



**A OFICINA DA RESPIRAÇÃO: UM CONTRIBUTO METODOLÓGICO NA APRENDIZAGEM DO OBOÉ NO ENSINO ESPECIALIZADO DE MÚSICA NO 2º E 3º CICLO**

Soraia Barros Martins

UMinho | 2023



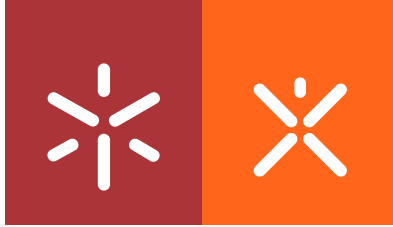
**Universidade do Minho**  
Instituto de Educação

Soraia Barros Martins

***A OFICINA DA RESPIRAÇÃO:***  
**UM CONTRIBUTO METODOLÓGICO NA**  
**APRENDIZAGEM DO OBOÉ NO ENSINO**  
**ESPECIALIZADO DE MÚSICA NO**  
**2º E 3º CICLO**

outubro de 2023





**Universidade do Minho**  
Instituto de Educação

Soraia Barros Martins

***A OFICINA DA RESPIRAÇÃO:***  
**UM CONTRIBUTO METODOLÓGICO NA**  
**APRENDIZAGEM DO OBOÉ NO ENSINO**  
**ESPECIALIZADO DE MÚSICA NO**  
**2º E 3º CICLO**

Relatório de Estágio  
Mestrado em Ensino de Música  
Área de Especialização em Instrumento

Trabalho efetuado sob a orientação do  
**Professor Doutor José Gil Pacheco Soares Magalhães**

## **DIREITOS DE AUTOR E CONDIÇÕES DE UTILIZAÇÃO DO TRABALHO POR TERCEIROS**

Este é um trabalho académico que pode ser utilizado por terceiros desde que respeitadas as regras e boas práticas internacionalmente aceites, no que concerne aos direitos de autor e direitos conexos.

Assim, o presente trabalho pode ser utilizado nos termos previstos na licença abaixo indicada.

Caso o utilizador necessite de permissão para poder fazer um uso do trabalho em condições não previstas no licenciamento indicado, deverá contactar o autor, através do RepositóriUM da Universidade do Minho.

*Licença concedida aos utilizadores deste trabalho*



**Atribuição  
CC BY**

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

## **Agradecimentos**

Usufruo deste momento para expressar a minha sincera gratidão a todos que contribuíram para a conclusão deste relatório. Esta jornada académica foi desafiadora, mas gratificante, e não teria sido possível sem o apoio e o incentivo de muitas pessoas maravilhosas.

Em primeiro lugar, quero agradecer ao meu orientador, Gil Magalhães, pela paciência, sabedoria e conhecimento incalculável. A sua orientação foi fundamental para o desenvolvimento deste trabalho, e estou imensamente grata pela sua dedicação.

Quero agradecer à minha família pelo apoio incondicional ao longo deste percurso. Aos momentos que não pode estar presente, pela paciência, pelas palavras de encorajamento, pelo amor e compreensão. Foram o meu porto seguro, em particular, os meus pais que diariamente acompanhavam-me nesta luta.

Aos meus amigos e colegas por compartilharem conhecimentos, momentos e experiências. Obrigada por estarem sempre dispostos a ajudar e a inspirar. Aproveito para fazer dois agradecimentos muitos especiais. Primeiro, ao meu amigo, colega e companheiro Luís Matos pela paciência, influencia, conhecimento e especialmente pelas sábias palavras que foram compartilhadas nos momentos mais difíceis e que, de certa forma, iluminaram o meu caminho e lembram-me a importância do equilíbrio entre a vida académica, profissional e pessoal. Segundo, às minhas amigas Carolina Pereira, Francisca Silva e Jéssica Peixoto, quero agradecer pela vossa amizade que transcende os laços convencionais. Estiveram ao meu lado durante esta fase, apoiando-me, compreendendo-me e celebrando comigo. A vossa presença constante trouxe conforto aos momentos difíceis e multiplicou a alegria nos momentos de sucesso.

Agradeço também a todos os participantes deste projeto, que dedicaram o seu tempo e esforço para contribuírem com dados valiosos. Sem a vossa generosidade nada disto seria possível.

Agradeço às instituições, Escola Artística Conservatório de Música Calouste Gulbenkian de Braga e Agrupamento de Escolas de Maximinos, por proporcionar os recursos e o ambiente propício para a realização deste relatório.

Por fim, agradeço a todos os que, de uma forma ou de outra, contribuíram para o meu crescimento académico e pessoal ao longo desta jornada. Sei que este é apenas o começo de uma jornada contínua de aprendizagem, e estou ansiosa para ver o que o futuro me reserva.

## **DECLARAÇÃO DE INTEGRIDADE**

Declaro ter atuado com integridade na elaboração do presente trabalho académico e confirmo que não recorri à prática de plágio nem a qualquer forma de utilização indevida ou falsificação de informações ou resultados em nenhuma das etapas conducente à sua elaboração.

Mais declaro que conheço e que respeitei o Código de Conduta Ética da Universidade do Minho.

**Título:** *A OFICINA DA RESPIRAÇÃO*: UM CONTRIBUTO METODOLÓGICO NA APRENDIZAGEM DO OBOÉ NO ENSINO ESPECIALIZADO DE MÚSICA NO 2º E 3º CICLO

## **Resumo**

O presente Relatório de Estágio é elaborado no âmbito do Estágio Profissional de Mestrado em Ensino de Música na Universidade do Minho, realizado no ano letivo 2022/23 na Escola Artística Conservatório de Música Calouste Gulbenkian de Braga, nos grupos de recrutamento M14 – Oboé e M32 – Conjuntos Vocais e ou Instrumentais; Orquestra; Música de Câmara; Coro; Classe de Conjunto.

Este trabalho de intervenção e investigação procura apurar os conhecimentos sobre a respiração, de forma a potencializar o ensino de música. A literatura fornece o saber teórico aplicado pelos oboístas na prática instrumental. Apesar disso, o ensino deste tema não é aplicado nos currículos escolares e, devido a vários fatores, os professores nem sempre conseguem abordar nas suas aulas. Por isso, o objetivo do projeto centrou-se na criação de um método de respiração, para ajudar no processo de aprendizagem do aluno.

Participaram neste projeto, sete alunos do 2º e 3º ciclo com idades entre os 11 e 15 anos. Como instrumento didático, foi elaborado um método com vários exercícios específicos que se adequa aos diversos parâmetros da respiração no oboé. Este método contém vários exercícios que foram inspirados e adaptados de outros autores para o oboé.

Foi realizado um inquérito aos docentes de oboé que lecionam em Portugal e um questionário aos alunos que fizeram parte do projeto, para efetuar uma análise de dados sobre a respiração do ponto de vista dos professores e dos alunos. Com base nos resultados obtidos, conclui-se que a criação de um método de respiração pode contribuir para agilizar e motivar a aprendizagem dos alunos no complicado processo de construção de uma boa base de respiração. Complementa o estudo diário de forma a agilizar e a libertar o tempo de aula que os professores necessitam para o instrumento.

**Palavras-chave:** Diafragma; Ensino de oboé; Oboé; Respiração.

**Title:** *THE BREATHING WORKSHOP*. A METHODOLOGICAL CONTRIBUTION TO LEARNING THE OBOE IN SPECIALIZED MUSIC TEACHING IN THE 2ND AND 3RD CYCLE

## **Abstract**

This Internship Report is drawn up as part of the Professional Internship for the Master's Degree in Music Teaching at the University of Minho, carried out in the academic year 2022/23 at the Calouste Gulbenkian Conservatory of Music in Braga, in the recruitment groups M14 - Oboe and M32 - Vocal and/or Instrumental Ensembles; Orchestra; Chamber Music; Choir; Ensemble Class.

This intervention and research work seeks to improve knowledge about breathing to enhance music teaching. The literature provides the theoretical knowledge applied by oboists in instrumental practice. Despite this, the teaching of this subject is not applied in school curricula and, due to several factors, teachers are not always able to address it in their lessons. For this reason, the aim of the project was to create a breathing method to help the student's learning process.

Seven 2nd and 3rd cycle students aged between 11 and 15 took part in this project. As a didactic tool, a method was devised with various specific exercises to suit the various parameters of oboe breathing. This method contains various exercises that have been inspired and adapted for the oboe by other authors.

A survey was conducted among oboe teachers in Portugal and a questionnaire was sent to the students who took part in the project, to analyze the data on breathing from the teachers' and students' points of view. Based on the results obtained, it can be concluded that the creation of a breathing method can help speed up and motivate students' learning in the complicated process of building a good breathing base. It complements daily study to streamline and free up the lesson time that teachers need for the instrument.

**Keywords:** Breathing; Diaphragm; Oboe; Oboe teaching.



# Índice

<b>DIREITOS DE AUTOR E CONDIÇÕES DE UTILIZAÇÃO DO TRABALHO POR TERCEIROS.....</b>	<b>II</b>
<b>AGRADECIMENTOS .....</b>	<b>III</b>
<b>DECLARAÇÃO DE INTEGRIDADE .....</b>	<b>IV</b>
<b>RESUMO.....</b>	<b>V</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>VI</b>
<b>ÍNDICE DE FIGURAS .....</b>	<b>VIII</b>
<b>ÍNDICE TABELAS .....</b>	<b>IX</b>
<b>ÍNDICE GRÁFICOS .....</b>	<b>IX</b>
<b>INTRODUÇÃO .....</b>	<b>1</b>
<b>PARTE I – ENQUADRAMENTO TEÓRICO .....</b>	<b>3</b>
<b>CAPÍTULO 1 - O OBOÉ .....</b>	<b>3</b>
<b>1.1 O oboé na história .....</b>	<b>3</b>
<b>1.2 A fisionomia do oboé .....</b>	<b>7</b>
<b>1.3 O som no oboé.....</b>	<b>11</b>
<b>1.4 As competências de um oboísta.....</b>	<b>13</b>
<b>CAPÍTULO 2 - O CONCEITO DA RESPIRAÇÃO NO OBOÉ.....</b>	<b>17</b>
<b>2.1 Abordagem pedagógica .....</b>	<b>17</b>
<b>2.2 Inserção escolar .....</b>	<b>21</b>
<b>CAPÍTULO 3 - ANATOMIA E FISILOGIA DA RESPIRAÇÃO NO OBOÉ.....</b>	<b>25</b>
<b>CAPÍTULO 4 - A RESPIRAÇÃO NO OBOÉ .....</b>	<b>28</b>
<b>4.1 Erudição em volta da respiração .....</b>	<b>28</b>
<b>4.2 Importância da respiração .....</b>	<b>34</b>
<b>PARTE II – PRÁTICA PEDAGÓGICA .....</b>	<b>43</b>
<b>CAPÍTULO I – PROJETO DE INTERVENÇÃO .....</b>	<b>43</b>
<b>1.1 Problemática e Motivações para o estudo .....</b>	<b>43</b>
<b>1.2 Análise SWOT .....</b>	<b>44</b>
<b>1.3 Objetivos de Investigação e Intervenção.....</b>	<b>44</b>
<b>1.4 Estratégias e Resultados Esperados .....</b>	<b>45</b>
<b>CAPÍTULO II – CONTEXTO DE INTERVENÇÃO.....</b>	<b>47</b>
<b>2.1 Caracterização da escola .....</b>	<b>47</b>
<b>2.2 Caracterização dos alunos .....</b>	<b>48</b>
<b>2.3 Registo e observação de aulas.....</b>	<b>56</b>
<b>2.4 Planificação de aulas lecionadas .....</b>	<b>61</b>
<b>2.5 Instrumentos de Recolha de dados .....</b>	<b>71</b>
<b>2.6 Método de Respiração.....</b>	<b>72</b>
<b>CAPÍTULO III – ANÁLISE DE DADOS .....</b>	<b>98</b>
<b>3.1 Docentes .....</b>	<b>98</b>
<b>3.2 Alunos .....</b>	<b>104</b>

<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS .....</b>	<b>113</b>
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....</b>	<b>115</b>
<b>ANEXOS.....</b>	<b>120</b>

## **Índice de figuras**

<b>FIGURA 1 - MADEIRA DE GRENADILLA .....</b>	<b>7</b>
<b>FIGURA 2 - 1 – OBOÉ DUPUID, PARIS, CERCA DE 1700 – BERLIM, ALEMANHA/ 2 – OBOÉ DE JAKOB DENNER (1681-1735) – NUREMBERG, ALEMANHA/ 3 – OBOÉ EM MARFIM DE JOAN PANORMO COM TRÊS CORPOS SUPERIORES DE DIFERENTES AFINAÇÕES – NÁPOLES, ITÁLIA/ 4 – OBOÉ DE THOMAS CAHUSAC – LONDRES, INGLATERRA .....</b>	<b>8</b>
<b>FIGURA 3 - CAIXA PARA PALHETAS COM HIGRÔMETRO.....</b>	<b>9</b>
<b>FIGURA 4 - CONSTITUINTES DA PALHETA DE OBOÉ .....</b>	<b>10</b>
<b>FIGURA 5 - 1 - ESTILO FRANCÊS/ 2 - ESTILO AMERICANO/ 3 - ESTILO INGLÊS/ 4 - ESTILO VIENENSE/ 5 - ESTILO ALEMÃO.....</b>	<b>11</b>
<b>FIGURA 6 - EXERCÍCIO "A CADEIRA" .....</b>	<b>74</b>
<b>FIGURA 7 - EXERCÍCIO "SINTONIA" .....</b>	<b>75</b>
<b>FIGURA 8 - EXERCÍCIO "A DOBRADIÇA" .....</b>	<b>75</b>
<b>FIGURA 9 - EXERCÍCIO "MÃOS" .....</b>	<b>76</b>
<b>FIGURA 10 - EXERCÍCIO "O BONECO" .....</b>	<b>77</b>
<b>FIGURA 11 - EXERCÍCIO "O BOCEJO" .....</b>	<b>78</b>
<b>FIGURA 12 - EXERCÍCIO "A COBRA" .....</b>	<b>79</b>
<b>FIGURA 13 - EXERCÍCIO "O CACHORRO" .....</b>	<b>80</b>
<b>FIGURA 14 - EXERCÍCIO "HA, HA, HA" .....</b>	<b>81</b>
<b>FIGURA 15 - EXERCÍCIO "SIP, SIP" .....</b>	<b>82</b>
<b>FIGURA 16 - EXERCÍCIO "IN AND OUT" .....</b>	<b>84</b>
<b>FIGURA 17 - EXERCÍCIO "O SACO" .....</b>	<b>85</b>
<b>FIGURA 18 - EXERCÍCIO "O BALÃO" .....</b>	<b>86</b>
<b>FIGURA 19 - EXERCÍCIO "AS BATIDAS".....</b>	<b>87</b>
<b>FIGURA 20 - EXERCÍCIO "OS 60" .....</b>	<b>88</b>
<b>FIGURA 21 - EXERCÍCIO "O PAPEL FLUTUANTE" .....</b>	<b>90</b>
<b>FIGURA 22 - EXERCÍCIO "A BOLA" .....</b>	<b>90</b>
<b>FIGURA 23 - EXERCÍCIO "ARCO E FLECHA" .....</b>	<b>91</b>
<b>FIGURA 24 - EXERCÍCIO "A VELA" .....</b>	<b>92</b>
<b>FIGURA 25 - EXERCÍCIO "THÔW" .....</b>	<b>93</b>
<b>FIGURA 26 - EXERCÍCIO "LANÇA" .....</b>	<b>94</b>
<b>FIGURA 27 - EXERCÍCIO "O TROMPETISTA" .....</b>	<b>95</b>
<b>FIGURA 28 - RESPIRAÇÃO COMPLETA .....</b>	<b>97</b>

## **Índice tabelas**

<b>TABELA 1 - ANÁLISE SWOT .....</b>	<b>44</b>
<b>TABELA 2 - OBSERVAÇÃO ANUAL DO ALUNO A .....</b>	<b>56</b>
<b>TABELA 3 - OBSERVAÇÃO ANUAL DO ALUNO B.....</b>	<b>57</b>
<b>TABELA 4 - OBSERVAÇÃO ANUAL DO ALUNO C .....</b>	<b>58</b>
<b>TABELA 5 - OBSERVAÇÃO ANUAL DO ALUNO D .....</b>	<b>59</b>
<b>TABELA 6 - OBSERVAÇÃO ANUAL DO ALUNO E.....</b>	<b>59</b>
<b>TABELA 7 - OBSERVAÇÃO ANUAL DO ALUNO F.....</b>	<b>60</b>
<b>TABELA 8 - OBSERVAÇÃO ANUAL DO ALUNO G .....</b>	<b>60</b>
<b>TABELA 9 - OBSERVAÇÃO ANUAL DE MÚSICA DE CONJUNTO.....</b>	<b>61</b>
<b>TABELA 10 - EXEMPLO DE PLANIFICAÇÃO DE AULA .....</b>	<b>62</b>
<b>TABELA 11 - EXEMPLO DE PLANIFICAÇÃO DE AULA .....</b>	<b>70</b>

## **Índice gráficos**

<b>GRÁFICO 1 – CONSCIÊNCIA DO PAPEL DA RESPIRAÇÃO.....</b>	<b>99</b>
<b>GRÁFICO 2 – EXPLICAÇÃO DA RESPIRAÇÃO .....</b>	<b>99</b>
<b>GRÁFICO 3 – APLICAÇÃO DA RESPIRAÇÃO .....</b>	<b>101</b>
<b>GRÁFICO 4 – ANATOMIA E FISILOGIA DA RESPIRAÇÃO.....</b>	<b>102</b>
<b>GRÁFICO 5 – PAPEL DA RESPIRAÇÃO NO ENSINO-APRENDIZAGEM .....</b>	<b>102</b>
<b>GRÁFICO 6 – RESPIRAÇÃO NO CURRÍCULO ESCOLAR .....</b>	<b>103</b>
<b>GRÁFICO 7 – MÉTODO DE RESPIRAÇÃO .....</b>	<b>103</b>
<b>GRÁFICO 8 – RESPIRAÇÃO NA FORMAÇÃO .....</b>	<b>104</b>
<b>GRÁFICO 9 – TÉCNICAS DE RESPIRAÇÃO .....</b>	<b>105</b>
<b>GRÁFICO 10 – EXERCÍCIOS DE RESPIRAÇÃO .....</b>	<b>105</b>
<b>GRÁFICO 11 – DÚVIDAS NAS AULAS.....</b>	<b>106</b>
<b>GRÁFICO 12 – PRÁTICA DE RESPIRAÇÃO.....</b>	<b>106</b>
<b>GRÁFICO 13 – EXERCÍCIOS DE RESPIRAÇÃO .....</b>	<b>107</b>
<b>GRÁFICO 14 - PERFORMANCE .....</b>	<b>107</b>
<b>GRÁFICO 15 – IMPORTÂNCIA DA RESPIRAÇÃO.....</b>	<b>108</b>
<b>GRÁFICO 16 – EXERCÍCIO DE RESPIRAÇÃO PARA MELHORAR A PERFORMANCE .....</b>	<b>108</b>
<b>GRÁFICO 17 – IMPORTÂNCIA DA RESPIRAÇÃO PARA O MÚSICO.....</b>	<b>109</b>
<b>GRÁFICO 18 – REFERÊNCIA DA RESPIRAÇÃO NAS AULAS.....</b>	<b>109</b>
<b>GRÁFICO 19 – COMO ABORDA O ASSUNTO DE RESPIRAÇÃO .....</b>	<b>109</b>
<b>GRÁFICO 20 – INFLUÊNCIA DA RESPIRAÇÃO .....</b>	<b>110</b>
<b>GRÁFICO 21 – RITMO DA MÚSICA .....</b>	<b>110</b>
<b>GRÁFICO 22 – MÚSICA DE CONJUNTO .....</b>	<b>111</b>
<b>GRÁFICO 23 – ARTICULAÇÃO E AFINAÇÃO .....</b>	<b>111</b>
<b>GRÁFICO 24 – DURAÇÃO DA PERFORMANCE.....</b>	<b>111</b>

## Introdução

O relatório de estágio elaborado, regista todo o trabalho desenvolvido na unidade curricular Estágio Profissional, integrada no Mestrado em Ensino de Música da Universidade do Minho. O estágio foi realizado numa escola profissional de música nos grupos de recrutamento Oboé (M14) e Música de Câmara (M32) sob a orientação do Professor Doutor José Gil Magalhães.

A investigação desenvolvida neste relatório deriva de questões pessoais e profissionais sentidas ao longo do domínio e aprendizagem do oboé.

Na performance no oboé, a respiração é um elemento crucial. A complexidade que esta assume no seu controlo e aquisição dificulta a aprendizagem individual da mesma. A respiração em qualquer instrumento de sopro vai muito além de uma simples ação fisiológica é a essência da expressão musical. A capacidade de controlar o fluxo de ar influencia diretamente a dinâmica, o fraseado, a articulação e a afinação. A respiração é o meio pelo qual o músico se comunica com o público. Além disso, a construção de uma base de respiração contribui para várias componentes técnicas do instrumento. Estas podem ser a articulação, vibrato, afinação, interpretação musical, entre outros. Podemos afirmar que a respiração é um domínio essencial para que o músico consiga alcançar o seu expoente máximo.

Com este relatório pretendo criar uma ferramenta de suporte aos alunos para que desenvolvam as suas habilidades gradualmente. Mas também, um apoio aos professores como um auxiliar à aprendizagem e ao estudo regular do aluno, de forma a adquirir mais tempo de aula para outros domínios no oboé.

A primeira parte do relatório explora a literatura sobre o tema, dividida em quatro tópicos. Aborda assuntos como a história, som e fisionomia do oboé; a pedagogia da respiração no oboé e a respiração no oboé.

A segunda parte do relatório descreve o Estágio Profissional realizado e a Prática Pedagógica desenvolvida. Relata o projeto de intervenção, o contexto de intervenção e análise de dados. Rematando com uma reflexão final.

*“Aprender a ser professor é uma viagem longa e complexa, repleta de desafios e emoções. Inicia-se com as diferentes experiências que temos com os nossos pais e irmãos; prossegue à medida que vamos observando professor após professor, ao longo de dezasseis a vinte anos de escolaridade.*

*Culmina, formalmente, com a formação profissional, mas continua nas experiências de ensino por que vamos passando ao longo da vida.” (Arends, 2008)*

# Parte I – Enquadramento teórico

## Capítulo 1 - O Oboé

### 1.1 O oboé na história

O oboé é um instrumento musical de sopro de madeira com um papel significativo na história da música. Este deixou uma grande marca ao longo dos diferentes períodos e géneros musicais devido à sua inconfundível sonoridade e versatilidade, contribuindo de uma forma única para uma riqueza e expressividade na música ao longo dos séculos. A história do oboé remonta à antiguidade, como afirma Maron (2003, p.65) “tem a sua origem em tempos remotos, existindo provas de seu uso no antigo Egipto e na Grécia antiga”.

O oboé surgiu em meados do século XVII e era então conhecido como charamela. Apesar de ser um instrumento medieval, a charamela foi utilizada desde a música erudita até à barroca. A palheta da charamela era presa a uma pirouette e servia de suporte à embocadura, tornando-a muito peculiar para o oboísta moderno. Segundo Libin (2014, p. 792), o oboé foi "o principal instrumento de sopro soprano de palheta dupla na música ocidental". Henrique (2004, p. 279) escreve sobre as origens do oboé, afirmando: “é surpreendente a diferença sonora que pode existir entre os instrumentos modernos e os instrumentos medievais de que eles derivam diretamente. Concretamente, é espantoso que o oboé, um dos instrumentos mais expressivos da orquestra, tenha derivado da charamela, de sonoridade estridente e ensurdecadora”.

A partir do século XVI, novas inovações foram feitas na França pelas famílias Hotteterre e Philidor (Monteiro E., 2021). Ledet (2008, p. 36) refere:

Na metade do sec. XVII, na França, Jean Hotteterre e Michel Danican Philidor modificaram o instrumento antigo Shawm. O novo instrumento chamado Hautbois (em francês significa madeira alta) tem um furo cônico mais estreito e uma palheta nova, controlada com os lábios do instrumentista bem na ponta.

No final do século XVII, o oboé foi introduzido na orquestra graças a Jean-Baptiste Lully. A partir daqui o oboé começou a se espalhar amplamente por toda a Europa, surgindo assim o oboé barroco. O oboé era muito popular na época, pois era um instrumento versátil e podia ser usado na

música militar, de câmara, ópera, orquestral e sacra e com a sua voz distintiva, capaz de expressar uma ampla gama de emoções, fez dele um favorito entre os compositores da época. O século XVIII contemplou melhorias na construção e acústica, especialmente com palhetas estreitas e curtas. Em 1825, a distinção entre dois tipos diferentes de oboé torna-se clara: o oboé francês e o oboé alemão. Stephan Koch (1772-1828) e Joseph Sellner (1787-1843) desenvolveram uma versão inovadora em Viena em 1820 que combinava as características de ambos os modelos. No início da década de 1860, o instrumentista Frédéric Triébert (1813-1878), junto com o oboísta Apollon M.R. Barret (c.1804-1879), desenvolveram o oboé, tornando num modelo antecessor direto dos instrumentos de hoje (Burgess & Haynes, 2004. p.139-141). Nos primórdios do século XIX, o famoso Sistema 6 de Triébert começou a ser desenvolvido a partir do sistema 3 em 1840, do sistema 4 de 1843 e do sistema 5 de 1849 (Howe, R., 2011, p. 79). Em 1875 foi proclamado o modelo oficial do Conservatório de Paris pelo professor de oboé Georges Gillet (Howe, R., 2003, p. 27). No período clássico, o oboé manteve a sua importância, desempenhando um papel fundamental nas obras sinfónicas de compositores como Mozart, Haydn e Beethoven. A sua capacidade de soar em uníssono com outros instrumentos de sopro e cordas, bem como a sua habilidade de executar melodias expressivas e solos virtuosos, tornou-o um elemento essencial nas orquestras da época.

Foi no período romântico que o oboé ganhou ainda mais destaque. Compositores como Beethoven e H. Berlioz exploraram as possibilidades expressivas do instrumento nas suas obras, atribuindo-lhe solos emocionalmente carregados e linhas melódicas cativantes (Orquín, 2012). Berlioz comentou as possibilidades e limitações do oboé no seu tratado, afirmando que "Passagens rápidas, cromáticas ou diatônicas produzem um som pouco atraente e um efeito quase ridículo. O oboé é um instrumento melódico, de carácter pastoral, cheio de ternura e timidez." (Berlioz, 1860). O oboé também desempenhou um papel importante na música operística, contribuindo para criar atmosferas dramáticas e transmitir emoções intensas. Após a Segunda Guerra Mundial, pequenas alterações foram feitas neste modelo e ele tornou-se oficialmente um padrão internacional. Na Áustria, mais precisamente em Dresden, o modelo do oboé vienense foi desenvolvido na década de 1840 pelo luthier Carl Golde (1803-1873). Em brevíssimo, o modelo alemão só foi refinado no século XX (Held, 2018). Além do seu papel nas orquestras e na música de concerto, o oboé também encontrou o seu lugar em diferentes géneros musicais. Na música folclórica e popular de várias regiões, o oboé tradicional desempenhou um papel importante na criação de sonoridades distintas e melodias cativantes. Por exemplo, no Adagio com variações para oboé op.102 de Hummel podemos ouvir que o tema do allegretto é uma melodia de carácter folclórico. O instrumento também encontrou o seu caminho na

música contemporânea, sendo utilizado por compositores modernos e contemporâneos para explorar novas sonoridades e técnicas. Samuel Bastos (2023) escreve sobre a música contemporânea, em particular, as sequências de Berio:

Série de peças que estão ligadas a diferentes instrumentos, Berio consegue explorar ao máximo todas as possibilidades técnicas e físicas do instrumento como por exemplo, a pesquisa e a introdução de novas técnicas da música moderna. Com isso demonstra uma riqueza a nível de repertório para diferentes instrumentos, o que na época foi um marco decisivo para toda a História da Música Ocidental.

Ao longo da história da música, o oboé destacou-se por suas características únicas, contribuindo para a diversidade sonora e expressividade nas composições. Várias características distintas do oboé foram exploradas por compositores ao longo dos séculos, tornando-o um instrumento versátil e cativante. A importância do oboé na história da música não se limita apenas ao seu papel como instrumento solista ou de orquestra. Ele também desempenhou um papel fundamental no desenvolvimento de outros instrumentos de sopro, como o clarinete e o fagote. O oboé serviu como base para o “design” e aprimoramento desses instrumentos, influenciando a sua evolução ao longo dos anos (Benade, 1994). Esta base foi desenvolvida a partir do sistema de Theobald Boehm e o seu papel na evolução do oboé. Auxiliou o desenvolvimento da dedilhação, por exemplo, na flauta, clarinete e saxofone e nas palhetas de fagote que são similares ao oboé (Wolfe, 1997).

Em termos de sonoridade, o oboé possui um timbre característico e expressivo, com um som penetrante e vibrante. A sua capacidade de se misturar com outros instrumentos ou se destacar num solo torna-o versátil numa variedade de contextos musicais. O som do oboé tem uma qualidade que o permite fundir harmoniosamente com diferentes instrumentos de sopro e cordas, criando uma bela sonoridade coletiva. Essa habilidade de se integrar numa textura musical mais ampla torna o oboé um instrumento valioso na música de câmara, orquestras e conjuntos diversos.

O timbre acerbo do oboé pode dar um colorido especial mesmo a uma passagem tutti. O oboé francês tem um som que é mais visivelmente audível no som geral da orquestra, enquanto o oboé vienense tende a misturar-se mais facilmente (Handy Books, 2018).



Além disso, o oboé tem sido associado à música pastoral e à música folclórica de várias regiões. A sua sonoridade evoca uma sensação de serenidade e conexão com a natureza, sendo frequentemente utilizado para representar cenas campestres e atmosferas bucólicas na música. Essa qualidade pastoral do oboé adiciona um toque distintivo a composições que buscam retratar paisagens rurais e momentos de tranquilidade. Kupitz et al. (2013) comenta as paisagens folclóricas do concerto de oboe de V. Williams afirmando que:

Nem todas as obras têm um carácter abertamente popular, mas o Concerto para Oboé, com os seus títulos de movimentos pastorais e escrita modal predominante, destaca-se como um excelente exemplo de uma amálgama de canções populares inglesas e traços estilísticos do século XX.

Por outro lado, a agilidade e a habilidade, são técnicas necessárias para tocar oboé sendo consideradas desafiadoras, o que eleva o nível de habilidade exigido dos músicos que o dominam. A capacidade do oboé de expressar uma ampla gama de emoções é outra característica que o torna especial. O instrumento é capaz de produzir sons suaves e melancólicos, bem como notas agudas e brilhantes. Essa versatilidade permite ao oboé transmitir sentimentos de tristeza, alegria, serenidade e emoções intensas, tornando-o adequado para uma variedade de estilos musicais.

Outra característica do oboé é a sua habilidade de articular, rapidamente, passagens musicais complexas, mas esta dependente sempre de uma boa palheta. Conceição (2015, p .22) afirma que “o timbre, articulação, emissão do ar, afinação e flexibilidade são aspetos influenciados diretamente pela palheta, a performance de um oboísta está intrinsecamente ligada à qualidade da sua palheta”. A agilidade requerida para tocar o oboé é notável, e os músicos especializados no instrumento desenvolvem técnicas precisas para executar passagens rápidas e virtuosas. Essa habilidade técnica é frequentemente explorada em solos desafiadores e partes ornamentadas nas composições.

Em suma, a importância do oboé na história da música é reconhecida, e a sua presença em várias formas musicais ao longo dos séculos demonstra sua versatilidade e papel duradouro no cenário musical. Desde os tempos antigos até os dias atuais, o oboé é um instrumento versátil e cativante nas várias formas de música, trazendo a sua sonoridade característica e contribuindo para a expressividade e a beleza da arte musical.

## 1.2 A fisionomia do oboé

A fisionomia, isto é, a sua constituição, construção e estrutura, desempenha um papel fundamental na identidade e desempenho musical do oboé. De acordo com a Bloomingdale School of Music, o oboé é normalmente fabricado em madeira de grenadilla (figura 1), embora alguns sejam fabricados noutras madeiras da floresta tropical, e os oboés de modelo de estudante são normalmente fabricados em plástico ou resina para evitar fissuras.



*Figura 1 - Madeira de grenadilla*

O oboé é composto por três partes principais, sendo estas, o tubo superior, o tubo inferior e a campânula. Cada constituinte desempenha um papel fulcral na produção do som e na execução musical do instrumento. A combinação desses elementos cria o carácter sonoro distinto e a expressividade única do oboé. Ao longo do corpo deste instrumento existe um mecanismo de chaves utilizadas para controlar a altura das notas. Estas são produzidas em metal, como prata ou níquel, com um tamanho e posicionamento específico, para garantir um equilíbrio ao nível de afinação, sonoridade e execução técnica, permitindo ao músico executar qualquer passagem com uma precisão de excelência. A dedilhação do oboé é complexa e requer precisão e coordenação dos dedos. O músico precisa de desenvolver um bom controlo da pressão e da posição dos dedos para garantir uma boa resposta das notas e evitar vazamentos de ar, pois o mecanismo das chaves está projetado para proporcionar uma ação suave e responsiva, permitindo ao músico controlar o fluxo de ar e a resposta do instrumento. É importante referir que a estrutura do oboé pode variar ligeiramente entre os diferentes modelos e fabricantes. Os pequenos ajustes no “design” das chaves, na posição dos orifícios e nas dimensões do instrumento podem influenciar o desempenho e a resposta do oboé.

A fisionomia do oboé, tanto em termos de dedilhação quanto de estrutura física, foi submetida a uma evolução e aprimoramento ao longo da história da música. Primeiramente, o oboé era um instrumento de madeira em forma reta com uma palheta simples e uma dedilhação básica, contendo apenas alguns orifícios. No período barroco, o oboé sofreu uma série de modificações como a adição de chaves que permitiam ao músico executar passagens mais rápidas e complexas, além de obter uma afinação mais precisa. A dedilhação foi apurada para atender às demandas da música barroca, que frequentemente apresentava linhas melódicas ornamentadas e virtuosas. No século XIX a dedilhação foi melhorada para obter respostas mais rápidas e uma maior flexibilidade técnica. Estruturalmente foi aprimorado ao nível da forma, dimensões e materiais. A adição de chaves auxiliares permitiu aos músicos explorar um novo campo de capacidades do instrumento. No século XX o oboé deparava-se com novas técnicas de fabrico e com outro tipo de materiais. A utilização de materiais sintéticos, como a resina ou plástico, ofereciam benefícios como maior estabilidade e resistência às variações climáticas. Além disso, houve um foco crescente na ergonomia e no conforto do músico, com ajustes nas dimensões das chaves e na posição dos orifícios para facilitar a execução e reduzir o cansaço. Atualmente, existem diferentes sistemas e modelos de oboé, cada um com a sua própria dedilhação e estrutura específicas, como, por exemplo, o sistema conservatório, o sistema alemão e o sistema francês (figura 2).



