

PROGRESSIONI A 4 ACCORDI IN 4 TONALITÀ: RE, SOL, FA E MI

Tre formule in gradi, trasposte e suonate in diversi modi

Dieci schede per capire che una progressione a 4 accordi è una formula che si traspone, e per suonarla a ritmo, in arpeggi, con le dita e in improvvisazione.

10 schede · livello 1 a 3 · al tuo ritmo

Impaginazione ottimizzata per e-reader da 7 pollici (Kobo, Kindle, Boox...), comoda anche su telefono e tablet.

Creato da Guitarshelf, generatore e catalogo di schede di esercizi per chitarra
— <https://guitarshelf.com>

PERCHÉ QUESTO PACK

Un piccolo numero di progressioni a quattro accordi ritorna molto spesso nel pop e nel rock. Questa guida ne presenta tre, date in gradi: I–V–vi–IV (in Re, poi in Sol), I–V–vi–iii (in Fa) e I–IV–V (in Mi). Una progressione in gradi non dipende dalla tonalità: per trasporla si spostano tutti gli accordi della stessa distanza. La guida fa lavorare queste formule in diversi modi — ritmo regolare, cambi, strimpellate smorzate, sincope, arpeggi, fingerstyle — e termina con l'improvvisazione. L'ordine è voluto: prima una formula in una tonalità (schede 1 e 2), la stessa in un'altra (3 e 4), una formula vicina (da 5 a 7), la più semplice, I–IV–V (8 e 9), infine l'improvvisazione (10). La trappola classica è imparare ogni tonalità come una novità quando la struttura è già nota.

IL PERCORSO IN 10 SCHEDE

01 Pop in Re — ritmica

LIVELLO 1 · POP

Fissare un pattern di strimpellata su D, A, Bm, G, senza preoccuparsi dei cambi.

02 Pop in Re — cambio di accordi

LIVELLO 2 · POP

I cambi D–A–Bm–G: la fluidità prima della velocità.

03 Pop in Sol (4 accordi) — strimpellate soffocate

LIVELLO 1 · POP

La stessa formula I–V–vi–IV, in Sol, con il palmo: un altro gesto su accordi trasposti.

04 Pop in Sol (4 accordi) — ritmica sincopata

LIVELLO 3 · POP

La stessa progressione, un pattern spostato: la difficoltà armonica resta la stessa, cambia solo il ritmo.

05 Pop in Fa — 4 accordi

LIVELLO 1 · POP

Un'altra formula, I–V–vi–iii, in Fa: la struttura della versione in Do, trasposta.

06 Pop in Fa — strimpellate soffocate

LIVELLO 2 · POP

Smorzare la progressione: il palmo al ponte, un suono corto e percussivo.

07 Pop in Fa — arpeggi

LIVELLO 3 · POP

Scandire gli stessi accordi nota per nota: la precisione della mano destra.

08 Pop in Mi — ritmica

LIVELLO 1 · POP

I–IV–V: la formula più semplice, in Mi (E, A, B).

09 Pop in Mi — fingerstyle

LIVELLO 3 · POP

Gli stessi tre accordi con le dita: pollice sul basso, tre dita sulle corde acute.

10 Improvvisazione pop in Sol — scala relativa

LIVELLO 3 · POP

Improvvisare sul giro I–V–vi–IV in Sol, con la scala relativa minore, Mi minore.

PIANO DI LAVORO CONSIGLIATO

Settimana 1 — I–V–vi–IV in Re (schede 1 e 2)

D, A, Bm, G: un pattern di strimpellata regolare, poi i cambi di accordo. Annota i gradi mentre suoni.

Settimana 2 — La stessa formula in Sol (schede 3 e 4)

G, D, Em, C: stessi gradi, altri accordi. Strimpellate smorzate, poi sincope sulla stessa progressione.

Settimana 3 — I–V–vi–iii in Fa (schede da 5 a 7)

F, C, Dm, Am: la struttura della versione in Do, trasposta. Iniziazione, strimpellate smorzate, poi arpeggi.

Settimana 4 — I–IV–V in Mi, poi improvvisare (schede da 8 a 10)

E, A, B: la formula più semplice, a ritmo e poi con le dita. Concludi improvvisando sul giro in Sol.

