



MATERIAL DIDÁTICO RÍTMICA I

Caderno de exercícios e atividades

Conservatório de Música Popular de Itajaí "Carlinhos Niehues"

PROF. MARIO C. NASCIMENTO JÚNIOR



PLANO DE ENSINO

1. Dados de Identificação

Disciplina: Rítmica I

Carga horária: 18h

Nº de encontros: 18

Fase: 1º semestre

Professor: Mario C. Nascimento Júnior

2. Ementa

Aspectos rítmicos em compassos simples. Elementos específicos da grafia e da teoria musical no processo de percepção rítmica. Coordenação motora e consciência corporal. Prática de ritmos brasileiros.

3. Objetivo Geral

Desenvolver as capacidades de percepção e expressão da linguagem musical, no que diz respeito aos fundamentos da Rítmica.

4. Objetivos Específicos

- Compreender a estrutura dos compassos simples e suas subdivisões.
- Reconhecer diferentes tipos de compassos e de células rítmicas.
- Desenvolver a habilidade de leitura e escrita em compassos simples.
- Desenvolver a consciência corporal e a coordenação motora.
- Identificar diferentes aspectos rítmicos no repertório e em exemplos musicais diversos.

5. Conteúdo

UNIDADE I – NOÇÕES BÁSICAS SOBRE RÍTMICA

1.1. Pulsação, tempos fortes e fracos.

1.2. Ritmo orgânico e andamento.

1.3. Uso do metrônomo.



UNIDADE II – ASPECTOS RÍTMICOS EM COMPASSOS SIMPLES

- 2.1. Unidades de tempo, fórmulas de compasso.
- 2.2. Figuras de notação musical e proporção rítmica: semínimas, colcheias, semicolcheias, ponto de aumento e ligadura.
- 2.3. Grupos rítmicos em compassos simples.
- 2.4. Pausas, contratempo e sincopa.

UNIDADE III – RÍTMICA, CORPO E MOVIMENTO

- 3.1. Noções básicas de postura, relaxamento e alongamento.
- 3.2. Coordenação motora e consciência corporal.
- 3.3. Percussão corporal: timbres, exercícios, improvisação e peças em grupo.
- 3.4. Prática de conjunto em instrumentos de percussão.

UNIDADE IV – APRECIÇÃO MUSICAL

- 4.1. Audições comentadas: aspectos rítmicos em diferentes estilos e gêneros musicais.
- 4.2. Transcrições e exercícios de ditado rítmico.

6. Metodologia

O curso de Rítmica visa à formação do estudante no âmbito rítmico-musical. Além de trabalhar os conceitos básicos do ritmo, como leitura e grafia, o estudante desenvolverá sua consciência corporal e coordenação motora. Assim o estudante terá melhores condições de compreender e dominar o universo do ritmo, não apenas no aspecto técnico, mas também na prática. São trabalhados o reconhecimento de figuras rítmicas, a memória musical e a grafia das figuras. Nas aulas acontecem atividades de prática musical envolvendo performance, criação, apreciação, exercícios de treinamento em leitura e escrita musical e trabalhos em grupo.



7. Avaliação

A avaliação considera todo o processo do aluno no decorrer do semestre, de forma contínua, considerando o desenvolvimento de suas habilidades e de sua familiaridade com a Rítmica, com os conceitos trabalhados e de sua autonomia na leitura e escrita musical. O foco da disciplina está na prática de exercícios, incluindo repertório e performance musical, através da improvisação e de peças de percussão corporal em grupo.

Serão dadas 3 notas da seguinte forma:

NOTA 1: Aproveitamento (assiduidade, pontualidade, rendimento, comprometimento e evolução);

NOTA 2: Prova prática e exercícios de transcrição solicitados em aula

NOTA 3: Prova prática e exercícios de transcrição solicitados em aula

A nota final equivale à média aritmética das 3 notas.

FREQÜÊNCIA: mínimo de 75% de presença. O aluno que ultrapassar 25% de faltas é reprovado.

ATRASSO: Receberá falta o aluno que ultrapassar 15 minutos de atraso.

8. Bibliografia

CHESTER, Gary. **The new breed**, New Jersey, Modern Drummer publications, inc. 1985.

GRAMANI, José Eduardo. **Rítmica**. 4.ed. São Paulo: Perspectiva, 2013.

POZZOLI, Heitor. 1983. **Guia Teórico-prático para o ensino do ditado musical**, Parte III e IV. São Paulo: Ricordi.



SOLOMON, J. **The body rondo book**. Lakeland: Memphis Musicraft Publications, 1997.

LIMA, Maria Ramires Rosa de; FIGUEIREDO, Sérgio Luiz Ferreira de. **Exercícios de teoria musical**: uma abordagem prática. São Paulo: Artcromo, 1991.

MED, Bouhamil. **Teoria da Música**. Brasília: Musimed, 1996.

CHESTER, Gary. **The new breed**, New Jersey, Modern Drummer publications, inc. 1985.

“Ritmo é a ordem do movimento” - Platão

A Rítmica é o puro movimento musical. É ela que dá vida e expressão as composições, ao arranjos, melodias, harmonias, contrapontos. Segundo Bohumil Med “O Ritmo é a organização do tempo.” Imagine várias notas musicais, acordes e sons sem movimento, em completa inanição. A musica não aconteceria.

Para que tenhamos uma compreensão mais apurada do fenômeno rítmico são necessários alguns entendimentos sobre Pulso e seu efeito sobre a duração do som. Esta relação entre duração de som e silêncio, forma o Ritmo.

Será necessário também, além da compreensão teórica, uma compreensão de consciência corporal. Para que o músico toque elementos rítmicos através do canto, ou do manuseio de instrumentos musicais, sendo necessária a expressão corporal e rítmica para esta finalidade.

Existem várias maneiras de exteriorizar a rítmica:

- Cantando
- Contando
- Através dos passos
- Batendo Palmas
- Leitura Rítmica
- Regendo
- Percutindo (instrumentos de percussão ou corporalmente)
- Novas formas (Sempre podemos criar e pesquisar maneiras de conhecer a expressão rítmica)

Utilizaremos nas aulas várias estratégias didáticas, com a finalidade de poder contemplar o máximo de formas possíveis para a compreensão, visando que o estudante de musica possa conhecer e explorar a diversidade do universo rítmico.

EXERCÍCIO 3

Os exercícios abaixo propõem elementos gráficos que sugerem regularidade em termos da duração dos sons. Esta regularidade pode ser chamada de **pulsção** ou **pulso**.

Exemplo: 

Para realizar o exercício execute, por exemplo, os traços verticais batendo palmas e os traços horizontais falando a sílaba **tá**.






