Exercícios para aumentar a agilidade na troca dos acordes!

Realização blog Amor Por Violão

Amorporviolao.com.br

Índice

* Introdução..... 3
* Código das Mãos 4
* Instruções Gerais..... 8
* Exercícios 10
* Dicas extras 14

Nós do amor por violão somos apaixonados por violão, pelo som que ele emite, juntamente com a emoção que transmite! Esperamos que esses exercícios te ajudem a alcançar êxito no aprendizado desse instrumento lindo! Gratidão por ter feito o *download*! Bons estudos!!

Introdução

Você já aprendeu **o que é um acorde** no blog amorporviolao.com.br. Já sabe que acorde é o conjunto de três ou mais notas (detalhes aqui).

Já conhece as partes do violão (Se não conhece é importante que leia este artigo).

Você também já deve ter visto no blog um **ritmo fácil fácil** que é utilizado para tocar músicas Pop Rock, se ainda não viu, clique aqui para ficar por dentro do assunto.

Mas uma das **maiores dificuldades** que senti ao **aprender violão**, foi conseguir **trocar os acordes de forma rápida**. Era complicado no início.

Sei que essa é uma **dificuldade de muitos amigos**. Por isso desenvolvi essa lista de **exercícios** que irão contribuir com uma **melhora na coordenação motora das mãos**.

Espero que **te ajude**, assim como me ajudou!

Bons estudos!

AMOR Por Violão

CÓDIGO DAS MÃOS

Código das Mãos

Estes exercícios visam trabalhar a coordenação motora, principalmente, da mão esquerda, responsável pela execução dos acordes nos destros.

Para facilitar o entendimento da execução dos exercícios, vamos determinar cores aos dedos da mão esquerda.

Amorporviolao.com.br

Código das Mãos

* **ATENÇÃO AS CORES:**

* Utilize o dedo 1 (indicador) para pressionar as cordas marcadas na cor **azul**;
* Utilize o dedo 2 (médio) para pressionar as cordas marcadas na cor **laranja**;
* Utilize o dedo 3 (anelar) para pressionar as cordas marcadas na cor **vermelha**;
* Utilize o dedo 4 (mínimo) para pressionar as cordas marcadas na cor **roxa**.

Código das Mãos

* A MÃO DIREITA:

* Utilize o **P** (polegar) para tocar as cordas bordões (D, A e E).
* Utilize o dedo **I** (indicador) para tocar a terceira corda G.
* Utilize o **M** (médio) para tocar a segunda corda B.
* Utilize o dedo **A** (anelar) para tocar a primeira corda E.

Assim você já pratica o dedilhado com os dedos.

Se preferir utilize uma palheta.

Entenda aqui porque as cordas bordões e primas!

INSTRUÇÕES GERAIS

Instruções Gerais

Instruções gerais para a execução de todos os exercícios:

1. Serão utilizadas apenas as **primeiras quatro casas do violão**.
2. Através das **cores** identifique qual o dedo da **mão esquerda** você deve utilizar.
3. **Dentro de cada cor** indicativa do dedo, **tem um número**. Essa é a sequência para fazer o exercício.
4. **Comece devagar** e vá acelerando conforme a execução for ficando fácil.

Boa sorte e bons estudos! ;)

EXERCÍCIOS

Exercício 1

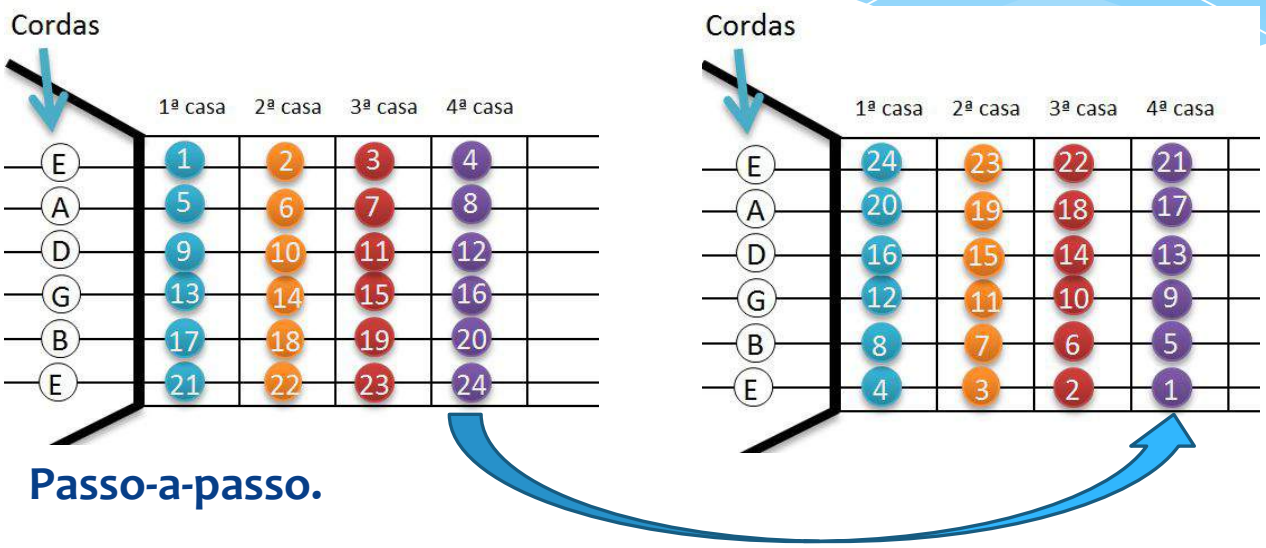
Passo-a-passo.