01 · POP IN RE — RITMICA

Livello 1

Pop

Scheda online: <https://guitarshelf.com/it/fiche/re-pop-ritmica>

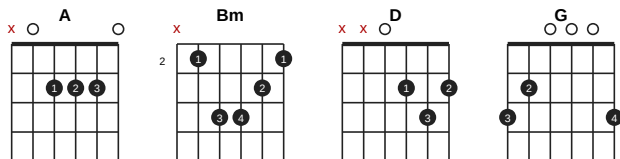
IL SUO POSTO NEL PERCORSO

Fissare un pattern di strimpellata su D, A, Bm, G, senza preoccuparsi dei cambi.

CONSIGLIO DELLA GUIDA

Annota i gradi: D è I, A è V, Bm è vi, G è IV. Ritroverai questa formula I–V–vi–IV in Sol alla scheda 3: stessi gradi, altri accordi.

ACCORDI



GIRO DI ACCORDI

D	A	Bm	G
---	---	----	---

Un motivo ritmico di strumming applicato alla progressione D, A, Bm, G, per allenare la regolarità della mano destra indipendentemente dai cambi di accordo.

CONSIGLI

Isola prima il motivo ritmico su un solo accordo tenuto, prima di applicarlo all'intera progressione.

02 · POP IN RE — CAMBIO DI ACCORDI

Livello 2

Pop

Scheda online: <https://guitarshelf.com/it/fiche/re-pop-cambio-accordi>

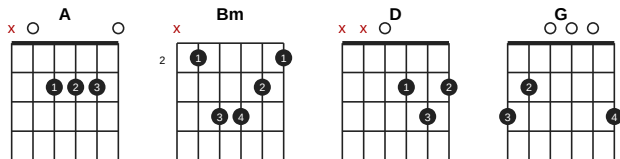
IL SUO POSTO NEL PERCORSO

I cambi D-A-Bm-G: la fluidità prima della velocità.

CONSIGLIO DELLA GUIDA

Individua il passaggio a Bm, l'unico accordo barré della progressione, e rallenta solo quel cambio prima di rifare il giro completo.

ACCORDI



GIRO DI ACCORDI

D	A	Bm	G
---	---	----	---

Lavora sui cambi tra D, A, Bm, G in questa progressione in stile Pop. Concentrati sulla fluidità del passaggio da un accordo all'altro piuttosto che sulla velocità.

CONSIGLI

Suona ogni accordo per diversi tempi prima di passare al successivo, e accelera solo quando il cambio è pulito.

03 · POP IN SOL (4 ACCORDI) — STRIMPELLATE SOFFOCATE

Livello 1

Pop

Scheda online: <https://guitarshelf.com/it/fiche/sol-pop-strimpellate-soffocate>

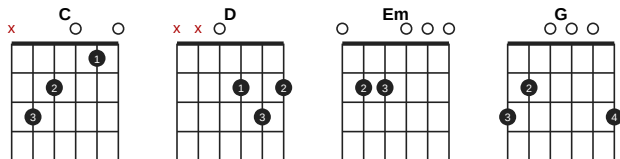
IL SUO POSTO NEL PERCORSO

La stessa formula I–V–vi–IV, in Sol, con il palmo: un altro gesto su accordi trasposti.

CONSIGLIO DELLA GUIDA

Confronta questa progressione con quella della scheda 1: stessi gradi, altri accordi. Senti lo stesso giro, semplicemente più grave o più acuto.

ACCORDI



GIRO DI ACCORDI

I	V	VI	IV
G	D	Em	C

Come nella versione ritmica già presente nel catalogo, questi quattro accordi (G, D, Em, C) sono tutti in posizione aperta, senza alcun barré. Ma a differenza di un power chord (2 o 3 corde da smorzare), G ed Em usano ciascuno tutte e 6 le corde della chitarra: il palmo deve coprire una zona molto più ampia da monitorare rispetto a una griglia metal del catalogo.

CONSIGLI

Smorza ogni accordo separatamente contando le sue corde attive: G ed Em (6 corde ciascuno) richiedono la copertura di palmo più ampia di questa griglia.

Confronta con una griglia power chord smorzata del catalogo: l'ampiezza di palmo necessaria qui è nettamente superiore.