Realize estes exercícios em velocidades diferentes.

Além de usar voz e palmas você pode também realizar estes exercícios com instrumentos musicais e outros sons que você inventar.



Figuras Musicais

O sistema de escrita musical adota vários sinais que foram desenvolvidos ao longo do tempo. As figuras musicais, cuja função é indicar a propriedade do som referente à duração, também foram modificadas gradativamente.

Atualmente as figuras musicais adotadas são: semibreve, mínima, semínima, colcheia, semicolcheia, fusa e semifusa.

A máxima , a longa  e a breve  são figuras encontradas na grafia de música antiga e pouco utilizadas atualmente.

O quadro a seguir apresenta o nome de cada figura, sua representação gráfica, sua pausa correspondente e sua relação de proporcionalidade.

Nome	Semibreve	Mínima	Semínima	Colcheia	Semicolcheia	Fusa	Semifusa
Figuras musicais							
Pausas							
Em relação à figura ou pausa anterior		metade do valor da semibreve	metade do valor da mínima	metade do valor da semínima	metade do valor da colcheia	metade do valor da semicolcheia	metade do valor da fusa
Em relação à figura ou pausa seguinte	dobro do valor da mínima	dobro do valor da semínima	dobro do valor da colcheia	dobro do valor da semicolcheia	dobro do valor da fusa	dobro do valor da semifusa	

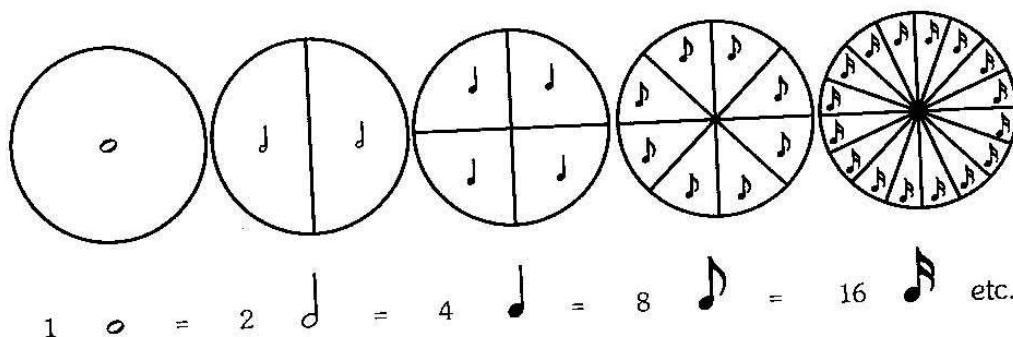


Chart illustrating the relative value of notes.

A whole note
is equal to

2

half notes

4

quarter notes

8

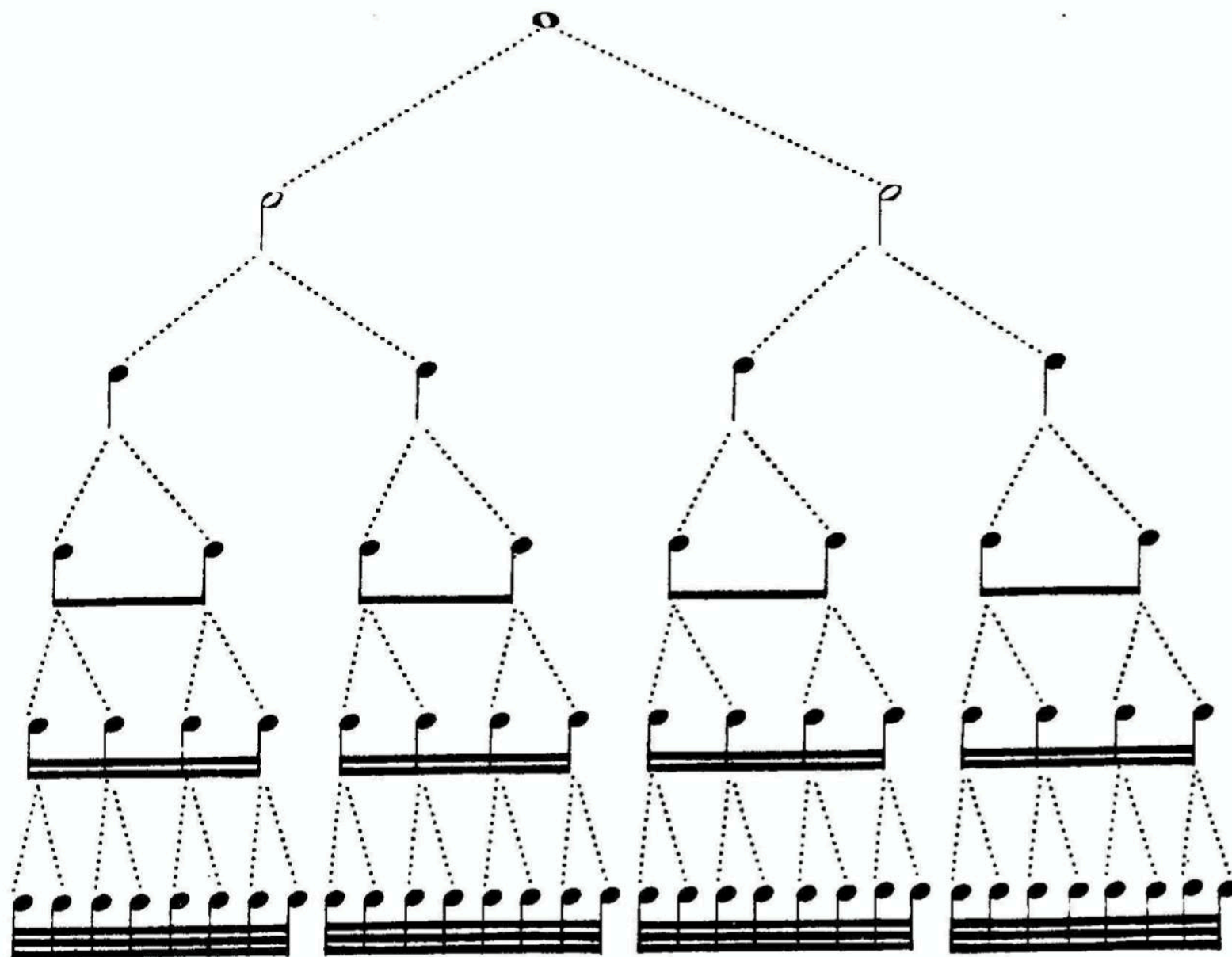
eighth notes

16

sixteenth notes








32

thirty-second notes.



Cada figura musical possui um número correspondente. Este, por sua vez, evidencia a relação de proporcionalidade entre as figuras.

