

# BASS

## Checklist



Eleve seu nível como baixista começando  
2018 com objetivos e metas claras.



# Bass Checklist

Eleve seu nível como baixista começando 2018 com objetivos e metas claras.

Olá Baixista,

Produzi mais um ebook com muito carinho para lhe ajudar na jornada do baixista. Acredito que tem acompanhado todos os materiais do ToqueMaisBaixo. Em 2017 produzimos uma grande quantidade de conteúdos para os baixistas e para fechar com chave de ouro, produzi o Bass Checklist.

Sempre nessa época de mudança de ciclo, que podemos também trazer para uma mudança de ano, as pessoas estão motivadas e mudar hábitos, traçar novas metas, enfim, é uma época em que este tipo de mudança, ou pelo menos, desejo de mudança mais acontece.



Sempre acreditei que a mudança não depende de dígito. Exemplo: Mudar de 2017 para 2018. Acredito sim na mudança de dentro pra fora, mudança de rotinas, de hábitos, enfim, algo muito mais forte e duradouro. De qualquer forma, vamos usar esta época e fazer a nossa virada de chave!

A ideia deste ebook é propor alguns objetivos para 2018 e como você pode alcançá-los. O ebook está dividido em algumas partes importantes, pelo menos no meu ponto de vista, porém, temos espaços aqui para que você coloque outras ideias de acordo com suas necessidades. Vamos nessa?

## **{A} GROOVES**

Quem não quer turbinar seus grooves e executar bem esta função, que todos sabem, é a principal função do baixista?

Se você quer melhorar seus grooves em 2018, veja abaixo alguns pontos que não pode deixar de trabalhar, entender e estudar a fundo:

- 1 - Estudar com metrônomo
- 2 - Entender as levadas de bateria
- 3 - Dominar os principais arpejos
- 4 - Tirar grooves famosos (ganhar vocabulário)
- 5 - Explorar os timbres do seu baixo
- 6 - Dominar as principais técnicas (Pizzicato, Slap, Three Fingers, Palm Mute, etc)
- 7 - \_\_\_\_\_
- 8 - \_\_\_\_\_
- 9 - \_\_\_\_\_
- 10 - \_\_\_\_\_

Coloquei aqui 6 tópicos e deixei 4 em branco para que você preencha com outras ideias. Isso mesmo, é importante que você pense também em como melhorar os seus grooves. Use suas ideias e junte com as minhas.

## **Colocando a mão na massa!**

Agora, com os itens importantes para melhorar nossos grooves, temos que criar um rotina de estudos. Vamos começar de um modo simples. Separe da lista acima 3 itens que mais tem dificuldade e comece estudando e resolvendo isso. Você pode estar pensando: Mais pegar os itens que tenho mais dificuldades primeiro? A resposta é sim. Deste modo você consegue equilibrar os níveis e elevar a qualidade. Sempre resolva as coisas que mais lhe incomoda primeiro. Ok?



Depois que equilibrar todos os itens você pode começar a estudá-los em simultâneo. Obviamente que, quanto mais itens para estudar, mais tempo será necessário no seu dia a dia com o contrabaixo. Por isso, aconselho que pegue menos itens e entre de cabeça neles.

## **{B} IMPROVISOS**

Outro item importante para o baixista é criar solos, melodias e improvisos. Esta ferramenta vai lhe ajudar a elevar seu nível e conseguir mais trabalhos diferentes.

Vamos agora para a lista de itens importantes para melhorar seus solos e improvisos para 2018.

- 1 - Dominar o braço do instrumento
- 2 - Conhecer as principais escalas e suas aplicações
- 3 - Dominar os principais arpejos
- 4 - Treinar o ouvido (é importante que ouça e sinta o que está sendo tocado)
- 5 - Entender os cromatismos e suas aplicações
- 6 - Tirar melodias de Standard famosos (o Jazz tem muito a nos ensinar)
- 7 - Tirar solos e entender o que rolou ali
- 8 - \_\_\_\_\_
- 9 - \_\_\_\_\_
- 10 - \_\_\_\_\_

Lista boa hein? Como de costume, coloquei alguns

itens que acho e importante e peço que preencha com outros itens que acha importante para complementar esta lista.

## **Colocando a mão na massa!**

Do mesmo modo que separamos 3 itens na parte dos grooves, vamos separar agora nos improvisos. Veja o que realmente mais lhe incomoda ou algo que nunca trabalhou e comece a estudar. Isso mesmo! É muito importante se abrir para o novo!

Separe algumas horas do dia para resolver estas questões.

## **{C} CONDICIONAMENTO**

A nossa terceira parte do ebook são os condicionamentos. Aqui podemos colocar tudo relacionado ao condicionamento físico com o contrabaixo e também técnicas variadas.

### **Vamos ao nosso checklist?**

- 1 - Estudos diários com o metrônomo (1234) (4321)
- 2 - Variações com os dedos 1234 no braço todo
- 3 - Estudos variados com cromatismo
- 4 - Slap
- 5 - Two Hands



- 6 - Palm mute
- 7 - Ghost Notes
- 8 - Harmônicos
- 9 - \_\_\_\_\_
- 10 - \_\_\_\_\_

A lista aqui pode ser imensa. Cuidado para não colocar muitos tópicos e se perder com eles. Recomendo que chegue no máximo a 10 itens. Como fizemos nos outros assuntos, escolha 3 opções que quer elevar o nível. Não tenha pressa.

## **Juntando tudo na sua rotina de estudos**

Agora, chegou a melhor parte! Vamos juntar as partes **{A}**, **{B}** e **{C}** na nossa rotina de estudos. Observe que nosso estudo ficará muito mais agradável se ele for variado e amplo ao mesmo tempo.

Vou dar um exemplo aqui de como poderíamos montar um plano. Como sempre digo, monte o que mais sente que é adequado à sua realidade.

Vamos lá!

### **{A}**

**Estudos com o metrônomo**

**Tirar grooves famosos**

**Dominar os principais arpejos**

**{B}**

**Conhecer as principais escalas e suas aplicações**

**Tirar melodias**

**Treinar o ouvido**

**{C}**

**Ghost Note**

**Variações com os dedos 1234**

**Palm Mute**

Montei acima como seria um exemplo de estudos. Temos ali 9 itens divididos em 3 partes. Você pode estudar isso diariamente, os 9 itens ou até mesmo estudar uma letra por dia. {A} na segunda feira, {B} na terça, {C} na quarta e assim por diante.

A ideia do ebook Bass Checklist é organizar seus objetivos e traçar metas diárias para que eleve o seu nível.

Bom, até aqui tudo lindo! :) Muita coisa boa para estudar. Agora, não adianta nada ter um ebook com todos os passos importantes e não sentar com o instrumento e colocar a mão na massa! Tenha sempre isso em mente. Tenha menos coisas para fazer e faça com foco e profundidade. Isso mesmo! Vá a fundo em cada assunto e com certeza o dominará de uma vez por todas.

Espero ter lhe ajudado e lhe desejo um 2018 cheio de





realizações e principalmente, que evolua como baixista e possa se dar bem com o nosso querido contrabaixo.

Caso tenha alguma dúvida, só me chamar.

Você pode me encontrar no WhatsApp **35 991914532**  
ou no ToqueMaisBaixo **[www.toquemaisbaixo.com.br](http://www.toquemaisbaixo.com.br)**

Paz,

**Raphael du Valle**  
**CEO - ToqueMaisBaixo**