**Figura 2 - 1 – Oboé Dupuid, Paris, cerca de 1700 – Berlim, Alemanha/2 – Oboé de Jakob Denner (1681-1735) – Nuremberg, Alemanha/3 – Oboé em marfim de Joan Panormo com três corpos superiores de diferentes afinações – Nápoles, Itália/4 – Oboé de Thomas Cahusac – Londres, Inglaterra**

Na fisionomia do oboé subsiste um elemento essencial para a qualidade e sonoridade do som produzido, a palheta. A palheta é concebida a partir da cana de bambu ou de outra planta gramínea flexível como a arundo donax<sup>1</sup>. O som proveniente da palheta é produzido através da vibração entre as duas canas com a pressão e controlo de ar adequado. As duas canas são ligeiramente curvas, originando bordas que formam uma pequena abertura no meio com aproximadamente sete milímetros. O som é obtido através da pressão da embocadura na palheta que faz a cana vibrar. Teoricamente, quando as duas canas se juntam e fecham a abertura, uma onda sonora é gerada percorrendo o instrumento findando na campânula e regressando à palheta, que recupera a pressão inicial e abre-se, permitindo a passagem do ar. Tudo isto acontece em segundos, por exemplo, ao produzir a nota lá a 440Hz, o ciclo repete-se 440 vezes por segundo (Fletcher & Rossing, 2013).

A confeção da palheta do oboé é um processo delicado e requer habilidade e experiência. A qualidade da palheta, incluindo a sua resposta, flexibilidade, resistência e equilíbrio tonal, afeta diretamente a sonoridade e a facilidade de execução do oboé. As palhetas do oboé podem ser delicadas e sensíveis, e uma manutenção adequada é importante para assegurar a sua longevidade e consistência. Isto inclui ajustar regularmente a palheta para um alinhamento adequado e regular a forma conforme necessário, pois estas podem sofrer alterações devido às mudanças climáticas, a humidade e ao uso contínuo. Os oboístas também podem utilizar caixas de palhetas (figura 3) para proteger as palhetas e mantê-las nas condições adequadas.

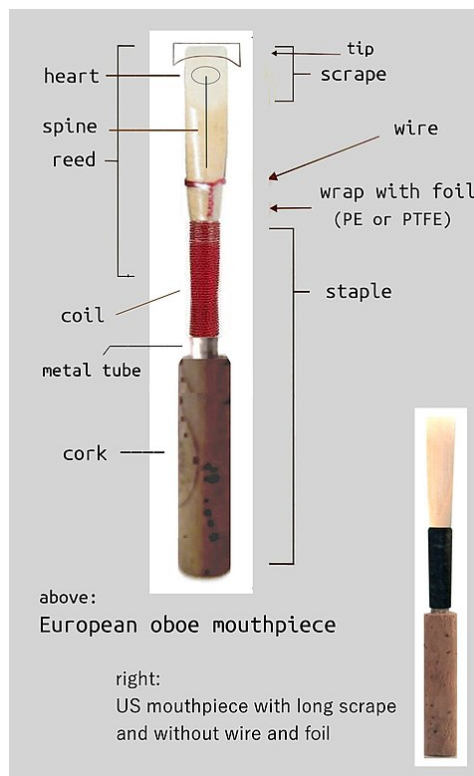


*Figura 3 - Caixa para palhetas com higrômetro*

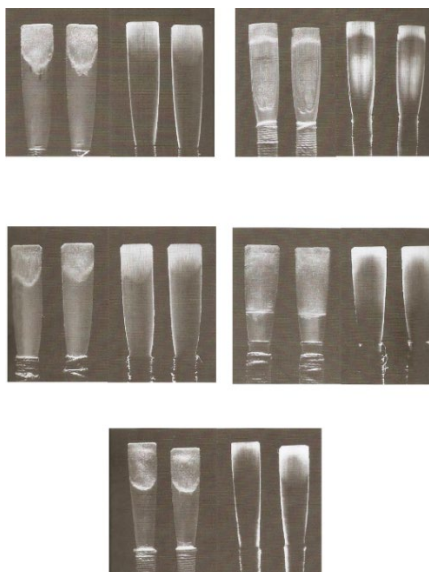
---

<sup>1</sup> A cana para as palhetas provém do Arundo Donax, que é considerado uma planta herbácea e não tem qualquer relação com o bambu, apesar das suas semelhanças na aparência. Existem quatro espécies de Arundo, mas a Donax é única variedade de que são feitas as canas. A planta cresce com um exterior duro e um interior macio que se decompõe no início da vida da planta e a deixa oca.

Ao longo da história da música, a palheta do oboé sofreu mudanças importantes. Durante o período barroco, a palheta do oboé era feita principalmente de cana de bambu. Estas eram confeccionadas de forma artesanal pelos próprios oboístas e tinham uma espessura relativamente grossa, produzindo um som mais encorpado e um pouco áspero em comparação com as palhetas modernas. No período clássico, as palhetas tornaram-se mais finas e mais elaboradas. Os oboístas começaram a usar palhetas com um tudel (figura 4) mais pronunciado e canas mais flexíveis. Essas mudanças permitiram uma maior precisão na afinação, uma resposta mais rápida e uma sonoridade mais controlada. Durante o século XIX, foram realizadas melhorias ao nível da cana e do tudel proporcionando uma resposta mais rápida e uma maior flexibilidade técnica. As palhetas tornaram-se ainda mais finas e delicadas, o que permitiu aos músicos explorarem uma nova expressividade musical (Cicolani & Machado, 2017). No século XX, ocorreram avanços significativos na fabricação com a introdução de novos materiais, como o plástico e a resina, que oferecem maior estabilidade e durabilidade. Além disso, uniformizou-se as escolas de estilo de palhetas que se diferenciavam em estilo, sonoridade e estilo de interpretação. Segundo Ledet (2008) destacam-se a escola francesa, alemã, americana e holandesa (figura 5).



**Figura 4 - Constituintes da palheta de oboé**



*Figura 5 - 1 - Estilo francês/ 2 - Estilo americano/ 3 - Estilo inglês/ 4 - Estilo vienense/ 5 - Estilo alemão*

Atualmente, os oboístas têm uma variedade de opções em termos de palhetas pré-fabricadas disponíveis no mercado. Essas palhetas são fabricadas em larga escala com materiais de alta qualidade e são projetadas para oferecer uma resposta rápida, estabilidade de afinação e uma ampla gama de possibilidades sonoras. No entanto, muitos oboístas optam por confeccionar as suas próprias palhetas desenvolvendo uma relação pessoal com a sua interpretação ao ajustar o seu estilo às suas preferências sonoras e necessidades individuais. É importante mencionar que o conhecimento literário sobre o fabrico de palhetas teve um surgimento tardio em comparação com o surgimento do oboé. Os ensinamentos detalhados sobre o processo defabricação de palhetas começaram a aparecer no século XIX, mas a maioria da informaçãoera fornecida oralmente (Cicolani & Machado, 2017).

### **1.3 O som no oboé**

O som do oboé é único, destacando-se de todos os outros instrumentos de madeira com a sua sonoridade, expressividade e projeção. Este é característico pela sonoridade brilhante, clara, penetrante, quente e cheia de nuances. O timbre do oboé pode variar dependendo da técnica de execução, das características individuais do músico e até mesmo das características específicas do instrumento. Segundo Miguel Ángel Medina Monsalves (2023):

O som do oboé caracteriza-se por ser brilhante, penetrante e quente. É capaz de soar tanto suave como intenso, e tem uma capacidade única de

expressão na orquestra. Os oboístas dizem frequentemente que o seu som, tal como a voz humana, pode expressar uma vasta gama de emoções com o seu instrumento

A sonoridade do oboé é influenciada por vários fatores, incluindo a qualidade da palheta, a embocadura do músico, a posição dos lábios e o controlo do fluxo de ar. O oboísta deve dominar esses aspetos técnicos para extrair o máximo potencial sonoro do instrumento. O oboé possui uma ampla gama dinâmica, permitindo ao músico expressar uma variedade de nuances musicais, desde suaves e delicadas até intensas e poderosas. Este também é capaz de produzir notas sustentadas com belos vibratos e ornamentações expressivas. A capacidade de projeção do oboé é notável, o que significa que o seu som pode ser ouvido claramente mesmo em contextos musicais mais densos ou em grandes espaços. Essa projeção é resultado da combinação entre a estrutura do instrumento, a forma da palheta e a habilidade do músico em controlar o fluxo de ar e a técnica de emissão. O oboé é um instrumento altamente versátil, capaz de se adaptar a uma ampla variedade de estilos musicais. Ele desempenha um papel fundamental em orquestras sinfónicas, música de câmara, bandas e grupos de música contemporânea. A sua voz única e distintiva é amplamente valorizada e apreciada na música clássica e em outros géneros musicais.

O processo sonoro no oboé envolve uma série de elementos interligados que trabalham em conjunto para produzir o som característico do instrumento. O processo sonoro começa quando o oboísta sopra através da palheta do oboé. O músico controla a velocidade, a pressão e a direção do fluxo de ar para criar a coluna de ar necessária para produzir o som. O ar expirado pelo músico entra em contato com a palheta e com a pressão do ar esta vibra rapidamente. A vibração da palheta é um dos aspetos mais cruciais na produção do som do oboé. A vibração da palheta origina uma onda sonora que se propaga ao longo do tubo do oboé. A coluna de ar dentro do tubo ressoa e amplifica essa onda sonora, resultando num som audível. O tubo do oboé, com a sua forma específica e comprimento, influencia as características do som produzido. O músico utiliza as chaves do oboé para abrir e fechar os diferentes orifícios ao longo do tubo, alterando o comprimento efetivo da coluna de ar e produzindo diferentes notas musicais. A forma do tubo e a posição dos dedos ao cobrir os orifícios determinam a série de harmónicos que podem ser produzidos. Os harmónicos acrescentam ao som do oboé qualidades tonais distintas e ajudam a criar a riqueza e a complexidade sonora do instrumento.

O oboé produz todas as séries de harmónicos e o seu som único provém da ênfase que o oboé coloca nas partes mais agudas da série de

harmónicos. O oboé ... tem a série de sobretons mais proeminente, bem como uma maior ênfase nos harmónicos mais agudos. Estes harmónicos mais agudos contribuem para o som anasalado do oboé, bem como para a "densidade" do som e para a forma como o oboé consegue atravessar tão facilmente uma grande quantidade de som. Este é também um bom exemplo da razão pela qual o trompete e o oboé combinam tão bem (Kaitlyn, 2020b).

Além dos elementos físicos envolvidos no processo sonoro, o músico também desempenha um papel fundamental no controlo e na moldagem do som do oboé. O seu envolvimento na utilização de técnicas de embocadura, respiração, articulação e controlo da pressão do ar ajudam a obter uma variedade de nuances tonais, dinâmicas e expressivas. Por fim, o ambiente acústico em que o oboísta realiza a sua performance também influencia a perceção e a qualidade do som. As características da sala, como tamanho, materiais de construção e reverberação, podem afetar a projeção e a ressonância do som do oboé.

#### **1.4 As competências de um oboísta**

Um oboísta desenvolve e aprimora várias competências para alcançar o seu expoente máximo. Uma das competências base é a embocadura. A embocadura é como o músico posiciona os lábios e a boca na palheta do oboé. Uma embocadura adequada permite um controlo preciso do som, facilita a produção de notas claras e ajuda a obter uma sonoridade desejada. A embocadura também influencia a estabilidade e a flexibilidade do som ao longo do registo do instrumento. Still (2021) afirma que “A embocadura tem a tarefa de fornecer duas superfícies para manter a palheta no lugar enquanto vibra, e de fazer as mudanças necessárias na abertura da palheta (ou pelo menos afetar de alguma forma a vibração da palheta)”.

Outra aptidão fundamental é a afinação. Um oboísta precisa desenvolver a capacidade de ajustar a afinação do instrumento para se adequar a diferentes contextos musicais. Isso inclui o uso das chaves corretas, o posicionamento dos dedos e o controlo da pressão do ar para obter uma afinação precisa em todas as notas.

A afinação do oboé é determinada em grande parte pela qualidade da palheta e pelo controlo do ar por parte do músico. Uma das coisas mais difíceis no oboé é que não existe uma bomba de afinação no oboé, e embora



muitos diretores de banda recomendem puxar a palheta para combater a desafinação, esta não é uma boa solução, pois irá distorcer os intervalos entre as notas, e mais dramaticamente entre os registros. Ter uma boa palheta que permita ao músico soprar livremente através do instrumento e tocar afinado com o mínimo de manipulação com a embocadura é fundamental. Aprender a controlar o ar e a boca em conjunto para tocar afinado é igualmente importante. Finalmente, como em todos os instrumentos, cantar e treinar o ouvido são fundamentais para conseguir tocar afinado (Cruz, 2019).

Outra virtude é o vibrato. O vibrato é uma técnica utilizada para adicionar expressividade ao som no oboé. Consiste em pequenas variações na altura da nota, criando um efeito de oscilação no som. Um oboísta habilidoso aprende a dominar o controle do vibrato, variando a sua velocidade, amplitude e estilo para se adequar à música e às intenções interpretativas.

Existem muitos vibratos diferentes, e embora possamos ouvir os músicos que tiveram muito sucesso e até tentar imitar os vibratos daqueles de que mais gostamos, penso que rapidamente se notará que os melhores artistas nunca seriam apanhados mortos com um vibrato constante e imutável (Still, 2021).

Outra competência é a expressividade. A expressão é essencial para transmitir emoções e nuances musicais. Segundo Still (2021), “a maioria dos oboístas trabalha arduamente durante toda a sua vida para desenvolver um belo timbre e controle de cores, nuances e vibrato, para além da habilidade técnica”. Um oboísta precisa desenvolver a capacidade de moldar o som, variando a intensidade, a dinâmica e o fraseado. Isso envolve o uso de articulações adequadas, ênfases nas notas importantes da obra e sutilezas na execução para criar uma interpretação musical envolvente.

Tocar um instrumento de forma expressiva, com todo o virtuosismo muscular que é necessário, é a mais alta de todas as competências e exige o máximo de técnica! Quando se fala de técnica nos sopros ou nos metais, refere-se quase sempre ao uso deslumbrante dos dedos e à destreza no uso da língua, naturalmente com a coordenação da respiração e da embocadura. Mas a palavra "pirotecnia" descreve o que impressiona o executante ingênuo. Há muitas, muitas pessoas que conseguem deslumbrar com os dedos e a

língua, mas há muito poucas que conseguem projetar uma frase como os grandes cantores (Still, 2021)

Outro aspeto muito importante é a postura. A postura correta é essencial para garantir uma técnica eficiente e prevenir lesões. Um oboísta deve manter uma postura ereta, relaxada e equilibrada, envolvendo uma posição adequada do corpo, dos braços, dos ombros e do pescoço para garantir o conforto e a liberdade do movimento durante a execução. Schuring (2009) afirma que “uma postura correta é essencial para respirar e soprar corretamente”.

Outra habilidade é a articulação. A articulação é crucial para a clareza e a precisão das notas. Um oboísta carece de um domínio de diferentes técnicas de articulação, como staccato, legato e diferentes ataques de notas. Hugill (2015) descreve de forma compreensível os diferentes ataques de notas, como o legato, o non legato, o staccato, o staccatissimo, o “tenuto”, entre outros. Isso inclui o uso adequado da língua, de controlo do fluxo de ar e da coordenação entre os dedos e a embocadura para obter uma articulação limpa e precisa.

Tocar diferentes articulações, a meu ver, torna-se muito mais fácil quando se trabalha menos com a língua e mais com o apoio do ar. Se a palheta estiver a vibrar facilmente devido ao apoio inabalável da respiração e isso for um hábito para o músico, então os movimentos da língua podem ser muito leves e fáceis (Kaitlyn, 2020a).

Outra competência importante e essencial para qualquer oboísta é a respiração. A respiração adequada é essencial para uma boa técnica no oboé. Esta respiração adequada está interligada com o base que esta exige. Lakota (2016) explica esta base afirmando que “concentrar-se no apoio adequado à respiração e na facilidade do som requer tempo e concentração, mas vale realmente a pena o esforço se quiser tocar expressivamente e livremente sem tensão”. Um oboísta deve desenvolver a capacidade de controlar a respiração, usufruindo ao máximo da sua capacidade pulmonar e manuseando um fluxo de ar, com o apoio adequado, de forma constante e controlado. Isso permite uma emissão de som consistente, sustentação de notas longas e execução de passagens técnicas exigentes.

Essas competências são desenvolvidas através da prática regular, da educação adequada e da experiência musical. Um oboísta habilidoso trabalha continuamente para aprimorar as suas habilidades em nestas áreas, procurando um equilíbrio entre técnica, expressão e musicalidade.

Aprender um novo instrumento pode ser uma tarefa avassaladora no início, e o oboé pode ser particularmente avassalador! Um oboísta iniciante pode restringir o que está a aprender no seu instrumento, concentrando-se nos aspetos básicos frequentemente negligenciados. Mas estas são competências de que um oboísta iniciante beneficiará independentemente de quão avançado se torne no futuro. Sem estes princípios básicos, um oboísta irá cumprir o estereótipo de oboístas iniciantes que soam desagradavelmente mal. Não tem de ser assim! (Kaitlyn, 2023).

## **Capítulo 2 - O conceito da respiração no oboé**

### **2.1 Abordagem pedagógica**

A abordagem pedagógica da respiração no oboé é essencial para que os oboístas conseguissem executar o seu instrumento com qualidade e expressividade. A respiração adequada é fundamental para controlar o fluxo de ar e produzir um som consistente e claro no oboé. A pedagogia da respiração deve abordar vários conceitos. Uma boa postura é fundamental para a execução do oboé. Os ombros devem estar relaxados e as costas retas. Uma postura adequada permite que os músculos usados na respiração funcionem de forma eficiente.

Porque é que este tópico se encontra num livro de técnica avançada? Simplesmente porque é o problema mais frequentemente encontrado por professores, independentemente do nível de ensino a que estejam a lecionar. Uma má postura afeta negativamente e em larga escala a respiração, som e técnica. Tanto que muitas das dificuldades experienciadas por alunos iniciantes e avançados não teriam aparecido, ou, pelo menos, não teriam sido «problemas», se a postura correta tivesse sido observada e adereçada logo desde o início (Wye, 2014 Book 6, p.209).

A respiração diafragmática é o elemento primário para uma boa técnica de respiração no oboé. Os alunos devem ser ensinados a inspirar profundamente, enchendo o abdómen e expandindo as costelas, em vez de levantar os ombros e encher apenas a parte superior do peito. Isso permite uma maior capacidade de ar e controlo do fluxo de ar. Existem vários exercícios de respiração que podem ser úteis no ensino do oboé. Alguns exemplos incluem a respiração sustentada, em que o aluno inspira profundamente e depois expira lentamente, mantendo um som constante; e a respiração com contração, em que o aluno inspira profundamente e depois expira rapidamente, contraindo os músculos abdominais. Esses exercícios ajudam a desenvolver o controlo do fluxo de ar e a capacidade pulmonar.

Durante a respiração calma, o diafragma move-se apenas cerca de um centímetro; durante aplicações mais intensas, pode mover-se até quatro centímetros. Durante a expiração tranquila, o relaxamento do diafragma é suficiente para expelir o ar; para situações mais atléticas (tocar oboé é certamente atlético neste aspeto), o movimento do diafragma deve ser

assistido pelos músculos abdominais (apoiado). A inalação do ar é, portanto, a totalidade da intervenção do diafragma na execução do oboé. Não se pode apoiar a partir do diafragma, não se pode vibrar a partir do diafragma (Schuring, 2009).

Ao ensinar a respiração no oboé, é importante adotar uma abordagem que seja holística e abrangente. Antes de começar a trabalhar a respiração, é importante criar uma consciência corporal nos alunos. Isso envolve ajudá-los a entender a relação entre a postura, a musculatura envolvida na respiração e a produção do som. Os alunos devem ser orientados a manter uma postura adequada, com os ombros relaxados, a coluna ereta e o abdômen solto para permitir uma respiração profunda e eficaz. Schuring (2009) afirma que “a postura correta pode ser mantida tanto de pé como sentada, embora seja preferível estar de pé, uma vez que a posição sentada comprime ligeiramente a região abdominal e facilita a respiração e o apoio”. Antes de tocar o oboé propriamente dito, é benéfico iniciar a aula com exercícios de aquecimento específicos para a respiração. Isso pode incluir exercícios de respiração diafragmática, expansão das costelas e alongamento dos músculos respiratórios. Esses exercícios ajudam a relaxar a musculatura envolvida na respiração e a preparar o corpo para a prática do oboé.

Um ajudante ou um professor deve verificar este facto, colocando as suas mãos de cada lado das costas, logo abaixo das axilas. Depois de o abdômen se expandir, a parte superior das costas deve expandir-se também, forçando as mãos do observador a afastarem-se. A ideia é expandir o tronco - para o tornar mais largo, não mais alto. Se a respiração o torna mais alto, reexamine a sua postura; é provável que esteja demasiado descaída. Evelyn Rothwell, no seu excelente livro *Oboe Technique* (Rothwell, *Oboe Technique*, pp. 5–6) descreve a respiração correta em três fases. Primeiro, a barriga expande-se; depois o peito expande-se (o que é demonstrado pela parte superior das costas que também se expande); e finalmente, a parte superior do peito, logo abaixo do pescoço, eleva-se. Nesta altura, é provável que o estômago volte ligeiramente para dentro, o que é normal e correto (Schuring, 2009).

A abordagem pedagógica da respiração no oboé deve estar intimamente ligada à interpretação musical. Os alunos devem ser encorajados a explorar as nuances expressivas que a respiração pode

oferecer, como a variação de intensidade, a criação de frases musicais bem delineadas e a expressão emocional. Isso pode ser alcançado através da combinação de técnicas de respiração com a compreensão da estrutura musical, das intenções do compositor e da expressão pessoal do aluno. Durante o processo de ensino, é importante fornecer feedback constante aos alunos e corrigir qualquer problema técnico relacionado à respiração. O professor deve ser capaz de identificar possíveis deficiências na técnica de respiração e propor exercícios e abordagens alternativas para superar essas dificuldades.

No entanto, embora todos os participantes tenham articulado algumas mudanças nesta área e uma consciência crescente da relação entre a respiração e a pulsação e expressão musicais, este aspeto foi menos focado do que as relações entre a respiração e a postura e o movimento, ou a respiração e a ansiedade. Isto pode ter acontecido exatamente porque o enfoque nos aspetos físicos e pessoais tendeu a enfraquecer as questões musicais de energia e atenção. Isto demonstrou a necessidade de abordar os aspetos técnicos da respiração, a sua direção e relação com o corpo e o movimento, mas também sublinhou os perigos potenciais deste tipo de trabalho, de perder de vista o ímpeto musical e o desenvolvimento da prática da respiração em relação à expressão musical (Gaunt, 2007).

Em Portugal, existem várias instituições e escolas de música que oferecem o ensino do oboé, e é presumível que muitas delas adotem uma abordagem pedagógica semelhante no ensino da respiração. Essas instituições geralmente possuem professores altamente qualificados e experientes no ensino do oboé, que estão familiarizados com as técnicas e abordagens pedagógicas adequadas para desenvolver as habilidades de respiração dos alunos.

A educação em geral e a educação musical em particular sofreram mudanças radicais desde a instauração da democracia em Portugal em 1974 (Mota, 2015).

Até à publicação, em 1983, da Lei 310/83 (Portugal, 1983), todos os profissionais da música eram formados em conservatórios e academias de música, obtendo um diploma final em instrumento, composição ou canto, sem qualquer tipo de estudos pedagógicos. A partir da regulamentação de 1983, este sistema vertical de ensino que permitia que os ensinos básico,

secundário e superior de música se processassem na mesma instituição deixou de se verificar. O ensino básico e secundário manteve-se nos conservatórios e academias, enquanto o ensino superior (ES) ficou sob a alçada dos Institutos Politécnicos (Escolas Superiores de Música e Escolas Superiores de Educação) e das Universidades. As Escolas Superiores de Música eram responsáveis pela formação de músicos profissionais e de professores de música para os conservatórios e academias. Às Escolas Superiores de Educação competia a formação de todos os professores para a BE, incluindo os professores de Educação Musical (Mota, 2015).

O aspeto inovador do regulamento de 1983 residiu no facto de reconhecer que a formação de um músico, tanto para o ensino geral como para o ensino profissional, teria de integrar não só um currículo musical altamente especializado ao nível do instrumento, do canto ou da composição, mas também ao nível das ciências da educação e das questões culturais, sociológicas, filosóficas e estéticas específicas da música (Mota, 2003).

O ensino da respiração no oboé traz diversas vantagens para os alunos, mas também pode apresentar desafios. A vantagem de uma técnica de respiração adequada permite que o aluno desenvolva um controlo mais preciso do fluxo de ar, resultando num som mais consistente, expressivo e com melhor qualidade. A respiração adequada contribui para uma melhor resistência, permitindo que o músico toque por períodos mais longos sem fadiga. Além disso, uma respiração eficiente ajuda a sustentar notas mais longas e controlar as dinâmicas. Uma técnica de respiração consciente e controlada possibilita uma maior variedade de dinâmicas, articulações e nuances musicais, permitindo que o músico transmita as suas intenções musicais de forma mais precisa e expressiva. Uma respiração adequada promove uma oxigenação mais eficiente do corpo, contribuindo para uma melhor saúde pulmonar e cardiovascular. Além disso, a respiração profunda e consciente pode reduzir o stresse e promover um maior relaxamento durante a prática musical.

Não espere que os seus professores lhe ensinem tudo o que precisa de saber. Nenhum currículo, por mais avançado ou sofisticado que seja, tem tempo suficiente para cobrir todo o material necessário para desenvolver um músico literado e informado. Para se tornar um bom músico, não basta ser um bom aluno, "passar na disciplina". É preciso ser o melhor aluno da

turma, ou melhor ainda, estar à frente da turma, para ter uma boa hipótese de sucesso profissional. Ouvir e ler constantemente (Schuring, 2009).

Ao contrário destes aspetos positivos, o aluno também enfrenta vários desafios ao desenvolver a sua técnica de respiração. No início, pode ser desafiador para os alunos ajustarem a sua técnica respiratória e coordená-la com a execução do oboé. Requer tempo e prática para interiorizar e dominar a técnica respiratória adequada. Alguns alunos podem enfrentar dificuldades em relaxar os músculos da região do pescoço, ombros e mandíbula enquanto realizam a respiração e tocam no oboé. Essas tensões musculares podem afetar negativamente a qualidade do som e o conforto durante a execução. O ensino da respiração no oboé requer uma orientação adequada de um professor experiente. Alguns alunos podem não ter acesso a instrutores especializados nesse aspeto específico do instrumento, o que pode dificultar o desenvolvimento correto da técnica respiratória. A introdução da respiração como um tópico de estudo pode adicionar uma camada de complexidade ao processo de aprendizado do oboé, exigindo que o aluno equilibre e integre os aspetos técnicos da respiração com os demais aspetos do domínio do instrumento. Apesar das possíveis desvantagens, os benefícios do ensino da respiração no oboé geralmente superam os desafios. Com uma abordagem pedagógica adequada e prática consistente, os alunos podem desenvolver uma técnica respiratória eficiente que contribua para sua expressividade musical e domínio do instrumento. Schuring (2009) cita o seu professor sobre as dificuldades: "O meu professor, John de Lancie, costumava dizer: "Não é preciso saber muitas coisas para tocar oboé". (O que não foi dito foi o quão longo e difícil seria o caminho para este pequeno conhecimento)".

## **2.2 Inserção escolar**

A inserção escolar, de forma efetiva, da prática da respiração na aprendizagem do oboé nas escolas ou conservatórios pode adotar algumas estratégias. A respiração no oboé deve ser abordada de forma integrada no currículo geral de estudos do instrumento. É importante incluir a respiração como um aspeto essencial do ensino desde o início, ao invés de tratá-la separadamente ou apenas em estágios avançados. Incorporar exercícios de respiração e técnicas específicas de respiração em conjunto com outros aspetos técnicos e musicais do oboé ajudará os alunos a entender a importância da respiração desde o início da sua formação. As aulas individuais são essenciais para o ensino do oboé e fornecem uma oportunidade ideal para abordar a respiração de forma personalizada. Os professores podem dedicar uma parte significativa da aula para trabalhar a respiração específica do



aluno, corrigir técnicas inadequadas, desenvolver a capacidade pulmonar e promover a consciência do corpo e da respiração.

A confrontação das experiências individuais com dados científicos resultantes do estudo da anatomia e da fisiologia da respiração é fonte de frequentes equívocos que criaram impasses e dúvidas na minha aprendizagem. A ilusão de que é possível melhorar o controle respiratório focando a atenção em detalhes específicos choca com a realidade da íntima interligação entre todos os elementos que condicionam o processo: a postura e a coordenação geral, a tonicidade de todos os músculos, as necessidades de oxigênio do organismo no momento e a articulação sinérgica de todos os músculos inspiratórios e expiratórios (Soares, 2013, p. 204).

A abordagem individualizada permite que o professor adapte o ensino às necessidades e habilidades de cada aluno. Incluir exercícios específicos de respiração no oboé no programa de estudos é fundamental. Os alunos devem ser orientados a praticar exercícios de respiração diafragmática, controle do fluxo de ar, sustentação do ar e articulação da respiração. Esses exercícios podem ser incorporados nas aulas individuais e também podem ser atribuídos como prática para ser realizada fora do ambiente da sala de aula. Selecionar repertório adequado que desafie os alunos em termos de respiração é essencial. Obras musicais que exijam frases longas e sustentadas podem ser incorporadas no repertório dos alunos para desenvolver a sua resistência e capacidade de controle do fluxo de ar. Essas peças proporcionam oportunidades para aplicar as técnicas de respiração aprendidas e desenvolver habilidades expressivas. Organizar workshops e masterclasses com oboístas experientes e especialistas em respiração pode ser uma estratégia eficaz para complementar o ensino nas escolas ou conservatórios. Essas atividades oferecem aos alunos a oportunidade de aprender com profissionais renomados, receber feedback direto e compartilhar experiências com outros estudantes. Esses eventos também podem abordar especificamente o tópico da respiração no oboé, oferecendo insights valiosos e exercícios práticos. A respiração no oboé pode ser relacionada e integrada com outras disciplinas musicais, como teoria musical, história da música e prática de conjunto. Explorar as conexões entre a respiração, a expressão musical e a compreensão da música em diferentes contextos enriquece a abordagem pedagógica e ajuda os alunos a perceberem a importância da respiração na sua formação musical mais ampla. Ao implementar essas estratégias, as escolas e conservatórios podem promover uma abordagem abrangente e eficaz no ensino da respiração no oboé, fornecendo

aos alunos as ferramentas necessárias para desenvolver habilidades técnicas sólidas, expressão musical e um som de qualidade.

Para realização da aprendizagem em música se faz necessário utilizar o corpo, a respiração e a voz, o que ajuda a desenvolver: coordenação motora; percepção musical; afinação; memória auditiva; concentração; cultura e consequentemente o respeito pela diversidade (Araújo et al., 2020).

Tomás (2022) no seu relatório de estágio cita Sousa (2003, p. 70-78) sobre o papel da música na formação das crianças:

Pulsões (exemplo, sentir a respiração e fazer batimentos em simultaneidade) ;(...) nas emoções (exemplo, imitações rítmicas com o recurso ao movimento corporal e som: boneco a andar, cavalo a galope, coelho a saltar, etc); (...) nos sentimentos (exemplo, ritmo inventado, tocado cada som em sua altura diferente); (...) na atenção auditiva (uma criança cria um som com a voz ou com um instrumento. As outras repetem esse som quatro vezes, cada vez mais baixo, até quase impercetível, como se fosse um eco); (...) na percepção auditiva (exemplo, as manifestações da natureza, como a chuva, o vento, as ondas do mar, o murmúrio dos rios, o canto dos pássaros e outras, constituem riquíssimas fontes de exploração); (...) na memória auditiva a longo prazo (imitar os sons de um animal: satisfeito, terno, zangado, feroz, com uma dor, etc) e a curto prazo (uma criança toca uma célula rítmica e as outras repetem-na); (...) no raciocínio lógico no jogos de indução (dada uma célula rítmica, fazer variações melódicas sem alterar os tempos rítmicos) e nos jogos de dedução (cantar uma canção, acompanhando-a com instrumentos rítmicos); (...) na socialização a nível das atividades musicais de cooperação (improvisação de sons para cenas de casa, escola, rua, etc); (...) a nível da interação musical (dois cães a cumprimentarem-se, ladrando); (...)

Ao inserir adequadamente o tópico da respiração no ensino do oboé, as escolas e conservatórios estão a proporcionar aos alunos uma base sólida para o desenvolvimento técnico e musical. Essa abordagem abrangente permite que os oboístas se expressem plenamente e alcancem um nível mais elevado de execução musical. Além disso, a consciencialização sobre a importância da

respiração no contexto do oboé pode ser aplicada em outros aspetos da vida dos alunos, como a gestão do stress, a melhoria da postura e a promoção da saúde respiratória geral. Portanto, a inclusão da respiração como um componente essencial do ensino do oboé é uma prática que visa capacitar os alunos a alcançar o seu máximo potencial artístico e técnico, contribuindo para o desenvolvimento de músicos completos e expressivos.

### **Capítulo 3 - Anatomia e fisiologia da respiração no oboé**

Tanto a anatomia quanto a fisiologia da respiração estão envolvidas no desempenho eficiente e expressivo do oboé. Como instrumento de sopro, a respiração desempenha um papel fundamental no processo de produção do som.

A respiração para tocar o oboé começa com a inalação de ar através do nariz ou da boca. O ar entra nas vias respiratórias superiores, passa pela faringe, laringe e traqueia, e chega aos pulmões. No oboé, a partir dos pulmões, o ar é expelido através da glote, uma abertura localizada na laringe, e passa pelo tubo vocal até a cavidade oral. Na cavidade oral, o ar é direcionado para a palheta dupla do oboé. Caplan (2014) afirma que:

A respiração é um evento de cima para baixo. Quando inspiramos, o ar entra no nosso corpo pelo nariz ou pela boca e chega aos pulmões. Quando expiramos, o ar sai pelo nariz ou pela boca. Respiramos com todo o nosso corpo.

A palheta é uma lâmina fina de madeira que vibra quando o músico sopra através dela. A vibração da palheta é o que produz o som característico do oboé. A coluna de ar dentro do instrumento ressoa e amplifica essas vibrações, resultando na produção sonora.

Vibração é movimento e respiração é movimento. Todos os músicos de palheta dupla precisam de mapear com exatidão, a estrutura e movimento da respiração, de forma a facilitar a performance. Nós respiramos com todo o nosso corpo. Cada célula é nutrida com oxigênio e purificada quando respiramos. Todo o tronco participa no movimento respiratório, cada área (tórax, abdomen, pélvis) de uma forma diferente. As articulações movem-se, algumas ligeiramente, outras fortemente. Nossas cabeças respondem aos movimentos da respiração; nossas pernas sustentam a respiração (Caplan, 2014).