A semibreve é representada com o número 1 na tabela dos números correspondentes. A mínima é representada pelo número 2 porque são necessárias 2 mínimas para formar 1 semibreve. A semínima é representada pelo número 4 porque são necessárias 4 semínimas para formar 1 semibreve. E assim por diante.

	Semibreve	Mínima	Semínima	Colcheia	Semicolcheia	Fusa	Semifusa
Figuras							
Números correspondentes	1	2	4	8	16	32	64

EXERCÍCIO 6

Complete as igualdades abaixo respeitando a proporção entre as figuras musicais.

Exemplos: $\text{semibreve} = 2 \text{ mínimas}$
 $\text{mínima} = 2 \text{ semínimas}$
 $\text{mínima} = 4 \text{ colcheias}$

a) $\text{colcheia} = \underline{\hspace{2cm}} \text{ semicolcheias}$

f) $\text{semínima} \text{ semínima} = \underline{\hspace{2cm}} \text{ semibreve}$

b) $\text{semicolcheia} = \underline{\hspace{2cm}} \text{ fusas}$

g) $\text{semínima} \text{ semínima} \text{ semínima} = \underline{\hspace{2cm}} \text{ semibreve}$

c) $\text{semicolcheia} = \underline{\hspace{2cm}} \text{ semibreve}$

h) $\text{semicolcheia} \text{ semicolcheia} \text{ semicolcheia} \text{ semicolcheia} = \underline{\hspace{2cm}} \text{ semibreve}$

d) $\text{semibreve} = \underline{\hspace{2cm}} \text{ semínimas}$

i) $\text{semicolcheia} \text{ semicolcheia} \text{ semicolcheia} \text{ semicolcheia} \text{ semicolcheia} = \underline{\hspace{2cm}} \text{ semibreve}$

e) $\text{semicolcheia} = \underline{\hspace{2cm}} \text{ semifusas}$

j) $\text{semicolcheia} \text{ semicolcheia} \text{ semicolcheia} \text{ semicolcheia} \text{ semicolcheia} \text{ semicolcheia} = \underline{\hspace{2cm}} \text{ semibreve}$

EXERCÍCIO 9



Leitura rítmica: realize os exercícios marcando as pulsações indicadas entre parênteses.



Compasso

Compasso é o agrupamento dos tempos de uma composição ou fragmento musical.

Na escrita musical a separação dos compassos é feita por uma linha vertical que atravessa todo o pentagrama, chamada de **barra de compasso**.

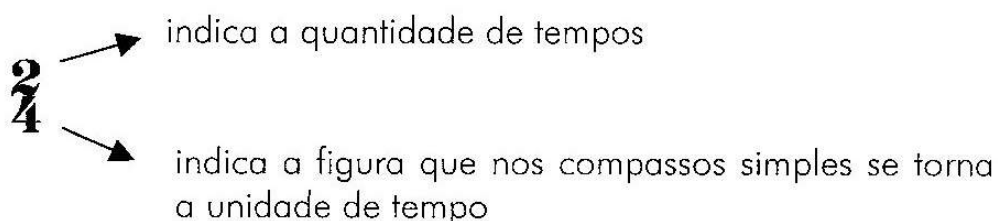


A duração dos compassos é determinada pela quantidade de tempos. Os compassos que contêm dois tempos são classificados como binários; com três tempos, como ternários; com quatro tempos, como quaternários; com cinco, quinários e assim por diante. O primeiro tempo do compasso é usualmente mais forte que os demais.

Fórmula de Compasso




A fórmula de compasso é escrita no início da partitura (depois da clave) e indica:

- a) a *quantidade de tempos* do compasso, e;
- b) a figura musical a ser adotada como *unidade de tempo*, aquela que valerá um tempo no compasso.



De acordo com o exemplo acima, trata-se de um compasso binário que tem como unidade de tempo a semínima. Portanto, cada compasso terá sempre duas semínimas ou valores correspondentes a essa quantidade de tempos.

Ao invés de se colocar o número que indica a unidade de tempo, pode-se utilizar diretamente a figura correspondente.

Exemplos: $\frac{2}{4}$ ou  $\frac{3}{2}$ ou  $\frac{4}{8}$ ou 

Compasso Simples

Um compasso é classificado como *simples* quando sua unidade de tempo tem uma subdivisão binária, isto é, a figura de nota que vale um tempo no compasso pode ser desdobrada em duas figuras de menor valor. Por exemplo: se a unidade de tempo for a mínima, ela pode ser subdividida em duas semínimas; se for a semínima, ela pode ser subdividida em duas colcheias; se for a colcheia, ela pode ser subdividida em duas semicolcheias e assim por diante.

Veja abaixo, alguns exemplos de compassos simples expressos pelas fórmulas:

$\frac{3}{4}$ → Compasso ternário simples. Unidade de tempo: semínima.

$\frac{3}{4}$ 

$\frac{3}{2}$ → Compasso ternário simples. Unidade de tempo: mínima.

$\frac{3}{2}$ 

 → Compasso ternário simples. Unidade de tempo: colcheia.



 → Compasso quaternário simples. Unidade de tempo: semínima.



 → Compasso binário simples. Unidade de tempo: mínima.





 → Compasso quinário simples. Unidade de tempo: colcheia.



 → Compasso setenário simples. Unidade de tempo: colcheia.













Os símbolos  e  são maneiras diferentes de escrevermos, respectivamente, as fórmulas de compasso $\frac{4}{4}$ e $\frac{2}{2}$.

EXERCÍCIO 23

Escreva as fórmulas de compasso.











Exemplo: 

- | | |
|---|---|
| a)  | f)  |
| b)  | g)  |
| c)  | h)  |
| d)  | i)  |
| e)  | j)  |

EXERCÍCIO 24

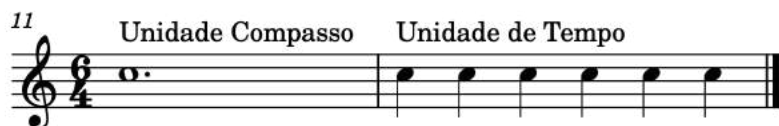
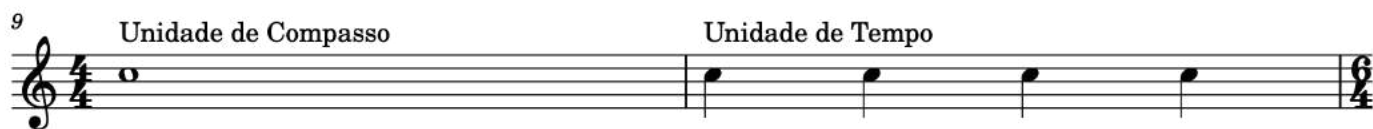
Complete as fórmulas de compasso indicando a quantidade de tempos.