Una volta padroneggiati i quattro accordi smorzati separatamente, concatenali mantenendo ogni regolazione del palmo automatica.

04 · POP IN SOL (4 ACCORDI) — RITMICA SINCOPATA

Livello 3

Pop

Scheda online: <https://guitarshelf.com/it/fiche/sol-pop-ritmica-sincopata>

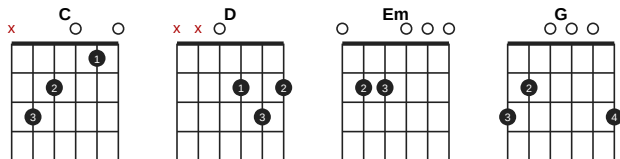
IL SUO POSTO NEL PERCORSO

La stessa progressione, un pattern spostato: la difficoltà armonica resta la stessa, cambia solo il ritmo.

CONSIGLIO DELLA GUIDA

Suona la versione regolare e poi quella sincopata di seguito: la progressione è identica, tutto ciò che senti di nuovo viene dalla mano destra.

ACCORDI



GIRO DI ACCORDI

I	V	VI	IV
G	D	Em	C

Questa versione sincopata usa esattamente la stessa griglia (G, D, Em, C) della versione ritmica di base del catalogo, con gli stessi accordi in posizione aperta: l'unica variabile che cambia tra i due livelli è il motivo di mano destra. È una buona illustrazione della logica di progressione del sito: la difficoltà armonica resta identica, aumenta solo la complessità ritmica.

CONSIGLI

Se la versione regolare di questa griglia è già solida, la mano sinistra non dovrebbe essere un ostacolo qui: concentra tutto il tuo lavoro sullo spostamento ritmico.

Batti prima i contrattempi a vuoto, senza chitarra, prima di integrarli nella chitarra battuta.

Confronta consapevolmente le due versioni a orecchio per sentire bene cosa aggiunge la sincope.

05 · POP IN FA — 4 ACCORDI

Livello 1

Pop

Scheda online: <https://guitarshelf.com/it/fiche/pop-fa-4-accordi-iniziazione>

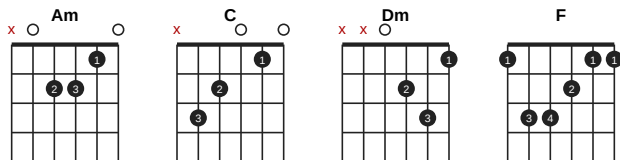
IL SUO POSTO NEL PERCORSO

Un'altra formula, I–V–vi–iii, in Fa: la struttura della versione in Do, trasposta.

CONSIGLIO DELLA GUIDA

Confronta F–C–Dm–Am con C–G–Am–Em: ogni accordo è spostato di una quarta verso l'alto. Questo è trasporre.

ACCORDI



GIRO DI ACCORDI

I	V	VI	III
F	C	Dm	Am

La progressione F-C-Dm-Am (I-V-vi-iii), la stessa struttura della versione in Do ma trasposta in Fa: buon esercizio per introdurre l'accordo con barré F fin dall'inizio di una sequenza altrimenti semplice.

CONSIGLI

Posiziona prima l'accordo F da solo e verifica che nessuna corda risulti smorzata prima di inserirlo nel giro. Gli altri tre accordi (C, Dm, Am) risulteranno già familiari se hai lavorato sulle progressioni in Do o in La minore.

06 · POP IN FA — STRIMPELLATE SOFFOCATE

Livello 2

Pop

Scheda online: <https://guitarshelf.com/it/fiche/fa-pop-strimpellate-soffocate>

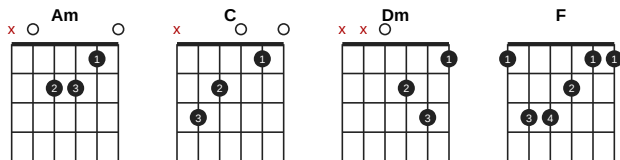
IL SUO POSTO NEL PERCORSO

Smorzare la progressione: il palmo al ponte, un suono corto e percussivo.

