

## Plano de Formação de Pessoal Docente - 2018-19

### C629. A voz do docente

Ação realizada em parceria com o Pelouro da Educação da CMM – Câmara Municipal de Matosinhos



#### Modalidade / Horas / Créditos

Curso, 25 horas

#### Área de formação

b) Prática pedagógica e didática na docência, designadamente a formação no domínio da organização e gestão da sala de aula.

#### Público-alvo

Educadores e Professores.

#### Formador(es)

A indicar

#### Calendários-horários / Local

Em calendário e horário a definir.

#### Razões justificativas da ação:

##### Problema / Necessidade de formação identificados

O docente é um profissional da voz que dela depende em grande parte para exercer a sua atividade profissional. O uso diário prolongado e muitas vezes intenso da voz, o falar para grandes grupos, a qualidade do ambiente (temperatura, ar e pó), a acústica das salas, associados a posturas corporais de trabalho e a stress emocional, próprio da profissão, são alguns dos fatores de risco mais frequentes para a voz do docente. A esta situação acrescem, ainda, fatores de ordem individual, tais como tabagismo, maus hábitos vocais e doenças do foro respiratório. Esses fatores podem afetar a voz do docente e acabarem por introduzir dificuldades na sua prática docente e, por consequência, no processo de ensino-aprendizagem.

Esta ação visa fornecer aos docentes técnicas corporais e vocais apropriadas que lhes permitam maximizar as suas potencialidades vocais e manter um uso saudável do aparelho fonador em contexto profissional.

A modalidade selecionada para esta ação é curso de formação dado estarem em causa, com a sua realização, a aquisição, atualização, alargamento e aprofundamento de conhecimentos e de competências profissionais especializadas.

#### Efeitos e produzir: Mudança de práticas, procedimentos ou materiais didáticos

- Identificar os mecanismos básicos da produção vocal.
- Reconhecer a variabilidade de voz normal.
- Identificar sinais de risco/alerta da patologia vocal.
- Identificar os comportamentos prejudiciais à saúde vocal.
- Adotar padrões de postura corporal apropriados à saúde vocal.
- Desenvolver um padrão de respiração e projeção vocal adequados à atividade profissional docente.
- Dominar técnicas de aquecimento e arrefecimento corporal e vocal.

- Adotar práticas de autoscopia que permitam monitorizar a sua voz, selecionando exercícios de técnica vocal que melhor se adequam às suas necessidades.

#### Conteúdos da ação

##### A. Os docentes e a voz (8 horas)

1. Os docentes como profissionais da voz.
2. Anatomia e fisiologia do aparelho fonador.
3. Parâmetros Vocais.
  - 3.1. Caracterização da frequência, intensidade, qualidade, ataque vocal, registo vocal, extensão e tessitura.
  - 3.2. Exercícios práticos.
4. Caracterização da voz normal.
5. Fatores que influenciam a produção vocal.
6. Sinais de alerta para patologia vocal.
7. Comportamentos prejudiciais à saúde vocal.
8. Respiração.
  - 8.1. Tipos de respiração.
  - 8.2. Coordenação pneumofonoarticulatória.
  - 8.3 Exercícios práticos.
9. Postura e a sua ligação com a respiração e articulação. Exercícios práticos.
10. Introdução à técnica vocal.
  - 10.1. Aquecimento e arrefecimento vocal.
  - 10.2. Caracterização das várias técnicas.
  - 10.3. Exercícios práticos.

##### B. Técnica Vocal (17 horas)

1. Exercícios práticos.

#### Metodologias

Esta ação combinará espaços de teorização e prática, articulando metodologias expositivas com recurso a meios audiovisuais com métodos práticos. Pretende-se que os formandos explorem através de modelos fornecidos o que aprenderem em ambiente de feedback contínuo por parte do formador. Serão realizadas demonstrações de exercícios de aquecimento, arrefecimento, respiração e ditação e exploradas situações da prática dos docentes recorrendo a trabalhos em grupo, de diádes e a roleplaying. Na primeira parte do curso (A) pretende-se que os formandos contactem com os vários parâmetros vocais, do ponto de vista fisiológico e funcional, realizando aplicação prática no final de cada temática. A segunda parte (B) será dedicada à Técnica Vocal.

#### Avaliação

A avaliação dos formandos docentes nas ações do CFAE\_Matosinhos é contínua, participada por todos os intervenientes. As dimensões de avaliação são: a

## Plano de Formação de Pessoal Docente - 2018-19

### **C629. A voz do docente**

*Ação realizada em parceria com o Pelouro da Educação da CMM – Câmara Municipal de Matosinhos*



participação e o trabalho individual, na modalidade curso, e, a participação, os resultados do trabalho autónomo e o trabalho individual, nas modalidades oficina de formação, círculo de estudos e projetos. Para mais esclarecimentos sugere-se a consulta do Regulamento Interno do CFAE\_Matosinhos – [http://www.cfaematosinhos.eu/CFAE\\_Matosinhos\\_RI\\_2016\\_06%20Dez.pdf](http://www.cfaematosinhos.eu/CFAE_Matosinhos_RI_2016_06%20Dez.pdf) com especial atenção para o Capítulo 4. Avaliação dos formandos docentes

A avaliação da ação é feita através do preenchimento pelo formando de um documento que lhe é fornecido no primeiro dia. Elaboração de um relatório detalhado referente ao tratamento dos dados recolhidos