Exemplo: 

- | | |
|--|---|
| a)  | f)  |
| b)  | g)  |
| c)  | h)  |
| d)  | i)  |
| e)  | j)  |

Fórmulas de compasso

Unidades de Compasso e de Tempo



Exercícios de Leitura Rítmica:

Esta série de exercícios rítmicos, visa um primeiro contato com as figuras musicais, bem como iniciação do processo de coordenação rítmica, através dos passos, canto e percussão corporal. Foi escolhida a fórmula de compasso 4/4 como facilitadora do processo educativo, pois esta é uma das fórmulas mais utilizadas na música ocidental e popular.

Estes exercícios devem ser executados individualmente, ou em grupo, da seguinte maneira:

- A contagem dos pulsos deve ser feita através de passadas: 1 pé direito à frente, 2 pé esquerdo à frente, 3 pé direito para trás, 4 pé direito para trás;
- A leitura das figuras será feita com a voz e com o bater das palmas, respeitando as durações das notas;
- Será utilizado o Metrônomo para estudo da regularidade da pulsação;
- Após esse processo faremos a contagem do pulso em voz alta, junto com as passadas e a leitura será feita somente com as palmas;
- Os exercícios em séries do ditado rítmico Pozzoli serão feitos com as mesmas sugestões práticas

1

¹ Na leitura de Colcheias, entrará o fator do contratempo. Este fator é exatamente o contrário do tempo, ou seja sua metade, sendo a primeira subdivisão do pulso. Para facilitar o entendimento, colocamos a letra “e” na contagem entre os pulsos do compasso. Ex.: 1 e 2 e 3 e 4 e.

۱۷۳

do a semi-nima com os pēs batendo alternadamente.

- 77

1						
2						
3						
4						
5						
6						

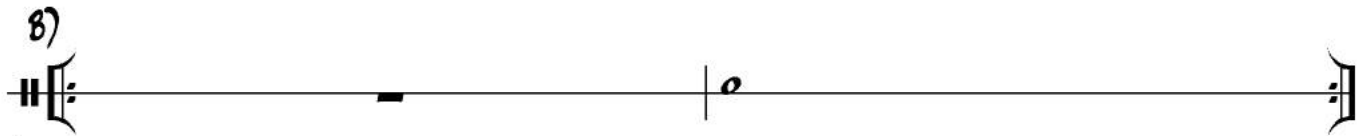
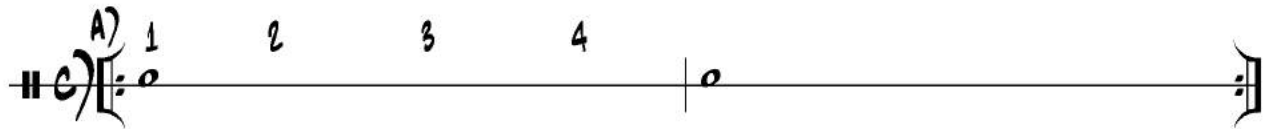
DIVISAO RITMICA 1

SEMIBREVE, MINIMA E SEMINIMA

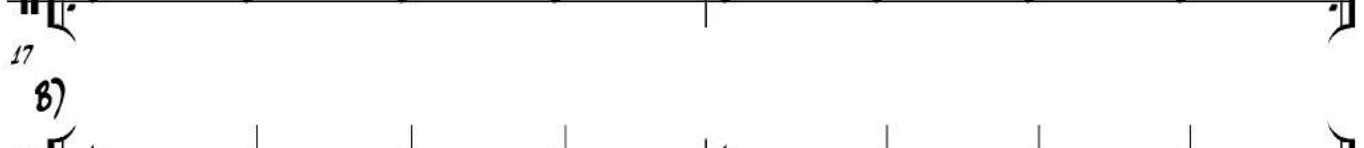
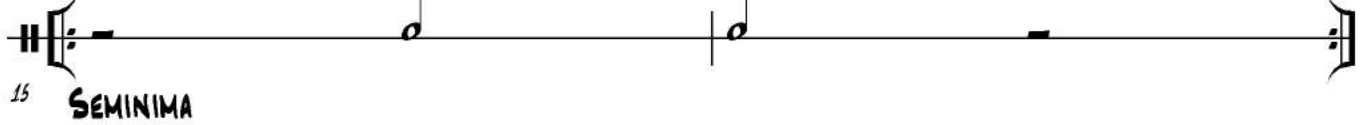
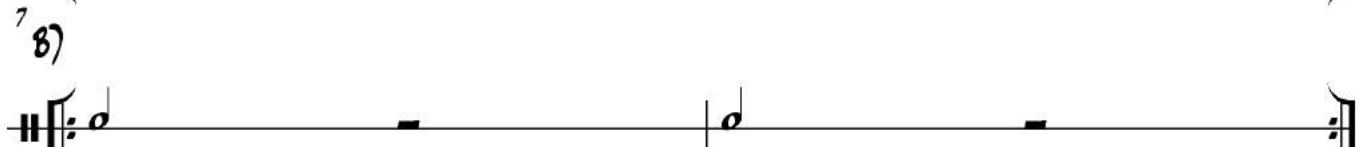
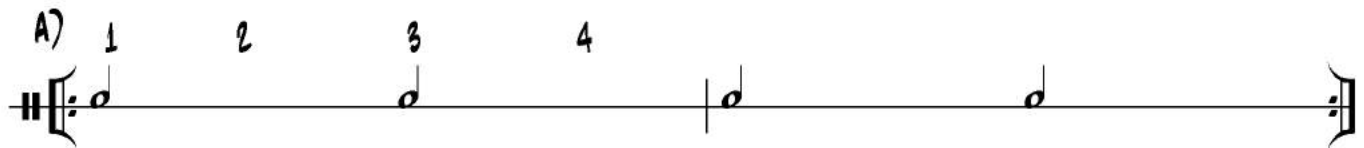
MARIO JR.

