



## **I. Conteúdos Programáticos – Iniciação de Contrabaixo**

### **Objetivos Gerais**

- Favorecer a aprendizagem e desenvolvimento do aluno, estimulando as suas capacidades;
- Desenvolver a motivação intrínseca do aluno;
- Desenvolver uma necessidade de constante evolução, atualização de conhecimentos e bons hábitos de estudo;
- Fortalecer os conhecimentos relativamente à aprendizagem do instrumento, melhorando as suas capacidades de concentração e raciocínio.

### **Competências**

#### **Competências Auditivas:**

- Conseguir uma noção da altura do som (agudo e grave);
- Entoação de melodias simples;
- Ser capaz de perceber a diferença entre a afinação e a desafinação.

#### **Competências Motoras:**

- Ter uma boa postura com o contrabaixo e com o arco;
- Ser capaz de tocar em pizzicato e com arco;
- Tocar com uma direção de arco correta;
- Ser capaz de reproduzir um som de boa qualidade;
- Ter uma noção da divisão do arco;
- Colocação correta das mãos;
- Boa articulação dos dedos da mão esquerda;
- Percepção da distância entre um tom ou meio tom.



**Competências Expressivas:**

- Executar dinâmicas simples (forte, piano, crescendo, decrescendo);
- Ter uma noção básica de ritmo.

**Competências de Leitura:**

- Introdução da leitura na clave de Fá;
- Desenvolvimento da leitura, compreensão e memorização das peças interpretadas.
- Criar uma relação entre leitura e execução das notas no contrabaixo.

**Outras Competências (outros conteúdos):**

- Criação de bons hábitos de estudo;
- Domínio das peças e segurança em momentos de performance.

**Conteúdos Específicos**

1º ano	2º ano	3º ano	4º ano
<p><u>Escalas:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Fragmento de Ré M (até à 6ª nota), Pizzicato e/ou arcadas separadas (♩ = 60).</li></ul>	<p><u>Escalas:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Fragmentos de Lá e Mi M (até à 6ª nota) Pizzicato e/ou arcadas separadas (♩ = 60).</li></ul>	<p><u>Escalas:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Sol M (1 oitava), Pizzicato e arcadas separadas (♩ = 60).</li></ul>	<p><u>Escalas:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Dó M (1 oitava), Pizzicato e Arcadas separadas (♩ = 60).</li></ul>
<p><u>10 Estudos</u> (grau de dificuldade equivalente a):</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Suzuki Bass School Vol. 1</li><li>• Ma Première Année de Contrebasse</li></ul>	<p><u>10 Estudos</u> (grau de dificuldade equivalente a):</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Suzuki Bass School Vol. 1</li><li>• Ma Première Année de Contrebasse</li></ul>	<p><u>10 Estudos</u> (grau de dificuldade equivalente a):</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Suzuki Bass School Vol. 1</li><li>• Ma Première Année de Contrebasse</li></ul>	<p><u>10 Estudos</u> (grau de dificuldade equivalente a):</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Suzuki Bass School Vol. 1</li><li>• Ma Première Année de Contrebasse</li></ul>



- Bass is best ;
- La Contrebasse pour tous ;
- Bass is best ;
- La Contrebasse pour tous ;
- Bass is best ;
- La Contrebasse pour tous ;
- Bass is best ;
- La Contrebasse pour tous ;

1 Peça dentro da tonalidade de Ré ou Sol M (grau de dificuldade equivalente a):

- Suzuki vol. I

2 Peças dentro da tonalidade de Ré ou Sol M (grau de dificuldade equivalente a):

- Suzuki vol. I

Peças: 3 Peças dentro da tonalidade de Ré ou Sol M (grau de dificuldade equivalente a):

- Suzuki vol. I

## II. Conteúdos Programáticos - Curso Básico (2º ciclo)

### Objetivos Gerais

- Favorecer a aprendizagem e desenvolvimento do aluno, estimulando as suas capacidades;
- Desenvolver a motivação Intrínseca do aluno;
- Desenvolver uma necessidade de constante evolução, atualização de conhecimentos e bons hábitos de estudo;
- Fortalecer os conhecimentos relativamente à aprendizagem do instrumento, melhorando as suas capacidades de concentração e raciocínio.