A fisiologia da respiração no oboé envolve uma série de processos coordenados. Durante a inalação, os músculos respiratórios, como o diafragma e os músculos intercostais, se contraem, expandindo a caixa torácica e permitindo que os pulmões se encham de ar. Uma inspiração profunda é importante para fornecer a quantidade adequada de ar para sustentar o som e permitir uma boa

articulação musical. Ao expirar, o músico controla o fluxo de ar através da resistência oferecida pela palheta dupla. Schuring (2009) explica este processo de uma forma mais simples:

Em vez de nos determos no diafragma, é importante começar por respirar o mais profundamente possível - até ao fundo dos pulmões e imaginarem a encher até ao topo a partir daí. A maioria dos alunos são suficientemente capazes de realizar uma respiração superficial, por isso o primeiro objetivo é levar o ar até ao fundo dos pulmões. Toda a gente faz isto naturalmente ao dormir, rir, tossir ou ofegar - de facto, ao fazer praticamente em vez de tocar oboé. Vale a pena experimentar algumas destas coisas naturais para observar como se sentem. Bocejar - um bocejo realmente profundo e satisfatório. Sente como o ar desce até ao fundo. Sente como o seu estômago se vai? Ri-te. Sentes como o teu estômago se move? Tosse. Sente a mesma coisa. Ofega como se de repente te assustasses de morte. Respira como um cão. Todos devem dar a mesma sensação básica.

A pressão do ar, a velocidade e a estabilidade do fluxo são ajustadas para obter diferentes nuances e dinâmicas musicais. A coordenação precisa entre o controlo do fluxo de ar e a articulação dos dedos é essencial para tocar diferentes notas e executar passagens musicais complexas. O controlo da respiração também é fundamental para a expressividade musical no oboé. A capacidade de modular o fluxo de ar e a pressão do ar permite ao músico variar a intensidade, o timbre e a dinâmica das notas. A respiração controlada também desempenha um papel importante na produção de articulações, como staccatos e legatos, e no fraseado musical.

"Apoio", juntamente com "diafragma", é outra palavra que todos os estudantes conhecem, geralmente sem serem capazes de a descrever de forma convincente. O apoio não é mais do que empurrar firmemente para dentro e ligeiramente para cima com os músculos abdominais. Apontar para um ponto imaginário a meio da coluna vertebral. Este empurrão desloca os órgãos internos, que por sua vez deslocam o diafragma para cima; o diafragma empurra o fundo dos pulmões, colocando o seu conteúdo sob pressão, o que por sua vez cria pressão do ar na palheta. A partir desta descrição, pode ver como é essencial que o ar preencha todas as partes dos pulmões (Schuring, 2009).

A respiração desempenha um papel crucial tanto na medicina quanto na música, embora com abordagens e aplicações diferentes. Na medicina, a respiração é um processo fisiológico essencial para a sobrevivência humana. É responsável por fornecer oxigênio aos tecidos do corpo e eliminar o dióxido de carbono, um produto residual do metabolismo celular. Através da respiração, ocorre a troca gasosa nos pulmões, onde o oxigênio é absorvido pelos capilares pulmonares e o dióxido de carbono é eliminado dos tecidos para ser expirado. A medicina estuda a anatomia e fisiologia da respiração para compreender as doenças respiratórias, como asma, doença pulmonar obstrutiva crônica (DPOC), pneumonia e outras condições que afetam o sistema respiratório. Os médicos utilizam técnicas de avaliação respiratória, como a ausculta pulmonar, para diagnosticar e monitorizar problemas respiratórios. Além disso, a medicina também se concentra em terapias respiratórias, como a fisioterapia respiratória, para ajudar pacientes com dificuldades respiratórias a melhorar a função pulmonar (Sarkar et al., 2015; Ernstmeyer & Christman, 2021).

Na música, a respiração é fundamental para os instrumentistas de sopro e para os cantores. Uma respiração adequada permite aos músicos obter um bom controle do fluxo de ar, fornecendo o suporte necessário para produzir um som de qualidade e executar com expressividade musical. Instrumentistas de sopro, como trompetistas, flautistas e oboístas, dependem da respiração para encher os seus pulmões com ar antes de tocar as notas musicais. Uma respiração eficiente e controlada é necessária para sustentar as notas, obter dinâmicas musicais adequadas e articular passagens musicais complexas. No canto, a respiração desempenha um papel crucial na produção vocal. Os cantores aprendem técnicas de respiração diafragmática, em que a expansão do diafragma durante a inalação permite um fluxo de ar controlado e uma sustentação vocal adequada. O controle da respiração também permite aos cantores a realização de fraseados musicais e a expressão emocional através da dinâmica vocal. Além disso, a música também usa técnicas de respiração específicas para certos estilos, como respiração circular, usado em instrumentos de sopro como a gaita-de-foles ou em algumas técnicas de saxofone, em que o músico mantém um fluxo de ar constante ao inalar pelo nariz enquanto exala pelo instrumento (Siqueira, 2012).

## **Capítulo 4 - A respiração no oboé**

### **4.1 Erudição em volta da respiração**

A respiração é um aspeto essencial para tocar o oboé, uma vez que afeta diretamente o som produzido pelo instrumento. A técnica de respiração adequada pode melhorar a qualidade do som, aumentar o controlo e a estabilidade, e fornecer ao oboísta o apoio aéreo necessário para executar passagens exigentes.

Ao tocar oboé, é importante inalar profundamente e encher completamente os pulmões de ar. Isto proporciona um fluxo de ar forte e constante, essencial para produzir um som claro e estável. Os oboístas devem procurar respirar a partir do diafragma, pois isto ajuda a suportar a corrente de ar e a fornecer a pressão de ar necessária para produzir som. Para além da respiração profunda, é também importante que os oboístas controlem a corrente de ar à medida que exalam. Isto implica a utilização dos músculos abdominais para regular a velocidade e pressão do ar, permitindo aos instrumentistas criar um som suave e consistente.

Respirar é o processo de inalar ar para os pulmões e exalar ar dos pulmões. O diafragma é um músculo em forma de cúpula localizado na base da caixa torácica que separa a cavidade torácica da cavidade abdominal. Quando inalamos, o diafragma contrai-se e move-se para baixo, criando mais espaço nos pulmões para a entrada de ar. Ao mesmo tempo, a caixa torácica expande-se, permitindo uma maior entrada de ar. Os músculos abdominais também desempenham um papel na respiração, uma vez que ajudam a estabilizar o tronco e apoiam o diafragma no seu movimento. Ao tocar oboé, a qualidade e o controlo da respiração são cruciais para produzir um som claro, estável e dinâmico. O diafragma e os músculos abdominais trabalham em conjunto para fornecer o apoio aéreo necessário ao instrumento, e uma técnica de respiração adequada pode ajudar os oboístas a produzir um som rico e expressivo no oboé. É importante que os oboístas desenvolvam técnicas de respiração profunda e envolvam tanto o diafragma como os músculos abdominais a fim de produzir um fluxo de ar forte e estável para o instrumento.

A respiração profunda é um crucial da técnica de respiração adequada para os oboístas, uma vez que proporciona um maior apoio e controlo do ar. Ao respirar profundamente, os oboístas são capazes de encher os seus pulmões com mais ar, permitindo-lhes produzir um som mais forte e mais sustentado no instrumento. Este maior apoio de ar também pode ajudar a melhorar a estabilidade e clareza do som, uma vez que proporciona um fluxo de ar mais consistente para o instrumento. A

respiração profunda também ajuda a melhorar o controlo global da respiração, uma vez que envolve mais o diafragma e os músculos abdominais. Este maior controlo permite aos oboístas produzir um som mais matizado e expressivo, e ajustar mais facilmente o volume e a qualidade do som. Além disso, a respiração profunda pode ajudar a reduzir o stress e a tensão no corpo, o que pode afetar negativamente o som produzido pelo oboé. Ao concentrarem-se na respiração profunda, os oboístas podem melhorar o seu bem-estar físico e mental global, e produzir um som mais relaxado e expressivo no instrumento.

Em geral, os benefícios da respiração profunda em oboé a tocar são numerosos, e é um aspeto importante da técnica de respiração adequada para os oboístas dominarem. Ao incorporar a respiração profunda na sua prática e rotina de atuação, os oboístas podem melhorar a qualidade e expressão do seu som no instrumento.

A exalação, ou o ato de expirar ar dos pulmões, é um aspeto igualmente importante da respiração para o oboé. Os músculos abdominais desempenham um papel fundamental no controlo da corrente de ar durante a expiração, pois ajudam a regular a velocidade e a pressão do ar que está a ser expelido dos pulmões.

Na performance, é importante ter controlo sobre o processo de exalação, de modo a produzir um som claro e estável. Se os músculos abdominais não estiverem envolvidos durante a exalação, a direção do ar pode ser demasiado rápida ou demasiado lenta, levando a um som menos concentrado e menos expressivo. O envolvimento adequado dos músculos abdominais durante a exalação pode também ajudar a reduzir a tensão no corpo, que pode ter um impacto negativo no som produzido pelo oboé. Ao concentrarem-se na utilização dos músculos abdominais para controlar a corrente de ar durante a expiração, os oboístas podem produzir um som mais relaxado e matizado no instrumento. Além disso, o controlo da corrente de ar durante a exalação pode também ajudar os oboístas a ajustar o volume do som que produzem. Ao regular a velocidade e pressão da corrente de ar, os oboístas podem produzir um som mais alto ou mais suave conforme necessário, dando-lhes um maior controlo sobre a expressão da sua música. Em geral, o papel dos músculos abdominais no controlo da corrente de ar durante a exalação é crucial para a reprodução do oboé. Ao dominar este aspeto da técnica de respiração apropriada, os oboístas podem produzir um som mais claro, mais estável e mais expressivo no instrumento.

A respiração é uma das bases fulcrais para qualquer instrumentista de sopro (Rothwell, 1962; Riquier, 1982; Snell, 1997; McChrystal, 1998; Fuks & Fadle, 2002; Shuring, 1997; Sprenkle, 1961;



Robinson, 1988; Canter, 1997; Driscoll, 1997; Sanders, 2001) Com a respiração correta conseguimos aliviar todos os pontos de tensão e pressão desnecessários para a performance. Porém a escassez de recursos educativos dificulta o ensinamento, como Helena Gaunt (2004) refere, “a respiração e o controlo da respiração são fundamentais para tocar oboé, mas poucos recursos educativos detalhados estão disponíveis para apoiar o seu ensino e aprendizagem.”

Snell (1997) afirma que “a respiração eficaz é a base de toda a boa execução”. Apesar de existir pouco material à cerca deste tema, as ideias defendidas sobre a sua importância são bastante convictas. Muitas opiniões contrapõem há existência de um modelo correto de respiração porque pode abarcar consequências contrárias ao pressuposto, como o bloqueio físico e mental. Com base nesta consequência, é essencial ter uma compreensão clara da anatomia básica e fisiológica da respiração, como demonstra os seguintes princípios (Gaunt, 2004):

- Compreensão clara da anatomia básica e fisiológica da respiração;
- Um foco na expiração como a fase ativa da respiração e na respiração como uma resposta automática;
- Consciência das direções da expiração (movimentação do ar em direção ao topo da cabeça, na inspiração e na base dos pulmões);
- Consciência do movimento contrário entre a direção da respiração e do movimento da caixa torácica na respiração;
- Evitar prender a respiração;
- Combinar a inspiração com os requisitos da frase evitando excesso de ar.
- Consciência de uma potencial distorção postural como resultado da pressão muscular envolvente na produção de som no oboé.
- Evitar hipertensão física ou bloqueio mental (que pode ser estimulado pela hiperventilação, interpretação de longas frases, sustar a respiração e imagens invertidas da direção da respiração);
- Consciência das tendências na performance de tocar frases longas sem uma pausa do som e das implicações fisiológicas disso;
- Foco nas questões de integração musical com a respiração;
- Consciência das multifacetadas relações entre respiração e o físico, mental e aspetos emocionais ao tocar.

- Melhorar a prática da respiração através do fortalecimento do sistema natural do corpo em vez de impor um modelo específico;
- Tratar a performance como uma atividade atlética e, portanto, manter uma flexibilidade física e condição física apropriada, aquecendo o corpo antes e após tocar.

Estes princípios podem ser uma base para uma pesquisa laboratorial empírica mais detalhada em relação à anatomia e fisiologia da respiração que são necessárias estabelecer para tocar oboé. A percepção dos movimentos realizados pode ser uma ferramenta útil para a aprendizagem da respiração. Fuks e Sundberg (1999) defendem isso demonstrando as diferenças significativas entre a percepção do intérprete dos seus movimentos respiratórios e dos resultados obtidos em testes técnicos laboratoriais. Ao mesmo tempo, sublinham que tal pesquisa não deve substituir a arte e que procedimentos experimentais “ainda muito mais rudimentar do que as subtilezas musicais envolvidas na execução”.

Reter um conhecimento vasto sobre a fisiologia humana é raro num músico profissional, mas Arnold Jacobs ficou reconhecido internacionalmente como um especialista da pedagogia da respiração e dos instrumentos de sopro. De acordo com Arnold Jacobs (1978) a respiração diafragmática é apenas “meia respiração”.

Para os instrumentistas de sopro existe três princípios fundamentais que devem ser capazes de executar (Kohut, 1985):

1. Manter uma nota ou frase com um fluxo de ar contínuo;
2. Variar o fluxo de ar para facilmente executar acentos, diferentes tipos de staccato, súbito piano, sforzando e outras nuances, bem como alternar os níveis de dinâmica e intensidade das notas e frases individuais;
3. Regular o volume de ar e pressão do ar conforme os requisitos únicos do instrumento e do seu registro.

Estes princípios carecem de uma respiração diafragmática para gerar um fluxo de ar capaz de expandir toda a nossa capacidade de respiração, produzindo um estado de relaxamento durante a performance. Esta respiração usa os músculos primários da respiração como os abdominais e intercostais. O diafragma é um músculo em forma de cúpula que reveste o fundo da caixa torácica. Ao inspirar, o diafragma contrai, criando um vácuo nos pulmões e, posteriormente, o ar empurra o

diafragma contra o estômago, intestinos e outros órgãos fazendo com que a barriga insufla. Ao expirar os músculos contraem permitindo que o diafragma relaxe e volte à sua posição original. Resumidamente, o diafragma contrai ao inspirar e relaxa ao expirar. Schuring (1997) descreve o diafragma dizendo:

“O diafragma é uma folha de tecido que separa o coração e os pulmões dos órgãos internos - o estômago, os intestinos, etc. Por si só, não faz grande coisa. A sua ação muscular é involuntária: puxa para baixo quando inspiramos e relaxa quando expiramos.”

Bastantes autores, como Williams (1989) e Carter (1997) referem que a falta de literatura pode causar limitações e confusão aos instrumentistas. Kohut (1985) questiona na realidade os livros não propõem imagens que podem criar potenciais problemas técnicos para os músicos. Mas nem todos são considerados maus exemplos. Com “The Oboist's Companion”, Rothwell (1974/76) fornece uma referência importante para a prática instrumental. Esta afirma a importância de desenvolver uma boa respiração, aconselhando a respirar regularmente dentro das frases, durante a aprendizagem inicial, para relaxar a embocadura. Refere que as tonturas são comuns quando aprendemos oboé e os padrões de respiração são adaptáveis, pois estes são diferentes da respiração normal, e podem levar à exaustão. Aconselha a fazer pausas regulares durante o estudo para realizar exercícios de respiração. Resumindo, esta autora refere e descreve inúmeros exercícios de respiração para uma melhor aprendizagem do oboé.

Rothwell (1974) é bastante direta sobre a quantidade de ar: “Para tocar bem oboé é necessário ter sempre um grande reservatório de ar disponível”. Para os alunos sugere, “Respire com a barriga ... pense sempre em respirar fundo e soltar o ar devagar e com firmeza”. A imagem que transparece é bastante descritiva para perceber como os músculos abdominais trabalham para o diafragma. Rothwell também defende que a postura pode afetar a respiração.

Como Rothwell, existem outros autores que se concentram na expiração. Koch (1990) afirma que “A expiração é mais importante do que a inspiração. Os oboístas têm sempre demasiado ar”. Tanto Canter (1997) como Schuring (1997) defendem a expiração antes da inspiração, com o objetivo de retirar o excesso de ar no final das frases que por vezes nos fazem sentir sufocados.

A primazia desta abordagem da inspiração é suportada pela Técnica Alexander. Langford, (1999) sugere que a ideia de inspirar é um dos maiores mal-entendidos sobre a respiração. Robinson (1988) aborda-o de um ângulo ligeiramente diferente dizendo que:

“o músico que respirou deve relaxar e soltar o ar, atingindo assim o confortável estado de equilíbrio que tomamos por garantido quando estamos sentados, completamente à vontade. Desafio qualquer pessoa a descobrir um amigo que, durante uma conversa informal, se prepara para um comentário com uma respiração profunda”.

Schuring (1997) sugere que se deve libertar um pouco de ar antes de inspirar, o suficiente para se sentir bem. A ideia é o oboísta sentir-se confortável quando toca, pois, a respiração não deve ser diferente da que usamos nas atividades do dia a dia.

No oboé não é necessário muito volume de ar, mas de suporte. Se estes dois conceitos forem associados pode causar tensão no corpo. O suporte é como um sistema interno que cria pressão de ar que, conseqüentemente, está interligado com o diafragma. Usamos os músculos do diafragma para criar pressão de ar para fazer vibrar a palheta. Vários autores concordam que respirar ao tocar o oboé é mais eficaz quando incorpora respiração diafragmática, intercostal e clavicular. Schuring (1997) relaciona a respiração completa com a capacidade de manter a continuidade na coluna de ar ao soprar, “Tem de haver ar entre o fundo dos pulmões e a palheta. É tão inútil respirar só com a barriga como respirar só com o peito”

Este suporte abdominal remete-nos para outra questão bastante comentada entre escritores e profissionais, a pressão do ar. É necessária pressão do ar para a palheta vibrar, mas esta tem de ser eficiente de modo a promover um melhor uso do corpo e controlo da respiração. Existem perigos relacionados com a pressão como a tensão física e o bloqueio dos músculos que limita o fluxo do ar. A pressão e a velocidade do ar estão correlacionadas, por isso, quando um professor pede a um aluno para "manter a velocidade do ar", este pode significar também "manter a pressão de ar".

Parece haver um acordo quase universal de que a respiração e a postura estão indissociavelmente entrelaçadas. Canter (1997), descreve a importância de uma postura equilibrada. Mas a questão de uma boa postura nem sempre é compreendida. Dentro do campo da fisioterapia, Myers (2001) afasta-se de uma noção de postura correta para uma perspectiva mais rica do “todas as complexidades de um corpo em ação dinâmica”. Farkas (1986) sublinha a necessidade de o

instrumentista realizar exercício físico para manter os músculos saudáveis, fortes e flexíveis. Snell (1997) fala sobre o que ele chama de cooperação suave entre os músculos do corpo como sendo o pré-requisito para o uso produtivo da energia. Benham, Mackie e Sanders (1993) sublinham a importância entre equilíbrio e tensão muscular:

“Obviamente, se quisermos levantar pesos, os nossos músculos vão estar a trabalhar como loucos e, para tocar os nossos instrumentos, há muita atividade física envolvida. É a forma como equilibramos essa tensão ... Se tensionarmos o braço, a caixa torácica congela e não conseguimos tocar oboé”.

O impacto da relação entre professor e aluno na abordagem individual do instrumentista para aprender sobre o processo de desenvolvimento da prática respiratória não foi discutido na revisão da literatura relativamente à respiração e performance do oboé, mas é algo fundamental e significativo (Sogin e Vallentine, 1992; Gholson, 1998; Reid, 2001; Gaunt, 2006).

## **4.2 Importância da respiração**

A música é uma forma de expressão artística que nos permite comunicar emoções, contar histórias e conectar pessoas de diferentes culturas e origens. Brescia (2011) proclama que “a música é uma linguagem universal, tendo participado da história da humanidade desde as primeiras civilizações. Conforme dados antropológicos, as primeiras músicas seriam usadas em rituais, como: nascimento, casamento, morte, recuperação de doença e fertilidade”.

Para dominar a arte de tocar o oboé, é essencial compreender a importância da respiração nesse processo. A respiração é uma função vital do nosso organismo, mas quando se trata de tocar um instrumento musical, especialmente o oboé, ela assume um papel ainda mais crucial. O oboé é conhecido por ser um instrumento de sopro de palheta dupla, o que significa que o músico deve dominar a técnica de controlar o fluxo de ar através das palhetas, resultando em diferentes notas musicais.

Uma respiração adequada é fundamental para produzir um som consistente e de qualidade no oboé. A capacidade de controlar a pressão e o fluxo de ar é o que permite ao músico executar as notas com precisão e expressividade. Uma respiração incorreta pode resultar em notas instáveis, falta de

projeção sonora e dificuldade em atingir determinadas notas mais altas ou mais baixas. Portanto, é essencial desenvolver uma técnica respiratória adequada para dominar esse instrumento. Além disso, a respiração adequada também desempenha um papel importante na interpretação musical. O oboé é conhecido por sua capacidade de transmitir emoções profundas e sutilezas musicais. O controle do fluxo de ar permite ao músico expressar nuances dinâmicas, como variações de intensidade e articulação, criando um diálogo emocional com a música e o público. A respiração adequada permite uma maior liberdade e flexibilidade na interpretação musical, permitindo que o músico transmita a sua própria interpretação da peça.

Além dos aspetos técnicos e interpretativos, a respiração adequada também desempenha um papel na saúde e bem-estar do músico. Tocar o oboé exige um esforço físico considerável, e uma respiração inadequada pode levar a tensão muscular, fadiga e até mesmo lesões. Uma respiração consciente e eficiente permite ao músico manter um fluxo de ar constante, evitando tensões desnecessárias e promovendo uma experiência mais prazerosa e saudável ao tocar o instrumento. Para desenvolver uma técnica respiratória adequada no oboé, os músicos geralmente recebem orientação de professores especializados. O estudo da respiração inclui exercícios específicos, como exercícios de expansão torácica, controlo do diafragma e prática de longas notas para fortalecer os músculos respiratórios e melhorar o controlo do fluxo de ar.

A técnica de respiração adequada envolve o uso correto do diafragma, músculos abdominais e intercostais, que são responsáveis por controlar o fluxo de ar. O diafragma desempenha um papel crucial, pois é um músculo que separa a cavidade torácica da abdominal e está diretamente envolvido na respiração profunda. Enrico Caruso (1873 - 1921) citava na época de Bel Canto (Trimble, 2010):

Para respirar corretamente, o peito deve ser levantado quando o abdómen se afunda. Depois, com uma expulsão gradual da respiração, dá-se um movimento contrário. É esta capacidade de inspirar adequadamente e de reter até ser necessário que faz ou, pelo contrário, estraga todo o canto - a arte da respiração, uma vez adquirida, o estudante deu um passo considerável no caminho para o Parnaso.

Ao aprender a utilizar o diafragma de forma eficiente, o músico de oboé é capaz de controlar a quantidade de ar que entra e sai dos pulmões, resultando numa emissão de som mais estável e controlada. Uma respiração profunda e controlada também permite que o músico mantenha a pressão do ar constante ao longo das frases musicais, evitando variações indesejadas no som. Além disso, a

respiração adequada contribui para a resistência e o suporte do músico ao tocar o oboé. Tocar o instrumento requer um esforço físico considerável, especialmente ao executar peças mais longas e exigentes. Uma respiração eficiente ajuda a evitar a fadiga muscular, proporcionando maior resistência durante a execução musical.

O mecanismo de respiração e suporte precisa de funcionar como um tubo de pasta de dentes - quando se aperta por baixo, a pasta de dentes deve sair por cima - para que a pressão do abdómen (a isto chama-se "suporte") resulte em pressão de ar na palheta. Tem de haver ar em todo o lado entre o abdómen e a palheta; caso contrário, é impossível suportar a coluna de ar (Schuring, 2009).

Outro aspeto importante é a relação entre a respiração e a técnica de articulação no oboé. A articulação refere-se à forma como as notas são iniciadas e separadas umas das outras. Uma respiração adequada auxilia o músico na realização de articulações precisas e distintas, o que é essencial para a clareza e a expressividade musical.

Para começar uma nota, apoie a palheta no lábio inferior enquanto inspira pela boca ou nariz o mais silenciosamente possível. Feche a boca à volta da palheta, coloque a língua na palheta, crie pressão de ar na parte da frente da boca e solte a língua para iniciar a nota. O local exato onde a língua toca na palheta pode variar dependendo do que soa melhor e é mais confortável (Hamilton, 2017).

Além dos benefícios técnicos, a respiração consciente e profunda também tem um impacto positivo no aspeto emocional do desempenho musical. A respiração profunda e relaxada ajuda a reduzir o estresse e a ansiedade, permitindo que o músico se conecte melhor com a música e transmita emoções de forma mais autêntica. Uma respiração adequada é uma aliada na expressividade e na capacidade de transmitir a intenção musical ao público. Para desenvolver uma boa técnica de respiração no oboé, é essencial praticar exercícios específicos regularmente. Isso inclui exercícios de respiração profunda, expansão torácica e controlo do fluxo de ar por meio de longas notas e escalas. Além disso, trabalhar com um professor de oboé experiente pode ajudar a aprimorar a técnica respiratória e corrigir qualquer problema ou hábito inadequado.

A boa notícia é que incorporar técnicas de respiração na sua prática diária pode aumentar a sua resistência, concentração e confiança. A prática de exercícios de respiração pode ajudá-lo a acalmar-se no meio do stress e da ansiedade de atuar em palco. Faz com que se sinta mais centrado, relaxado e com os pés assentes na terra; liberta a tensão mais facilmente e tem um melhor desempenho! (Ahmed, 2022)

Nos instrumentos de sopro, a respiração é a base para a produção do som. A respiração envolvida é semelhante à respiração utilizada no dia a dia, mas com algumas diferenças e adaptações específicas.

Ótima música pode ser feita sem um conhecimento específico do corpo. Da mesma maneira que, um motorista comum não necessita saber sobre a mecânica do carro para dirigir. Entretanto, para um piloto profissional, o conhecimento da parte mecânica do carro é importante. A mesma abordagem se aplica ao conhecimento sobre da respiração. No dia-a-dia, não é necessário pensar em como respirar corretamente. Todavia, para uma atividade mais específica como tocar um instrumento, o conhecimento da respiração pode ser benéfico (Frederiksen & Taylor, 1996, p.99)

Nos instrumentos o ar expirado é adaptado às exigências do instrumento sendo controlado pelo músico. É fundamental que os músicos desenvolvam uma técnica de respiração eficiente. Para os músicos o papel do diafragma e dos músculos abdominais é fundamental para a produção de um som de qualidade. Estes músculos são responsáveis pela força e controlo do fluxo de ar que passa pelo instrumento, afetando diretamente o timbre, dinâmicas e afinação no instrumento.

Além das estruturas anatómicas envolvidas na respiração, os músicos também precisam ter um bom controlo respiratório para produzir um som consistente e preciso durante a execução musical. Isso envolve controlar a quantidade de ar que entra e sai dos pulmões, bem como regular a pressão do ar.

Algumas técnicas de controlo respiratório usadas pelos músicos incluem:

1. Respiração diafragmática: A respiração diafragmática envolve o uso do diafragma para controlar a respiração. Isso significa inspirar profundamente, permitindo que o



diafragma desça e os pulmões se expandam, e então expirar lentamente, permitindo que o diafragma suba e os pulmões se esvaziem.

2. Técnicas de suporte de ar: Algumas técnicas de suporte de ar, como o "belting"<sup>2</sup> usado no canto popular, envolvem o uso dos músculos abdominais e intercostais para controlar a pressão do ar e produzir um som mais forte e consistente.
3. Respiração controlada: Respirar em momentos específicos durante a execução musical pode ajudar os músicos a controlar o fluxo de ar e produzir um som mais preciso. Isso pode envolver inspirar antes de tocar uma nota longa, ou expirar lentamente enquanto toca uma nota longa.
4. Prática de exercícios respiratórios: Alguns músicos praticam exercícios respiratórios específicos para melhorar o controle da respiração, como soprar num tubo para controlar a pressão do ar.

A combinação sincronizada do diafragma e dos músculos abdominais ajuda o músico a controlar a quantidade de ar que está a expirar para o instrumento e, conseqüentemente, a controlar o timbre, a dinâmica e a afinação do instrumento. Além disso, a respiração controlada também ajuda o músico a tocar por períodos mais longos sem se cansar. Lilli Lehmann (1848 – 1929) citava na época de Bel Canto (Trimble, 2010):

Aprendi o seguinte: Para puxar o abdómen para dentro, levantar o peito e manter a respiração nele com a ajuda das costelas; ao soltar a respiração, relaxar gradualmente o abdómen. Um trompista de Berlim, que tinha o poder de manter uma respiração muito longa, disse-me uma vez, em resposta a uma pergunta, que puxava o abdómen com muita força, mas que o relaxava imediatamente assim que começava a tocar. Eu tentei o mesmo, com os melhores resultados.

A respiração diafragmática desempenha um papel de extrema importância para os oboístas, sendo considerada a base fundamental para um desempenho musical de qualidade. É uma técnica de respiração profunda que envolve o uso do músculo do diafragma, localizado abaixo dos pulmões, para controlar e regular o fluxo de ar durante a execução do oboé.

---

<sup>2</sup> O "Belting" é uma técnica de canto contemporânea que produz um som vocal de alta intensidade, "grande", "poderoso" (por exemplo, ruidoso). O canto com "belt" pode ser encontrado em todos os gêneros e estilos de canto contemporâneos, incluindo jazz, folk, pop e rock, embora seja mais comumente associado ao teatro musical (por vezes referido como "Broadway belt"). No entanto, nem todos os cantores destes gêneros cantam com "belt" quando atuam ou gravam (O'Connor, 2020).

Uma das principais vantagens da respiração diafragmática para os oboístas é o controle preciso do fluxo de ar. Ao inspirar profundamente, expandindo o diafragma e enchendo completamente os pulmões, os oboístas conseguem obter uma quantidade significativa de ar. Esse ar é liberado de maneira controlada e gradual, proporcionando um fluxo estável e equilibrado, essencial para produzir um som consistente e controlado no oboé. A respiração diafragmática permite ajustar a intensidade e a velocidade do ar de acordo com as demandas musicais, resultando num som mais expressivo e articulado.

Além disso, a respiração diafragmática contribui para a capacidade de sustentação de notas longas, uma característica distintiva do oboé. Ao usar o diafragma para controlar o fluxo de ar, os oboístas podem prolongar a duração das notas sem interrupções. Isso é especialmente importante em passagens musicais que exigem extensões melódicas prolongadas, permitindo que o músico mantenha um som contínuo e estável, evitando a falta de ar ou a perda de qualidade sonora.

A respiração mais recomendada para os músicos de sopro é a diafragmática. Permite-lhes tocar frases longas, aumentar a amplitude do som e tocar notas em pianíssimo na região dos agudos, porque permite que os pulmões desenvolvam toda a sua capacidade e que o diafragma impulse a coluna de ar de uma forma mais controlada (Woltzenlogel, 1984/1995).

A respiração diafragmática também desempenha um papel crucial na produção de uma variedade de dinâmicas musicais. Ao controlar a pressão e a velocidade do ar com o diafragma, os oboístas são capazes de variar as dinâmicas de forma precisa e expressiva. Isso permite a criação de contrastes musicais, como passagens suaves e delicadas seguidas por momentos de maior intensidade e projeção sonora. A capacidade de ajustar o fluxo de ar por meio da respiração diafragmática confere ao oboísta um maior controle sobre a expressividade e a musicalidade da performance.

Além dos benefícios musicais, a respiração diafragmática também promove uma postura adequada ao tocar o oboé. Ao enfatizar a expansão do diafragma durante a respiração, os oboístas são incentivados a manter a coluna ereta, os ombros relaxados e o abdômen levemente contraído. Essa postura correta facilita a circulação do ar, melhora a ressonância e a projeção sonora, além de prevenir tensões musculares e problemas posturais decorrentes de uma respiração inadequada.

Para desenvolver a habilidade da respiração diafragmática, é recomendado que os oboístas pratiquem exercícios específicos, como respiração profunda, expansão abdominal consciente e exercícios de sustentação de notas. Além disso, trabalhar com um professor de oboé experiente pode fornecer orientações e técnicas personalizadas para aprimorar a respiração diafragmática e aplicá-la de forma eficaz no contexto musical.

A falta de prática de técnicas de respiração adequadas pode causar vários problemas nos músicos. Alguns dos problemas mais comuns incluem:

1. Falta de controlo do som: A respiração é um fator fundamental para o controlo do som. Se o músico não pratica técnicas de respiração adequadas, ele pode ter dificuldade em produzir um som uniforme, bem como variações de dinâmica e de timbre.
2. Falta de resistência: A resistência é uma habilidade crucial para os músicos, que muitas vezes precisam de tocar por longos períodos de tempo. Se o músico não pratica técnicas de respiração adequadas, ele pode ficar sem fôlego rapidamente e não conseguir sustentar o som por períodos mais longos.
3. Problemas de afinação: A respiração adequada é importante para a afinação do instrumento. Se o músico não controla adequadamente o fluxo de ar que passa pelo instrumento, pode resultar em problemas de afinação.
4. Tensão muscular: A tensão nos músculos do pescoço, dos ombros e das costas pode ser um problema comum para os instrumentistas de sopro. Isso pode ser causado pela falta de prática de técnicas de respiração adequadas, que podem resultar numa respiração curta e tensão muscular desnecessária.
5. Fadiga: A falta de prática de técnicas de respiração adequadas pode levar a uma fadiga mais rápida durante a execução musical. Se o músico não respira adequadamente, ele pode precisar compensar com outros músculos, o que pode resultar em fadiga e cansaço muscular rapidamente.

A prática regular de exercícios de respiração adequados pode ajudar a prevenir esses problemas e melhorar a qualidade da performance musical.

A respiração é uma parte essencial da produção de som no oboé. A qualidade do som produzido pelo oboé é afetada pela quantidade e pela qualidade do ar que o músico é capaz de inspirar e expirar durante a execução. A respiração profunda e completa permite que o músico produza um som mais rico e cheio, além de proporcionar mais controlo sobre o som produzido. Por isso, é

fundamental que os músicos de oboé pratiquem regularmente técnicas de respiração adequadas para melhorar a qualidade do som que produzem. Um aspeto importante da respiração no oboé é a capacidade do músico de controlar a quantidade de ar expirada. Luisa Tetrzzini (1871 – 1940) citava na época de Bel Canto (Trimble, 2010):

Para assegurar uma capacidade respiratória adequada, entende-se que a roupa deve ser absolutamente folgada à volta do peito e também ao longo da parte inferior das costas, pois deve respirar-se com a parte de trás dos pulmões, bem como com a parte da frente.

Ao aprender a respirar, é bom pensar nos pulmões como sacos vazios, nos quais o ar vai caindo como um peso, de modo que se pense primeiro em encher o fundo dos pulmões, depois a parte do meio, e assim por diante, até que não se possa inalar mais ar.

O músico precisa de aprender a regular a quantidade de ar expirada de forma consistente, para garantir uma produção de som uniforme e controlada. Isso também é importante para sustentar o som produzido durante tempo necessário, sem que o músico fique sem ar rapidamente. Para desenvolver a técnica de respiração adequada no oboé, é importante que o músico pratique regularmente exercícios de respiração e exercícios específicos para o instrumento. O objetivo é que a técnica de respiração se torne automática e natural para o músico, permitindo que ele se concentre na execução musical em si.

Além das técnicas de controlo respiratório, há outros fatores que podem afetar a respiração e, conseqüentemente, a execução musical. Esses fatores incluem a postura corporal, o estado emocional, o condicionamento físico e a saúde respiratória.

