLIQUE esta técnica em suas músicas!

## APLICANDO: Interpretação 01

Não basta aprender os movimentos... Você tem que **aplicar** repetidamente para que isso aconteça de forma natural no meio de uma interpretação. Colocamos aqui diversas músicas conhecidas, mas você deve fazer isso com o SEU REPERTÓRIO.

**Altere , deixando a nota 'reta' ..lisa e em seguida , coloque o movimento que vimos anteriormente:**

Page 10 of 10



2415

Page 10 of 10



2416

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



2417

Page 10 of 10



2418



Page 10 of 10



2419

**A melhor estrutura. Os melhores professores.**

**AQUI, é  
pra VALER!**



Rodrigo Gonzaga  
Guitarra



Alberto Correia - Canto



Sara Nunes  
- Canto



Ana Carolina Falcão



Sthefany Espósito - Canto



BARRA - IPANEMA - TIJUCA - CENTRO - MÉIER

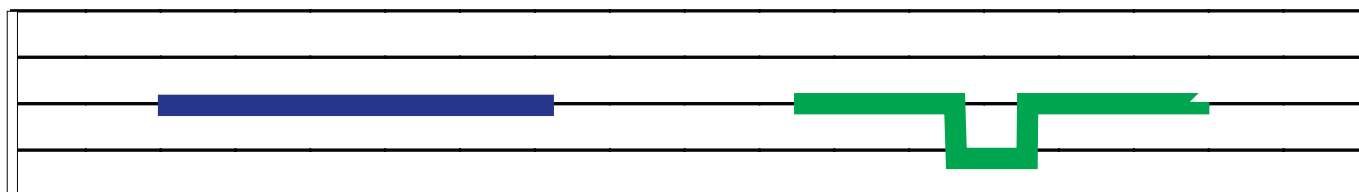


## Interpretação 02

A ideia é a mesma aplicada na aula 1, mas agora, o movimento será descendente. Para facilitar o seu primeiro contato com estas alterações, antes aplicamos somente nos finais de frases. Agora, vamos aplicar também no meio das frases. Para isso você vai ter que 'criar espaço' e compensar no desenho rítmico seguinte. É como se você quisesse colocar um móvel novo na sala e você tem que mover os outros móveis para dar espaço para o novo item.

### Original

### Interpretado



## Compensação rítmica

Em uma frase que você deseja alterar, o ponto mais importante é o ponto de resolução da frase. então 'esprema' a melodia para que depois de encaixada a interpretação, ela finalize no mesmo momento em que a original.

### Original

### Interpretado



Ainda lembro o que passou

Ainda leeeeeembro o que passou



2421

Eu e voooooocê

Eu e voooooocê



2422

IIIIII I've wait until a saaaaaaaw the sun


I've waaaait until a saaaaaaaw the sun



2423

Vamos aplicar a mesma inflexão repetidamente neste trecho. Entenda que isto é um exercício para você dominar conscientemente o movimento. Numa performance real você deveria usar inflexões variadas.

Agora vamos aplicar no meio das palavras, basta "esticar" um pouco o tempo da sílaba e colocar a subida ou descida diatônica. Cante uma vez com a melodia lisa (sem alteração alguma) e depois aplique os movimentos.

Vermelho: Ascendente 

Verde: Descendente 

## Eu te Devoro (Djavan)

E7M C#m7(11)  
Teus sinais me confundem da cabeça aos pés



2426 Parte 1


A7M  F#m7----Bsus4  
mas por dentro eu te devoooOoooo

E7M C#m7(11)  
Teu olhar não me diz exato quem tu és

A7M  F#m7----Bsus4  
mesmo assim eu te devooooOoooo, te devoraria...

E7M C#m7(11)  
A qualquer preço porque te ignoro ou te conheço

A7M  F#m7----Bsus4  
quando chove ou quando faaaAaaz frio


E7M C#m7(11) A7M  D7(9)  
Noutro plano te devoraria tal Caetano a Leonardo di Caaaaaprio


## Parte 2.....


C#m7(11) A7M  
Tudo que Deus criou pensando em você




2428 Parte 2

C#m7(11) A7M   
Fez a Via-Láctea, fez os dinossaaaaaauros

C#m7(11) A7M G#m7 Bsus4   
Sem pensar em nada fez a minha vida e teeeee ee deu

C#m7(11) A7M   
Sem contar os dias que me faz morreeeer

C#m7(11) A7M   
Sem saber de ti jogado à soliiiiidão

C#m7(11) A7M G#m7 Bsus4   
Mas se quer saber se eu quero outra vida... Nãããããão... não



2427 Completa

## APLICANDO: Interpretação 01

Não basta aprender os movimentos... Você tem que **aplicar** repetidamente para que isso aconteça de forma natural no meio de uma interpretação. Colocamos aqui diversas músicas conhecidas, mas você deve fazer isso com o SEU REPERTÓRIO.

**Altere , deixando a nota 'reta' ..lisa e em seguida , coloque o movimento que vimos anteriormente:**

\_\_\_\_\_



2415

\_\_\_\_\_



2416

Page 10 of 10

\_\_\_\_\_



2417

Page 10 of 10



2418



Page 10 of 10



2419

**A melhor estrutura. Os melhores professores.**

**AQUI, é  
pra VALER!**



Rodrigo Gonzaga  
Guitarra



Alberto Correia - Canto

Sara Nunes  
- Canto



Ana Carolina Falcão



Sthefany Espósito - Canto



BARRA - IPANEMA - TJUCA - CENTRO - MÉIER