### Competências

No final do 5ºano/1º grau, o aluno deverá ser capaz de:

- Colocar corretamente o contrabaixo, numa postura o mais natural possível;
- Colocar corretamente ambas as mãos, com vista à obtenção de um som de qualidade;

No final do 6ºano/2º grau, o aluno deverá ser capaz de:

- Dominar perfeitamente da 1ª posição;
- Executar de forma automatizada de jogos de cordas e de arcadas;
- Obter sonoridade com qualidade e afinação rigorosa;



- Dominar o arco em toda a sua extensão;
- Dominar a velocidade e divisão do arco;
- Automatizar a postura do cotovelo direito perante as mudanças de corda;
- Dominar a 1ª posição, com a utilização de pelo menos o 1º e 4º dedos da mão esquerda;
- Executar de memória e por partitura;
- Dominar a 1ª posição, com a utilização de pelo menos o 1º, 2º e 4º dedos da mão esquerda;
- Utilizar a 3ª posição;
- Executar de memória e por partitura, sem auxílio de dedilhações escritas.
- Executar diferentes golpes de arco (detaché, staccato)
- Executar de ligaduras simples;

### Conteúdos Específicos

#### 5ºano/1º Grau

Escalas:

- Sol e Do M (1 oitava). Arcadas separadas.

10 Estudos (grau de dificuldade equivalente a):

- Abracadabra Bass Book 1
- Suzuki Bass School Vol. 1
- ABC's of Strings – Bass
- Ma Première Année de Contrebasse
- Simandl
- Essential Elements for Strings - Bass

#### 6ºano/2º Grau

Escalas:

Ré M e Lá menor (1 oitava) Arcadas separadas.

10 Estudos (grau de dificuldade equivalente a):

- Abracadabra Bass Book 1
- Suzuki Bass School Vol. 2
- ABC's of Strings – Bass
- Essential Elements for Strings – Bass
- Simandl
- Billé-Nuovo Método per contrabasso parte-1



6 Peças (grau de dificuldade equivalente a):

- Suzuki Vol. 1

6 Peças (grau de dificuldade equivalente a):

- Suzuki Vol. 2

### **I. Conteúdos Programáticos - Curso Básico (3º ciclo)**

#### **Objetivos Gerais**

- Desenvolver aptidões musicais e de performance;
- Desenvolver sentido crítico;
- Desenvolver a autonomia na leitura (notas, ritmo, dedilhações e arcadas);
- Potenciar competências como trabalho colaborativo, espírito de grupo, interação e entreajuda;
- Desenvolver autoconfiança e autoestima;
- Vivenciar e proporcionar prazer na execução musical;
- Desenvolver estratégias de estudo.

#### **Competências**



No final do 7ºano/3º grau, o aluno deverá ser capaz de:

- Aprender os golpes de arco básicos contidos nos estudos e peças indicados no programa, com combinações de arcadas;
- Executar às mudanças para a 1/2, 2ª e 4ª posição
- Executar dinâmicas;

No final do 8ºano/4º grau, o aluno deverá ser capaz de:

- Dominar das mudanças de posição até à posição de polegar;
- Dominar da técnica de Pizzicato com dedos alternados (indicador e médio);
- Dominar dos diversos golpes e jogos de arco em várias cordas;
- Utilizar do vibrato;
- Executar com fraseio e musicalidade;
- Executar dinâmicas.

No final do 9ºano/5º grau, o aluno deverá ser capaz de:

- Dominar as mudanças de posição;
- Dominar diversos golpes de arco;
- Dominar vibrato;
- Introduzir a Posição de Polegar;
- Compreender as obras no seu todo e planeamento do fraseio;
- Interpretar as obras segundo o estilo.



Conteúdos Específicos

7ºano/3º Grau

Escalas:

- Sol Maior, Ré Maior, Lá Maior e Mi Maior, e respectivos arpejos (em 1 oitava)

6 Estudos (grau de dificuldade equivalente a):

- Suzuki Bass School Vol. 3
- Metodo per Contrabasso – Bottesini
- Double Bass - Scales and Harpeggios – Book 1
- Simandl
- Knowing the Notes for Bass – Cassia Harvey

3 Peças/andamento de concerto (grau de dificuldade equivalente a):

- Suzuki – Vol. 3
- Simandl

8ºano/4º Grau

Escalas:

- Escalas e arpejos em 1 oitava (em várias posições), sendo que o aluno deverá, ao longo do ano, ver pelo menos uma escala de duas oitavas