A postura corporal adequada é fundamental para uma respiração eficiente e para a produção de um som de qualidade. Uma postura inadequada pode dificultar a expansão dos pulmões e afetar o controlo da respiração. Por isso, é importante que os músicos mantenham uma postura ereta e relaxada durante a execução musical. Arnold Jacob (1983) numa entrevista compilada no artigo “The Instrumentalist” referia (Joffe, 2021):

Se precisar de grandes volumes de ar, utilizará todo o sistema respiratório. Se estiver a tocar um instrumento que não necessite de tanto ar, nunca vai usar uma respiração completa; no entanto, deve ser capaz de o

fazer. Os intérpretes têm de inspirar ar suficiente para poderem completar as frases. Isto envolve a ingestão de quantidades de ar com base em julgamentos de quanto ar restará no final de uma frase.

Ereto quando está sentado é a melhor postura porque os músicos têm maior capacidade de mover o ar para dentro e para fora dos pulmões. No entanto, se estiver a respirar com conforto, a postura não tem de ser assim. Desde que esteja na posição vertical, deve ter ar mais do que suficiente. Se for uma pessoa grande, com grandes reservas pulmonares, a postura não é assim tão importante; no entanto, as pessoas que têm pequenos volumes pulmonares devem manter-se eretas e fazer uso do que a natureza lhes deu.

## **Parte II – Prática pedagógica**

### **Capítulo I – Projeto de Intervenção**

#### **1.1 Problemática e Motivações para o estudo**

O projeto de intervenção pedagógica aqui proposto, surge no âmbito do Mestrado em Ensino de Música da Universidade do Minho, na unidade curricular de Observação e Desenho do Projeto. A metodologia que será utilizada para desenvolver este projeto é a Investigação-Ação, que é definida como “uma intervenção na prática profissional com a intenção de proporcionar uma melhoria” (Lomax, 1990, citado por Coutinho, 2009). O resultado da investigação “a combinação de métodos quantitativos e qualitativos, originando novas técnicas de recolha de dados, tais como “entrevista narrativa” e “investigação biográfica” e “a disseminação do conceito de “prático refletivo” de Schön (1983) na formação de professores, bem como noutras áreas profissionais.”

Enquanto aluna do ensino especializado de música sempre senti que a minha formação foi bastante direcionada para o desenvolvimento do domínio técnico e extramusical, sendo que uma das áreas mais importantes para qualquer instrumentista, a respiração, era desvalorizada. Assim como aspetos interligados ao tema como a embocadura, a postura, as palhetas e algumas noções básicas de respiração. Enquanto estagiária, encontro-me a observar a mesma realidade, uma vez que os alunos preocupam-se com os demais problemas técnicos, desvalorizando o problema principal que impede, efetivamente, o desenvolvimento do aluno, a respiração. Posto isto, as minhas vivências enquanto aluna e estagiária suportam a minha motivação para enriquecer o ensino instrumental.

O estudo da respiração no oboé é uma questão importante para o músico iniciante, profissional e para os docentes. Este projeto patenteia uma revisão da literatura com base na importância da respiração no oboé e como isso pode potencializar o ensino instrumental. Destaca citações e pontos chave relacionados com o tema. Expõe também, a necessidade de uma investigação mais aprofundada para estabelecer uma imagem mais detalhada da anatomia e fisiologia das práticas de respiração e de estratégias eficientes para o ensino.

Em suma, este projeto incide sobre a investigação de uma solução para um problema bastante atual nos alunos de ensino especializado de música em instrumento de sopro. Tendo como objetivo final propor uma coletânea de exercícios para os diferentes problemas originários da respiração, tal como, o propósito e objetivo de cada um.

## 1.2 Análise SWOT

<b>Fortes</b>	<b>Oportunidades</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Desenvolvimento da coluna de ar</li><li>• Maior capacidade de volume de ar</li><li>• Desenvolvimento da velocidade de ar</li><li>• Desenvolvimento da pressão do ar</li><li>• Aperfeiçoamento da sonoridade</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Consciência da movimentação dos músculos abdominais</li><li>• Relaxamento durante a performance</li><li>• Conhecimento da fisiologia da respiração e anatomia</li></ul>
<b>Fraquezas</b>	<b>Ameaças</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Ausência de exercícios específicos</li><li>• Pouco tempo dedicado à respiração</li><li>• Abordagem genérica com falta de atenção detalhada</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Bloqueio dos músculos</li><li>• Alteração de postura</li><li>• Hiperventilação</li></ul>

*Tabela 1 - Análise SWOT*

## 1.3 Objetivos de Investigação e Intervenção

Elucidada a temática sobre a qual este Projeto de Intervenção Pedagógica abarca, coloca-se então a seguinte questão de investigação:

*Será que explorar as diferentes problemáticas da respiração no contexto do ensino especializado de música proporcionará uma evolução significativa na aprendizagem dos alunos?*

Fundamentando nesta questão, pretende-se desenvolver os seguintes objetivos investigativos:

1. Analisar, através da recolha de dados, quais os problemas de respiração comuns nos alunos.
  - a. Segundo o ponto de vista de vários professores;
  - b. Segundo o ponto de vista dos alunos;
  - c. Segundo a observação realizada no âmbito do Estágio Profissional e Prática de Ensino Supervisionada;

2. Analisar, através da recolha de dados, quais as possíveis soluções para os problemas colocados.

- a. Segundo o ponto de vista de vários professores;
- b. Segundo o ponto de vista dos alunos;
- c. Segundo a observação realizada no âmbito do Estágio Profissional e Prática de Ensino Supervisionada;

3. Investigar que metodologias podem ser postas em prática no ensino especializado de música.

Tendo como base o modelo de investigação-ação, neste projeto propõe-se o desenvolvimento da temática escolhida (após uma análise dos dados obtidos na fase investigativa) através dos seguintes objetivos de intervenção:

- I. Descobrir, junto dos alunos com quem o projeto vai ser desenvolvido, o que porquê da importância da respiração.
- II. Observar os pontos fortes e os pontos fracos dos alunos com quem o projeto vai ser desenvolvido.
- III. Perceber se a prática de exercícios de respiração para iniciar a aula promove o desempenho, em diferentes aspetos, dos alunos.

#### **1.4 Estratégias e Resultados Esperados**

Tendo em atenção os objetivos referidos acima, descrevo as estratégias de investigação e intervenção que permitirão a sua execução.

##### **Estratégias de Investigação**

- I. Realizar inquéritos relevantes sobre a problemática aos alunos e aos professores.
- II. Revisão de literatura e criação de um metro de exercício para aplicar no contexto do ensino especializado de música.



- III. Inquérito aos professores de oboé para explorar as diferentes soluções referentes ao tema.
- IV. Análise e tratamento documental e dos resultados obtidos.

### **Estratégias de Intervenção**

- I. Registrar a opinião relativamente á importância da respiração através de inquéritos e discussão aberta em aula.
- II. Planificação de exercícios para serem abordados e praticados nas aulas de instrumento.
- III. Criação de tabelas comparativas para interpretar a evolução dos dados obtidos.
- IV. Recolha de opiniões sobre diferentes pedagogias referentes ao tema com algumas entrevistas a professores.
- V. Recolha da opinião dos alunos e dos professores sobre a influências dos exercícios abordados.

### **Resultados Esperados**

Com a aplicação deste projeto, espero estimular o ensino especializado de música, contribuindo para uma formação mais enriquecedora e completa dos alunos de instrumento. Espera-se também que este projeto promova uma nova ferramenta de auxílio para alunos e professores.

## Capítulo II – Contexto de Intervenção

### 2.1 Caracterização da escola

A escola onde foi desenvolvido o Estágio Profissional e a Prática do Ensino Supervisionada é Escola Artística Conservatório de Música Calouste Gulbenkian de Braga, criada com o apoio da Fundação Calouste Gulbenkian, que forneceu os instrumentos e se propôs auxiliar na manutenção, assim como do empenho e força de vontade da sua fundadora, D. Adelina Caravana, que era a diretora pedagógica.

O Conservatório de Música de Braga inaugurou-se no dia 7 de novembro de 1961 como uma instituição de tipo associativo e de carácter particular. Assim sendo, as suas receitas constituíam-se a partir das propinas dos alunos e das quotas dos sócios ordinários, sócios protetores e outras entidades ou organismos. Considerando o Ministério que o ensino aí ministrado era uma experiência pedagógica de âmbito artístico ímpar, transforma-a em *Escola Piloto de Educação Artística* (Ao abrigo do Decreto-lei n.º 47587, de 10 de março de 1967.) Dado o desenvolvimento que o Conservatório atingiu, a Fundação resolveu pôr à sua disposição, em regime de comodato, um edifício por ela concebido e construído. Com a construção do atual edifício, inaugurado a 31 março de 1971, reconhece-se à escola o lugar que lhe compete, numa verdadeira política de descentralização da cultura musical. Tendo essa Fundação posto à disposição do Ministério da Educação Nacional as instalações do Conservatório, a partir de Outubro de 1971, foi determinado (Por Despacho de 23 de Setembro de 1971, ao abrigo do Decreto-lei n.º 475876, de 10 de Março, de 1967), que no ano letivo 71/72 fosse criada uma *Escola Piloto* com ensino pré-primário, primário, ciclo preparatório e liceal, secção de música com cursos complementares e curso superior de Piano, secção de Ballet, secção de Artes Plásticas e Fotografia e secção da Arte Dramática, cuja direção ficaria dependente da reitoria do Liceu D. Maria II, deixando de funcionar em regime particular e concebida nos moldes em que hoje se encontra, oficial e gratuita, sendo o apoio técnico e administrativo garantido por esse estabelecimento de ensino.

O Ministério da Educação e Universidades só em Abril de 1982 cria, esta Escola de Música (Pelo Decreto-lei n.º 114/82, de 12 de Abril.), com o nome de Calouste Gulbenkian, e define-a como “um estabelecimento especializado no ensino da música e outras disciplinas afins, ministrando ainda, em regime integrado, os ensinamentos primário, preparatório e secundário”, independente do liceu, conferindo-lhe autonomia administrativa e criando uma direção, no regime de Comissão Instaladora.

Atualmente o Conservatório assume-se como uma Escola Artística de elevado nível técnico e artístico, procurada por muitos pais e alunos, pelos indicadores de sucesso educativo, obtido através das apresentações públicas, dos *rankings* dos exames e provas finais e pela avaliação externa. É por isso necessário situar o Ensino Artístico no quadro da educação e formação ao longo da vida, confrontando-o com as exigências da sociedade cognitiva num contexto económico e cultural de globalização, no qual as linguagens simbólicas adquirem um papel determinante em todas as formas de comunicação, daí as suas problemáticas se centralizarem em torno da escolaridade obrigatória e de uma educação para todos. E, estas ideias não são novas, de forma alguma, pois João de Barros desencadeou, no âmbito da 1ª República, uma campanha pela Educação Artística, afirmando que não há sociedade democrática que viva e progrida sem o culto da arte, sendo secundado por Leonardo Coimbra: “A primeira educação deve ser a artística” (Caldeira, 2012).

## **2.2 Caracterização dos alunos**

Os alunos com quem será realizado o Estágio Profissional e Prática de Ensino Supervisionada são alunos dos regimes supletivo, articulado e integrado, do 1º ciclo ao secundário, sendo que o Projeto de Intervenção irá focar-se no grupo de recrutamento M14 – Instrumento (oboé). Este projeto irá focar-se no 2º e 3º ciclo, mas especificamente, em sete alunos, um de 1º grau, três de 2º grau, um de 3º grau e dois de 5º grau.

Os alunos apresentam bastantes dificuldades no campo da respiração, desde falta de suporte, pouca resistência, respiração descontrolada, entre outros.

### **Aluno A (Participante no projeto)**

A aluna A é do sexo feminino, é aluna de oboé, está a frequentar o 1º grau no regime articulado no polo de Maximinos. Tem uma aula semanal de oboé com a duração de 50 minutos, às quartas-feiras das 14:30h às 15:20h e iniciou este ano o estudo do oboé, pelo que o professor cooperante seguiu com a aluna um método de iniciação, iniciando sempre a aula com um aquecimento de palheta e uma escala. As escalas aprendidas neste ano foram DóM, FãM e SolM com os respetivos harpejos.

A aluna iniciou este ano letivo a aprendizagem do oboé e mostrou um desenvolvimento lento,

ainda que tenha desenvolvido várias capacidades, apesar de demonstrar muitos momentos de desconcentração na aula. O estudo diário não é aparente, mas ainda um outro fator poderá estar em causa, já que a capacidade de leitura musical parece não acompanhar a progressão da aluna no oboé. A aluna apresenta dificuldades em conseguir observar sem desvios a pulsação e em levar um pequeno trecho musical até ao fim sem interrupções ou notas erradas, a respiração foi inicialmente um dos fatores que motivaram esses problemas, já que a aluna não conseguia respirar nos sítios adequados e sem prejudicar a pulsação. Salva-se que a aluna começou esse mesmo ano a desenvolver a embocadura o que dificulta toda a estabilidade na palheta e, conseqüentemente, no instrumento através do som, afinação e sustentação de notas. A prestação da aluna durante o último período não abonava a seu favor, o desinteresse pela disciplina de oboé parecia total, o estudo em casa era nulo, já que de aula para aula não se observavam quaisquer melhorias, a tal ponto, que nem a leitura dos estudos e peças parecia ter acontecido.

### **Aluno B (Participante no projeto)**

A aluna B é do sexo feminino, é aluna de oboé, está a frequentar o 2º grau no regime integrado no Conservatório Gulbenkian. Tem uma aula semanal de oboé com a duração de 50 minutos, às segundas-feiras das 08:15h às 09:05h, por norma com uma estrutura tripartida, sendo o primeiro momento da aula dedicado a um aquecimento de palheta e escalas, um segundo momento aos métodos de estudos e a última parte da aula ao estudo da peça. As escalas eram selecionadas na aula anterior, os estudos eram definidos dependendo do estudo individual da aluna e as peças eram definidas no início de cada período.

As aprendizagens da aluna estão consolidadas e mostrou-se constante e regular ao longo do ano letivo. Com um comportamento exemplar, é pontual e assídua, trazendo sempre consigo os materiais necessários à aula e realizando em casa um estudo frequente e disciplinado que se fazia refletir nas aulas. A aluna era bastante tímida e introvertida sendo complicado a comunicação e interação. A sua leitura à primeira vista é bastante eficaz, contudo o estudo regular em casa era notório, apresentando um estudo com metrónomo estabelecendo metas semanais de velocidade para as obras que está a estudar. A aluna tem um bom som em todos os registos, bem como uma boa projeção que lhe permite realizar articulações bem definidas e dinâmicas bem acentuadas, apesar de apresentar algumas dificuldades em controlar e gerir a sua respiração. Outro aspeto positivo é a postura correta da aluna.

### **Aluno C (Participante no projeto)**

O aluno C é do sexo masculino, é aluno de oboé, está a frequentar o 2º grau no regime integrado no Conservatório Gulbenkian. Tem uma aula semanal de oboé com a duração de 50 minutos, às segundas-feiras das 10:15h às 11:05h, por norma com uma estrutura tripartida, sendo o primeiro momento da aula dedicado a um aquecimento de palheta e escalas, um segundo momento aos métodos de estudos e a última parte da aula ao estudo da peça. As escalas eram selecionadas na aula anterior, os estudos eram definidos dependendo do estudo individual do aluno e as peças eram definidas no início de cada período.

O aluno C apresenta um excelente estudo em casa, que facilita em muito a sua rápida progressão e que seguindo um plano de estudos semelhante ao aluno B lhe permitissem ir mais adiantado. O aluno C tem ainda uma excelente capacidade de concentração e raciocínio rápido, mostrando-se comunicativo e assertivo nas respostas ou até sugestões que por iniciativa própria dava. As dificuldades do aluno eram corrigidas pelo professor cooperante que apontava sempre para uma melhor postura, embocadura, articulação e posição da mão. Ainda que tendo uma boa projeção sonora, a limpidez do som era pouca, sendo muitas vezes um pouco destimbrado e pouco flexível, sobretudo entre os registos. O aluno dominava mecanicamente o oboé, porém a qualidade sonora impedia uma boa coordenação dos dois domínios, no que concerne por exemplo à articulação, não acompanhando a língua os dedos. O aluno desafiava-se sempre em questões de expressividade, arriscando ao interpretar as peças.

### **Aluno D (Participante no projeto)**

A aluna D é do sexo feminino, é aluna de oboé, está a frequentar o 2º grau no regime articulado no polo de Maximinos. Tem uma aula semanal de oboé com a duração de 50 minutos, às quartas-feiras das 16:35h às 17:25h, por norma com uma estrutura tripartida, sendo o primeiro momento da aula dedicado a um aquecimento de palheta e escalas, um segundo momento aos métodos de estudos e a última parte da aula ao estudo da peça. As escalas eram selecionadas na aula anterior, os estudos eram definidos dependendo do estudo individual da aluna e as peças eram definidas no início de cada período.

O percurso musical da aluna D ao longo do ano letivo, foi bastante irregular, especialmente a nível técnico e musical. A prestação da aluna durante o primeiro período não abonava a seu favor, o

desinteresse pela disciplina de oboé parecia total, o estudo em casa era nulo, já que de aula para aula não se observavam quaisquer melhorias, a tal ponto, que nem a leitura dos estudos e peças parecia ter acontecido. As faltas consecutivas às aulas também eram constantes o que não facilitava o progresso da mesma. As intervenções do professor cooperante eram marcadas por um rigor adicional para tentar resolver o problema da aluna. Ao longo dos restantes períodos houve pequenas evoluções ao nível do estudo em casa, apesar de não serem suficientes para melhorar aspetos técnicos, rítmicos, de leitura, musicais e sonoros.

### **Aluno E (Participante no projeto)**

A aluna E é do sexo feminino, é aluna de oboé, está a frequentar o 3º grau no regime supletivo no Conservatório Gulbenkian. Tem uma aula semanal de oboé com a duração de 50 minutos, às quintas-feiras das 14:30h às 15:20h, por norma com uma estrutura tripartida, sendo o primeiro momento da aula dedicado a um aquecimento de palheta e escalas, um segundo momento aos métodos de estudos e a última parte da aula ao estudo da peça. As escalas eram selecionadas na aula anterior, os estudos eram definidos dependendo do estudo individual da aluna e as peças eram definidas no início de cada período.

Do ponto de vista musical, a aluna desenvolveu ao longo do ano letivo um trabalho consistente. A aluna apresentava-se sempre motivada e entusiasmada pela aula, sendo educada, simpática, pontual, assídua e cooperativa nas aulas, com perguntas e bastante diálogo construtivo. Notava um estudo regular em casa, pois conseguia mostrar sempre alguma progressão de aula para aula. A aluna tem um som um pouco descuidado pela falta de apoio, má embocadura e postura, aspeto que o professor cooperante procurou trabalhar, ao longo do ano. Por vezes a descoordenação entre sonoridade e mecânica, impedem que se observe a qualidade da aluna neste último domínio. Ao longo do ano letivo a aluna melhorou bastante ao nível da sonoridade e resistência, conseguindo manter um som constante e límpido durante toda a aula.

### **Aluno F (Participante no projeto)**

O aluno F é do sexo masculino, é aluno de oboé, está a frequentar o 5º grau no regime integrado no Conservatório Gulbenkian. Tem uma aula semanal de oboé com a duração de 50 minutos, às segundas-feiras das 12:25h às 13:15h, por norma com uma estrutura tripartida, sendo o

primeiro momento da aula dedicado a um aquecimento de palheta e escalas, um segundo momento aos métodos de estudos e a última parte da aula ao estudo da peça. As escalas eram selecionadas na aula anterior, os estudos eram definidos dependendo do estudo individual do aluno e as peças eram definidas no início de cada período.

O percurso musical do aluno F foi bastante contrastante e positivo. No primeiro período o aluno apresentava pouco estudo e interesse nas aulas. Apesar de ter uma ótima sonoridade, a sua projeção não era suficiente sendo difícil alcançar qualquer tipo de expressividade. Demonstrava uma má colocação do oboé e uma má respiração que resultava em cansaço rapidamente. O aluno não participava muito na aula realizando apenas o que o professor pedia ou a estudar o trabalho que não realizava em casa. No segundo período, o aluno começou a mostrar algumas mudanças de comportamento, demonstrando alguma maturidade. Notava-se um estudo mais regular e um entusiasmo pelas aulas. Também interagia mais com o professor ao colocar dúvidas sobre as suas peças e de que forma poderia melhorar. Surpreendentemente, no último período, o aluno mostrou uma grande mudança. Demonstrava um estudo regular, um som muito mais estável e projetado, como também, uma abordagem pessoal nível da expressividade. O aluno mostrava interesse nas aulas de querer melhorar a sua expressividade e de arriscar, por exemplo, nas dinâmicas na obra que estava a interpretar.

### **Aluno G (Participante no projeto)**

O aluno G é do sexo masculino, é aluno de oboé, está a frequentar o 5º grau no regime articulado no polo de Maximinos. Tem uma aula semanal de oboé com a duração de 50 minutos, às quartas-feiras das 13:30h às 14:20h, por norma com uma estrutura tripartida, sendo o primeiro momento da aula dedicado a um aquecimento de palheta e escalas, um segundo momento aos métodos de estudos e a última parte da aula ao estudo da peça. As escalas eram selecionadas na aula anterior, os estudos eram definidos dependendo do estudo individual do aluno e as peças eram definidas no início de cada período.

Durante todo o ano o aluno demonstrou desinteresse perante a disciplina de oboé. O aluno não participava nas aulas e comunicava pouco com o professor. Apresentava muitos problemas técnicos notórios na realização das escalas. O estudo em casa raramente era realizado tornando as aulas monótonas e sem desenvolvimento musical. O aluno demonstrava muitos problemas, tais como, pouca

resistência, falta de apoio de ar, pouca expressividade, muita pressão na palheta e má postura. Algumas aulas o aluno era aconselhado a tocar sentado devido ao aparecimento de tonturas por causa da falta de estudo. O professor cooperante ajudou o aluno durante o ano e todas as aulas tentava motivá-lo para este estudar, mas sem sucesso. O aluno teve um ano sem grandes desenvolvimentos.

### **Aluno H**

O aluno H é do sexo masculino, é aluno de oboé, está a frequentar o 3º ano de oboé no regime integrado no Conservatório Gulbenkian. Tem uma aula semanal de oboé com a duração de 50 minutos, às segundas-feiras das 10:20h às 11:10h, por norma com uma estrutura tripartida, sendo o primeiro momento da aula dedicado a um aquecimento de palheta e escalas, um segundo momento aos métodos de estudos e a última parte da aula ao estudo da peça. As escalas eram selecionadas na aula anterior, os estudos eram definidos dependendo do estudo individual do aluno e as peças eram definidas no início de cada período.

O aluno era bastante motivado e entusiasta nas aulas de oboé. Era um aluno participativo e atento. Ao longo do ano apresentou pequenas melhorias, em particular, ao nível da embocadura. O estudo diário era frequentemente realizado, mas a sua capacidade de leitura musical parece não acompanhar a progressão do aluno no oboé. O aluno apresenta dificuldades em conseguir observar sem desvios a pulsação e em levar um pequeno trecho musical até ao fim sem interrupções ou notas erradas, a respiração, a embocadura e a dedilhação foram alguns dos motivos deste problema. A má embocadura do aluno dificulta toda a estabilidade na palheta e, conseqüentemente, no instrumento através do som, afinação e sustentação de notas. A prestação do aluno foi positiva com um desenvolvimento gradual.

### **Alunos I1 e I2**

Os alunos I1 e I2 são do sexo masculino e feminino, são alunos de oboé, estão a frequentar o 3º ano de oboé no regime articulado no polo de Maximinos. Tem uma aula semanal de oboé com a duração de 50 minutos, às quartas-feiras das 15:30h às 15:55h, por norma com uma estrutura tripartida, sendo o primeiro momento da aula dedicado a um aquecimento de palheta e escalas, um segundo momento aos métodos de estudos e a última parte da aula ao estudo da peça. As escalas



eram selecionadas na aula anterior, os estudos eram definidos dependendo do estudo individual do aluno e as peças eram definidas no início de cada período.

O desenvolvimento musical dos alunos foi notório e bastante contrastante. No início do ano, os alunos demonstravam alguns problemas técnicos em relação às dedilhações, bem como, problemas de postura, embocadura e respiração. Salva-se que, o aluno do sexo masculino apresentava uma deficiência auditiva identificada tardiamente o que levou a um pequeno atraso no desenvolvimento cognitivo, por esse motivo, a aula era realizada em conjunto, mas não era a causa dos problemas supracitados. Os alunos eram muito entusiastas, cooperativos e participativos, mantendo um ambiente saudável e alegre. Surpreendentemente, no final do ano a diferença era notória. Ambos apresentavam um estudo diário regular e superaram todos os problemas que apresentavam conseguindo realizar com facilidade e agrado as peças atribuídas.

### **Aluno J**

A aluna J é do sexo feminino, é aluna de oboé, está a frequentar o 4º grau no regime articulado no polo de Maximinos. Tem uma aula semanal de oboé com a duração de 50 minutos, às quintas-feiras das 17:35h às 18:25h, por norma com uma estrutura tripartida, sendo o primeiro momento da aula dedicado a um aquecimento de palheta e escalas, um segundo momento aos métodos de estudos e a última parte da aula ao estudo da peça. As escalas eram selecionadas na aula anterior, os estudos eram definidos dependendo do estudo individual da aluna e as peças eram definidas no início de cada período.

A aluna é afegã e devido a vários problemas externos o início das aulas foram complicados. Começou o primeiro período tardiamente devido á falta de horário e colocação da aluna. Apesar de tudo isso a aluna era muito simpática, pontual e motivada. O desenvolvimento das aulas era, por vezes, complicado devido ao inglês de ambas as partes, nem sempre conseguiam compreender ou explicar o que desejavam. Contudo, a aluna tinha uma sonoridade estável e uma técnica impressionante. Apresentava um estudo regular e um desenvolvimento musical fascinante, arriscando na apresentação das suas peças em aula.

## **Aluno K**

O aluno K é do sexo masculino, é aluno de oboé, está a frequentar o 6º grau de oboé no regime supletivo no Conservatório Gulbenkian. Tem uma aula semanal de oboé com a duração de 50 minutos, às quintas-feiras das 15:35h às 16:25h, por norma com uma estrutura tripartida, sendo o primeiro momento da aula dedicado a um aquecimento de palheta e escalas, um segundo momento aos métodos de estudos e a última parte da aula ao estudo da peça. As escalas eram selecionadas na aula anterior, os estudos eram definidos dependendo do estudo individual do aluno e as peças eram definidas no início de cada período.

O percurso musical do aluno ao longo do ano foi inexistente. Devido á falta de estudo e desinteresse do aluno perante a disciplina o seu desenvolvimento musical foi nulo. Apesar da motivação do professor cooperante o aluno não apresentava interesse em melhorar ou estudar. As aulas eram sessões de estudo e bastante monótonas. Contudo, o aluno demonstrava características promissoras, como, uma boa sonoridade e um bom domínio técnico. Todavia, a sua má postura era evidente o que causava problemas na sua respiração e expressividade. Infelizmente, o aluno não demonstrou melhorias ao longo do ano apesar dos aspetos positivos supracitados.

## **Música de Conjunto**

A Orquestra de Sopros engloba alunos do 3º ciclo no regime articulado, com a particularidade dos alunos afegãos serem todos do 8ºano. Esta é constituída por 3 flautas, 2 oboés, 7 clarinetes, 4 fagotes, 3 saxofones, 2 trompetes, 3 trompas, 2 trombones, 1 tuba e 4 percussionistas. A Orquestra de Sopros tem uma aula semanal de 60 minutos de duração às quintas-feiras das 11:20h ao 12:20h. Ao longo dos períodos era atribuído o repertório e eram realizados, primeiramente, ensaios de naipe e depois do estudo e assimilação das peças em todos os naipes, realizavam-se ensaios tutti.

O repertório da orquestra caracterizasse pela abundância de arranjos e adaptações de repertório sinfónico clássico para esta formação, não se mostrando partituras de grande densidade ou complexidade, tocam também alguns papéis originalmente escritos para esta formação. No seu conjunto a orquestra tem uma boa sonoridade, mas nos naipes, a cooperação e trabalho de equipa não é notório. Esta falta de trabalho em equipa resulta numa evolução lenta da orquestra e da realização dos objetivos propostos pelo professor cooperante. Apresentam um grande desequilíbrio em questões de afinação e em tocar em conjunto. Demonstam desinteresse durante os ensaios de naipes

e pouco participativos e cooperantes para resolverem as questões já descritas. No último período a orquestra foi reduzida devido ao projeto que o professor cooperante propôs. A diferença de comportamento e postura perante a disciplina mudou drasticamente, sendo possível trabalhar mais rapidamente e com bons resultados.

### 2.3 Registo e observação de aulas

#### Aluno A (Participante no projeto)

	PRIMÓRDIO	DESENVOLVIMENTO	REFLEXÕES
<b>EVOLUÇÃO LETIVA ANUAL</b>	<p>As aulas iniciam com um aquecimento de palheta e em seguida as escalas pré-definidas pelo professor.</p> <p>A aluna somente este ano adquiriu um oboé, por consequente, o professor explicou e começou a desenvolver a embocadura e a respiração. Advertia sempre para uma boa postura.</p> <p>O professor exemplificou e ajudou a aplicar a articulação com o ar continuo para o instrumento.</p>	<p>Ao longo do ano a aluna apresentava pequenas progressões de aula para aula, em particular, na constituição da sua embocadura.</p> <p>O professor apresentou algumas peças para a aluna executar, usufrui disso para apresentar o metrônomo e a importância da sua utilização regular no estudo em casa.</p> <p>Ao longo das aulas introduzia novas notas e escalas para aperfeiçoar o domínio técnico da aluna.</p> <p>No princípio de cada aula o professor começou a realizar exercícios de notas longas para consolidar a dedilhação no oboé.</p> <p>A aluna apresentava problemas de solfejo que o professor procurou ajudar ao longo do período com pequenas leituras de estudos e peças na aula.</p>	<p>No final do ano letivo a aluna apresentava desmotivação no estudo do oboé que era refletido nas aulas, audições e provas.</p> <p>O professor apelava sempre ao estudo regular e á importância do mesmo para haver uma progressão constante e não tanto fastidiosa.</p> <p>No geral fiquei um pouco desagrada com a aluna pois esperava um outro resultado perante a reação e motivação inicial da aluna.</p> <p>Finalizou o ano com uma disposição bastante instável e com pouca motivação.</p>

*Tabela 2 - Observação anual do aluno A*

## Aluno B (Participante no projeto)

	PRIMÓRDIO	DESENVOLVIMENTO	REFLEXÕES
<b>EVOLUÇÃO LETIVA ANUAL</b>	<p>As aulas iniciam com um aquecimento de palheta e em seguida as escalas pré-definidas pelo professor.</p> <p>As aulas eram divididas em três partes: Aquecimento e escalas; Estudos e Peças.</p> <p>A aluna apresentava um bom som com estabilidade.</p> <p>A aluna demonstrava um estudo regular e autônomo, naturalmente, as aulas decorriam de forma descontraída onde havida grandes progressões a nível musical e técnico.</p>	<p>Ao longo do ano a aluna teve uma evolução constante mantendo o foco e o estudo regular.</p> <p>Em algumas aulas apresentava algum cansaço e problemas de embocadura que o professor procurava ajuda, usando um tubo de metal (considerado um simulador de palhetas). Este era também utilizado em alguns exercícios pedidos pelo professor para auxiliar na compreensão da condução do ar e velocidade do mesmo necessário para a performance.</p> <p>O professor explicava em certas aulas a função da respiração no oboé.</p>	<p>A aluna terminou o ano com uma evolução bastante positiva e esperada por aquilo que esta apresentava nas aulas.</p> <p>Apesar de haver vários aspetos a melhorar a nível musical e técnico, a aluna nunca demonstrou desmotivação no estudo, tentando sempre melhorar cada vez mais.</p> <p>Um dos aspetos musicais mais abordados ao longo do ano foram as dinâmicas. Notei que aluna se esforçou para conseguir alcançar aquilo que era falado durante as aulas, conseguindo pouco a pouco chegar ao pretendido.</p>

*Tabela 3 - Observação anual do aluno B*

### Aluno C (Participante no projeto)

	PRIMÓRDIO	DESENVOLVIMENTO	REFLEXÕES
<b>EVOLUÇÃO LETIVA ANUAL</b>	<p>As aulas iniciam com um aquecimento de palheta e em seguida as escalas pré-definidas pelo professor.</p> <p>As aulas eram divididas em três partes: Aquecimento e escalas; Estudos e Peças.</p> <p>O aluno apresentava um bom som com estabilidade.</p> <p>O aluno demonstrava um estudo regular e autônomo, devido a isso, as aulas decorriam de forma descontraída onde havia grandes progressões a nível musical e técnico. Apesar do estudo regular este nem sempre era realizado com metrônomo o que causava bastantes irregularidades a nível rítmico.</p>	<p>Ao longo do ano o aluno teve uma evolução constante mantendo o foco e o estudo regular.</p> <p>No decorrer do ano o professor quis desenvolver a parte musical, em particular, as dinâmicas e articulação. Tentava resolver com pequenos exercícios exemplificados pelo mesmo. Insistia também na postura tentando resolver ao longo das aulas.</p> <p>O professor explicava em certas aulas a função da respiração no oboé, pois o aluno apresentava alguns problemas na resistência e condução do ar.</p>	<p>Como no caso do aluno B, terminou o ano com uma evolução bastante positiva e esperada por aquilo que esta apresentava nas aulas.</p> <p>Notei uma evolução na questão da articulação. O aluno conseguia realizar ataques mais suaves na palheta e assim, facilitar a realização de algumas dinâmicas, de forma a melhorar a sua performance musical.</p>

*Tabela 4 - Observação anual do aluno C*

### Aluno D (Participante no projeto)

	PRIMÓRDIO	DESENVOLVIMENTO	REFLEXÕES
<b>EVOLUÇÃO LETIVA ANUAL</b>	<p>As aulas iniciam com um aquecimento de palheta e em seguida as escalas pré-definidas pelo professor.</p> <p>As aulas eram divididas em três partes: Aquecimento e escalas; Estudos e Peças.</p> <p>A aluna demonstrava alguns problemas em relação à embocadura e respiração.</p> <p>Demonstrava pouco estudo o que dificultava o desenvolvimento das aulas.</p>	<p>Ao longo do ano a aluna não demonstrou muita evolução. Manteve uma atitude constante em relação ao oboé.</p> <p>O professor tentava incentivar a aluna para um estudo diário e tentava obter a cada aula o máximo que a aluna podia dar.</p>	<p>Apesar da pouca evolução e estudo a aluna manteve-se constante ao longo do ano. Posso afirmar que se a aluna se empenha-se conseguiria ter um percurso interessante no oboé.</p>

*Tabela 5 - Observação anual do aluno D*

### Aluno E (Participante no projeto)

	PRIMÓRDIO	DESENVOLVIMENTO	REFLEXÕES
<b>EVOLUÇÃO LETIVA ANUAL</b>	<p>As aulas iniciam com um aquecimento de palheta e em seguida as escalas pré-definidas pelo professor.</p> <p>As aulas eram divididas em três partes: Aquecimento e escalas; Estudos e Peças.</p> <p>A aluna apresentava alguns problemas de embocadura e cansaço provenientes da falta de estudo.</p> <p>A aluna mostrava vontade de estudar e melhorar todas as aulas.</p>	<p>Ao longo do ano a aluna apresentou uma evolução em relação à embocadura e cansaço.</p> <p>Por esse motivo, o professor aprimorou a respiração da aluna em aspetos como resistência e controlo da velocidade do ar.</p> <p>O professor insistia neste assunto todas as aulas com pequenos exercícios.</p> <p>A evolução também era notória a nível técnico e musical,</p>	<p>A aluna teve uma evolução bastante positiva.</p> <p>Com a sua atitude carismática e persistente conseguiu alcançar bastante objetivos propostos pelo professor ao longo do ano.</p>

*Tabela 6 - Observação anual do aluno E*

### Aluno F (Participante no projeto)

	PRIMÓRDIO	DESENVOLVIMENTO	REFLEXÕES
<b>EVOLUÇÃO LETIVA ANUAL</b>	<p>As aulas iniciam com um aquecimento de palheta e em seguida as escalas pré-definidas pelo professor.</p> <p>As aulas eram divididas em três partes: Aquecimento e escalas; Estudos e Peças.</p> <p>O aluno demonstrava uma atitude um pouco desinteressada em relação ao oboé.</p> <p>Apresenta um estudo irregular e alguns problemas com a respiração.</p>	<p>Ao longo do ano o aluno mostrou uma mudança de atitude, demonstrando mais interesse e um estudo mais regular.</p> <p>O professor realizou um trabalho a nível musical bastante interessante coordenando sempre com exercícios e noções de respiração. Este trabalho melhorou bastante a performance do aluno.</p>	<p>O aluno terminou o ano com uma evolução bastante positiva.</p> <p>Conseguiu alcançar um nível performativo bastante interessante.</p> <p>Apresentava um estudo mais regular mais ainda com alguns problemas em relação á respiração, como o controlo e velocidade do ar.</p>

*Tabela 7 - Observação anual do aluno F*

### Aluno G (Participante no projeto)

	PRIMÓRDIO	DESENVOLVIMENTO	REFLEXÕES
<b>EVOLUÇÃO LETIVA ANUAL</b>	<p>As aulas iniciam com um aquecimento de palheta e em seguida as escalas pré-definidas pelo professor.</p> <p>As aulas eram divididas em três partes: Aquecimento e escalas; Estudos e Peças.</p> <p>O aluno demonstrava bastante desinteresse perante o estudo do oboé.</p> <p>Apresentava problemas de respiração e postura, o que resultava em aulas pouco produtivas.</p>	<p>Ao longo do ano o aluno não demonstrou nenhuma evolução, tornando o trabalho do professor complicado.</p> <p>As aulas eram monótonas e sem interesse.</p>	<p>O aluno terminou o ano da mesma forma que começou. A atitude manteve a mesma.</p> <p>As aulas funcionavam como o estudo que o aluno deveria de realizar em casa.</p>

*Tabela 8 - Observação anual do aluno G*

## Música de Conjunto

	PRIMÓRDIO	DESENVOLVIMENTO	REFLEXÕES
<b>EVOLUÇÃO LETIVA ANUAL</b>	<p>As aulas iniciavam com um aquecimento em conjunto. Este aquecimento era baseado em exercícios explicados pelo professor a partir de uma escala escolhida em conjunto.</p> <p>A seguir, realizavam uma afinação em conjunto para trabalhar questões auditivas.</p> <p>Os alunos demonstravam um comportamento que não se enquadrava em contexto de orquestra, dificultando o trabalho dos professores.</p>	<p>Ao longo do ano, a orquestra funcionava em naipes de madeiras, metais, cordas e percussão.</p> <p>No naipe de madeiras, os alunos melhoraram o comportamento, mostrando mais interesse e motivação. Assim foi possível criar uma dinâmica de grupo conseguindo alcançar vários objetivos.</p>	<p>O ano finalizou com um projeto interessante em que os alunos aderiram com bastante entusiasmo, mostrando uma evolução e empenho surpreendente.</p> <p>Os alunos conseguiram criar uma dinâmica de grupo e tentaram encontrar um som conjunto, realizando um bom trabalho de orquestra.</p>

Tabela 9 - Observação anual de Música de Conjunto

### 2.4 Planificação de aulas lecionadas

#### Oboé – M14

Plano de Aula (Exemplo)		
<b>Local:</b> Escola Artística Conservatório de Música Calouste Gulbenkian de Braga	<b>Data:</b> 22/05/2023	<b>Aluno:</b> Aluno B
<b>Conceitos fundamentais a desenvolver:</b> Aquecimento; Libertação do musculo diafragmático e noção de capacidade pulmonar		
<b>Exercícios Técnicos:</b> Exercícios de aquecimento; Exercícios do método de respiração	<b>Duração:</b> 50'	<b>Hora:</b> 8:15h – 9:05h
<b>Função didática:</b> Compreender a respiração e os músculos utilizados na performance		
<b>Objetivo de Aula:</b> Obter uma base de respiração		
<b>Sumário:</b> Aquecimento corporal com exercícios exemplificados pelo professor; Exercícios de respiração para melhorar a capacidade pulmonar.		