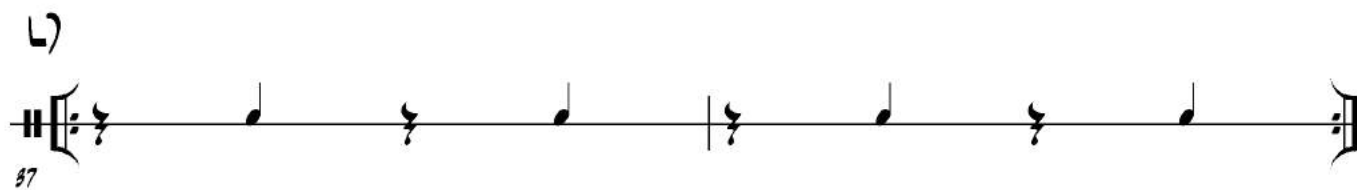
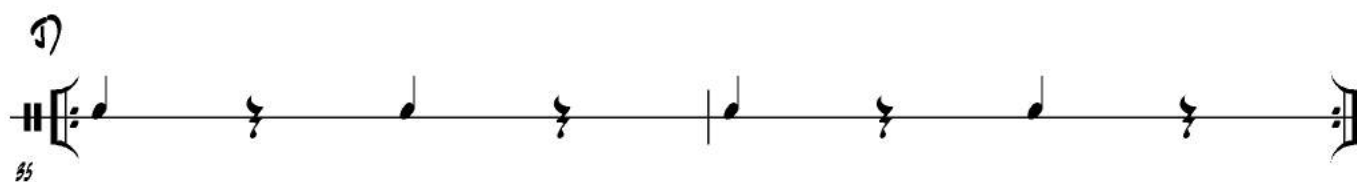
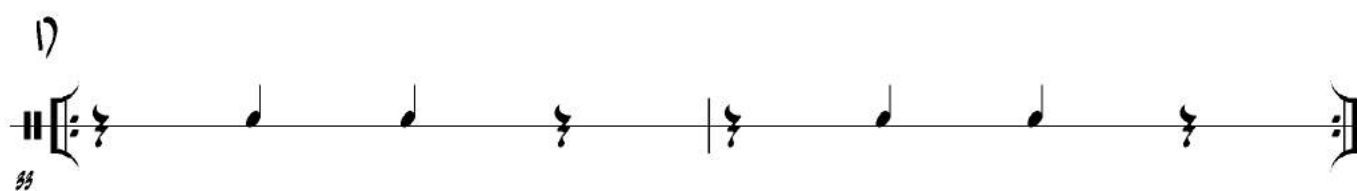
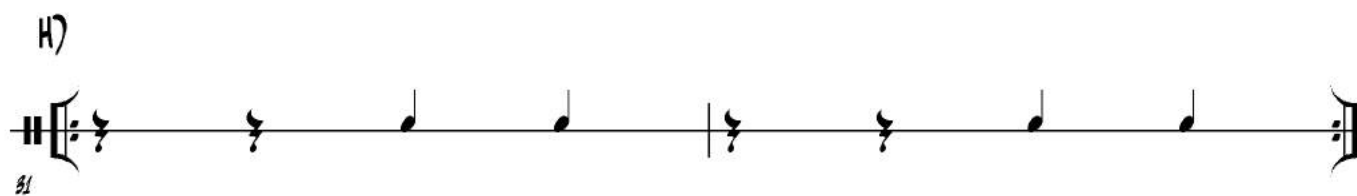
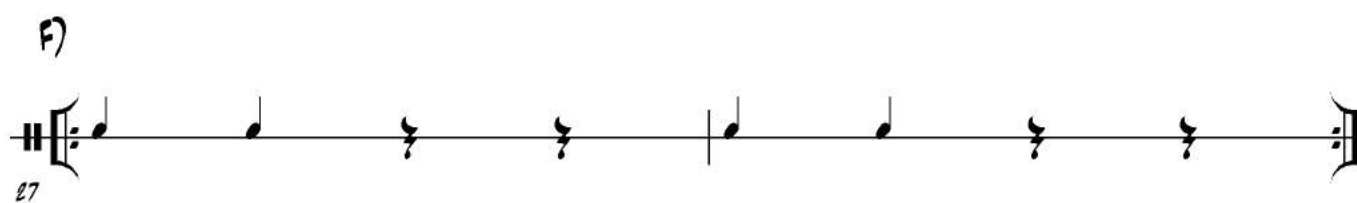
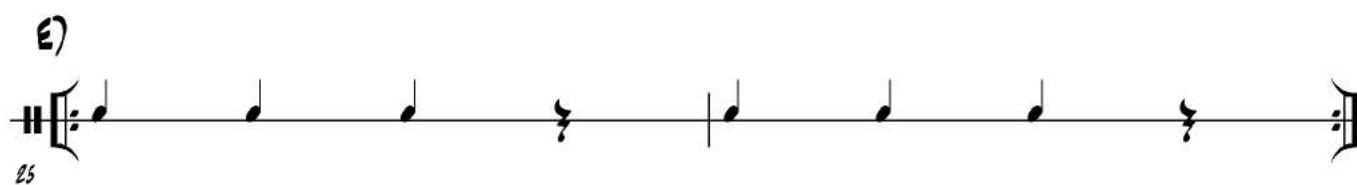
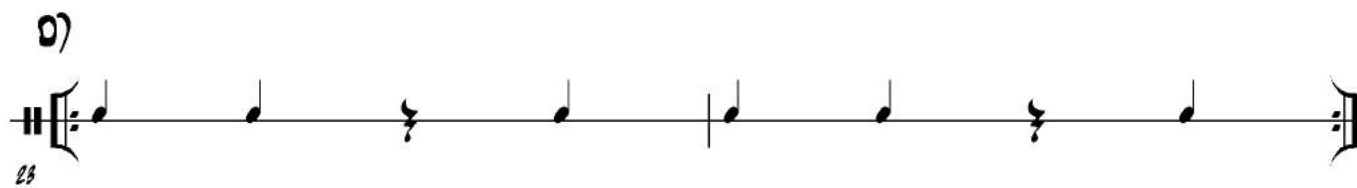
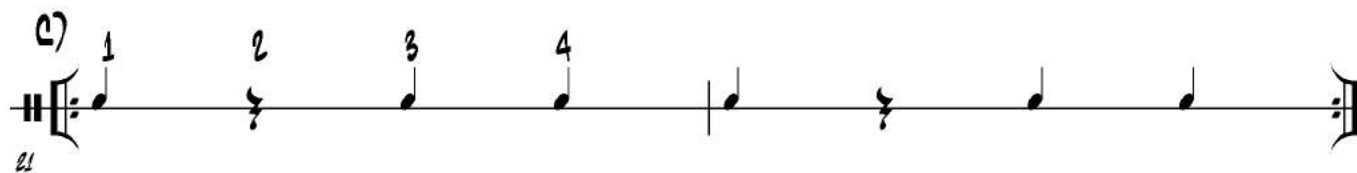
SEMIBREVE

SNARE DRUM



MINIMA





DIVISAO RITMICA

COLCHEIAS

MARIO Jr.