CONSIGLIO DELLA GUIDA

Dosa il palmo: troppo premuto, non si sente più alcuna altezza. Cerca il punto in cui l'accordo si riconosce ancora.

ACCORDI



GIRO DI ACCORDI

I	V	VI	III
F	C	Dm	Am

La progressione F, C, Dm, Am suonata con il palmo della mano che strimpella appoggiato sulle corde appena davanti al ponte: un suono percussivo e breve invece di un accordo che risuona pienamente.

CONSIGLI

Allenta leggermente la pressione del palmo per dosare lo smorzamento: se premi troppo, non si percepisce più alcuna altezza della nota.

07 · POP IN FA — ARPEGGI

Livello 3

Pop

Scheda online: <https://guitarshelf.com/it/fiche/fa-pop-arpeggi>

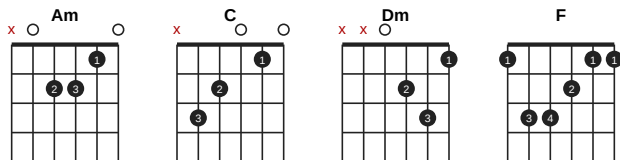
IL SUO POSTO NEL PERCORSO

Scandire gli stessi accordi nota per nota: la precisione della mano destra.

CONSIGLIO DELLA GUIDA

Confronta con la strimpellata della scheda 5: gli stessi accordi, ma una nota che si smorza o che trascina si nota subito.

ACCORDI



GIRO DI ACCORDI

I	V	VI	III
F	C	Dm	Am

La progressione F, C, Dm, Am suonata in arpeggi: ogni accordo viene scomposto nota per nota invece di essere strimpellato, per allenare la precisione della mano destra.

CONSIGLI

Rallenta finché ogni nota non suona pulita, prima di aumentare il tempo.

08 · POP IN MI — RITMICA

Livello 1

Pop

Scheda online: <https://guitarshelf.com/it/fiche/mi-pop-ritmica>

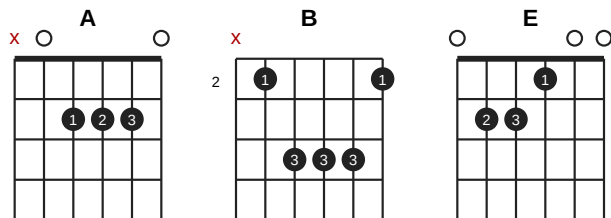
IL SUO POSTO NEL PERCORSO

I-IV-V: la formula più semplice, in Mi (E, A, B).

CONSIGLIO DELLA GUIDA

Dì i gradi mentre suoni: E è I, A è IV, B è V. Questo trio ritorna in buona parte del blues e del rock.

ACCORDI



GIRO DI ACCORDI

E	A	B	E
---	---	---	---

Un solo pattern di strumming, ripetuto sul giro pop più comune (E-A-B), per separare con nettezza due problemi che di solito si affrontano insieme: tenere un ritmo regolare con la mano destra e cambiare accordo con la sinistra. Qui la mano destra fa sempre esattamente la stessa cosa, battuta dopo battuta; si muove solo la sinistra. Quando il pattern è automatico, puoi applicarlo a qualunque canzone a quattro accordi senza pensarci.

CONSIGLI

Isola il pattern su un solo accordo tenuto, mano sinistra ferma, finché il braccio destro non lo fa da solo, come si cammina. La mano destra non si ferma mai : sui tempi in cui non tocchi corde, continua il movimento a vuoto sopra le corde. Aggiungi i cambi di accordo solo quando lo strumming non richiede più alcuna attenzione.

09 · POP IN MI — FINGERSTYLE

Livello 3

Pop

Scheda online: <https://guitarshelf.com/it/fiche/mi-pop-fingerstyle>

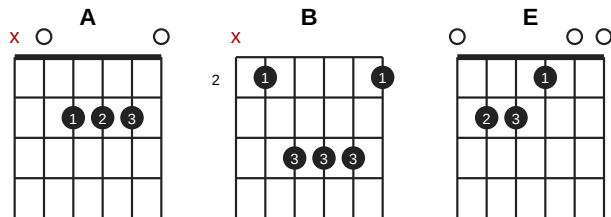
IL SUO POSTO NEL PERCORSO

Gli stessi tre accordi con le dita: pollice sul basso, tre dita sulle corde acute.