<b>Parte da Aula</b>	<b>Conteúdo</b>	<b>Objetivos Específicos</b>	<b>Organização Metodológica/ Descrição do Exercício</b>	<b>Crerios de Êxito</b>	<b>Minutagem 50'</b>
<b>Início</b>	Falar com a aluna; Exercícios de aquecimento	Conversar com a aluna o que vai ser abordado na aula; Aquecer o corpo e relaxar a aluna para se concentrar e desacelerar a respiração	Conversar com a aluna enquanto esta se prepara para a aula; Exercícios pré-definidos do método de respiração. Aquecimento de palheta e escala pré-definida.	A aluna compreende e mostra interesse perante a aula descrita	20'
<b>Fundamental</b>	Nome do exercício	Objetivo do exercício	Explicação do exercício	A aluna compreender e aplicar o exercício nos estudos e peças pré-definidas para a aula.	25'
<b>Final/Avaliação</b>	Discussão com a aluna	Discutir com a aluna os resultados obtidos	Conversar com a aluna	Compreender se a aluna percebeu os objetivos dos exercícios e se sentiu melhorias	5'

*Tabela 10 - Exemplo de planificação de aula*

## **Aluno A**

A aula começou ao informar a aluna que nesta aula seria eu a lecionar. Notei um entusiasmo e tranquilidade por parte da aluna. Iniciamos a aula ao explicar-lhe que seria um pouco diferente á rotina de aula que ela estava habituada. Expliquei que iríamos realizar alguns exercícios de aquecimento e respiração e os benefícios para a performance e como estes iam ser organizados e aplicados durante a aula. Comecei por realizar os exercícios de aquecimento explicando passo a passo para que funcionavam, como funcionavam, porque e para que, tanto para aplicar no oboé como para a aluna sentir a sua respiração e os músculos a serem usados para essa atividade. Em seguida pedi para

realizar os habituais exercícios de palheta, mas com atenção á sua respiração diafragmática. Depois pedi-lhe para continuar a focar-se na sua respiração, mas desta vez nas escalas e sempre com o meu apoio em relação á respiração. Notei que esta atividade foi difícil de realizar devido á constante desconcentração da aluna com assuntos alheios á aula e a falta de estudo das escalas em casa. Depois de finalizar as escalas pedi-lhe para tocar o estudo como tinha estudado em casa. Após mostrar uma falta de estudo ajudei a aluna a fazer o solfejo do estudo e a tocar algumas passagens. Depois da assimilação do estudo realizei o exercício de respiração que tinha selecionado, previamente, para aquela aluna. A aluna compreendeu e assimilou bastante bem o exercício o que me surpreendeu de forma bastante positiva. Em seguida expliquei como aquele exercício iria ajudar a tocar o estudo, como também em qualquer performance, e pedi-lhe para agora tocar o estudo aplicando o exercício. Com alguma dificuldade devido também á falta de estudo, a aluna conseguiu aplicar o exercício no estudo e logo percebeu as diferenças comparando com a primeira interpretação. A aula finalizou com a opinião da aluna sobre aquela aula e se tinha sentido alguma diferença. Esta respondeu que sentia diferença, em particular, na facilidade de emitir o som e de não sentir tanto cansaço e falta de ar. Afirmou também que iria tentar aplicar estes exercícios no seu estudo diário o que me deixou bastante contente.

### **Aluno B**

A aula começou ao informar a aluna que nesta aula seria eu a lecionar. Notei uma apática por parte da aluna, mas estava relaxada. Iniciamos a aula ao explicar-lhe que seria um pouco diferente á rotina de aula que ela estava habituada. Expliquei que iríamos realizar alguns exercícios de aquecimento e respiração e os benefícios para a performance e como estes iam ser organizados e aplicados durante a aula. Comecei por realizar os exercícios de aquecimento explicando passo a passo para que funcionavam, como funcionavam, porque e para que, tanto para aplicar no oboé como para a aluna sentir a sua respiração e os músculos a serem usados para essa atividade. Senti que a aluna ficou surpreendida com o que estava a acontecer á sua respiração. Em seguida pedi para realizar os habituais exercícios de palheta, mas com atenção á sua respiração diafragmática. Depois pedi-lhe para continuar a focar-se na sua respiração, mas desta vez nas escalas e sempre com o meu apoio em relação á respiração. Notei que esta atividade teve bastante sucesso, tanto que a aluna afirmou ser mais fácil tocar e apoiar a 3<sup>o</sup> oitava do oboé. Depois de finalizar as escalas pedi-lhe para tocar o estudo como tinha estudado em casa. Após a demonstração indiquei alguns erros que tinha cometido em

algumas passagens. Depois da assimilação do estudo realizei o exercício de respiração que tinha selecionado, previamente, para aquela aluna. A aluna compreendeu e assimilou bastante bem o exercício o que me surpreendeu de forma bastante positiva. Em seguida expliquei como aquele exercício iria ajudar a tocar o estudo, como também em qualquer performance, e pedi-lhe para agora tocar o estudo aplicando o exercício. Notamos logo uma diferença pois o tipo de respiração inicial foi diferente tornando as frases mais consistentes. A aluna ficou contente demonstrando um conforto a tocar e facilidade. A aula finalizou com a opinião da aluna sobre aquela aula e se tinha sentido alguma diferença. Esta respondeu que sentia diferença, em particular, na facilidade de emitir o som e de não sentir tanto cansaço e falta de ar. Afirmou também que iria tentar aplicar estes exercícios no seu estudo diário o que me deixou bastante contente.

### **Aluno C**

A aula começou ao informar o aluno que nesta aula seria eu a lecionar. Notei uma tranquilidade por parte do aluno. Iniciamos a aula ao explicar-lhe que seria um pouco diferente à rotina de aula que ele estava habituado. Expliquei que iríamos realizar alguns exercícios de aquecimento e respiração e os benefícios para a performance e como estes iam ser organizados e aplicados durante a aula. Comecei por realizar os exercícios de aquecimento explicando passo a passo para que funcionavam, como funcionavam, porque e para que, tanto para aplicar no oboé como para o aluno sentir a sua respiração e os músculos a serem usados para essa atividade. Senti que o aluno ficou surpreendido com o que estava a acontecer à sua respiração. Depois pedi-lhe para continuar a focar-se na sua respiração diafragmática realizar as escalas e sempre com o meu apoio em relação à respiração. Notei que esta atividade teve bastante sucesso, tanto que o aluno afirmou ser mais fácil tocar e apoiar a 3ª oitava do oboé. Depois de finalizar as escalas pedi-lhe para tocar o estudo como tinha estudado em casa. Após a demonstração indiquei alguns erros que tinha cometido em algumas passagens. Depois da assimilação do estudo realizei o primeiro exercício de respiração que tinha selecionado, previamente, para aquele aluno. O aluno compreendeu e assimilou bastante bem o exercício o que me surpreendeu de forma bastante positiva. Em seguida expliquei como aquele exercício iria ajudar a tocar o estudo, como também em qualquer performance, e pedi-lhe para agora tocar o estudo aplicando o exercício. Notamos logo uma diferença pois o tipo de respiração inicial foi diferente tornando as frases mais consistentes. O aluno ficou contente demonstrando um conforto a tocar e facilidade. Depois realizei outro exercício de respiração como complemento ao anterior. O

exercício foi realizado com sucesso de forma bastante descontraída. Expliquei como complementar todo o que foi retido dos exercícios de respiração na performance e pedi para aplicar no estudo. Tal como esperado as diferenças foram muitas, então desafiei o aluno a usar o que tinha aprendido para realizar dinâmicas como forma de dar uma interpretação ao estudo. Expliquei que as dinâmicas teriam de ser feitas com as bases de respiração que tinha aprendido. O aluno realizou com algumas dificuldades o que tinha pedido, apesar de comentar que tinha percebido, mas que era difícil de aplicar naquele momento e que iria tentar assimilar no estudo em casa. No final da aula, o aluno comentou a facilidade e conforto que sentia a tocar, mostrando entusiasmo para aplicar o que lhe ensinei no seu estudo e performance. Fiquei bastante contente com este aluno.

### **Aluno D**

A aula começou ao informar a aluna que nesta aula seria eu a lecionar. Notei uma tranquilidade e entusiasmo por parte da aluna. Iniciamos a aula ao explicar-lhe que seria um pouco diferente á rotina de aula que ela estava habituada. Expliquei que iríamos realizar alguns exercícios de aquecimento e respiração e os benefícios para a performance e como estes iam ser organizados e aplicados durante a aula. Comecei por realizar os exercícios de aquecimento explicando passo a passo para que funcionavam, como funcionavam, porque e para que, tanto para aplicar no oboé como para a aluna sentir a sua respiração e os músculos a serem usados para essa atividade. Notei uma grande dificuldade para a aluna conseguir realizar a respiração diafragmática. Depois pedi-lhe para continuar a focar-se na sua respiração diafragmática e realizar as escalas e sempre com o meu apoio em relação á respiração. Notei que esta atividade teve um impacto significativo, tanto que a aluna afirmou ser mais fácil tocar e apoiar a 3<sup>o</sup> oitava do oboé. Depois de finalizar as escalas pedi-lhe para tocar a peça como tinha estudado em casa. Após a demonstração indiquei alguns erros que tinha cometido em algumas passagens. Depois da assimilação da peça realizei o primeiro exercício de respiração que tinha selecionado, previamente, para aquela aluna. A aluna compreendeu e assimilou bastante bem o exercício o que me surpreendeu de forma bastante positiva, pois como mencionado, esta não conseguia respirar muito bem para a zona abdominal. Em seguida expliquei como aquele exercício iria ajudar a tocar a peça, como também em qualquer performance, e pedi-lhe para agora tocar a peça aplicando o exercício. Notamos logo uma diferença pois o tipo de respiração inicial foi diferente tornando as frases mais consistentes e com a mesma intensidade. A aluna ficou contente demonstrando um conforto a tocar, apesar dos erros feitos pela falta de estudo. Depois realizei outro

exercício de respiração como complemento ao anterior. O exercício foi realizado com alguma dificuldade devido a uma errada respiração diafragmática que ia tentando corrigir. Com o tempo conseguiu corrigir e realizar o exercício de forma bastante descontraída. Expliquei como complementar todo o que foi retido dos exercícios de respiração na performance e pedi para aplicar na peça. Tal como esperado as diferenças foram muitas, então desafiei a aluna a usar o que tinha aprendido para realizar dinâmicas como forma de dar uma interpretação à peça. Expliquei que as dinâmicas teriam de ser feitas com as bases de respiração que tinha aprendido. A aluna realizou com algumas dificuldades o que tinha pedido, apesar de comentar que tinha percebido, mas que era difícil de aplicar naquele momento e que iria tentar assimilar no estudo em casa. No final da aula, a aluna comentou a facilidade e conforto que sentia a tocar, mostrando entusiasmo para aplicar o que lhe ensinei no seu estudo e performance. Fiquei contente pelo resultado, mas um pouco desiludida com esta aluna, devido à falta de estudo que apresentou.

### **Aluno E**

A aula começou ao informar a aluna que nesta aula seria eu a lecionar. Notei uma tranquilidade e entusiasmo por parte da aluna. Iniciamos a aula ao explicar-lhe que seria um pouco diferente à rotina de aula que ela estava habituada. Expliquei que iríamos realizar alguns exercícios de aquecimento e respiração e os benefícios para a performance e como estes iam ser organizados e aplicados durante a aula. Comecei por realizar os exercícios de aquecimento explicando passo a passo para que funcionavam, como funcionavam, porque e para que, tanto para aplicar no oboé como para a aluna sentir a sua respiração e os músculos a serem usados para essa atividade. Fiquei bastante agradada pois a aluna conseguiu realizar os exercícios bastante bem. Depois pedi-lhe para continuar a focar-se na sua respiração diafragmática e realizar as escalas e sempre com o meu apoio em relação à respiração. Notei que esta atividade teve um impacto significativo, tanto que a aluna afirmou ser mais fácil tocar e apoiar a 3ª oitava do oboé. Depois de finalizar as escalas pedi-lhe para tocar o estudo como tinha estudado em casa. Após a demonstração indiquei alguns erros que tinha cometido em algumas passagens. Depois da assimilação do estudo realizei o primeiro exercício de respiração que tinha selecionado, previamente, para aquela aluna. A aluna compreendeu e assimilou bastante bem o exercício o que me surpreendeu de forma bastante positiva. Em seguida expliquei como aquele exercício iria ajudar a tocar o estudo, como também em qualquer performance, e pedi-lhe para agora tocar o estudo aplicando o exercício. Notamos logo uma diferença pois o tipo de respiração inicial foi

diferente tornando as frases mais consistentes e com a mesma intensidade. A aluna ficou contente demonstrando um conforto a tocar. Depois realizei outro exercício de respiração como complemento ao anterior. O exercício foi realizado com algumas dificuldades, mas de forma bastante descontraída. Expliquei como complementar todo o que foi retido dos exercícios de respiração na performance e pedi para aplicar no estudo. Tal como esperado as diferenças foram muitas, então desafiei a aluna a usar o que tinha aprendido para realizar dinâmicas como forma de dar uma interpretação à peça. Expliquei que as dinâmicas teriam de ser feitas com as bases de respiração que tinha aprendido. A aluna realizou com algumas dificuldades o que tinha pedido, apesar de comentar que tinha percebido, mas que era difícil de aplicar naquele momento e que iria tentar assimilar no estudo em casa. No final da aula, a aluna comentou a facilidade e conforto que sentia a tocar, mostrando entusiasmo para aplicar o que lhe ensinei no seu estudo e performance. Fiquei contente pelo resultado demonstrado pela aluna.

### **Aluno F**

A aula começou ao informar o aluno que nesta aula seria eu a lecionar. Notei uma tranquilidade e entusiasmo por parte do aluno. Iniciamos a aula ao explicar-lhe que seria um pouco diferente á rotina de aula que ele estava habituado. Expliquei que iríamos realizar alguns exercícios de aquecimento e respiração e os benefícios para a performance e como estes iam ser organizados e aplicados durante a aula. Comecei por realizar os exercícios de aquecimento explicando passo a passo para que funcionavam, como funcionavam, porque e para que, tanto para aplicar no oboé como para o aluno sentir a sua respiração e os músculos a serem usados para essa atividade. Senti que o aluno ficou surpreendido com o que estava a acontecer á sua respiração e realizou bastante bem o exercício. Depois pedi-lhe para continuar a focar-se na sua respiração diafragmática realizar as escalas e sempre com o meu apoio em relação á respiração. Notei que esta atividade teve bastante sucesso, tanto que o aluno afirmou ser mais fácil tocar e apoiar a 3<sup>o</sup> oitava do oboé. Depois de finalizar as escalas pedi-lhe para tocar o estudo como tinha estudado em casa. Após a demonstração indiquei alguns erros que tinha cometido em algumas passagens. Depois da assimilação do estudo realizei o primeiro exercício de respiração que tinha selecionado, previamente, para aquele aluno. O aluno compreendeu e assimilou bastante bem o exercício o que me surpreendeu de forma bastante positiva. Em seguida expliquei como aquele exercício iria ajudar a tocar o estudo, como também em qualquer performance, e pedi-lhe para agora tocar o estudo aplicando o exercício. Notamos logo uma diferença pois o tipo de respiração inicial foi diferente tornando as frases mais consistentes e mais fáceis de serem sustentadas. O aluno

ficou contente demonstrando um conforto a tocar e facilidade. Em seguida, realizei o segundo exercício com o aluno. Este realizou com bastante perspicácia e de forma bastante descontraída. Em seguida expliquei como aquele exercício iria ajudar a tocar o estudo, como também em qualquer performance, e pedi-lhe para agora tocar o estudo aplicando o exercício. A diferença foi notória em termo de fraseado e afinação. Depois realizei o último exercício de respiração. Inicialmente foi bem realizado, mas quando propôs um modo mais difícil do exercício o aluno demonstrou dificuldades, comentando que seria um bom exercício para trabalhar e desenvolver em casa. Expliquei como complementar todo o que foi retido dos exercícios de respiração na performance e pedi para o aluno tentar aplicar dinâmicas no estudo. O aluno realizou com algumas dificuldades o que tinha pedido, apesar de comentar que tinha percebido, mas que era difícil de aplicar naquele momento e que iria tentar assimilar no estudo em casa. Mesmo com estas dificuldades a diferença foi notória comparada com a primeira interpretação. No final da aula, o aluno comentou a facilidade e conforto que sentia a tocar, mostrando entusiasmo para aplicar o que lhe ensinei no seu estudo e performance. Fiquei contente por saber que o aluno conseguiu aplicar os exercícios de respiração, superando as minhas expectativas.

### **Aluno G**

A aula começou ao informar o aluno que nesta aula seria eu a lecionar. Notei uma tranquilidade por parte do aluno. Iniciamos a aula ao explicar-lhe que seria um pouco diferente á rotina de aula que ele estava habituado. Expliquei que iríamos realizar alguns exercícios de aquecimento e respiração e os benefícios para a performance e como estes iam ser organizados e aplicados durante a aula. Comecei por realizar os exercícios de aquecimento explicando passo a passo para que funcionavam, como funcionavam, porque e para que, tanto para aplicar no oboé como para o aluno sentir a sua respiração e os músculos a serem usados para essa atividade. Senti que o aluno ficou surpreendido com o que estava a acontecer á sua respiração. Depois pedi-lhe para continuar a focar-se na sua respiração diafragmática realizar as escalas e sempre com o meu apoio em relação á respiração. Notei que esta atividade teve bastante sucesso, tanto que o aluno afirmou ser mais fácil tocar e apoiar a 3<sup>o</sup> oitava do oboé. Depois de finalizar as escalas pedi-lhe para tocar o estudo como tinha estudado em casa. Após a demonstração indiquei alguns erros que tinha cometido em algumas passagens e para ter cuidado em manter o tempo constante e não acelerar. Depois da assimilação do estudo realizei o exercício de respiração que tinha selecionado, previamente, para aquele aluno. O aluno compreendeu e assimilou bastante bem o exercício o que me surpreendeu de forma bastante

positiva. Em seguida expliquei como aquele exercício iria ajudar a tocar o estudo, como também em qualquer performance, e pedi-lhe para agora tocar o estudo aplicando o exercício. Notamos logo uma diferença pois o tipo de respiração inicial foi diferente tornando as frases mais consistentes. O aluno ficou contente demonstrando um conforto a tocar e facilidade. Com o tempo notei que o esforço e o facto de estar a realizar uma respiração que não lhe era habitual que lhe causou algum mau estar, então pedi para ao aluno para realizar o resto da aula sentado. Comecei a ficar um pouco desagrada pois era complicado estar a aplicar o exercício de respiração sem o aluno ter estudado. Com isso, comecei a orientar o estudo do aluno atendendo, às vezes, à respiração diafragmática. Expliquei como complementar todo o que foi retido dos exercícios de respiração na performance e pedi para o aluno tentar aplicar dinâmicas no estudo. O aluno realizou com algumas dificuldades o que tinha pedido, apesar de comentar que tinha percebido, mas que era difícil de aplicar naquele momento e que iria tentar assimilar no estudo em casa. No final da aula, o aluno comentou a facilidade e conforto que sentia a tocar, mostrando entusiasmo para aplicar o que lhe ensinei no seu estudo e performance. Fiquei contente por saber que o aluno conseguia aplicar os exercícios de respiração que lhe propôs, mas desagrada ao mesmo tempo pela falta de estudo do aluno que dificultou uma melhor assimilação desses exercícios.

## Música de Conjunto

<b>Plano de Aula (Exemplo)</b>		
<b>Local:</b> Agrupamento de Escolas de Maximinos	<b>Data:</b> 24/04/2023	<b>Aluno:</b> Naípe de madeiras
<b>Conceitos fundamentais a desenvolver:</b> Desenvolver a sonoridade de grupo		
<b>Exercícios Técnicos:</b> Escala Sib Maior; Projeto ABARCA	<b>Duração:</b> 60'	<b>Hora:</b> 11:20h – 12:20h
<b>Função didática:</b> Exercícios com a escala e com algumas obras		
<b>Objetivo de Aula:</b> Desenvolver a expressividade e sonoridade em conjunto		
<b>Sumário:</b> Exercícios explicados pelo professor a partir da escala e das obras		

<b>Parte da Aula</b>	<b>Conteúdo</b>	<b>Objetivos Específicos</b>	<b>Organização Metodológica/ Descrição do Exercício</b>	<b>Critérios de Êxito</b>	<b>Minutagem 50'</b>
<b>Início</b>	Aquecimento	Preparar os instrumentos	Montagem dos instrumentos. Pequena afinação e realização de alguns exercícios para ajudar a concentrar.	Conseguirem relaxar e focar. Conseguirem perceber as diferenças na execução mediante as indicações do	5'



				professor	
<b>Fundamental</b>	Execução da escala e das obras	Aferir a qualidade sonora e de afinação	Execução da escala e das obras com diferentes exercícios aplicados pelo professor	Conseguirem perceber as diferenças na execução mediante as indicações do professor, em particular na afinação e na sonoridade do conjunto.	50'
<b>Final/Avaliação</b>	Discutir com os alunos	Falar com os alunos sobre a aula	Diálogo com os alunos para saber a opinião deles sobre aquela aula	Conseguirem perceber o objetivo dos exercícios	5'

*Tabela 11 - Exemplo de planificação de aula*

Os alunos foram pontuais e assíduos e reagiram sempre se forma bastante positiva e entusiasmada á minha presença. Os alunos reagiram com entusiasmo ao primeiro momento da aula e foram ativos a sugerir caracteres para a execução da escala, que conseguiram executar com diferenças interpretativas contrastantes. Muitas vezes não era possível executar a peça na íntegra sem interrupções, no entanto, foi possível cada uma das partes da peça serem vistas por completo, evidenciando-se que os problemas estavam na sua junção, talvez pelas mudanças de pulsação que ocorrem nesses momentos e a pouca atenção dos alunos às indicações do regente. Os alunos mostraram que percebiam as indicações que lhes eram dadas para executarem a peça, nomeadamente das dinâmicas e articulações. Ao longo das aulas os alunos conseguiram sem serem capazes de afinar entre si sem auxílio do professor. Também apresentaram uma evolução a nível técnico e de expressividade. Para minha surpresa os alunos conseguiram alcançar uma boa sonoridade em conjunto e de compreender como tocar em conjunto e de conseguirem equilibrar as vozes entre si resultando numa boa expressividade.

O projeto ABARCA esta implementado no plano nacional das artes para o ano letivo 2022/23. O projeto ABARCA – Teatro Musical/Ópera tem como objetivos:

- Envolver alunos, docentes e famílias para o desenvolvimento do gosto pelas áreas artísticas, com especial enfoque na inclusão;

- Criar condições de forma a proporcionar aos alunos a oportunidade de vivenciar acontecimentos artísticos;
- Desenvolver ações conjuntas entre a escola e os parceiros do Ensino Articulado, antecipando a cultura como uma necessidade no processo educativo;
- Valorizar a arte como forma de conhecimento. Descrição do Projeto Este projeto consiste na cocriação e coprodução de um espetáculo dramático-musical, versando um tema de especial interesse para os jovens e para a sociedade em geral, que poderá englobar temáticas como: inclusão, refugiados, bullying, homofobia entre outras.

As temáticas serão desenvolvidas a partir da disciplina de Cidadania e em trabalho colaborativo com outras disciplinas como português, DAC's, Educação Musical/Visual e Tecnológica. Em paralelo, nas aulas de Introdução às Técnicas de Composição e de Formação Musical, os alunos, em colaboração com os respetivos professores, irão criar/compor de raiz a parte musical do espetáculo. O elenco do espetáculo será maioritariamente constituído por alunos do 2º e 3º ciclo do AE de Maximinos, onde estão igualmente incluídos discentes de outros países e até mesmo alunos com necessidades educativas especiais. Estes terão a seu cargo a participação como atores, cantores, membros de orquestra, bailarinos com a orientação de uma equipa de professores do AE de Maximinos, do Conservatório Calouste Gulbenkian de Braga e do Ginásio Escola de Dança de Vila Nova de Gaia. Este projeto será desenvolvido nas instalações das respetivas escolas, maioritariamente em tempo letivo, sob orientação dos docentes envolvidos. Na parte final do projeto, será necessário recorrer a um encenador profissional, guarda-roupa, desenhador de luz, técnico de som e respetivas equipas, com recurso ao espaço onde se realizará o espetáculo.

## **2.5 Instrumentos de Recolha de dados**

Os instrumentos de recolha de dados utilizados durante a intervenção pedagógica, como forma de reflexão pedagógica, foram um inquérito e um questionário. O inquérito foi realizado aos professores para poder compreender a importância da respiração e como esta é ou pode ser abordada nas aulas ao longo do ano letivo (Anexo 2 - Formulário do Inquérito aos professores). O questionário foi destinado aos alunos com o objetivo de perceber o conhecimento dos alunos em relação à respiração e à sua importância para o oboé (Anexo 1 – Formulário do questionário aos alunos). Estes instrumentos foram elaborados na plataforma Google Forms, enviados via digital e anexados ao presente relatório.

## **2.6 Método de Respiração**

O oboé exige uma respiração complexa devido à constituição do instrumento, mais especificamente da palheta. A aprendizagem da respiração como base no oboé é fundamental para qualquer oboísta. O erro mais comum encontrado na maioria dos oboístas é o bloqueio dos músculos abdominais, que impedem a respiração causando uma tensão desnecessária no corpo e, conseqüentemente, na embocadura e na palheta.

A respiração é um aspeto crucial no oboé sendo preciso adquirir técnicas de respiração adequadas que ajudem a evitar tensões e produzir um bom som. No entanto, aprender a respirar corretamente enquanto oboísta pode ser um desafio. A pequena abertura da palheta do oboé pode causar desconforto e rigidez nos músculos bocais, dificultando respirações grandes e rápidas. Além disso, tocar oboé requer mais pressão de ar do que a maioria dos outros instrumentos de sopro para manter a palheta a vibrar. A capacidade de controlar o fluxo de ar e de manter o ar consistente é essencial para produzir um som de qualidade, expressivo e sustentado. Um método eficaz de respiração no oboé pode ajudar os músicos a desenvolver a capacidade pulmonar, melhorar a estabilidade do som, controlar dinâmicas e a expressividade musical.

O aquecimento de um instrumentista de sopro consiste, normalmente, na preparação dos dedos e embocadura (por meio de escalas, por exemplo) com a finalidade de realizar um estudo diário para alcançar o seu potencial máximo. Mas ao refletirmos sobre isso, omitimos uma parte fundamental para qualquer músico, a respiração. Apesar da respiração ser o nosso suporte de vida, a exigência que retiramos desta quando tocamos é bastante superior, tendo por este motivo de ser praticada. Um bom som requer sempre de uma boa respiração. Para além de contribuírem para vários aspetos já referidos, também ajudam a manter a calma e foco antes do estudo ou performance. Um bom domínio da respiração e de todos os seus componentes e técnicas contribui para muitos fatores (Howell, 1996):

1. Qualidade do som – um suporte adequado na respiração e gestão do ar, praticado regularmente, vai melhorar a qualidade de som do instrumentista.
2. Afinação – estes exercícios ajudam com a estabilidade da afinação. Uma boa respiração ligada a uma boa embocadura, desenvolve uma afinação estável em toda a extensão do instrumento.

3. Volume – um bom suporte de ar irá constituir um bom volume de ar que irá permitir ao músico um som focalizado em qualquer espectro sonoro.

4. Flexibilidade – a prática destes exercícios irá desenvolver um maior fluxo de ar que, conseqüentemente, trará flexibilidade para toda a gama do instrumento.

O método de respiração no oboé que será apresentado é baseado em princípios comprovados de fisiologia respiratória, adaptados especificamente para atender às demandas únicas deste instrumento. Ele engloba uma variedade de técnicas e exercícios projetados para fortalecer a capacidade pulmonar, aprimorar o controle do fluxo de ar e promover a expressividade musical. Por meio da aplicação consistente deste método de respiração no oboé, os músicos serão capazes de desenvolver uma base sólida para sua técnica e interpretação musical. Além disso, eles poderão enfrentar desafios técnicos com confiança, expressar-se de forma mais completa e alcançar um nível mais elevado de musicalidade na sua performance. Ao aplicar essas técnicas e exercícios no estudo diário, os músicos estarão num caminho sólido para aprimorar as suas habilidades respiratórias e alcançar um desempenho musical excepcional.

## ❖ **Aquecimento (relaxamento do corpo e da mente)**

### ✓ **“A Cadeira”<sup>3</sup>**

Antes de iniciar qualquer tipo de exercício de respiração é necessário relaxar e preparar o corpo, pois os exercícios podem levar a um estado de exaustão que pode ser controlado com um aquecimento.

Este exercício ajudará a libertar a tensão acumulada no corpo. Neste exercício é necessário ter uma cadeira. O exercício deve ser repetido até obter uma sensação de “libertação total” de tensão e pressão no corpo. Este estado de relaxamento será útil na performance para manter a calma e preparar para a performance.

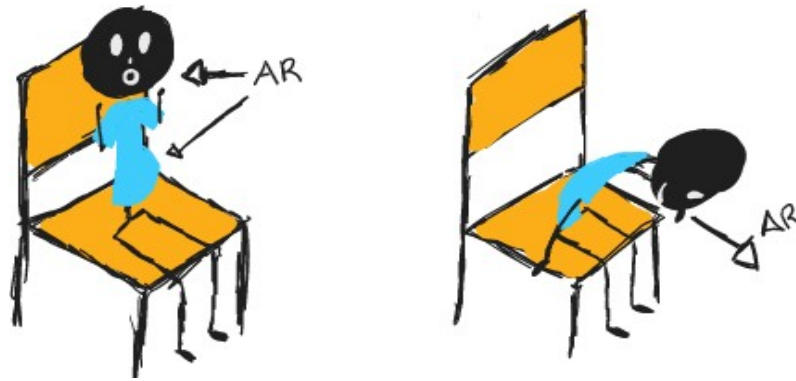
1. Começamos por sentar de forma ereta com as pernas afastadas e os pés bem assentes no chão.

---

<sup>3</sup> Exercício inspirado em Ray Still

2. Seguidamente vamos inspirar pelo nariz e criar tensão no corpo (cerrar os pulsos, fechar os braços e encolher os ombros).

