

## Plano de Formação 20/21 - Ficha da Ação

### Modalidade

Curso de Formação

### Nº de horas

25 horas

(25 horas presenciais)

### Formador(es)

Leonor Afonso

### Destinatários

Educadores de Infância e  
Professores dos Ensinos  
Básico e Secundário e  
Professores do Ensino  
Especial

### Calendarização

2021

### Local de realização

Agrup. Miguel Torga

### Solicitada/Prioridade na inscrição

- Agrup. Miguel Torga  
- Agrup. D. Afonso III, Vinhais

### Técnica Vocal

#### Objetivos

- Identificar o aparelho fonador;
- Compreender a importância da colocação correta da voz;
- Distinguir voz falada de voz cantada;
- Reconhecer as diferentes formas de colocação da voz e experimentá-las;
- Diagnosticar o seu próprio ponto de apoio vocal;
- Experimentar a colocação correta da voz falada.

#### Conteúdos

1. O aparelho fonador (componente teórica) (2h)
  - . órgãos e respectivas funções
  - . conceito de voz
  - . produção e emissão vocal
2. O corpo e a Voz (3h)
  - . relaxamento
  - . correção postural
3. A respiração e a Voz (3h)
  - . respiração diafragmática
4. Produção Vocal (8h)
  - . aquecimento e arrefecimento vocal
  - . articulação e dicção
  - . suporte vocal nos diafragmas torácico e pélvico
  - . projeção vocal
5. Autoscopia Vocal (9h)
  - . análise e reflexão

#### Metodologia

- . Aula expositiva teórica.
- . Realização de exercícios práticos de técnica vocal.
- . Gravação de vídeos individuais de trabalho de voz.
- . Visualização e análise dos vídeos individuais de trabalho de voz.
- . Implementação de debates e momentos de partilha e reflexão conjunta.

#### Avaliação - Formandos

- Participação e empenho - 40%
- Contribuição para o bom ambiente no interior do grupo
- Disponibilidade corporal e vocal
- Entrega perante os exercícios propostos
- Sentido crítico
- Reflexão crítica (relatório final) – 60%

#### Avaliação - Ação

Questionário *on-line* (e relatório crítico, se solicitado) a preencher pelos(as) formandos(as) e relatório a elaborar pelos formadores.  
Relatório do Centro de Formação