6 Estudos (grau de dificuldade equivalente a):

- Suzuki Bass School Vol. 4
- Metodo per Contrabasso - Bottesini
- Double Bass - Scales and Harpeggios – Book 1
- Vade Mecum – Progressive Repertoire for Double Bass
- Simandl
- Knowing the Notes for Bass – Cassia Harvey

3 Peças/andamento de concerto (grau de dificuldade equivalente a):

- Suzuki – Vol. 4
- Simandl
- Excertos de J.S Bach for Bass - Melbay
- Excertos de Requiem - Mozart

9ºano/5º Grau

Escalas:

- Escalas maiores e respetivas menores na extensão de 2 oitavas

6 Estudos (grau de dificuldade equivalente a):

- Suzuki Bass School Vol. 5
- Metodo per Contrabasso - Bottesini
- Double Bass - Scales and Harpeggios – Book 1
- Vade Mecum – Progressive Repertoire for Double Bass
- Simandl
- Knowing the Notes for Bass – Cassia Harvey

3 Peças/andamento de concerto (grau de dificuldade equivalente a):

- Suzuki – Vol. 5
- Simandl
- Excertos de J.S Bach for Bass - Melbay
- Excertos de Requiem - Mozart



#### **IV. Conteúdos Programáticos - Curso Secundário**

##### **Objetivos Gerais**

- Desenvolver aptidões musicais e de performance (atitude em palco);
- Desenvolver estratégias de estudo de forma autónoma;
- Desenvolver autoconfiança e autoestima;
- Vivenciar e proporcionar prazer na execução musical;
- Aprofundar os objetivos desenvolvidos no Curso Básico e ser capaz de apresentar e desenvolver uma certa autonomia no pensamento musical e ter interesse pelos diferentes estilos e suas características, tanto técnicas como melódicas.
- Atingir um nível de execução geral (técnica e musical) que permita dominar os conteúdos do programa e do repertório da PAA.





### Competências

No final do 10ºano/6º grau, o aluno deverá ser capaz de:

- Aperfeiçoar as mudanças de posição;
- Desenvolver a velocidade dos dedos da mão esquerda;
- Aperfeiçoar das mudanças de arco ao talão e à ponta;
- Aperfeiçoar dos golpes de arco com o detaché, spiccato, staccato, etc...;
- Planear o fraseio e interpretação;
- Compreender os diferentes estilos musicais.

No final do 11ºano/7º grau, o aluno deverá ser capaz de:

- Aperfeiçoar das mudanças de posição;
- Iniciar as escalas em cordas dobradas;
- Aperfeiçoar os golpes de arco com o detaché, spiccato, staccato, etc...;
- Planear o fraseio e interpretação;
- Compreender os diferentes estilos musicais.

No final do 12ºano/8º grau, o aluno deverá ser capaz de:

- Aperfeiçoar a técnica de performance do instrumento: domínio do arco, mudanças de posição, cordas dobradas, etc...;
- Apresentar execução fiel ao estilo de cada obra.



### Conteúdos Específicos

#### 10ºano/6º Grau

Escalas:

- Escalas e arpejos Maiores e menores em 2 oitavas. Ligadas e com variações no ritmo.

3 Estudos (grau de dificuldade equivalente a):

- Simandl
- H.J. Butler Bass Method Part 1

3 Peças/andamentos de concerto (grau de dificuldade equivalente a):

- Time Pieces for Double Bass - V2
- B. Marcello - "Sonata em Fá maior, 1º e 2º

#### 11ºano/7º Grau

Escalas:

- Escalas menores harmónica e melódica em 2 oitavas.

3 Estudos (grau de dificuldade equivalente a):

- Simandl
- H.J. Butler Bass Method Part 2
- Studies for String Bass - Zimmermann

3 Peças/andamentos de concerto (grau de dificuldade equivalente a):

- Time Pieces for Double Bass - V2
- Dragonetti
- G. Bottesini – Reverie
- G. Bottesini – Fantasia Concerto

#### 12ºano/8º Grau

Escalas:

- Escalas e arpejos Maiores, menores naturais e menores harmónica e melódica em 2 oitavas.

3 Estudos (grau de dificuldade equivalente a):

- Simandl
- H.J. Butler Bass Method Part 2
- Studies for String Bass - Zimmermann

3 Peças/andamentos de concerto (grau de dificuldade equivalente a):

- Time Pieces for Double Bass - V2
- Dragonetti
- G. Bottesini - Elegie n.º1 em Ré Maior