A)

1 E 2 E 3 E 4 E

B)

1 E 2 E 3 E 4 E

3

5

7

9

11

13

15

17

19

21

23

SNARE DRUM

D) 1 E 2 E 3 E 4 E

25

27

29

E) 1 E 2 E 3 E 4 E

31

I. Alpha Four

Jim Solomon

A

Allegro

CL

P

To B
To C
Fine

B

CL

To A

C

SN

CL

P

ST

To A

Form: ABACA

A section: Perform for students, then teach the rhythm of the A section with patschen only. Patsch the rhythm again and add the three claps at the end. Add and practice the claps on beat two. Then perform again and ask students to find which measure of the first three measures does not have a clap on beat four. After the students identify the third measure, practice the A section as it is written.

READING

The following pages are to be used as the "melodies" for the systems.

I-A



Semicolcheias



As semicolcheias são figuras de nota de metade do valor das colcheias. Estas figuras dividem o pulso, no caso dos compassos com denominador 4, em quatro partes iguais.

Essas partes tem uma importância muito grande no domínio do que chamamos de “subdivisão”.

Assim como na colcheia já sabemos contar e tocar o contratempo, na semicolcheia adicionaremos duas subdivisões, “i” depois do tempo forte do compasso, e o “a” depois do contratempo.²



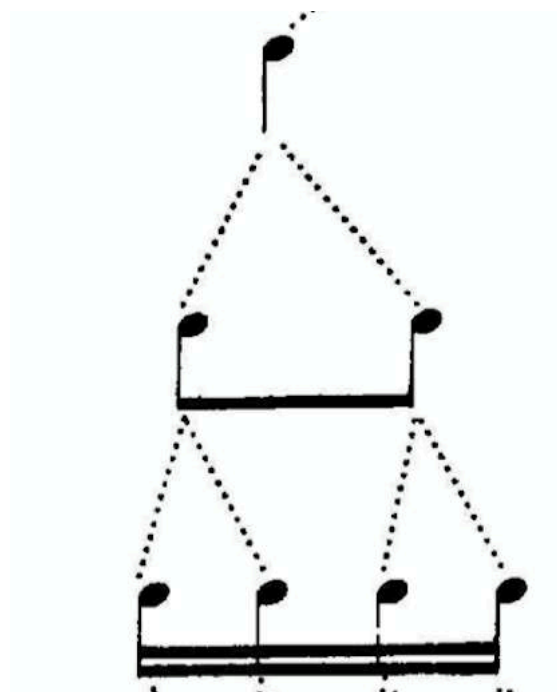


1 i e a

Nestas figuras mudaremos um pouco a execução dos exercícios:

- Contaremos o pulso com as passadas;
- Contaremos as subdivisões com a palma “Karatê”, 1 i e a;
- Cantaremos as leituras com a voz;
- Utilizaremos Metrônomo para regularidade do pulso.

² Vale ressaltar que na música popular brasileira o “swing” das levadas, ritmos e melodias estão intimamente interligadas a subdivisão das semicolcheias. O domínio dessas subdivisões ajuda muito o estudante de música a compreender a real execução da Música Brasileira, como samba, baião, frevo, xote, choro, maxixe, maculelê, entre muitos outros.



BENNY GREB'S
THE LANGUAGE OF DRUMMING

----- A SYSTEM FOR MUSICAL EXPRESSION -----

RHYTHMIC ALPHABET

Practice each variation first by clapping, then by substituting accents, stickings and rudiments on the notes or spaces for each letter variation, as shown in Benny's The Language of Drumming Book.

Very important - Be sure to use the vocal sound „CHID“ on quarter notes to keep the pulse through each letter variation. Have fun!

BINARY LETTERS

A 	B 	C 	D
E 	F 	G 	H
I 	J 	K 	L
M 	N 	O 	P

TERNARY LETTERS

Q 	R 	S 	T
U 	V 	W 	X

Semicolcheias

Subdivisões

Mario Jr

$\text{♩} = 45$

1 i e a 2 i e a 3 i e a 4 i e a

3 1 i e a 2 i e a 3 i e a 4 i e a

5 1 i e a 2 i e a 3 i e a 4 i e a

7 1 i e a 2 i e a 3 i e a 4 i e a

9 1 i e a 2 i e a 3 i e a 4 i e a

11 1 i e a 2 i e a 3 i e a 4 i e a

13 1 i e a 2 i e a 3 i e a 4 i e a

15 1 i e a 2 i e a 3 i e a 4 i e a

17 1 i e a 2 i e a 3 i e a 4 i e a

19 1 i e a 2 i e a 3 i e a 4 i e a

21

23

25

27

29

31

33

35

37

39

41



Instruções para aperfeiçoamento dos exercícios:

- Contar as pulsações com os pés 1 pé direito a frente, 2 pé esquerdo a frente, 3 pé direito para trás e 4 pé esquerdo para trás;
- Contar as subdivisões (1 i e a) com palma em formato Karatê;
- Cantar a rítmica com a sílaba Tá;

SEGUNDA SÉRIE

PROPOSIÇÕES RÍTMICAS FORMADAS COM O GRUPO 




ALTERNADO COM OS DA SÉRIE PRECEDENTE

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

























[illegible]



















1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20

TERCEIRA SÉRIE

PROPOSIÇÕES RÍTMICAS FORMADAS COM OS GRUPOS ⁵ ⁶ ⁷ |

ALTERNADOS COM OS DAS SÉRIES PRECEDENTES

¹ ² ³ ⁴ |
⁵ ⁶ ⁷ ⁸ |
⁹ ¹⁰ ¹¹ ¹² |
¹³ ¹⁴ ¹⁵ |
¹⁶ ¹⁷ ¹⁸ |
¹⁹ ²⁰ ²¹ |
²² ²³ ²⁴ |

¹ ² ³ |
⁴ ⁵ ⁶ |
⁷ ⁸ ⁹ |
¹⁰ ¹¹ ¹² |
¹³ ¹⁴ ¹⁵ |
¹⁶ ¹⁷ ¹⁸ |

¹⁹ ||  | $\text{♩} \text{♩} \text{♩}$ || ²⁰  | $\text{♩} \text{♩} \text{♩}$ || ²¹  | $\text{♩} \text{♩} \text{♩}$ ||

²² ||  | $\text{♩} \text{♩} \text{♩}$ || ²³  | $\text{♩} \text{♩} \text{♩}$ || ²⁴  | $\text{♩} \text{♩} \text{♩}$ ||

²⁵ ||  | $\text{♩} \text{♩} \text{♩}$ ||

|| ¹ $\frac{4}{4}$  | $\text{♩} \text{♩} \text{♩}$ - || ²  | $\text{♩} \text{♩} \text{♩}$ - || ³  | $\text{♩} \text{♩} \text{♩}$ - ||