3. Seguidamente vamos expirar, pela boca, libertando e relaxando todos os músculos, abanando os braços de forma livre e deixando cair o tronco.



*Figura 6 - Exercício "A Cadeira"*

✓ **"Sintonia"**<sup>4</sup>

Neste exercício iremos entrar em sintonia com a nossa respiração diafragmática e desacelerar o nosso batimento cardíaco para relaxarmos, despertando, ao mesmo tempo, o nosso foco.

1. Sentados vamos colocar a palma das nossas mãos sobre as pernas.
2. Em seguida, vamos fechar os olhos e concentrarmo-nos na nossa respiração e na forma como o nosso musculo do diafragma de move, inspirando pelo nariz e expirando pela boca.
3. Vamos agora ativar o nosso cérebro, mas tendo sempre em atenção a nossa respiração. Vamos inspirar por seis tempos, suster por mais seis tempos e expirar por seis tempos.

---

<sup>4</sup> Exercício inspirado em Neil Howell

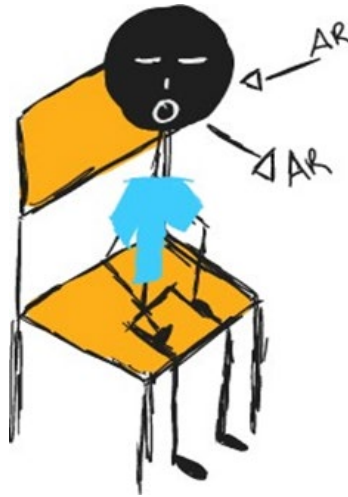


Figura 7 - Exercício "Sintonia"

✓ **"A dobradiça"**<sup>5</sup>

Este exercício serve para aquecer os músculos posteriores que são bastante importantes para a respiração diafragmática.

1. Vamos dobrar o tronco, na zona da cintura, para baixo.
2. Agora vamos inspirar profundamente e subir a nossa parte superior e posterior.
3. Em seguida vamos expirar e deixar cair a nossa cabeça e braços.



Figura 8 - Exercício "A dobradiça"

<sup>5</sup> Exercício inspirado no método Breathing gym

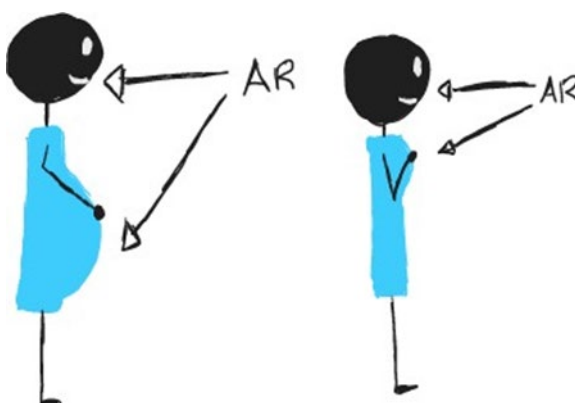
## ❖ **Consciencialização dos músculos abdominais**

### ✓ **“Mãos”**<sup>6</sup>

Este exercício serve para compreender visualmente a expansão do diafragma e a importância da utilização da respiração baixa (zona abdominal) em comparação à respiração alta (zona peitoral).

1. Vamos colocar as mãos sobre a barriga e respirar fundo. Podemos observar que a mão se expande gradualmente e de forma perceptível, originando um grande reservatório de ar. Conseguimos também, sentir o diafragma a expandir, consciencializando-nos deste músculo como ferramenta base da respiração na performance.

2. Agora colocamos as mãos sobre o peito e respiramos fundo. Conseguimos perceber, que ao contrário do exercício anterior, as mãos não se movimentam tanto, conseqüentemente, o reservatório de ar mais pequeno.



*Figura 9 - Exercício “Mãos”*

### ✓ **“O boneco”**<sup>7</sup>

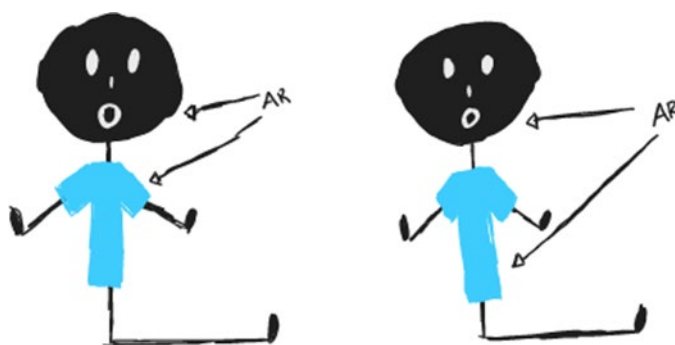
Este exercício serve para demonstrar a importância da respiração diafragmática. Ao respirar para a zona do peito o nosso reservatório de ar diminui e, conseqüentemente, diminui a resistência e quantidade de ar que é necessário para a performance no instrumento, como percebemos no exercício anterior. Neste exercício iremos inspirar e

<sup>6</sup> Exercício inspirado em Taylor Johnson

<sup>7</sup> Exercício inspirado em Taylor Johnson

expirar pela boca.

1. Sentados, vamos rodar o nosso corpo para o lado como um boneco quando o pousamos.
2. Em seguida vamos inspirar, apenas para o peito, por quatro tempos e inspirar por oito tempos. Vamos reparar que o nosso reservatório contém pouco ar resultando numa resistência ínfima.
3. Agora vamos inspirar por quatro tempos para o nosso diafragma e músculos posteriores, expandindo ao máximo o nosso reservatório de ar. Seguidamente expiramos por oito tempos. Iremos ter consciência que a nossa resistência é muito maior pois o reservatório de ar aumentou. Estes músculos serão necessários na performance, por isso aconselho a repetição deste exercício para sentir e consciencializar a mente destes músculos.



*Figura 10 - Exercício "O boneco"*

### ✓ **"O bocejo"**<sup>8</sup>

Este exercício tem como objetivo criar uma abertura na garganta necessária para a passagem do ar na performance. Ao bocejar, o ser humano respira fundo enchendo os pulmões de ar. Com isto acontecem três coisas essenciais, o maxilar baixa, a garganta abre e os pulmões enchem de ar. Neste exercício iremos inspirar e expirar pela boca.

1. Vamos inspirar, como se estivéssemos a bocejar, durante quatro tempos até enchermos todo o nosso reservatório de ar. A seguir vamos suster a respiração por dois tempos e tentar inspirar dois goles de ar. Depois expirarmos por quatro tempos,

---

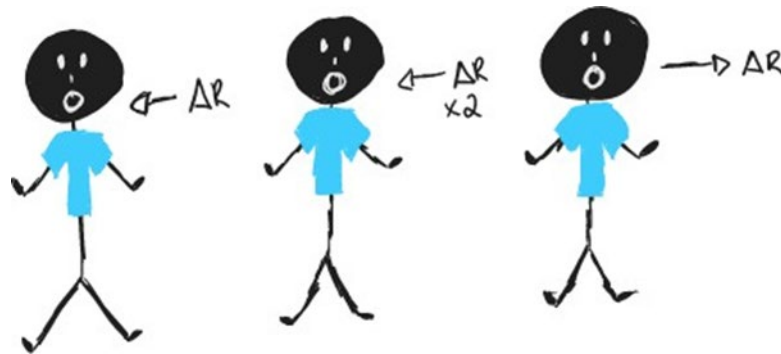
<sup>8</sup> Exercício inspirado em Taylor Johnson



esvaziando por completo o reservatório de ar.

2. Se durante este exercício foste capaz de dar os dois goles de ar facilmente, significa que não inspiras-te o suficiente na primeira respiração. O objetivo é tornar a ingestão destes goles de ar cada vez mais difícil.

3. Após a assimilação do exercício anterior poderás aumentar o tempo da inspiração e expiração para expandires o teu reservatório de ar.



*Figura 11 - Exercício "O bocejo"*

✓ **"A cobra"**<sup>9</sup>

Este exercício serve para nos consciencializar dos músculos posteriores e dos seus movimentos. A expansão do diafragma ocorre em várias direções, mas o músico só consegue sentir, normalmente, na parte frontal. Porém, o musculo posterior também se move e é importante termos consciência do movimento do mesmo e de que forma ele pode ser usado para expandir o nosso reservatório de ar. Neste exercício iremos inspirar e expirar pela boca.

1. Sentados, separamos os joelhos e colocamos as mãos e os cotovelos junto às pernas e baixamos o tronco entre os joelhos o máximo possível. Isto irá bloquear o ar para os pulmões, concentrando-o na parte abdominal. Deve ser repetido até o movimento dos músculos posteriores ser percebido, consciencializado e sentido.

2. Agora iremos repetir o exercício, mas com o som "tss..." ao expirar.

3. Seguidamente iremos repetir o exercício anterior durante quatro tempos a inspirar e expirar, depois oito tempos a expirar e assim sucessivamente.

4. Posteriormente á assimilação do exercício anterior, iremos subir de

---

<sup>9</sup> Exercício inspirado em Juan Mari Ruiz

patamar, dificultando o exercício ao abrir a zona peitoral. Colocamos as mãos na lateral do corpo formando uma espécie de asa paralela ao ombro dos dois lados. Em seguida baixamos o tronco formando um ângulo de 45°. Com o mesmo som “tss...” ao expirar, iremos fazer o passo número 3 tendo em atenção em não deixar o ar ir para o peito e tentar sentir os movimentos dos músculos posteriores.

5. Após completar o exercício anterior de forma autónoma e consciente, iremos repeti-lo, mas de forma ereta na cadeira. Esta posição na cadeira dificulta o exercício pois já não estamos a criar tensão no musculo posterior com o resto do nosso corpo.

6. A última etapa é conseguir repetir o exercício sem o auxílio das mãos de forma a tornar a respiração diafragmática frontal e posterior inconsciente e completa.

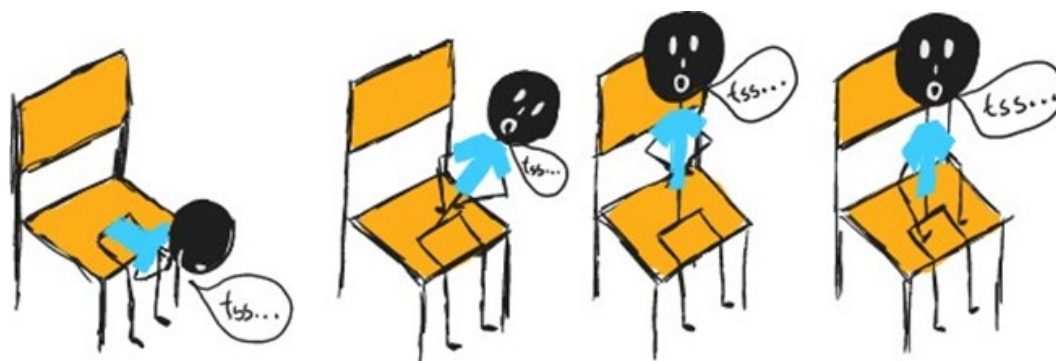


Figura 12 - Exercício "A cobra"

### ❖ Libertação do músculo diafragmático (flexibilidade)

#### ✓ “O cachorro”<sup>10</sup>

Este exercício serve para libertar os músculos abdominais e conceder-lhes flexibilidade. Tem como objetivo ajudar a expandir os músculos, através da flexibilidade do mesmo, de forma a aumentar o nosso reservatório de ar. Consequentemente, ajudará a controlar o ar e a emissão do mesmo para o instrumento. Neste exercício iremos inspirar e expirar pela boca.

1. Para começar, vamos imaginar que somos um cão de grande porte, por

<sup>10</sup> Exercício inspirado em Ray Still

exemplo um são bernardo. Este necessita de um grande reservatório de ar para compensar o seu tamanho. Tendo isto em mente, vamos fazer uma grande inspiração e expirar. Iremos concentrar esta respiração no som “ho” e repetir o exercício com as mãos sobre a barriga para sentirmos a expansão do musculo diafragmático. É importante inspirares ar quente para realizar o som pretendido pois irá, posteriormente, ajudar a melhorar a tua qualidade de som.

2. Agora, iremos tentar fazer o mesmo exercício de forma mais rápida, aumentando sempre o ritmo da respiração como se o “nosso cão” imaginário estivesse a correr e a ficar ofegante. Este tipo de respiração é importante para realizar frases longas durante a performance.

3. Agora vamos imaginar que somos um pequeno cachorro. Estes apresentam uma respiração acelerada e consistente usando bastante o diafragma. Como um cão pequeno, iremos tentar fazer o exercício com a língua de fora e com o som “ha” e com respirações rápidas e curtas. Automaticamente irás sentir que o músculo do diafragma vai libertar-se e conseguirás controlar melhor o ar. No oboé irá ser útil para as respirações rápidas ajudando a encher o reservatório rapidamente e a controlar a emissão do ar.

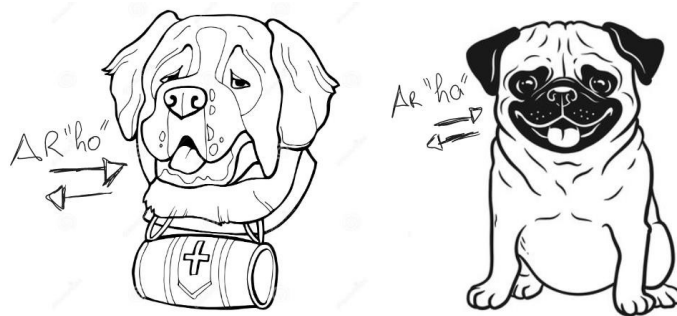


Figura 13 - Exercício "O cachorro"

✓ "Ha, Ha, Ha!"<sup>11</sup>

---

<sup>11</sup> Exercício inspirado em Ray Still

Este exercício irá desenvolver a flexibilidade do diafragma com o objetivo de controlar o ar para a realização de dinâmicas. Iremos usar a sílaba “ha...” como um ataque de ar. Neste exercício vamos inspirar e expirar pela boca.

1. Iremos inspirar e encher o nosso reservatório de ar e expirar fazendo vários ataques rápidos de ar com a sílaba “ha...” movimentando o nosso diafragma. Vamos colocar as mãos sobre a barriga e sentir os rápidos movimentos do diafragma que acontecem ao realizar esses ataques.

2. Iremos repetir o exercício anterior, mas desta vez com a dinâmica *pp*.

3. Agora com a dinâmica *p*

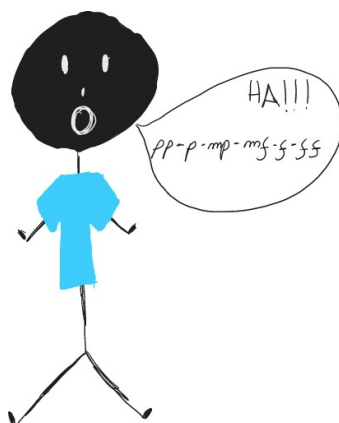
4. Agora com a dinâmica *mp*.

5. Agora com a dinâmica *mf*.

6. Agora com a dinâmica *f*.

7. Agora com a dinâmica *ff*.

8. Depois de conseguirmos realizar com sucesso todas as etapas anteriores, iremos tentar realizar o mesmo exercício com as dinâmicas de forma gradual. Primeiramente de *pp* até *ff* e depois de *ff* até *pp*. Ou seja, cada golpe de ar expirado será uma dinâmica.



**Figura 14 - Exercício "Ha,ha,ha"**

## ✓ “Sip, Sip”<sup>12</sup>

Este exercício desenvolve a flexibilidade e força do músculo diafragmático. Para além disso expande o nosso reservatório de ar para além daquilo que observamos na parte frontal do abdómen. Neste exercício vamos inspirar e expirar pela boca. Vamos precisar de um metrónomo em que a semínima estará igual a 80.

1. Vamos inspirar por cinco tempos enchendo o nosso reservatório de ar. Seguidamente, vamos suster por quinze tempos durante os quais irás realizar, a cada tempo, uma pequena inspiração. É normal sentires-te cheio de ar e não conseguir realizar os quinze goles de ar. Aqui, irás tentar procurar aquele espaço extra dentro do teu reservatório, isto é, em todas as zonas de respiração (superior, média e baixa). Assim irás conseguir executar os quinze goles de ar e alcançar a expansão máxima do teu reservatório de ar.

2. Depois irás expirar todo o ar por cinco tempos.

3. Irás repetir este exercício três vezes.

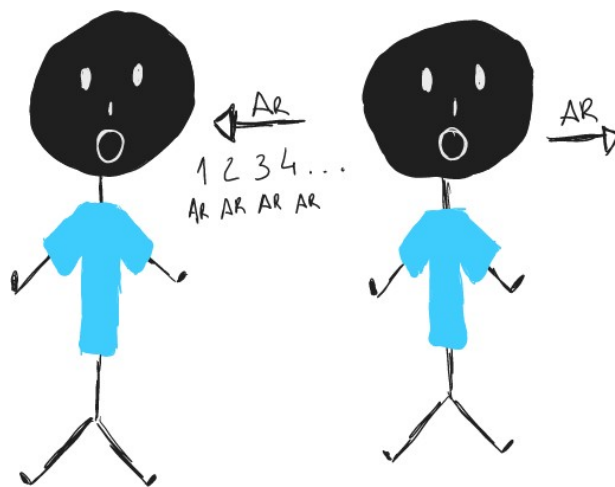


Figura 15 - Exercício "Sip, Sip"

<sup>12</sup> Exercício inspirado no método Breathing gym

## ❖ **Noção de capacidade pulmonar e controlo do ar**

### ✓ **“In and out”**<sup>13</sup>

Este exercício consciencializa-nos da nossa capacidade pulmonar, desenvolve a força nos músculos abdominais, expande o reservatório de ar, ajuda a controlar o ar e evita a hiperventilação. Este exercício contém várias variações que irei descrever a seguir, mas deve ser realizada apenas uma diariamente. Neste exercício irás inspirar e expirar pela boca. Vamos precisar de um metrónomo em que a semínima estará igual a 70.

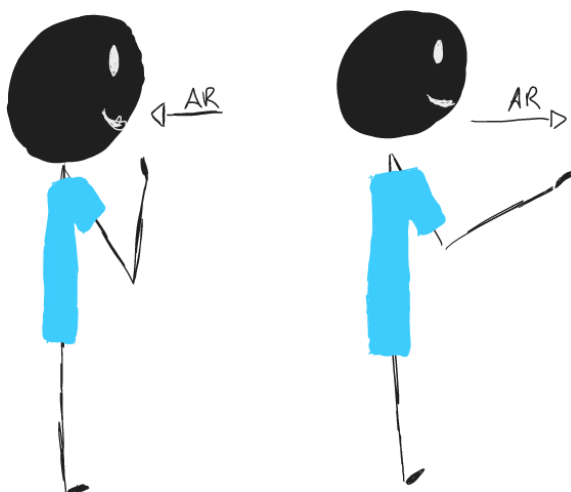
1. Vamos inspirar por quatro tempos e expirar por quatro tempos e repetimos.
2. Em seguida, inspira por três tempos e expira por quatro tempos e repete.
3. Depois, inspira por dois tempos e expira por quatro tempos e repete.
4. Por fim, inspira por um tempo e expira por quatro tempos e repete.

- i. Vamos inspirar por quatro tempos e expirar por quatro tempos e repetimos.
- ii. Em seguida, inspira por quatro tempos e expira por três tempos e repete.
- iii. Depois, inspira por quatro tempos e expira por dois tempos e repete.
- iv. Por fim, inspira por quatro tempos e expira por um tempo e repete.

- a. Vamos inspirar por quatro tempos e expirar por quatro tempos e repetimos.
- b. Em seguida, inspira por três tempos e expira por três tempos e repete.
- c. Depois, inspira por dois tempos e expira por dois tempos e repete.
- d. Por fim, inspira por um tempo e expira por um tempo e repete.

---

<sup>13</sup> Exercício inspirado no método Breathing gym



*Figura 16 - Exercício "In and out"*

✓ **“O saco”<sup>14</sup>**

Este exercício ajuda a controlar o volume de ar inspirado e expirado. Neste exercício é necessário ter cuidado para o caso de sentir tonturas, pois a inalação constante de CO<sub>2</sub> pode provocar esse efeito. Caso isso aconteça pare o exercício e renova o ar, respirando ar fresco.

1. Começamos por arranjar um saco de papel e expirar todo o ar para fora do saco.
2. Seguidamente vamos inspirar, ainda fora do saco, por quatro tempos, enchendo totalmente o nosso reservatório de ar.
3. Agora vamos expirar durante quatro tempos para dentro do saco regulando o ar para que o saco só esteja cheio no fim dos quatro tempos.
4. Em seguida, vamos inspirar gradualmente, o ar contido no saco, por quatro tempos esvaziando-o por completo.
5. Repita o exercício duas vezes e depois renove a sua respiração com ar fresco.

---

<sup>14</sup> Exercício inspirado em Neil Howell



*Figura 17 - Exercício "O saco"*

## ❖ Resistência

### ✓ "O balão"<sup>15</sup>

Este exercício tem como objetivo trabalhar o controlo do ar e o fluxo do mesmo. Para isso iremos usar um balão que irá representar a palheta. O pescoço do balão irá representar a pressão realizada pelos lábios na palheta e o corpo do balão irá representar a nossa capacidade pulmonar. A pequena abertura usada para passar o ar para dentro do balão representará a pequena abertura da palheta. A pressão que realizas no balão tem de ser equilibrada como na palheta, isto é, não pode colocar pressão a mais se não o ar não passar, mas também, não podes realizar pouca pressão se não o balão irá voar. Para este exercício precisas de um metrónomo. Neste exercício irás inspirar e expirar pela boca. Neste exercício é necessário ter cuidado para o caso de sentir tonturas, pois a inalação constante de CO<sub>2</sub> pode provocar esse efeito. Caso isso aconteça pare o exercício e renova o ar, respirando ar fresco.

1. Vamos colocar o balão entre os lábios e inspirar por quatro tempos pelo nariz.
2. Depois vamos expirar por quatro tempos controlando o ar de modo a encher o balão.
3. Seguidamente iremos suster por quatro tempos. Irás sentir que o ar

---

<sup>15</sup> Exercício inspirado em Ricardo Matosinhos



dentro do balão está a colar uma pequena pressão para voltar para dentro, mas terá de manter uma pressão constante no ar para este não se movimentar, como o ponto de embraiagem num carro.

4. Depois vamos inspirar o ar dentro do balão por quatro tempos esvaziando o ar contido no balão por completo.

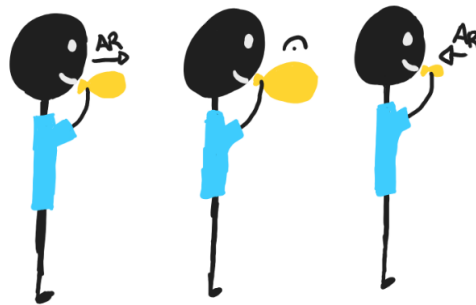
5. Quando conseguires realizar o exercício com sucesso, irás tentar realizar uma variação do mesmo de forma a controlares o ar. Vamos colocar o balão e inspirar por quatro tempos.

6. Em seguida irás expirar durante seis tempos controlando o ar de forma que o balão só esteja cheio no final dos seis tempos.

7. Depois irás suster por quatro tempos da mesma forma que está explicado no ponto 3.

8. Seguidamente irás inspirar o ar contido no balão por seis tempos controlando o ar de forma que o balão só esteja vazio no fim dos seis tempos.

9. Irás repetir o exercício anterior, mas aumentar apenas o tempo de expiração e inspiração. Ou seja, oito tempos, dez tempos, doze tempos, quatorze tempos e dezasseis tempos.



*Figura 18 - Exercício "O balão"*

✓ **"As batidas"<sup>16</sup>**

Este exercício irá aumentar a resistência e, conseqüentemente, a coluna de ar. Com este, iremos adquirir consciência e controlo da nossa coluna de ar para um melhor manuseio da

---

<sup>16</sup> Exercício inspirado em Taylor Johnson

mesma na performance. Ao tocar oboé nem sempre gastamos todo o ar contido no nosso reservatório, mas é benéfico expandir a nossa coluna de ar para auxiliar à nossa resistência e controlo de ar na performance.

Antes de iniciar o exercício é importante ter em atenção que ao inspirar temos de controlar e manusear o nosso ar de forma a nosso reservatório estar apenas cheio no fim dos tempos indicados. O mesmo deve acontecer ao expirar, o reservatório deve de estar completamente vazio apenas no fim dos tempos indicados para podermos voltar a inspirar. As inspirações e expirações devem de ser todas realizadas pela boca.

1. Vamos começar por inspirar por quatro tempos e expirar por dois tempos.
2. A seguir vamos inspirar por quatro tempos e expirar por oito tempos.
3. Agora inspira por dois tempos e expira por seis tempos.
4. Agora inspira por dois tempos e expira por doze tempos.
5. Agora inspira por um tempo e expira por dezasseis tempos.

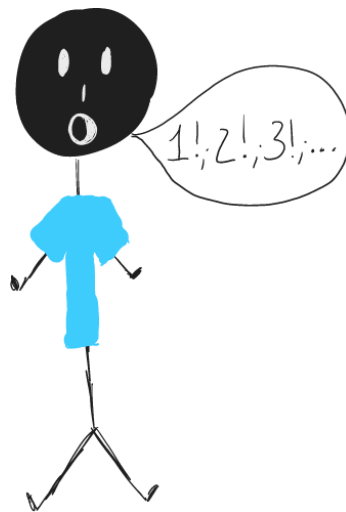


*Figura 19 - Exercício "As batidas"*

✓ **“Os 60”<sup>17</sup>**

Este exercício tem como objetivo aumentar a resistência e o controlo do volume de ar e da forma como o gerimos, para conseguirmos, posteriormente, usar de uma forma confortável a respiração durante a performance.

1. Este exercício consiste na contagem de números. O objetivo inicial é conseguirmos chegar ao número 60.
2. Vamos inspirar e encher o nosso corpo de ar. Em seguida iremos iniciar a nossa contagem com o metrónomo a 80 (seminima), com a voz bem colocada num tom audível e confortável.
3. Com o tempo iremos perceber que precisamos de fazer uma boa gestão do nosso ar, conseguindo assim chegar a uma contagem mais elevada de forma relaxada, aumentando assim a nossa resistência e, conseqüentemente, a nossa caixa de ar.



*Figura 20 - Exercício "Os 60"*

---

<sup>17</sup> Exercício inspirado em Ray Still

## ❖ **Velocidade e direção do ar**

### ✓ **“O papel flutuante”<sup>18</sup>**

Este exercício tem como objetivo estabilizar e controlar a velocidade do ar. A velocidade de ar é uma das questões mais fulcrais na performance do oboé, devido á pequena abertura, que dificulta a passagem de grandes de quantidades, a velocidade do ar e o controlo do mesmo é muito importante para a estabilidade da afinação e do som. Neste exercício irás inspirar e expirar pela boca. Irás precisar de uma folha de papel higiénico.

1. Pega na folha e coloca-a contra a parede e segure-a com o espaçamento de um centímetro. O papel irá representar o fim do instrumento e a distância até este, a coluna de ar dentro do instrumento.

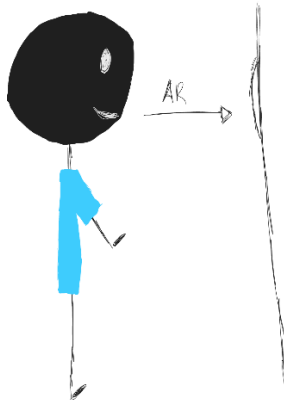
2. Agora inspira enchendo toda a caixa de ar e expira para o papel mantendo contra a parede o máximo de tempo possível sem o auxílio das mãos. É importante teres em atenção ao posicionamento do papel, pois este deve-se manter no mesmo sítio durante todo o tempo e não ser o teu foco a seguir o papel se este começar a cair.

3. Tenta, ao longo do tempo, aguentar o máximo de tempo possível e aumentar a distância entre a parede e tu. Podes dificultar o exercício usando folhas mais pesadas.

4. Quando conseguires concretizar o exercício sem esforço, podes tentar realizar uma versão mais complicada que te irá ajudar com a direção do ar e velocidade nas respirações rápidas. Irás realizar a primeira inspiração normal. Em seguida irás manter o papel contra a parede como nos exercícios anteriores. Porém irás realizar pequenas respirações rápidas mantendo o papel sempre no mesmo sítio e mantendo a direção do ar igual a respiração anterior.

---

<sup>18</sup> Exercício inspirado em Taylor Jonhson e Luis Matos



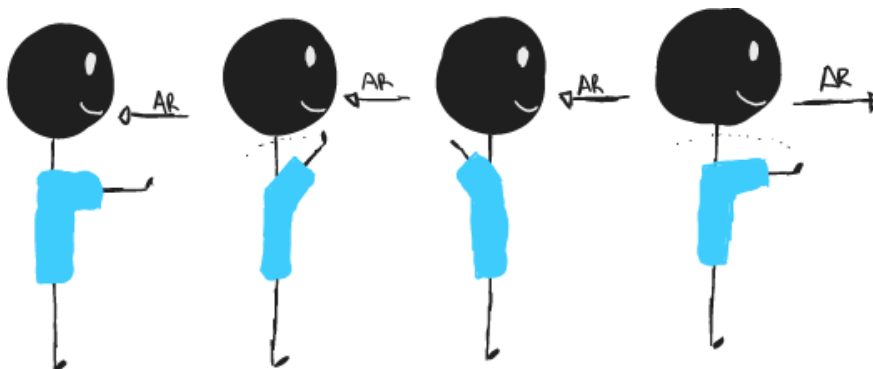
*Figura 21 - Exercício "O papel flutuante"*

✓ **"A bola"<sup>19</sup>**

Este exercício ajuda a visualizar o movimento da velocidade e da direção do ar. O movimento do braço irá ajudar com o impulso ar. Irás usar um objeto, por exemplo uma folha, para definires o teu foco e ponto de alcance do ar. Neste exercício irás inspirar e expirar pela boca.

1. Vamos inspirar rapidamente e depois dar dois goles de ar, para encher totalmente a nossa caixa de ar.

2. Em seguida, vamos expirar de uma só vez movendo o braço como se estivéssemos a atirar uma bola. O impulso do ar deve de ser contínuo para alcançar o teu foco, que deve de ser colocado com alguma distância.



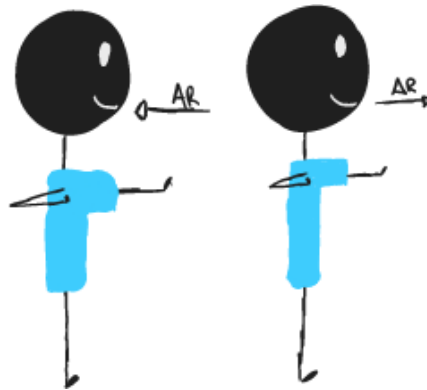
*Figura 22 - Exercício "A bola"*

<sup>19</sup> Exercício inspirado no método Breathing gym

✓ **“Arco e flecha”**<sup>20</sup>

Este exercício tem a mesma finalidade que o anterior, mas com uma imagem visual diferente. Irás usar um objeto, por exemplo uma folha, para definires o teu foco e ponto de alcance do ar. Neste exercício irás inspirar e expirar pela boca.

1. Vamos inspirar rapidamente enchendo por completo a nossa caixa de ar.
2. Em seguida, vamos expirar de uma só vez movendo o braço como se estivéssemos a praticar arco e flecha. A força exercida pelo braço ao puxar a flecha, deve de ser a mesmo que realizamos na pressão do diafragma. Ao sentir esta pressão iremos largar a flecha e mantendo o controlo do ar constante irás chegar ao teu ponto de foco.



*Figura 23 - Exercício "Arco e flecha"*

✓ **“Vela”**<sup>21</sup>

Este exercício serve para controlar a velocidade e direção do ar. Devido á constituição da palheta do oboé, é necessário termos uma velocidade de ar controlada e bem direcionada para passar na pequena abertura. Neste exercício irás inspirar e expirar pela boca. Vais precisar de uma vela.

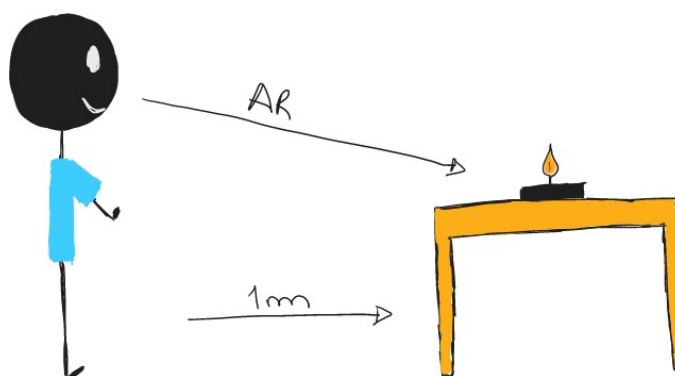
1. Acende uma vela e coloca-a a 1 metro de distância, pela altura da boca.

---

<sup>20</sup> Exercício inspirado no método Breathing gym

<sup>21</sup> Exercício de autoria própria

2. Inspira lentamente e tenta apagar a vela tendo em atenção o controlo da velocidade e direção do ar.
3. Depois de completares o exercício anterior, tenta realizá-lo com uma respiração curta.
4. Agora vamos complicar o exercício. Vamos imaginar que estamos a interpretar uma frase musical e temos de respirar para tocar outra frase. Então vamos inspirar e gastar o ar lentamente expirando. Depois vamos expirar rapidamente e inspirar logo de seguida realizando, depois um ataque no ar apagando a vela. Isto irá simular as respirações rápidas que um oboísta tem de realizar no meio das frases musicais em que tem de expilar o ar que não foi usado e inspirar em frações de segundo.



*Figura 24 - Exercício "A vela"*

## ❖ **Articulação**

### ✓ **"Thôw"<sup>22</sup>**

Este exercício tem como objetivo ajudar a realizares a articulação de forma controlada. Ou seja, coma direção, velocidade e pressão necessárias iras realizar diferentes tipos de articulação com diferentes tipos de dinâmicas para, posteriormente, conseguires realizar qualquer tipo de articulação no oboé sem esforço. Para além disso, este exercício ajudará a realizar os músculos nos lábios e a focares o teu ponto de pressão na palheta. Para isto irás manter o teu dedo indicador no centro do teu lábio, certificando que o ar passar de igual forma dos dois lados do lábio (podes usar um ponto de foco, como um papel, para ajudar-te a

---

<sup>22</sup> Exercício inspirado em Amarildo Nascimento

visualizar o ar expirado). Neste exercício irás inspirar e expirar pela boca. Irás precisar de um metrónomo. Neste exercício sempre que inspirares irás usar a sílaba “ho” e sempre que expirares iras usar a sílaba “thôw”.

1. Irás realizar os exercícios abaixo com diferentes articulações. Estas podem ser com o ataque em “DA” ou “TA”.
2. Depois irás realizar nas diferentes articulações, diferentes dinâmicas. Poderás realizá-las individualmente ou todas de forma gradual, isto é, com crescendos e diminuendos.
3. Poderás utilizar este exercício para treinar o staccato duplo e triplo.