O exercício consiste em **dedilhar** as nota na sequência, utilizando **todos os dedos** da mão esquerda:

1. Comece pela **sexta corda**, E (Mizão).
2. Pressione o dedo **indicador** na **primeira casa, dedilhe.**
3. **Sem mover o dedo indicador**, pressione o **dedo médio** na **segunda casa, dedilhe.**
4. **Sem mover os outros dedos**, pressione o **dedo anelar** na **terceira casa, dedilhe.**
5. **Sem mover os outros dedos**, pressione o **dedo mínimo** na **quarta casa, dedilhe.**
6. Repita o processo em **todas as cordas** para concluir a primeira série.
7. Repita a série quantas vezes achar necessário.
8. Posicione o **polegar da mão esquerda** no **centro** da parte de trás do **braço do violão** para **faciltar.**
9. **Lembre-se** dos dedos a serem utilizados na **mão direita**. Instruções na página 7.
10. Comece devagar e vá aumentando a velocidade aos poucos.

Dedo 1 - indicador
Dedo 2 - médio
Dedo 3 - anelar
Dedo 4 - mínimo

Exercício 2



Passo-a-passo.

O segundo exercício é uma continuação do exercício anterior. A diferença é que no quando chegar no último passo, você deve recomeçar mas no sentido inverso, assim:

1. Pressione o dedo **mínimo** na **quarta casa** da primeira corda, **dedilhe**.
2. **Erga levemente o dedo mínimo** e pressione o **dedo anelar** na **terceira casa, dedilhe**.
3. **Erga levemente o dedo anelar** e pressione o **dedo médio** na **segunda casa, dedilhe**.
4. **Erga levemente o dedo médio** e pressione o **indicador** na **primeira casa, dedilhe**.
5. Repita o processo em **todas as cordas, da primeira a sexta.**
6. É só seguir a sequência numérica da imagem. O exercício termina quando o indicador pressiona a casa 1 da **sexta corda**.
7. Repita a série quantas vezes achar necessário.
8. Posicione o **polegar da mão esquerda** no **centro** da parte de trás do **braço do violão** para **faciltar**.
9. **Lembre-se** dos dedos a serem utilizados na **mão direita**. Instruções na página 7.
10. Comece devagar e vá aumentando a velocidade aos poucos.

Dedo 1 - indicador
Dedo 2 - médio
Dedo 3 - anelar
Dedo 4 - mínimo

Exercício 3

Passo-a-passo.

O terceiro exercício exige um pouquinho mais de paciência, mas é simples e eficaz também!

1. Comece pela **sexta corda,** E (Mizão).
2. Pressione o dedo **indicador** na **primeira casa, dedilhe.**
3. **Sem mover o dedo indicador,** pressione o **dedo anelar** na **terceira casa, dedilhe.**
4. **Levante o dedo anelar lentamente** e pressione o **dedo médio** na **segunda casa, dedilhe.**
5. **Sem mover os outros dedos,** pressione o **dedo mínimo** na **quarta casa, dedilhe.**
6. Repita o processo em **todas as cordas** para concluir a primeira série.
7. Repita a série quantas vezes achar necessário.
8. Observe que neste exercício os dedos não estão na sequência do exercício 1. **Siga a ordem numérica da imagem.**
9. Posicione o **polegar da mão esquerda** no **centro** da parte de trás do **braço do violão** para **faciltar.**
10. **Lembre-se** dos dedos a serem utilizados na **mão direita.** Instruções na página 7.
11. Comece devagar e vá aumentando a velocidade aos poucos.

DICAS EXTRAS

Dicas Extras para você!

1. **Alongue os dedos** sempre **antes e depois de tocar o violão**. Isso garante um melhor desempenho e alivia as possíveis dores que possam surgir.
2. Para alongar:
    1. Abra as mãos o máximo que conseguir, em seguida as feche bem forte. Repita 10 vezes.
    2. Em seguida, encoste as duas palmas das mãos. Una as pontas dos dedos de cada mão, dedo por dedo, e afaste as palmas das mãos o máximo que conseguir. Permaneça nessa posição pelo menos 20 segundos.
    3. Outra opção é dar leves puxões nos dedos. Também um a um, massageando-os.
    4. Também é interessante alongar os punhos, puxando-os para cima, para baixo e girando-os lentamente.
3. A prá**tica no violão** exige **paciência e persistência**. Não desista! Se está difícil, significa que você está aprendendo algo novo. E além de todos os benefícios que há em tocar violão, aprender algo novo é um excelente exercício para rejuvenescimento do cérebro. **Pratique**!

BONS ESTUDOS!

Lembre-se que a perfeição vem com a prática!!

Acesse o blog amorporviolao.com.br para ver mais dicas.