



**Associação Nacional de Professores**  
**Centro de Formação Leonardo Coimbra**

**Formação:**

---

**“Aprendizagem de técnicas vocais para preservar a voz e melhorar a comunicação”**

**Objetivos**

---

O objetivo principal desta ação é a aprendizagem das técnicas vocais direcionadas para o uso profissional da voz e a sua aplicação no dia-a-dia. Conhecer e prevenir os fatores de risco para a saúde vocal, apresentar as técnicas vocais preventivas, técnicas de emissão e de projeção vocal, e ainda, o treino da expressão oral durante o discurso. Explorar possibilidades comunicativas e dar estratégias para melhor gerir os recursos comunicativos dos professores.

**Conteúdos**

---

1. Apresentação / auto-avaliação da voz / Voz profissional
2. Anatomia e fisiologia vocal
3. Caracterização dos riscos para a voz / Cuidados com a voz
4. Relaxamento corporal e respiração
5. Técnicas Vocais
6. Elaboração de um Plano de Treino Vocal
7. Avaliação e discussão do plano de treino individualizado

**Calendarização On-Line**

---

24 e 31 de janeiro das 18h30 às 21h30  
14 e 21 de fevereiro das 18h30 às 21h30

**Formadora**

---

Regina Silva

**Horas | Acreditação**

---

Curso de Formação e-Learning – 12 horas

**Destinatários**

---

Educadores de Infância, Professores do Ensino Básico e Secundário e Professores de Educação Especial

## **Elegibilidade**

---

Para efeitos de aplicação do nº 1 do artº 8º do RJFCP, releva para a progressão na carreira de **Educadores de Infância e Professores dos Ensinos Básico e Secundário**

Para efeitos de aplicação do artº 9º (dimensão científico e pedagógica) não releva para a progressão na carreira

## **Plataforma a utilizar**

---

ZOOM