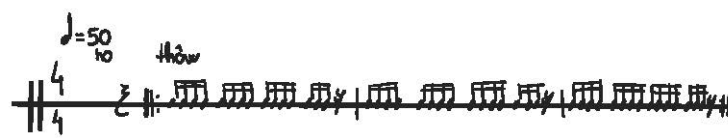
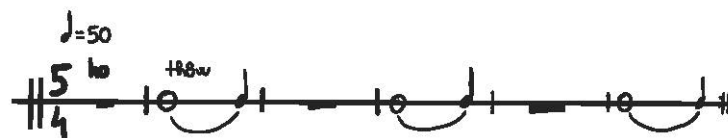


Figura 25 - Exercício "Thôw"



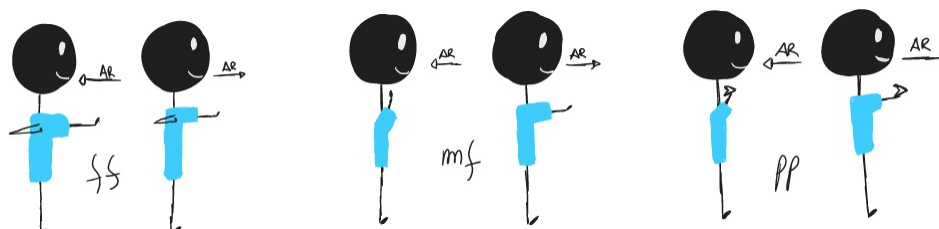
## ❖ Gama dinâmica

### ✓ “Lança”<sup>23</sup>

Este exercício tem como objetivo “sentir” como o ar se movimenta em relação às dinâmicas. Ou seja, ajuda no controlo da velocidade do ar para realizar dinâmicas no instrumento. Neste exercício irás inspirar e expirar pela boca.

1. Inspira confortavelmente e simula as seguintes imagens mentais para as diferentes dinâmicas. Estas imagens terão de ser realizadas fisicamente para uma simulação física da direção do ar. Para cada imagem irás usar o mesmo foco ou ponto de chegada do ar (podes utilizar um auxílio de um objeto) para perceberes que em qualquer das dinâmicas terás de chegar sempre ao mesmo ponto.

- a. Arco e flecha – fortíssimo
- b. Dardos – mezzo forte
- c. Avião de papel – pianíssimo



*Figura 26 - Exercício "Lança"*

### ✓ “O trompetista”<sup>24</sup>

Para perceberes o objetivo deste exercício, imaginemos que somos um boxer. Este usa a sua energia com grandes impulsos de poder para derrubar o seu oponente, mas sempre mantendo o equilíbrio com o apoio dos seus músculos abdominais. No oboé acontece o mesmo.

<sup>23</sup> Exercício inspirado no método Breathing gym

<sup>24</sup> Exercício inspirado em Ray Still

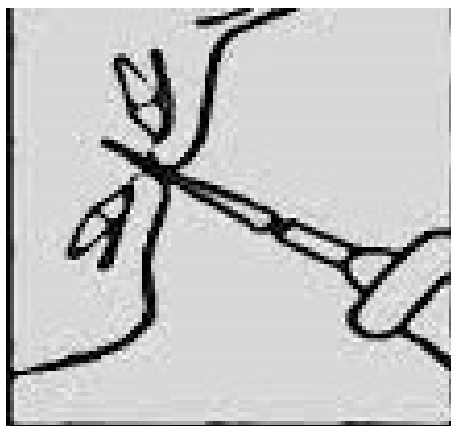
Quando produzimos um som sustentado necessitamos de grandes impulsos de energia e de ar, mantendo uma pressão constante e equilibrada no nosso diafragma.

Primeiro precisamos de perceber no que consiste esta pressão e como pode ser aplicada na gama dinâmica. Imaginemos que somos um grande reservatório de ar. Vamos encher calmamente este reservatório, fechando os lábios como se fosse a embocadura do oboé, evitando a fuga do ar. Com isto, iremos tentar libertar esse ar sem o deixar sair, e aqui conseguimos descobrir o potencial da nossa energia com pressão do ar que, posteriormente, irá ser bastante útil na realização de dinâmicas no oboé. Toma atenção para não fazeres pressão a mais, pois pode causar mau estar e tonturas que não são o objetivo deste exercício. Neste exercício irás inspirar e expirar pela boca.

1. Vamos inspirar totalmente e fechar os lábios na embocadura do oboé. Em seguida vamos tentar libertar o ar fazendo vibrar os lábios como se estivéssemos a tocar num bocal. O objetivo é conseguir obter a nota dó e manter durante alguns segundos.

2. Agora vamos repetir o mesmo exercício, mas com uma respiração rápida e tentar encher o nosso reservatório de ar como no exercício anterior. Aqui teremos de controlar o nosso volume de ar e regular a pressão utilizada.

3. Agora iremos trabalhar a pressão do ar. Independentemente da nota que for produzida (idealmente será conseguires realizar o exercício com a nota dó) iremos tentar fazer dinâmicas desde pp até ff. Aqui irás perceber que as dinâmicas não são controladas pelo volume do ar, mas pela pressão que exiges sobre o diafragma. Cuidado para não exerceres pressão nos lábios. Se quiseres podes realizar o exercício com a palheta para sentires e regulares a pressão labial.



*Figura 27 - Exercício "O trompetista"*

## ❖ **Respiração completa**<sup>25</sup>

Ao todo existem quatro tipos de respiração, a alta, a média, a baixa e a completa. A respiração alta é também conhecida como clavicular. Alguém que respira desta maneira eleva as costelas e levanta a clavícula e o os ombros, retraindo ao mesmo tempo o abdômen e empurrando seu conteúdo contra o diafragma, que também se eleva. É o pior tipo de respiração, pois requer o máximo de energia com o mínimo de benefício. A respiração média é também conhecida como intercostal. Nesse tipo também o diafragma é empurrado para cima com o abdômen contraído. As costelas se elevam e o peito é parcialmente expandido. A respiração baixa é a respiração funda. Esse talvez seja o tipo mais ensinado para os músicos de instrumentos de sopro, como respiração diafragmática. A respiração completa é o tipo de respiração mais indicado. Este tipo de respiração inclui os pontos fortes dos três tipos anteriores. Esta coloca em atividade todo o aparelho respiratório. A cavidade peitoral é expandida em todas as direções. É compensador adquirir a habilidade de praticar a Respiração Completa como um método natural de respiração. Deve-se empregar alguma diligência para estar plenamente consciente dela.

A aquisição desta respiração requer tempo e paciência pois teremos de reeducar aos poucos cada parte do corpo, que normalmente funciona de maneira individual, a trabalhar em conjunto. Este exercício requer paciência e pode levar algum tempo.

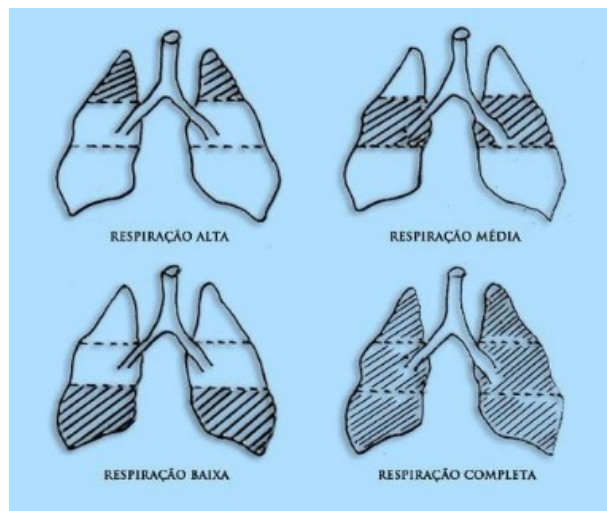
1. Iremos começar por trabalhar a respiração alta. Vamos começar por deitar-nos e pousar sobre o nosso pouco um livro com um peso intermédio.
2. Agora vamos consciencializar o movimento do peito e da respiração tentando respirar apenas para lá.
3. Após esse movimento estar formalizado vamos tentar usar a memória musculo e torná-lo inconsciente. Ou seja, vamos realizar o exercício, mas distrair a nossa mente com outra atividade.
4. Após alguns dias iremos reparar que conseguimos realizar esta respiração de forma inconsciente.
5. Em seguida, apenas e só apenas quando a respiração alta estiver assimilada, passamos para a respiração média. Aqui iremos realizar todos os exercícios anteriores para esta secção da respiração.
6. Depois, quando a respiração média estiver assimilada, iremos realizar todos os

---

<sup>25</sup> Exercício inspirado em Abdalan Cândido

exercícios na respiração baixa.

7. Finalmente, depois de assimilarmos e conseguirmos realizar de forma individual e inconsciente os três tipos de respiração, iremos realizar todos aqueles exercícios tentando compilar os três tipos de respiração. Esta última parte poderá ser a que demore mais tempo a ser conquistada.



*Figura 28 - Respiração completa*

## Capítulo III – Análise de dados

### 3.1 Docentes

As idades dos docentes variam entre os 27 anos e os 61 anos. Os anos de docência variam entre os 8 e os 25 anos. Podemos perceber com estes resultados que as respostas serão distantes devido à divergência de idades e de experiência profissional.

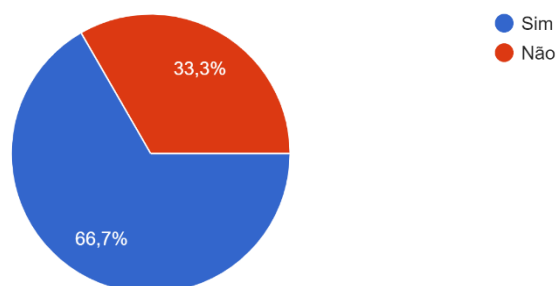
Apesar da opinião ser uniforme em relação à abordagem da respiração na pedagógica confere-se que a falta de conhecimento por parte de alguns alunos. Com isto os professores sugeriram algumas formas de abordagem desta temática na sua pedagogia. A professora Juliana diz: “A minha forma de ensinar quando são pequenos, e inspirar em «o» e colocar o ar na barriga pensando em fazer força para fora, utilizo a metáfora da casa de banho”. A professora Fernanda diz: “Não concordo que se explique aos meninos de iniciação, mas sim aos alunos que já tem alguma consciência corporal. A primeira noção da respiração que lhes explico é que tem respiraram para a barriga, e faço exercícios com eles Para eles perceberem que a fazem Inconscientemente.”. O professor Aldo diz: “Depende do nível e dos problemas específico de cada aluno”. O professor Roberto diz: “Deve ser explicado que no oboé a respiração deve ser feita de uma outra maneira o que não se aplica a mais nenhum instrumento.”. A professora Andreia diz: “Fazendo exercícios de respiração, dando exemplos do dia-a-dia.”. O professor Luís diz: “Penso que deverão existir diversas formas de o fazer, mas geralmente uso exemplos do desporto. Por exemplo no ténis, se usarmos a raquete sem impulso do braço (inspiração) nunca conseguiremos enviar a bola com a força necessária (expiração). Por outro lado, se o impulso for demasiado, a bola vai sair do campo. A partir daqui é uma questão de ir moldando a respiração enquanto impulso para não ser demasiado passiva ou demasiado ativa. Encontrar o ponto de equilíbrio entre estar relaxado, mas ter energia e velocidade de ar suficiente para executar o instrumento.”.

Quase todos os docentes acharam relevante para os alunos terem consciência da importância e do funcionamento da respiração, concordando em que deve ser abordado de maneira diferente com alunos mais novos. O professor Luís refere que “Todos os alunos devem saber a importância da respiração para tocarem o instrumento. Com alunos mais novos penso que é importante dar exemplos mais visuais para que percebam mais facilmente. Com alunos mais velhos, além dos exemplos visuais para a compreensão do fluxo de ar necessário para tocar o

instrumento, é necessário explicar como usar o ar e a respiração como uma ferramenta para a criação e interpretação musical.”

Considera que os seus alunos de oboé têm consciência do papel da respiração?

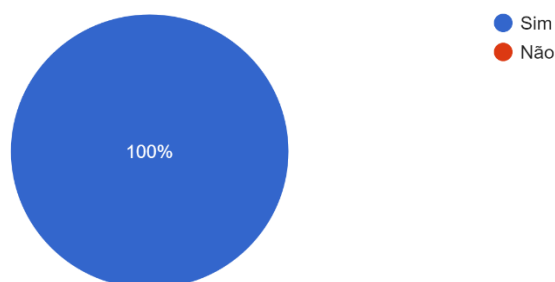
6 respostas



**Gráfico 1 – Consciência do papel da respiração**

Na sua opinião, a respiração deve ser explicada aos alunos?

6 respostas



**Gráfico 2 – Explicação da respiração**

A aplicação dos docentes desta temática é um pouco díspar. A professora Juliana diz: “Logo no aquecimento, sem a respiração não podem tocar, ensino desde cedo a utilizar o ar da melhor forma e tentar que saibam o que fazer quando temos excesso de ar.”. A professora Fernanda realiza o mesmo processo. O professor Aldo refere: “Principalmente através da racionalização dos processos de inspiração, realização do apoio, emissão do ar”. O professor Roberto diz: “Tento pôr em prática uma metodologia em que o aluno(a) respira o suficiente para o que quer fazer, uma vez que a respiração em excesso traz muitos outros problemas técnicos e físicos.”. A professora Andreia menciona: “Explicar a importância da direção do ar quando toca, do apoio diafragmático (de que maneira deve fazer), quando deve respirar nas frases, quando deve gastar mais ar e poupar ar....”. O professor Luís afirma: “Em aula, uso imensos recursos visuais, como mencionei

anteriormente, e faço diversos exercícios práticos com os alunos. Alguns exercícios são meramente de respiração, outros com palheta e alguns com o oboé com recurso a um auxiliar de respiração, que permite ouvir apenas o som da palheta, apesar dos alunos estarem a simular que estão a tocar.”

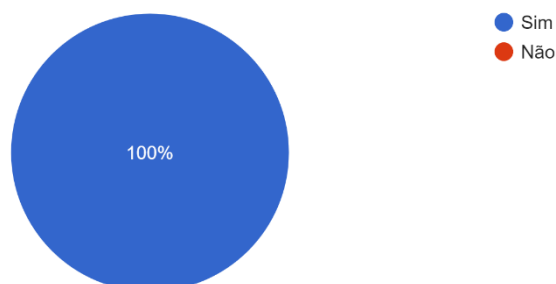
A forma de auxiliar os alunos a equilibrar o uso da respiração com os outros componentes técnicos do oboé, como a articulação e a afinação, as respostas foram idênticas, desde a utilização da direção do ar, a consciencialização corporal, a embocadura e a realização de exercícios. O professor Luís pormenoriza que “A nível da afinação e registo do oboé geralmente peço aos alunos que cantem duas notas, uma aguda e uma grave. Desta forma, eles, aos poucos vão percebendo de que forma têm de gerir a quantidade e velocidade do ar que inspiram e expiram/sopram. Além disso, vão percebendo quais os pontos de apoio corporal que precisam de usar para qualquer alteração de registo ou afinação. A nível da articulação, essencialmente peço que prestem mais atenção à velocidade do ar quando tocam para relaxarem mais a língua e, dessa forma, ganharem mais velocidade ou controlo na articulação, dependendo do que necessitam.”

Os principais desafios que os alunos enfrentam ao desenvolver a sua técnica de respiração passam pelo controlo do ar, postura, respiração não diafragmática, falta de apoio do ar, embocadura e a falta de resistência. O professor Aldo refere que “A realização do apoio, ou seja, da força muscular abdominal que permite comprimir o ar colocado na parte baixa dos pulmões para ser expulso com suficiente pressão e direção precisa, permitindo assim de fazer vibrar corretamente a palheta sem sobrecarregar os lábios, e de manter uma embocadura flexível e apta á obter as dinâmicas e as cores da sonoridade pretendida. Este é o desafio constante do nosso trabalho”.

A avaliação desta temática em aula confirmou-se bastante positiva, mas tendo em atenção a idade, estudo, progresso técnico e resistência de cada aluno. O professor Luís diz que “Cada aluno é diferente e a forma como a respiração a influência durante a performance também vai ser diferente, por isso a forma mais prática e justa de avaliar as questões de respiração é através da música e da forma como tocam o instrumento. Se houver constantemente problemas de ligação de registos, afinação, controlo do som, gestão de ar/cansaço, entre outros, então a forma como estão a respirar e forma como gerem a respiração não está correta.”.

Na sua pedagogia, aplica o assunto da respiração regularmente aos seus alunos?

6 respostas



**Gráfico 3 – Aplicação da respiração**

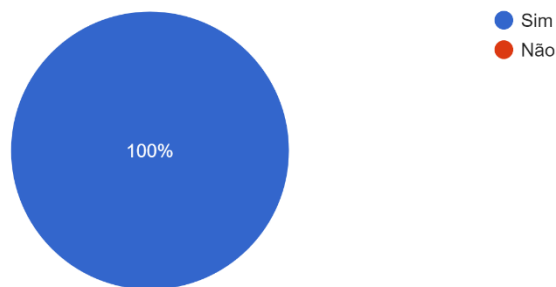
A anatomia e fisiologia da respiração é aplicada por todos os professores através de exercícios de consciencialização corporal, como o professor Aldo explica: “Através dos exercícios de respiração baixa ou abdominal, sem o instrumento. O principal e mais eficaz: sentados ao contrário numa cadeira com as mãos apoiadas no encosto, inspirar e expirar lentamente pela boca rodeando a bacia, sempre mantendo os ombros relaxados. Repetir este exercício pelo menos 10 vezes, para aliviar os constrangimentos derivados duma respiração rápida e “alta” durante o treino intenso com o instrumento.”. Concordam também que a informação científica não é relevante como o professor Luís defende: “Penso que não devemos ir por caminhos muito científicos senão vamos gerar mais confusão do que ajudar. Mas é importante que os alunos saibam, pelo menos, que zonas do corpo estão ativas ou passivas no momento da respiração e de que forma podemos usá-las para nosso benefício durante a execução do instrumento.”

Os docentes incentivam os alunos a praticar a respiração em casa através de exemplos, exercícios e consciência de prioridades. Defende que a respiração é a base e que deve ser a prioridade número um na base da aprendizagem.



Acha que a anatomia e fisiologia de respiração deve de ser abordado aos alunos?

6 respostas

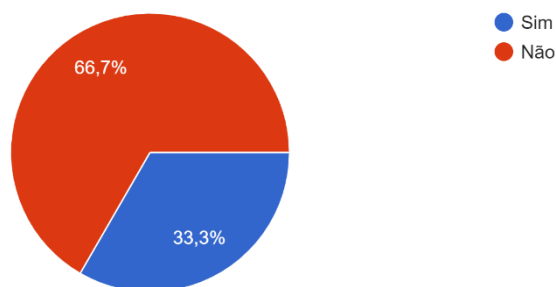


**Gráfico 4 – Anatomia e fisiologia da respiração**

Houve apenas duas respostas positivas a questão da negligência do ensaio da respiração e concordo com as mesmas. O professor Luís critica: “Primeiro, é preciso perceber que nos dias de hoje, com o pouco tempo de aulas que há para trabalhar todos os aspetos do instrumento, acabamos por não ter tempo para trabalhar aspetos de base como a respiração ou a embocadura. Além disso, temos de ter consciência que nem todos os alunos trazem os materiais de estudo preparados para as aulas por isso acabamos por perder ainda mais tempo a corrigir os problemas que os alunos não trabalharam em casa. Feitas as contas, penso que a maior razão para esta negligência será o pouco tempo de aula que os alunos têm semanalmente.”

Na sua opinião, o papel da respiração no ensino-aprendizagem do oboé é negligenciado?

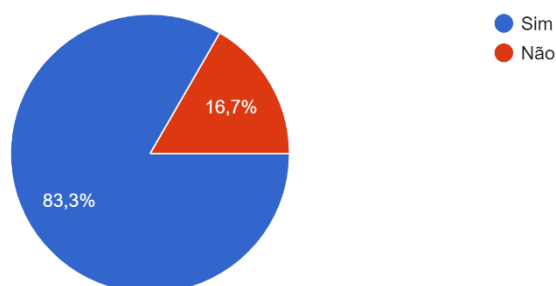
6 respostas



**Gráfico 5 – Papel da respiração no ensino-aprendizagem**

Na sua opinião, acha que esta temática deveria de ser abordada na pedagogia e deveria constar no currículo escolar?

6 respostas

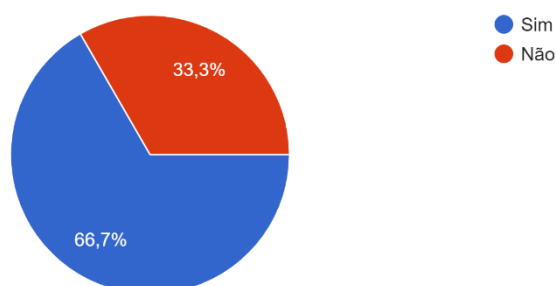


**Gráfico 6 – Respiração no currículo escolar**

As respostas positivas foram unânimes ao afirmarem que um método de respiração iria ser um complemento ao estudo diário. Alguns afirmam que pode ser usado como lembrete para não esquecer o que foi abordado em aula, outros afirmam ser uma mais-valia devido ao pouco tempo de aula que dispõem para abordar este tema.

Acha que criar um método de respiração como complemento do estudo diário do aluno ou ferramenta de apoio ao docente seria benéfico?

6 respostas

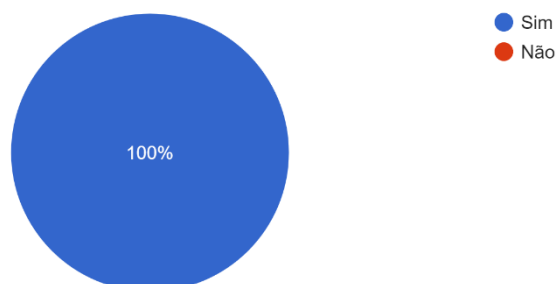


**Gráfico 7 – Método de respiração**

Sendo uma resposta positiva por parte de todos os docentes, os benefícios de uma boa base de respiração são imensos. Passam pelo bem-estar, ao domínio quase absoluto, ao controlo dos nervos, especialmente, em palco e pela resistência.

Durante a sua formação como estudante de oboé este tema foi abordado e explorado?

6 respostas



*Gráfico 8 – Respiração na formação*

### **3.2 Alunos**

As idades dos alunos variam entre os 11 e 15 anos. Sendo que três destes alunos são do sexo masculino e, os restantes quatro, do sexo feminino. Um destes alunos frequenta o 5ºano, três frequentam o 6ºano, um frequenta o 7ºano e dois frequentam o 9ºano. Sabe-se ainda que, três destes alunos são do regime articulado, três são do regime integrado e um do regime supletivo.

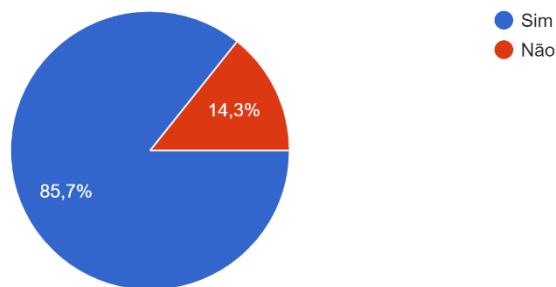
Referente ao tópico das aulas, obtive diversas respostas. Em relação à avaliação individual das aulas de instrumento, foi positiva. Esperava um resultado diferente devido à reação demonstrada pelos alunos durante as aulas observadas.

Quase todos abordaram as mesmas atividades que realizam nas aulas. Estas são o aquecimento de palheta, escalas, estudos e peças. Alguns apontaram que também realizavam um aquecimento muscular e exercícios de aquecimento no instrumento. Com isto, todos concordaram que as aulas eram produtivas.

Em relação ao estilo de ensino do professor houve respostas bastante divergentes, mas, no geral, focaram-se no estilo demonstrativo e individualizado. Ainda sobre o professor, a maioria dos alunos afirmaram que o professor era paciente em relação aos erros cometidos e às dificuldades técnicas; que ajudava a identificar e melhorar aspetos específicos de cada um; que fornecia materiais de estudo; que as aulas eram bem estruturadas e organizadas; que o professor tem um bom conhecimento teórico e prático; que estavam satisfeitos com o progresso realizado nas aulas de instrumento; que o professor ensina sobre as técnicas de respiração adequadas ao oboé e que o professor ajuda no controlo da respiração durante as aulas.

O teu professor ensina sobre técnicas de respiração adequadas ao oboé?

7 respostas

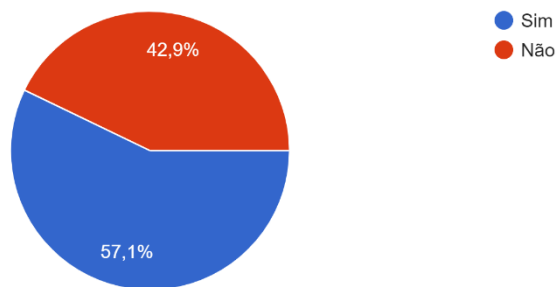


**Gráfico 9 – Técnicas de respiração**

Houve algumas divergências em relação à abordagem do professor sobre a respiração. Dos sete alunos, apenas quatro afirmaram que o professor fornecia exercícios específicos para melhorar a respiração durante a execução musical. Dos mesmos alunos, cinco afirmaram que quando tem dúvidas ou dificuldades em relação à respiração, sentem-se à vontade para perguntar ao professor. Dos mesmos, quatro afirmaram que o professor sugere a prática de exercícios de respiração antes da aula, para ajudar a relaxar e concentrar.

O teu professor fornece exercícios específicos para melhorares a tua respiração durante a execução musical?

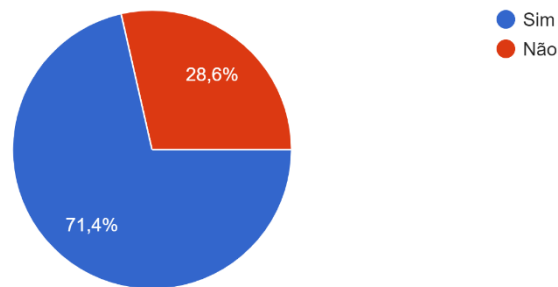
7 respostas



**Gráfico 10 – Exercícios de respiração**

Quantos tens dúvidas ou dificuldades em relação à respiração, sentes-te à vontade para perguntar ao teu professor?

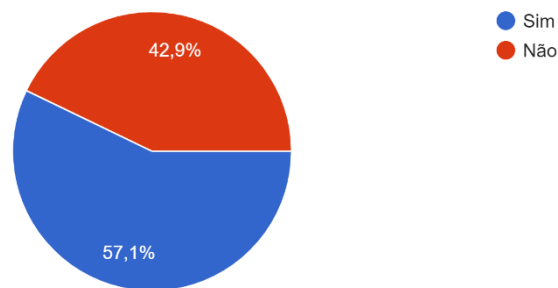
7 respostas



**Gráfico 11 – Dúvidas nas aulas**

O teu professor de instrumento sugere alguma prática de respiração antes da aula para ajudar a relaxar e concentrar?

7 respostas



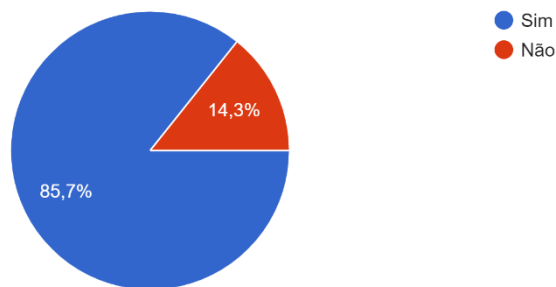
**Gráfico 12 – Prática de respiração**

Os alunos demonstraram um estudo diário semelhante, baseado em escalas, exercícios técnicos, estudos, peças e estudar com o metrônomo. Alguns afirmaram que definem um tempo diário de estudo; que realizam outro aquecimento e que estudam técnicas específicas como o vibrato ou legato. Quase todos afirmaram que realizam exercícios de aquecimento antes do estudo. Selecionaram os exercícios de tonalidades, notas longas, de articulação, de saltos intervalares, de respiração e alongamentos.

Dos sete alunos, seis afirmaram que realizavam exercícios de respiração. Estes afirmaram que a base dos seus exercícios de respiração era o diafragma e que tentavam usar essa respiração no estudo diário.

Algumas vez realizas-te exercícios de respiração?

7 respostas



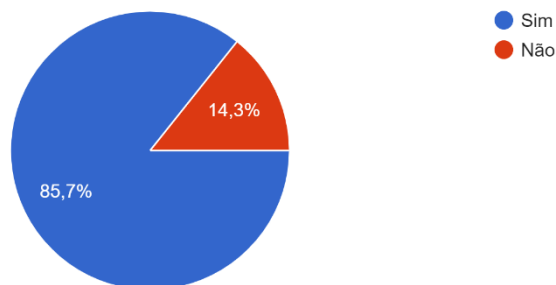
**Gráfico 13 – Exercícios de respiração**

O tempo dedicado ao aquecimento varia entre os 5 e os 20 minutos. Dois dos alunos responderam que realizavam exercícios de relaxamento após o estudo, mas com pouco frequência.

Quase todos os alunos afirmaram que a capacidade de respiração afeta a performance no oboé e que por isso é importante a prática de exercícios de respiração no estudo diário do instrumento. Apesar disso, apenas quatro alunos concordaram que seria benéfico a existência de um método de exercícios de respiração para auxiliar o estudo diário. Uma das alunas que concordou com o método afirmou que “Quando tive a aula com a professora Soraia e fizemos exercícios de respiração notei uma grande diferença não só no som, mas também na minha resistência, aguentando mais tempo sem me cansar, por essas razões acho que deve ser importante os exercícios de respiração.”

Achas que a tua capacidade de respiração afeta a tua performance no instrumento?

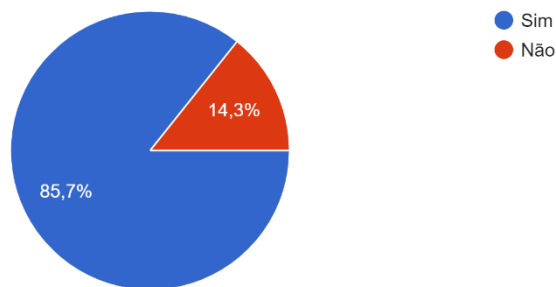
7 respostas



**Gráfico 14 - Performance**

Achas importante a prática da respiração no estudo diário do oboé?

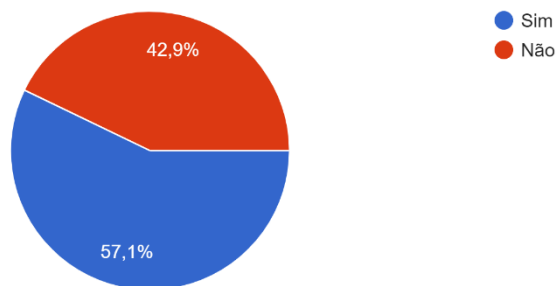
7 respostas



**Gráfico 15 – Importância da respiração**

Achas que a existência de um método com exercícios de respiração seria útil para o teu estudo no oboé, de forma a melhorares a tua performance?

7 respostas



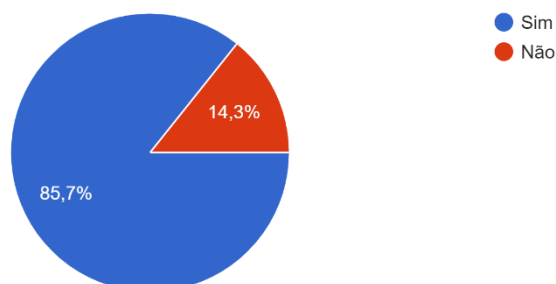
**Gráfico 16 – Exercício de respiração para melhorar a performance**

Todos os alunos concordaram que a respiração é importante no oboé e é essencial ter uma boa respiração, controlo do ar e apoio do mesmo. Uma aluna afirmou que “Acho que é o elemento mais importante, pois mesmo se soubermos a parte teórica e as posições no instrumento, sem a respiração não conseguimos tocar o instrumento ou melhorar o som do mesmo”.

Quase todos afirmaram que a respiração é uma competência importante para qualquer músico. Apenas cinco alunos afirmaram que o professor abordava este assunto durante as aulas de oboé. Estes afirmaram que o tópico era abordado a partir de exemplificações, analogias e diálogos.

Achas que a respiração é uma competência importante para qualquer músico?

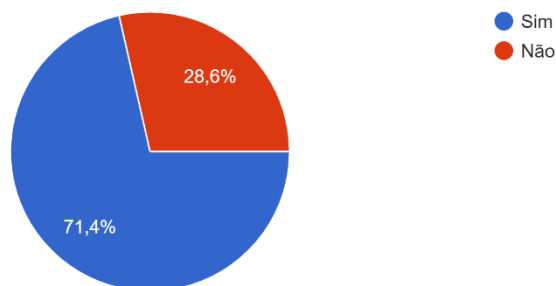
7 respostas



**Gráfico 17 – Importância da respiração para o músico**

O teu professor aborda o assunto referido em cima durante as tuas aulas?

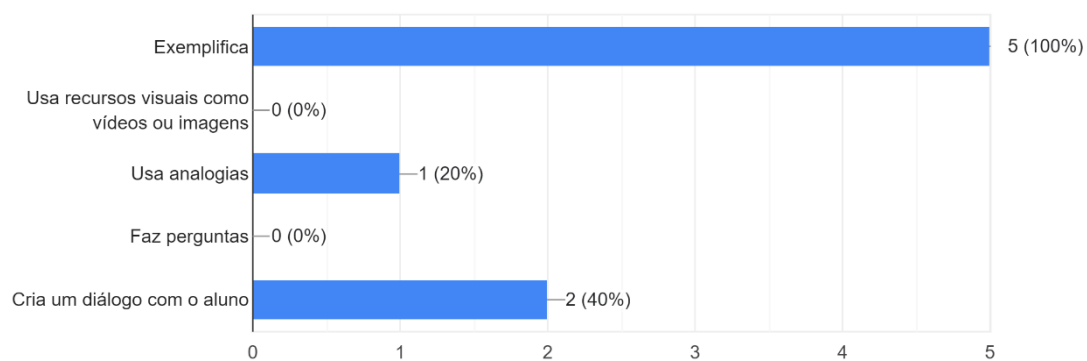
7 respostas



**Gráfico 18 – Referência da respiração nas aulas**

Se sim, de que forma?