⁴  | $\text{♩} \text{♩} \text{♩}$ - || ⁵  | $\text{♩} \text{♩} \text{♩}$ - || ⁶  | $\text{♩} \text{♩} \text{♩}$ - ||

⁷  | $\text{♩} \text{♩} \text{♩}$ - || ⁸  | $\text{♩} \text{♩} \text{♩}$ - || ⁹  | $\text{♩} \text{♩} \text{♩}$ - ||

¹⁰  | $\text{♩} \text{♩} \text{♩}$ - || ¹¹  | $\text{♩} \text{♩} \text{♩}$ - || ¹²  | $\text{♩} \text{♩} \text{♩}$ - ||

¹³  | $\text{♩} \text{♩} \text{♩}$ - || ¹⁴  | $\text{♩} \text{♩} \text{♩}$ - || ¹⁵  | $\text{♩} \text{♩} \text{♩}$ - ||

¹⁶  | $\text{♩} \text{♩} \text{♩}$ - || ¹⁷  | $\text{♩} \text{♩} \text{♩}$ - || ¹⁸  | $\text{♩} \text{♩} \text{♩}$ - ||

¹⁹  | $\text{♩} \text{♩} \text{♩}$ - || ²⁰  | $\text{♩} \text{♩} \text{♩}$ - || ²¹  | $\text{♩} \text{♩} \text{♩}$ - ||

²²  | $\text{♩} \text{♩} \text{♩}$ - || ²³  | $\text{♩} \text{♩} \text{♩}$ - || ²⁴  | $\text{♩} \text{♩} \text{♩}$ - ||

²⁵  | $\text{♩} \text{♩} \text{♩}$ - || ²⁶  | $\text{♩} \text{♩} \text{♩}$ - || ²⁷  | $\text{♩} \text{♩} \text{♩}$ - ||

²⁸  | $\text{♩} \text{♩} \text{♩}$ - || ²⁹  | $\text{♩} \text{♩} \text{♩}$ - || ³⁰  | $\text{♩} \text{♩} \text{♩}$ - ||

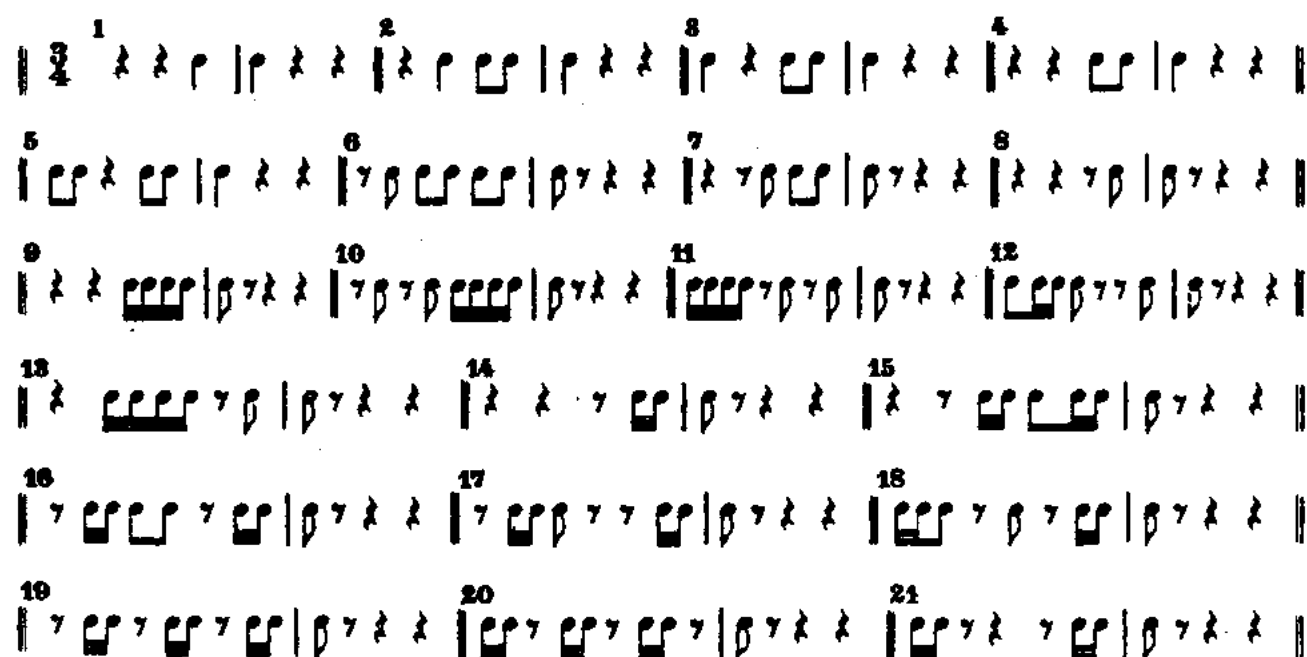
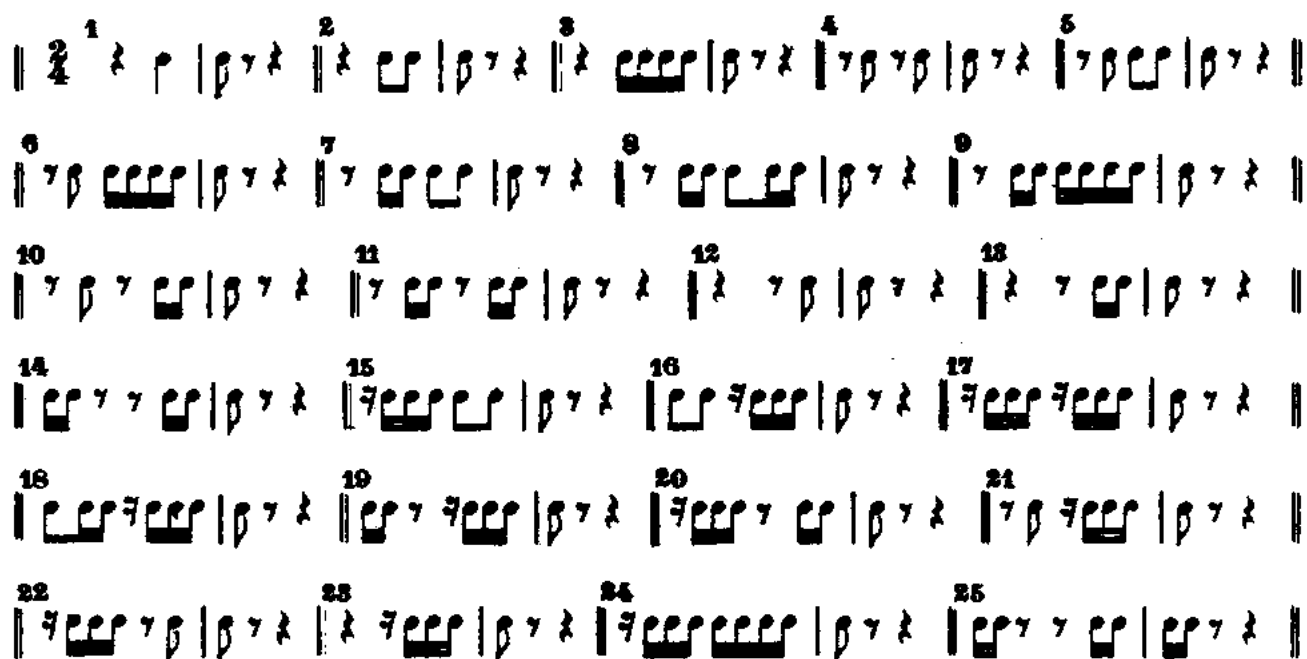
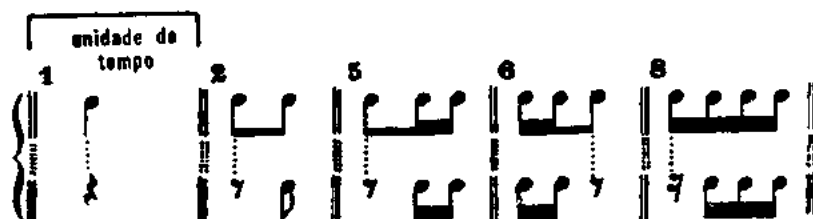
(*) As proposições rítmicas dos compassos a quatro tempos são já bastante longas se terminadas no início do segundo compasso. Toda vez, porém, que o professor julgar oportuno, poderá prolongar de um ou dois tempos, acrescentando grupos rítmicos necessários e escolhendo-os entre os mesmos exemplos que acima apresentamos.