CONSIGLIO DELLA GUIDA

Chiudi gli occhi per qualche battuta: se il pollice tiene il tempo da solo, le tre dita hanno spazio per aggiungersi.

ACCORDI



GIRO DI ACCORDI

E	A	B	E
---	---	---	---

Il giro pop E-A-B suonato con le dita, senza plettro: il pollice colpisce il basso di ogni accordo mentre indice, medio e anulare pizzicano le tre corde acute. Il fingerstyle divide la mano destra in due voci che devono procedere insieme ma in modo indipendente, un po' come le due mani di un pianista. Il pollice è il metronomo: finché non è perfettamente regolare, nulla sopra di esso reggerà. È la porta d'ingresso all'accompagnamento cantato senza plettro.

CONSIGLI

Lavora prima il pollice da solo : solo i bassi E, A, B in semiminime, finché non sono regolari come un clic. Aggiungi le dita una alla volta, prima l'indice da solo su una corda, poi due, poi tre, senza mai far rallentare il pollice. Assegna una corda fissa a ogni dito (indice = sol, medio = si, anulare = mi acuto) e non cambiarla : la regolarità nasce dall'automatismo.

10 · IMPROVVISAZIONE POP IN SOL — SCALA RELATIVA

Livello 3

Pop

~100 BPM

Scheda online: <https://guitarshelf.com/it/fiche/improvvisazione-pop-sol-scala-relativa>

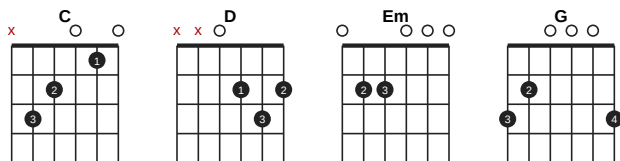
IL SUO POSTO NEL PERCORSO

Improvvisare sul giro I–V–vi–IV in Sol, con la scala relativa minore, Mi minore.

CONSIGLIO DELLA GUIDA

Punta alle note dell'accordo in corso piuttosto che alla fondamentale della scala, soprattutto al passaggio su Em, il relativo minore: è lì che la melodia si appoggia più facilmente.

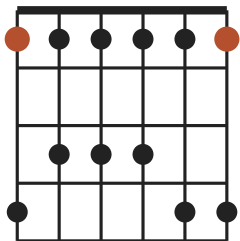
ACCORDI



GIRO DI ACCORDI

I	V	VI	IV
G	D	Em	C

POSIZIONE SUL MANICO



Pentatonique Mi mineur — pos. 1

Questa progressione pop (G-D-Em-C) è in Sol maggiore: la sua scala relativa minore è Mi minore, già lavorata nelle schede blues e rock in Mi. Stesse note, contesto armonico diverso.

CONSIGLI

Come per la versione in Do, dimentica la fondamentale della scala come riferimento: punta piuttosto sulle note dell'accordo in corso, in particolare nel momento del passaggio verso Em, che è proprio la tonalità relativa.

COME USARLO

1. Stampa le schede in ordine, oppure tienile in formato PDF su un tablet vicino alla tua chitarra.
2. Una scheda a sessione è sufficiente: meglio rifarla per più giorni che affrontare tutte e dieci in una volta.
3. Annota la data e il tempo raggiunto sul retro di ogni scheda: il suono si affina a orecchio, ma il progresso si misura con il metronomo.
4. Una volta completate tutte le schede, lo stesso percorso esiste in altre tonalità sul sito per trasportare ciò che hai imparato.

COS'È GUITARSHelf

Guitarshelf è un sito di schede di esercizi per chitarra, gratuito e senza account da creare:

- Un catalogo di schede classificate per stile, livello (1 a 6) e tipo di esercizio (griglia, riff, scala, tecnica...).
- Un generatore che crea una scheda di esercizio inedita su richiesta, secondo i criteri scelti.
- Un glossario e guide sul materiale per capire il vocabolario e la manutenzione dello strumento.
- Un quaderno personalizzato: componi la tua selezione di schede ed esportala in PDF, come questo.

Continua il percorso su <https://guitarshelf.com>