5 respostas

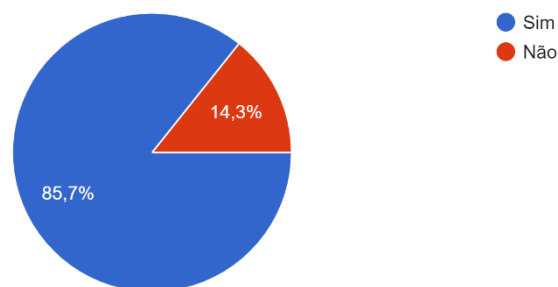


**Gráfico 19 – Como aborda o assunto de respiração**



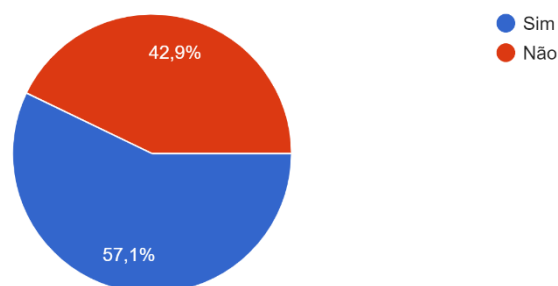
Houve seis alunos afirmaram que lhes explicaram a influencia da respiração no oboé. Por isso perguntei o que eles achavam sobre a respiração como ferramenta de expressão musical. Todos responderam que era fundamental para o estudo, performance, musicalidade e dinâmicas. Um aluno afirmou que “Em instrumentos de sopro e em canto a respiração é importante pois pode altera a performance do instrumentista/cantor.”. No seguimento deste tópico, todos concordaram que a respiração pode afetar a qualidade de som produzido no oboé. Apenas quatro alunos concordaram que a respiração influencia o ritmo da música. Quase todos afirmaram que a respiração afeta a capacidade de tocam em conjunto com outros colegas. Todos concordaram que a respiração pode influenciar o desempenho de cada um nas passagens mais difíceis do repertório. Seis alunos asseguraram que a respiração está relacionada com outros aspetos técnicos como a articulação e a afinação. Todos confirmaram que a respiração ajuda no controlo das dinâmicas. Somente um aluno não concordou que uma boa prática da respiração pode melhorar a resistência em performances mais duradouras.

Algum vez te explicaram a influência da respiração no oboé?  
7 respostas



**Gráfico 20 – Influência da respiração**

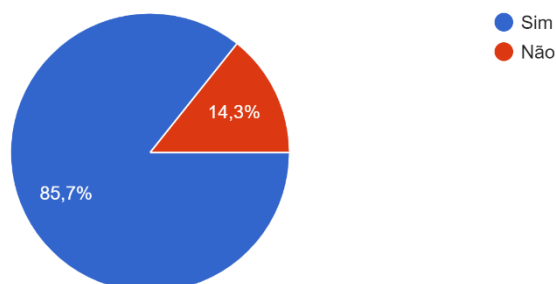
Achas que a respiração influencia o ritmo da música?  
7 respostas



**Gráfico 21 – Ritmo da música**

Achas que a respiração afeta a capacidade de tocar em conjuntos com outros colegas?

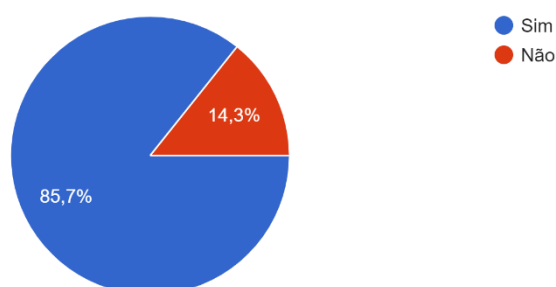
7 respostas



**Gráfico 22 – Música de conjunto**

Achas que a respiração está relacionada com outros aspetos técnicos como a articulação e a afinação?

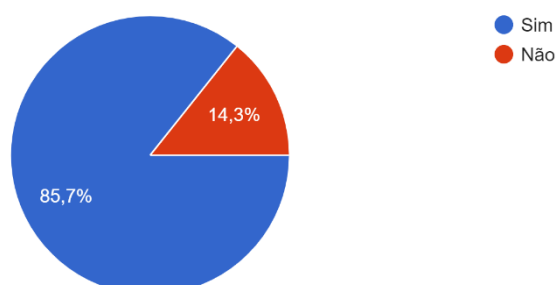
7 respostas



**Gráfico 23 – Articulação e afinação**

Achas que uma boa pratica da respiração pode melhorar a tua resistência em performances mais duradouras?

7 respostas



**Gráfico 24 – Duração da performance**

Somente quatro alunos sabiam o que eram os músculos abdominais, afirmando que são os músculos que ajudam a tocar. Apenas três alunos compreendem sobre a capacidade pulmonar e dizem que é a quantidade e capacidade de ar dos pulmões. Cinco alunos responderam sobre a velocidade e direção do ar, referindo a relação da força do diafragma e o controle do ar. Uma aluna afirmou que “A velocidade e direção do ar são dois dos elementos mais importantes para termos um bom som no instrumento e uma boa capacidade para tocar durante mais tempo.”. Só quatro alunos responderam sobre os benefícios de uma boa técnica de respiração na música. Estes afirmam que conseguiriam realizar respirações curtas, realizar dinâmicas, melhorar a performance, melhorar o som e aumentar a resistência. Todos afirmaram terem uma respiração mediana e que precisam de melhorar a mesma. Alguns afirmam a hiperventilação devido ao excesso de ar, outros que a má respiração condiciona a performance e outros que dificulta a execução de um som constante.

## **Considerações finais**

De uma forma geral, e tendo em conta as necessidades e potencialidades dos alunos acompanhados ao longo do ano letivo, pode-se dizer que este projeto de intervenção foi adequado ao contexto em que foi aplicado, uma vez que muitos alunos encontraram uma nova motivação para estudar, porque receberam ferramentas que lhes permitiram melhorar o seu desempenho.

Apesar de o professor cooperante apresentar uma metodologia de ensino eficaz e adequada à realidade de cada um dos seus alunos, há que admitir, como o próprio o admitia que o tempo de aula e a necessidade premente de todos os períodos letivos apresentar o trabalho desenvolvido pelos alunos, impede uma abordagem mais intensiva de certos aspetos da música, dando-se a prioridade à técnica. Embora as estratégias de aula do professor cooperante envolvessem o estudo das dinâmicas, articulações, fraseado ou sonoridade, aspetos fundamentais para uma interpretação expressiva, há componentes, como, uma boa base de respiração que não eram aprofundados como exige o tema, devido ao pouco tempo concedido às aulas.

Certo é que a técnica nunca deve estar dissociada da musicalidade e de toda as componentes artísticas e interpretativas, contudo o tempo de aula deve de ser muito bem equilibrado para cada um desses domínios. Salienta-se que um estudo não diário, não permitia a alguns alunos, cujo exercícios foram bem executados e implementados, conseguirem transferir a ideia dos exercícios para a interpretação. No entanto, verificou-se também que os exercícios de respiração permitiram a alguns alunos ativarem a sua expressividade musical, conseguindo que os mesmo encontrassem na obra musical não só um desafio técnico e físico, mas sobretudo um desafio intelectual e estético.

Após as intervenções junto dos alunos foi observada uma melhoria significativa na expressividade dos alunos, comprovando assim que o seguimento de uma rotina de exercícios de respiração no ensino de música também capacita musicalmente os alunos, permitindo que desenvolvam a performance e expressividade pessoal, tantas vezes abafadas pela técnica, promovendo ainda junto dos alunos valores e conhecimentos interdisciplinares. Conclui-se desta intervenção que, o aprofundamento de algumas técnicas de respiração, desenvolvem e promovem aos alunos a construção de uma boa base de respiração individual e autónoma.

Conclui-se ainda que a respiração é poderosíssima como recurso educativo cuja utilidade extravasa o ensino de aspetos mais abstratos como a expressividade, mas que é muito útil também para o ensino de aspetos técnicos. Os alunos entendem a música quer a um nível intrínseco,

compreendendo as relações dos vários elementos que compõe a partitura, mas também a um nível extrínseco, em que se notou a sua apreensão da música ao nível sensorial, estético e referencial, já que os alunos demonstram emoções durante a execução, captáveis nas suas posturas e reações.

Após o término da aplicação deste projeto de intervenção e com o fim do estágio, julgo ser capaz de concluir e constatar que o mesmo concretizou os objetivos a que se propunha, tendo conseguido estimular uma boa base de respiração nos alunos, mas também de promover a interdisciplinaridade da Música e o uso de exercícios de respiração como recurso pedagógico, culminando todos estes aspetos num desenvolvimento das capacidades musicais dos alunos. Além do mais, este estágio permitiu o contacto com a realidade do ensino de música, permitindo trabalhar durante um ano letivo junto de um professor cooperante com anos de experiência na área. Termina-se assim este estágio de uma forma feliz, tanto pelos resultados obtidos, como pelo desenvolvimento de capacidades observado nos alunos e sobretudo com uma certeza de que sigo para o futuro mais capacitado para o ato de ensinar.

## Referências bibliográficas

- Ahmed, K. (2022, September 22). *Breathing techniques in musical theatre: 6 breathing exercises to improve your performance*. Stage Music Center in Acton and Winchester MA. <https://stagemusiccenter.com/music-school-blog-winchester-acton-ma/2022/9/21/breathing-techniques-in-musical-theatre-6-breathing-exercises-to-improve-your-performance>
- Araújo, A., Lourenço, D., Franchini, G., & Rossales, L. (2020). *Música na escola: Um relato de experiência*.
- Arends, R. (2008). *Aprender a ensinar*. Madrid McGraw-Hill.
- Bastos, S. (2023). *Samuel bastos | arquivo | sequência de berio*. Www.samuelbastos.com. <http://www.samuelbastos.com/pt/Arquivo/Sequencia-de-Berio>
- Benade, A. H. (1994). Woodwinds: The evolutionary path since 1700. *The Galpin Society Journal*, 47, 63. <https://doi.org/10.2307/842663>
- Berlioz, H., & Camps, Ó. (1860). *Gran tratado de instrumentación y orquestación*.
- Brescia, V. (2011). *Educação musical: Bases psicológicas e ação preventiva* (2nd ed.). Alinea.
- Burgess, G., & Haynes, B. (2004). *The oboe*. Yale University Press.
- Caldeira, A. (2012). *História – Escola Artística Conservatório de Música Calouste Gulbenkian*. <https://conservatoriodebraga.pt/historia/>
- Caplan, S. (2014). *The breathing book : Oboe edition*. Mountain Peak Music.
- Cicolani, J., & Machado, S. (2017). OBOE REEDS: MAKING, MATERIALS AND TOOL. *Tulha*, 126–174. <https://www.bing.com/ck/a?!&&p=9a8e84f2fb9cc753JmItDhM9MTY3NTlwOTYwMCZpZ3VpZD0wMGUyMTEyYS1jYmU1LTY1OTEtMTgzOC0wMDAwY2FmZjY0OWQmaW5zaWQ9NTE5OQ&ptn=3&hsh=3&fclid=00e2112a-cbe5-6591-1838-0000caff649d&psq=OBOE+REEDS%3a+MAKING%2c+MATERIALS+AND+TOOL&u=a1aHR0cHM6Ly93d3cucmV2aXNOYXMudXNwLmJyL3JldmlzdGFkYXR1bGhhL2FydGlibGUvZG93bmxvYWQvMTM1MTY4LzEzNTMONg&ntb=1>
- Conceição, J. (2015). *Manual de raspagem de palhetas* [Dissertação De Mestrado].
- Coutinho, C. P., Sousa, A., Dias, A., Bessa, F., Ferreira, M. J. R. C., & Vieira, S. R. (2009). Investigação-acção : metodologia preferencial nas práticas educativas. *Repositorium.sdum.uminho.pt*, 13(2). <http://repositorium.sdum.uminho.pt/handle/1822/10148>
- Cruz Danny. (2019, January 10). *Playing in tune on the oboe: Exercises and tips*. Danny Cruz. <https://www.oboefiles.com/playing-in-tune-on-the-oboe-exercises-and-tips/>

- Ernstmeyer, K., & Christman, E. (2021). *Chapter 10 respiratory assessment*. Www.ncbi.nlm.nih.gov; Chippewa Valley Technical College.  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK593192/>
- Fletcher, N. H., & Rossing, T. D. (2013). *The physics of musical instruments*. Springer Science & Business Media.
- Frederiksen, B., & Taylor, J. M. (1996). *Arnold jacobs : Song and wind*. Windsong Press.
- Gaunt, H. (2007). Learning and teaching breathing and oboe playing: Action research in a conservatoire. *British Journal of Music Education*, 24(2), 207–231.  
<https://doi.org/10.1017/s0265051707007425>
- Gunther Joppig. (1984). *Oboe & fagott : Ihre geschichte, ihre nebeninstrumente und ihre musik*. Schott.
- Hamilton, S. (2017, August 9). *Articulation*. Oboehelp. <https://oboehelp.com/articulation/>
- Handy Books, N. S. (2018). *Oboe / VSL - Academy*. Wwww.vsl.info.  
<https://www.vsl.info/en/academy/woodwinds/oboe>
- Haynes, B. (2001). *The eloquent oboe : a history of the hautboy from 1640 to 1760*. Oxford University Press.
- Held, A. (2018). *Viennese oboe*. Abbyyheld. <https://www.abbyeakleheld.com/viennese-oboe>
- Henrique , L. (2014). Aerofones III: Instrumentos de Palheta. In *Instrumentos Musicais*. Fundação Calouste Gulbenkian.
- Howe, R. (2003). The Boehm System Oboe and its Role in the Development of the Modern Oboe. *The Galpin Society Journal*, 56, 27–60. <https://www.jstor.org/stable/30044407>
- Howe, R. S. (2011). Nineteenth–Century French Oboe Making Revealed: a Translation and Analysis of the Triebert et Cie '1855' "Nouveau Prix-Courant." *The Galpin Society Journal*, 64, 79–194.  
<https://www.jstor.org/stable/23209392>
- Howell, N. (1996). *Mastering breath control breathing exercises for wind instrumentalists*.  
<https://ia.eferrit.com/ea/70c9f5ab1b621c37.pdf>
- Hugill, A. (2015). *The orchestra: A user's manual - oboe articulations*. Andrewhugill.com.  
[https://andrewhugill.com/OrchestraManual/oboe\\_articulations.html](https://andrewhugill.com/OrchestraManual/oboe_articulations.html)
- João Domingos Rodrigues, Castanheira, A., & Rodrigues, H. (2020). O OBOÉ, A PALHETA E O OBOÍSTA. *EUROPEAN REVIEW of ARTISTIC STUDIES*, 11(1), 15–36.  
<https://doi.org/10.37334/eras.v11i1.221>

Joffe, E. (2021, May 1). *The dynamics of breathing with arnold jacobs and david cugell, M.D.* Joffe Woodwinds. <https://www.joffewoodwinds.com/articles/the-dynamics-of-breathing-with-arnold-jacobs-and-david-cugell-m-d/>

Johnston, T., & Guenther, C. (n.d.). *Breathing exercises for every musician: A compilation of breathing exercises for beginner wind players.* <https://scholarworks.sfasu.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1237&context=urc>

Kaitlyn. (2020a, June 25). *Improving articulation with air support.* Northwoods Oboe. <https://northwoodsoboe.com/improving-articulation-with-air-support/>

Kaitlyn. (2020b, July 13). *The oboe's overtones: Why does the oboe sound so unique.* Northwoods Oboe. <https://northwoodsoboe.com/the-oboes-overtones-why-does-the-oboe-sound-so-unique/>

Kaitlyn. (2023, January 21). *Skills a very beginner oboist should learn.* Northwoods Oboe. <https://northwoodsoboe.com/skills-a-very-beginner-oboist-should-learn/>

Kupitz, E., Schuring, M., Micklich, A., & Oldani, R. (2013). *English folk song influences on the vaughan williams concerto for oboe and strings.* <https://core.ac.uk/download/pdf/79568988.pdf>

Lakota A. (2016, September 18). *An introduction to breath support for oboists.* Aaron Lakota. <https://aaronlakota.com/introduction-breath-support-oboists/>

Ledet, D. (1981). *Oboe reed styles.* Bloomington : Indiana University Press.

Macmillan, L. (2021, November 9). *Parts of an oboe: Its anatomy explained / hellomusictheory.* Hello Music Theory . <https://hellomusictheory.com/learn/parts-of-the-oboe/>

Matos, L. (2018). *Guia de construção manual de palhetas de oboé para alunos, professores, amadores e profissionais da música* [Relatório De Estágio].

Miguel Ángel Medina Monsalves. (2023, May 18). *Why is the sound of the oboe so pleasing?* Medina Reeds | Accesorios Para Instrumentos - Oboe Y Fagot. <https://medinareeds.es/en/why-is-the-sound-of-the-oboe-so-pleasing/>

Mms, C. (n.d.). *Oboe.* Bloomington School of Music. <https://www.bsmny.org/instrument-discovery/oboe/>

Monsalves, M. (2023, May 18). *Why is the sound of the oboe so pleasing?* Medina Reeds | Accesorios Para Instrumentos - Oboe Y Fagot. <https://medinareeds.es/en/why-is-the-sound-of-the-oboe-so-pleasing/>

Monteiro, E. (2021). *O atelier de construção de palhetas de oboé em escolas especializadas do ensino de música: fundamentos e estratégias para a sua criação* [Relatório de Estágio]. <https://repositorium.sdum.uminho.pt/handle/1822/78419>



Mota, G. (2003). A educação musical no mundo de hoje: Um olhar crítico sobre a formação de professores. *DOAJ (DOAJ: Directory of Open Access Journals)*, 28(2), 11–22.

Mota, G. (2015). La formación de profesores de educación musical en Portugal. aportaciones para una reflexión contextualizada. *Revista Internacional de Educación Musical*, 3(1).  
<https://doi.org/10.12967/RIEM-2015-3-p041-05>

O'Connor, K. (2020). *Belting technique*. SingWise. <https://www.singwise.com/articles/belting-technique>

Orquín, M. (2012). *El repertorio del oboe: ROMANTICISMO, NACIONALISMO, IMPRESIONISMO*. El Repertorio Del Oboe. <http://historiadeloeboblogspot.com/p/romanticismo-nacionalismo-impresionismo.html?m=1>

Paulo Maron. (2003). *Afinando os ouvidos : Um guia para quem quer saber mais e ouvir melhor música clássica*. Annablume.

Pilafian, S., & Sheridan, P. (2002). *The breathing gym*. Focus.

Ruiz, J. (n.d.). *Juan mari ruiz*. Juan Mari Ruiz. Retrieved October 24, 2023, from <https://juanmariruiz.com/>

Sarkar, M., Madabhavi, I., Niranjana, N., & Dogra, M. (2015). Auscultation of the respiratory system. *Annals of Thoracic Medicine*, 10(3), 158–168. <https://doi.org/10.4103/1817-1737.160831>

Schuring, M. (2009). *Oboe Art and Method*. Oxford University Press.

Siqueira, V. (2012). *Técnicas de respiração segundo flautistas: Uma perspectiva histórica -de johann joachim quantz (1752) a michel debost (2002)*.

Soares, P. (2013). *A ingerência do conhecimento explícito no conhecimento tácito: A técnica alexander e a prática e ensino da flauta* [Tese De Doutorado].

Sousa, A. (2003). *Educação pela arte e artes na educação* (2nd ed., Vol. 1). Instituto Piaget.

Still, R. (2021). *Playing the Oboe Part 2: Breath*. RAY STILL. <https://raystill.com/playing-the-oboe-part-2/breath>

Still, R. (2021a). *Playing the oboe part 1: Expression*. Ray Still. <https://raystill.com/playing-the-oboe-part-1/expression>

Still, R. (2021b). *Playing the oboe part 2: Embouchure*. Ray Still. <https://raystill.com/playing-the-oboe-part-2/embouchure>

Still, R. (2021c). *Playing the oboe part 2: Vibrato*. Ray Still. <https://raystill.com/playing-the-oboe-part-2/vibrato>

Tomás, C. (2022). *Música e conhecimento do mundo: Explorando modos de integração curricular* [Relatório De Estágio].

Wolfe, J. (1997). *Music acoustics, physics, science, unsw*. Www.phys.unsw.edu.au.  
<http://www.phys.unsw.edu.au/music/>

Woltzenlogel, C. (1995). *Método ilustrado de flauta* (3rd ed.). Irmãos Vitale. (Original work published 1984)

Wye, T. (2014). *Trevor wye - practice books for the flute - omnibus edition books 1-6* (book). Novello & Co Ltd.

## **Anexos**

### **ANEXO 1 – FORMULÁRIO DO QUESTIONÁRIO AOS ALUNOS**

Estimados alunos,

Este questionário enquadra-se no âmbito do meu projeto de investigação-ação inserido no Mestrado em Ensino de música - instrumento na Universidade do Minho. Os resultados obtidos serão utilizados apenas para fins académicos, sendo realçado que as respostas dos inquiridos representam apenas a sua opinião individual. O questionário é anónimo, não devendo por isso colocar a sua identificação em nenhuma das folhas nem assinar o questionário. Não existem respostas certas ou erradas. Por isso lhe solicitamos que responda de forma espontânea e sincera a todas as questões. Este questionário está composto por 4 partes. Solicito a vossa colaboração neste estudo sobre a respiração, que compreende tópicos desde a sua importância à sua utilização. Este inquérito é dirigido aos alunos da classe de oboé que abrangem uma faixa etária entre os 10 e os 15 anos.

Desde já obrigada pela cooperação.

\* Indica uma pergunta obrigatória

#### **E-mail\***

#### **Geral**

**Nome (para identificação, retirado após análise) \***

**Idade\***

**Género\***

Marcar apenas uma oval.

- Feminino
- Masculino

**Ano letivo \***

Marcar apenas uma oval.

- 5ºano
- 6ºano
- 7ºano
- 8ºano
- 9ºano

**Regime de ensino \***

Marcar apenas uma oval.

- Integrado
- Supletivo
- Articulado

**Aulas**

**Como avalias as tuas aulas de instrumento? \***

Marcar apenas uma oval.

Péssimo

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10

Excelente

**Que atividades realizas nas aulas? \***

Marque todas que se aplicam.

- Aquecimento muscular
- Aquecimento palheta
- Escalas
- Exercícios de aquecimento no instrumento
- Estudos
- Peças
- Outro:

**Achas as tuas aulas produtivas? \***

Marcar apenas uma oval.

Péssimo

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10

Excelente

**Como descreves o estilo de ensino do teu professor de instrumento \***

Marque todas que se aplicam.

- Estilo Diretivo: o professor tem uma abordagem mais autoritária e direta, dizendo aos alunos exatamente o que fazer e como fazer.
- Estilo Facilitador: o professor age como um facilitador, incentivando os alunos a descobrir e aprender por conta própria.
- Estilo Demonstrativo: o professor demonstra as habilidades e técnicas do instrumento, para que os alunos possam imitá-lo.
- Estilo Expositivo: o professor ensina através de apresentações orais e/ou aulas teóricas.
- Estilo Participativo: o professor encoraja a participação ativa dos alunos nas aulas, permitindo-lhes partilhar ideias e opiniões.
- Estilo Individualizado: o professor adapta as aulas para atender às necessidades individuais dos alunos, oferecendo suporte personalizado e orientação.
- Estilo de Grupo: o professor conduz aulas em grupo, promovendo a interação e a colaboração entre os alunos.
- Estilo de Aprendizagem Baseado em Projetos: o professor motiva os alunos a aprenderem por meio de projetos, atividades práticas e experimentação.

**O teu professor é paciente quando cometes erros ou tens dificuldades técnicas? \***

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

**O teu professor oferece ajudas construtivas para identificar e melhorar as áreas que precisas? \***

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

**O teu professor fornece materiais de estudo como partituras, gravações entre outros para ajudar o estudo em casa? \***

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

**Achas que as tuas aulas de instrumento são estruturadas e bem organizadas? \***

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

**Achas que o teu professor de instrumento tem um bom conhecimento teórico e prático? \***

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

**Estás satisfeito com o progresso que estas a fazer nas aulas de instrumento? \***

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

**O teu professor ensina sobre técnicas de respiração adequadas ao oboé? \***

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

**O teu professor ajuda a controlar a respiração durante as aulas? \***

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

**O teu professor fornece exercícios específicos para melhoraes a tua respiração durante a execução musical? \***

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

**Quantos tens dúvidas ou dificuldades em relação à respiração, sentes-te à vontade para perguntar ao teu professor? \***

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

**O teu professor de instrumento sugere alguma prática de respiração antes da aula para ajudar a relaxar e concentrar? \***

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

### **Estudo**

**Como organizas o teu estudo diário? \***

Marque todas que se aplicam.

- Definir um tempo diário para praticar
- Escalas, exercícios técnicos, estudos e peças
- Qualquer tipo de aquecimento
- Técnicas específicas, como vibrato ou legato, ou trabalhar em passagens difíceis em uma peça de música.
- Praticar com um metrônomo
- Terminar com uma reflexão sobre o estudo

**Executas exercícios de aquecimento antes do estudo? \***

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

**Se sim, que exercícios executas para aquecer?**

Marque todas que se aplicam.

- Tonalidades (Escalas, arpejos, entre outros)
- Notas longas
- Exercícios de articulação
- Exercícios de saltos intervalares (quintas, quartas, entre outros)
- Exercícios de variações dinâmicas
- Exercícios de respiração
- Alongamentos

**Algumas vez realizas-te exercícios de respiração? \***

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

**Se sim, como abordas essa temática no teu estudo?**

**Quanto tempo dedicas ao aquecimento durante o teu estudo diário? \***

Marcar apenas uma oval.

- Nenhum
- 5 – 10 minutos
- 10 – 20 minutos

**Costumas realizar exercícios de relaxamento após o teu estudo? \***

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

**Se sim, com que frequência?**

Marcar apenas uma oval.

- Sempre
- Quase sempre
- Raramente
- Nunca

**Achas que a tua capacidade de respiração afeta a tua performance no instrumento? \***

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não



**Achas importante a prática da respiração no estudo diário do oboé? \***

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

**Achas que a existência de um método com exercícios de respiração seria útil para o teu estudo no oboé, de forma a melhorares a tua performance? \***

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

**Se sim, explica o porquê?**

**Respiração**

**Qual é a tua opinião sobre a importância da respiração no oboé? \***

**Achas que a respiração é uma competência importante para qualquer músico? \***

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

**O teu professor aborda o assunto referido em cima durante as tuas aulas? \***

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

**Se sim, de que forma?**

Marque todas que se aplicam.

- Exemplifica
- Usa recursos visuais como vídeos ou imagens
- Usa analogias
- Faz perguntas
- Cria um diálogo com o aluno
- Outro:

**Algum vez te explicaram a influência da respiração no oboé? \***

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

**Qual a tua opinião sobre a utilização da respiração como ferramenta de expressão musical? \***

**Achas que a respiração pode afetar a qualidade de som produzido no oboé? \***

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

**Achas que a respiração influencia o ritmo da música? \***

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

**Achas que a respiração afeta a capacidade de tocar em conjuntos com outros colegas? \***

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

**Acreditas que a respiração pode influenciar o teu desempenho nas passagens mais difíceis do teu repertório? \***

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

**Achas que a respiração está relacionada com outros aspetos técnicos como a articulação e a afinação? \***

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

**Achas que a respiração ajuda a controlar as dinâmicas produzidas no oboé? \***

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

**Achas que uma boa pratica da respiração pode melhorar a tua resistência em performances mais duradouras? \***

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

**O que compreendes de músculos diafragmáticos? \***

**O que compreendes de capacidade pulmonar? \***

**O que compreendes de velocidade e direção do ar? \***

**Na tua opinião, quais achas que são os benefícios de uma boa técnica de respiração na música? \***

**Como avalias a tua respiração e quais os principais desafios que enfrenta para melhorar a mesma? \***

## ANEXO 2 – FORMULÁRIO DO INQUÉRITO AOS PROFESSORES

Estimados docentes,

Este questionário enquadra-se no âmbito do meu projeto de investigação-ação inserido no Mestrado em Ensino de música - instrumento na Universidade do Minho. Os resultados obtidos serão utilizados apenas para fins académicos, sendo realçado que as respostas dos inquiridos representam apenas a sua opinião individual. Não existem respostas certas ou erradas. Por isso lhe solicitamos que responda de forma espontânea e sincera a todas as questões. Solicito a vossa colaboração neste estudo sobre a respiração.

Desde já obrigada pela cooperação.

\* Indica uma pergunta obrigatória

**Nome\***

**Idade\***

**Anos de docência \***

**Considera que os seus alunos de oboé têm consciência do papel da respiração? \***

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

**Na sua opinião, a respiração deve ser explicada aos alunos? \***

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

**Se sim, de que forma?**

**A partir de que idade acha relevante para os alunos terem consciência da importância e do funcionamento da respiração? Acha que deve ser abordado de igual modo em todas as idades? \***

**Na sua pedagogia, aplica o assunto da respiração regularmente aos seus alunos? \***

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

**Se sim, como aborda e aplica esse assunto em aula?**

**De que forma auxilia os seus alunos a equilibrar o uso da respiração com os outros componentes técnicos do oboé, como a articulação e a afinação? \***

**Na sua experiência como docente, quais os principais desafios que os seus alunos enfrentaram ao desenvolverem a sua técnica de respiração? \***

**Como avalia a técnica de respiração dos seus alunos e quais os principais critérios que utiliza para avaliar esse progresso? \***

**Acha que a anatomia e fisiologia de respiração deve de ser abordado aos alunos? \***

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

**Se sim, como é que ajuda os seus alunos a entender a anatomia e fisiologia da respiração?**

**Como incentiva os seus alunos a praticar a respiração no estudo diário em casa? \***

**Na sua opinião, o papel da respiração no ensino-aprendizagem do oboé é negligenciado? \***

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

**Se sim, quais as possíveis razões que considera estarem subjacentes a essa negligencia?**

**Na sua opinião, acha que esta temática deveria de ser abordada na pedagogia e deveria constar no currículo escolar? \***

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

**Acha que criar um método de respiração como complemento do estudo diário do aluno ou ferramenta de apoio ao docente seria benéfico? \***

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

**Se sim, porquê?**

**Durante a sua formação como estudante de oboé este tema foi abordado e explorado? \***

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

**Se sim, como e quais os benefícios para a sua formação como oboísta?**

## ANEXO 3 – AUTORIZAÇÃO DE IMAGEM DOS ALUNOS

### Autorização

Caro Encarregado de Educação, no âmbito do meu projeto de intervenção pedagógica decorrente do Mestrado em Ensino de Música, solicito a colaboração do seu educando na minha investigação sobre a respiração no oboé.

Será feito um questionário destinado aos alunos junto dos quais intervirei, lecionando aulas e observando. A participação é **anónima** e os dados recolhidos não serão usados no âmbito da minha investigação. Mais se acrescenta que a resposta ao questionário é **confidencial**. Qualquer dúvida ou questão adicional poderá contactar-me através do seguinte endereço de email: soraia\_oboe00@hotmail.com.

Solicito também, a autorização audiovisual do seu educando para efeitos de análise destinada apenas para visualização de pormenores não identificados na totalidade durante a aula.

Desde já agradeço a atenção prestada, quer pelo Encarregado de Educação quer pelo seu Educando e, antecipadamente, agradeço a colaboração neste questionário tão essencial ao desenvolvimento da minha investigação.

Soraia Barros Martins

---

### AUTORIZAÇÃO

Eu, \_\_\_\_\_, encarregado/a de educação de \_\_\_\_\_, aluno na Escola Artística Conservatório de Música Calouste Gulbenkian de Braga ou Agrupamento de Escolas de Maximinos, autorizo que o meu educando responda ao inquérito levado a cabo pela Prof. Soraia Martins no âmbito da investigação desenvolvida no contexto do seu estágio profissional. Mais autorizo, que os dados e imagem do meu educando sejam recolhidos e processados apenas para os fins académicos supracitados.

\_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2023

O Encarregado/a de educação: \_\_\_\_\_

## ANEXO 4 – AUTORIZAÇÃO DE IDENTIFICAÇÃO DA ESCOLA



### Declaração (para efeitos de autorização de identificação)

Nos termos previstos no nº 18 da Parte 1 do Despacho RT-31/2019 da Universidade do Minho, declara-se que a estagiária Soraia Barros Martins está autorizada a identificar o Agrupamento de Escolas de Maximinos, no âmbito do seu relatório de estágio, salvaguardando o anonimato dos alunos intervenientes.

Braga, 26 de maio de 2023

Paulo Antunes, Diretor do Agrupamento



A circular stamp from the Agrupamento de Escolas de Maximinos is visible, containing the text "Agrupamento de Escolas de Maximinos" and "BRAGA". The stamp is partially obscured by a handwritten signature in black ink.



## ANEXO 5 – AUTORIZAÇÃO DE CEDÊNCIA DE NOME POR PARTE DOS DOCENTES

### Autorização

Caro Professor, no âmbito do meu projeto de intervenção pedagógica decorrente do Mestrado em Ensino de Música, solicito a sua colaboração na minha investigação sobre a respiração no oboé.

Será feito um inquérito breve sobre o tema supracitado. Solicito também, a autorização para citar o seu nome no meu relatório de estágio.

Desde já agradeço a atenção prestada e, antecipadamente, agradeço a colaboração para desenvolvimento da minha investigação.

Soraia Barros Martins

Vila Nova de Gaia, \_\_\_\_\_, 13 de Julho de 2023

Professor: \_\_\_\_\_ *Audácia Pereira*

### Autorização

Caro Professor, no âmbito do meu projeto de intervenção pedagógica decorrente do Mestrado em Ensino de Música, solicito a sua colaboração na minha investigação sobre a respiração no oboé.

Será feito um inquérito breve sobre o tema supracitado. Solicito também, a autorização para citar o seu nome no meu relatório de estágio.

Desde já agradeço a atenção prestada e, antecipadamente, agradeço a colaboração para desenvolvimento da minha investigação.

Soraia Barros Martins

Porto, \_\_\_\_\_, 13 de Julho de 2023

Professor: \_\_\_\_\_ *Roberto Henrique*

**Autorização**

Caro Professor, no âmbito do meu projeto de intervenção pedagógica decorrente do Mestrado em Ensino de Música, solicito a sua colaboração na minha investigação sobre a respiração no oboé.

Será feito um inquérito breve sobre o tema supracitado. Solicito também, a autorização para citar o seu nome no meu relatório de estágio.

Desde já agradeço a atenção prestada e, antecipadamente, agradeço a colaboração para desenvolvimento da minha investigação.

Soraia Barros Martins

Assina, 13 de Junho de 2023

Professor: Teresa da Silva

**Autorização**

Caro Professor, no âmbito do meu projeto de intervenção pedagógica decorrente do Mestrado em Ensino de Música, solicito a sua colaboração na minha investigação sobre a respiração no oboé.

Será feito um inquérito breve sobre o tema supracitado. Solicito também, a autorização para citar o seu nome no meu relatório de estágio.

Desde já agradeço a atenção prestada e, antecipadamente, agradeço a colaboração para desenvolvimento da minha investigação.

Soraia Barros Martins

Guimarães, 13 de Junho de 2023

Professor: Juliana Felix

**Autorização**

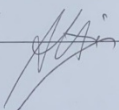
Caro Professor, no âmbito do meu projeto de intervenção pedagógica decorrente do Mestrado em Ensino de Música, solicito a sua colaboração na minha investigação sobre a respiração no oboé.

Será feito um inquérito breve sobre o tema supracitado. Solicito também, a autorização para citar o seu nome no meu relatório de estágio.

Desde já agradeço a atenção prestada e, antecipadamente, agradeço a colaboração para desenvolvimento da minha investigação.

Soraia Barros Martins

Porto, 24 de maio de 2023

Professor: Aldo Salvetti 

**Autorização**

Caro Professor, no âmbito do meu projeto de intervenção pedagógica decorrente do Mestrado em Ensino de Música, solicito a sua colaboração na minha investigação sobre a respiração no oboé.

Será feito um inquérito breve sobre o tema supracitado. Solicito também, a autorização para citar o seu nome no meu relatório de estágio.

Desde já agradeço a atenção prestada e, antecipadamente, agradeço a colaboração para desenvolvimento da minha investigação.

Soraia Barros Martins

Vila Nova de Gaia, 9 de junho de 2023

Professor: Luís Pêgas