QUARTA SÉRIE

NESTA SÉRIE AS PROPORÇÕES RÍTMICAS SÃO FORMADAS PREPONDERANDO OS GRUPOS QUE SE DIFERENCIAM DOS USADOS ATÉ AQUI PARA O EMPREGO DE UMA PAUSA EM SUBSTITUIÇÃO A UMA NOTA

Grupo das séries
precedentes.

Grupos derivados.



²² | ז' ע' י' ע' | ס' ז' ז' | ²³ | מ' ע' ע' ע' ע' | ס' ז' ז' | ²⁴ | ע' ע' ע' ע' ע' | ס' ז' ז' ||

²⁵ | ז' ז' ע' ע' | ס' ז' ז' | ²⁶ | ע' ע' י' ע' י' ס' | ס' ז' ז' | ²⁷ | י' ע' ז' ע' ע' | ס' ז' ז' |

²⁸ | י' ס' י' ע' ע' ע' | ס' ז' ז' | ²⁹ | ע' ע' ז' י' ע' | ס' ז' ז' | ³⁰ | ע' ע' ז' ע' ע' | ס' ז' ז' ||

| ¹ ז' מ' ז' מ' | מ' ז' - | ² ז' ע' ז' ע' | מ' ז' - | ³ ז' מ' מ' ז' | מ' ז' - | ⁴ ז' ע' ע' ז' | מ' ז' - |

| ⁵ - ז' ע' | ס' ז' - | ⁶ | ע' ז' ז' ע' | ס' ז' - | ⁷ | ס' י' ס' י' ס' י' | ס' ז' - | ⁸ | ז' י' ס' י' ס' | ס' ז' - |

| ⁹ - י' ס' י' ס' | ס' ז' - | ¹⁰ | - ז' ס' | ס' ז' - | ¹¹ | - י' ס' ע' | ס' ז' - | ¹² | ז' י' ע' י' ס' | ס' ז' - |

| ¹³ | ז' י' ס' ע' ע' | ס' ז' - | ¹⁴ | ע' ז' ס' ע' | ס' ז' - | ¹⁵ | ס' י' ס' ע' ע' | ס' ז' - | ¹⁶ | י' ס' ז' ז' ס' | ס' ז' - |

| ¹⁷ | ז' י' ס' ז' י' ס' | ס' ז' - | ¹⁸ | ז' ע' ע' ע' י' ס' | ס' ז' - | ¹⁹ | י' ס' ע' י' ס' ע' ע' | ס' ז' - |

| ²⁰ | ז' י' ס' י' ס' ע' ע' | ס' ז' - | ²¹ | - ז' י' ע' | ס' ז' - | ²² | ז' י' ע' י' י' ע' | ס' ז' - |

| ²³ | י' ע' ס' ז' י' ע' | ס' ז' - | ²⁴ | י' ע' ע' י' ע' ע' | ס' ז' - | ²⁵ | - י' ע' ע' ע' | ס' ז' - ||

| ²⁶ | י' ע' י' ע' י' ע' ע' ע' | ס' ז' - | ²⁷ | ע' ע' ס' י' ע' י' ע' | ס' ז' - | ²⁸ | י' ע' ע' ע' ע' ע' | ס' ז' - |

| ²⁹ | י' ע' ז' ז' י' ע' | ס' ז' - | ³⁰ | מ' ע' ע' ע' ע' | ס' ז' - | ³¹ | ע' ע' ע' ע' ע' | ס' ז' - ||

| ³² | י' ס' ע' י' ס' ע' ע' | ס' ז' - | ³³ | ע' ע' ע' ז' ע' ע' | ס' ז' - | ³⁴ | י' ע' ס' ז' ע' ע' | ס' ז' - ||

| ³⁵ | ס' י' ע' ע' ע' ע' ע' | ס' ז' - | ³⁶ | י' ע' ע' ע' ע' ע' ע' | ס' ז' - | ³⁷ | ע' ע' ע' ע' ע' | ס' ז' - ||

| ³⁸ | ע' ע' ע' ע' י' ס' י' ס' | ס' ז' - | ³⁹ | - ז' ע' ע' | ס' ז' - | ⁴⁰ | ע' ע' ע' ע' י' ס' ע' | ס' ז' - ||

III. Alpha Three


Jim Solomon

A ♩ = 80-100

B

C

Form: ABACA

A section: Establish the meter and tempo by moving in threes before beginning the A section. Have students take a step on beat one of each measure of the music that you play for them. Then practice the  pattern. Perform the A section and have students identify how many times that pattern occurs. Ask them to perform only that pattern with you the four times it occurs. After they can do this, they can easily add the rest.