Ana Placas | Gabriela Almeida | Lúcia Amaral



À descoberta dos sons

Livro de Atividades

UNIVERSIDADE DE ÉVORA

Título: À Descoberta dos Sons - Livro de Atividades

Autoras: Ana Placas, Gabriela Almeida e Lúcia Amaral

Design e Ilustrações: Cátia Palmeiro

Editor: Universidade de Évora

Ano de Edição: Julho 2021

ISBN: 978-972-778-202-4

Entidade Promotora

Entidade colaboradora

Entidade financiadora

Prefácio

Os Sons podem ser ouvidos e sentidos de diversas formas, dependendo da sua natureza ou da inspiração de cada pessoa e, a descoberta dos sons é sem dúvida, uma experiência única que possibilita o estimulo dos vários "sentidos", das emoções e interação com o outro.

A construção e utilização de instrumentos musicais tradicionais, em conjunto com o cantar e o movimento corporal, estimulam a ligação às raizes culturais e afetivas, proporcionando uma variedade de vivências sensoriais, auditivas, tácteis e visuais que facilitam bastante o desenvolvimento de inúmeras competências e o aumento da qualidade de vida e bem estar das pessoas com deficiência.

À Descoberta dos Sons – Livro de Atividades, resulta da implementação de um projeto "pensado" pela equipa do CRI - Centro de Recursos para a Inclusão da APPACDM de Évora e financiado no âmbito dos Prémios Capacitar - BPI "Fundação La Caixa" (2019) com a colaboração da Universidade de Évora e foi desenvolvido em contexto escolar, institucional e comunitário.

Este E-book aparece como um ponto de partida para que todos os "curiosos e divertidos" - crianças, adultos, pais, familiares, amigos, possam desenvolver atividades, em pequeno ou grande grupo, para dar asas à imaginação e à criatividade, permitindo momentos de pura diversão e alegria.

Fica lançado o desafio à equipa envolvida na realização deste projeto, para que este seja o primeiro de vários trabalhos que promovam o aumento do bem estar e da inclusão de todos.

Rosa Moreira
Presidente da Direção da APPACDM de Évora

Prefácio

O Projeto *À Descoberta dos Sons* surge do desejo e vontade de uma equipa da APPACDM de Évora em criar respostas diferenciadas, motivadoras e promotoras da inclusão, com potencial impacto na vida ativa e na melhoria da qualidade de vida e da autonomia das crianças, jovens e adultos enquadrados nas diversas respostas. Ter como ferramenta de intervenção a psicomotricidade, foi ver um desejo pessoal a ganhar forma. Uma ferramenta eficaz que leva em consideração o uso do corpo e o movimento como base, e a organização do corpo pela mente. Por sua vez, a relação do corpo com a música remete à própria génese desta, às primeiras representações e rituais humanos, envolvendo sons e movimentos, tendo o corpo como o principal condutor da ação e do processo de criação. Posto isto, conjugar a psicomotricidade com a música foi a chave para, entre sorrisos, gargalhadas, saltos, gritos, canto e dança, trabalhar os aspetos do desenvolvimento psicomotor. Foi importante neste processo as atividades dialogarem com os interesses dos destinatários, tanto nas tarefas como nas relações entre eles.

O Projeto partiu do pressuposto de que as intervenções terapêuticas baseadas no movimento e recorrendo à música, em crianças e jovens com perturbações do neurodesenvolvimento, têm mostrado efeitos positivos na integração sensorial, na interação psicossocial, na regulação comportamental e no desenvolvimento motor e cognitivo. O ritmo, a música e o movimento favorecem, também, as funções e capacidades, possibilitando a estas crianças e jovens demonstrar o seu potencial social, comunicativo, expressivo e criativo.

A construção de instrumentos musicais com diversos materiais (ex: chocalho, ronca, castanholas, adufe) surge, por um lado, como facilitador de experiências sensoriais, auditivas, táteis e visuais e, por outro, quando finalizados, permitem atividades de percussão e ritmo que apelam ao movimento corporal e canto, que podem ser realizadas diariamente, orientadas pelos assistentes operacionais, professores, formadores e técnicos das escolas e instituições. A construção deste eBook surge para possibilitar a replicação das atividades do projeto noutros contextos.

Lúcia Amaral
Coordenadora do Projeto "À Descoberta dos Sons"

Testemunhos

Testemunhos/Comentários ao Projecto "À Descoberta dos Sons"

"O projeto "À descoberta dos sons" foi uma mais-valia para os alunos, durante este ano letivo, pois foi uma forma lúdica e prática dos alunos trabalharem a música. Contribuiu para o desenvolvimento da sua autoestima, uma vez que os alunos construíram trabalhos práticos que eram instrumentos musicais e puderam apresentá-los aos seus colegas."

Rosária Pires, Docente de Educação Especial

"À Descoberta dos Sons" foi um projeto que nos trouxe música à sala de aula. Foi uma mais-valia, estimulando a autoestima dos alunos envolvidos e, simultaneamente, ajudando-os ao nível da atenção/concentração."

Mónica Rebocho, Docente de Educação Especial

"Gostei! Foi divertido! Para o ano queremos mais."

Ana Luísa Barreiros, Docente de Educação Especial

"A música possui um papel importante na educação das crianças. Além de contribuir para o desenvolvimento psicomotor, sócio afetivo, cognitivo e linguístico, facilita ainda o processo de aprendizagem. Consta que Platão disse "Primeiro, devemos educar a alma através da música e a seguir o corpo através da ginástica". Variada literatura científica tem mostrado a importância da música no desenvolvimento das crianças, mas infelizmente não se lhe dá o devido valor nos Currículos escolares.
O projeto "À descoberta dos sons" veio trazer a novidade, a experiência e a fantasia."

Carla Figueira, Docente de Educação Especial

"O Projeto " À descoberta dos sons " é uma excelente iniciativa, porque neste espaço os alunos interagem entre si e realizam diferentes atividades, através das quais conseguem expressar- se, tendo sempre como base a música e os sons."

Eulália Dias, Docente de Educação Especial

"Acompanhei de perto o projeto, sou testemunha da sua eficácia. Estimulante e expressivo, essencial. Um projeto necessário à escola de hoje."

Milene Silva, Docente de Educação Especial

"Tem sido bastante gratificante observar estes alunos no projeto. Reagem de forma muito positiva a estes estímulos. Espero que o projeto continue para o próximo ano, os alunos agradeciam."

Maria João Paulino, Docente de Educação Especial

"A interação entre a Ana e os alunos é muito harmoniosa. A resposta dos alunos ao projeto foi muito positiva."

Denise Diniz, Docente de Educação Especial

"O Projeto "À Descoberta dos Sons" foi dinamizado pela técnica Ana Placas, através do Centro de Recursos para a Inclusão, abrangeu nove alunos da Escola Secundária André de Gouveia, beneficiando de medidas de apoio às aprendizagens e inclusão, nomeadamente, Adequações Curriculares Significativas, Programas Educativos Individuais e Planos Individuais de Transição.

O Projeto, através das atividades desenvolvidas, revelou-se uma excelente via para o desenvolvimento pessoal, cultural, estético e holístico destes jovens. Considerando o perfil de funcionalidade de cada um deles e as respetivas problemáticas pessoais do foro neuropsicológico que, de forma distinta os atingem, o Projeto foi um meio eficaz para a melhoria do seu equilíbrio emocional, expansão da sua criatividade e teve, igualmente, um impacto muito positivo nos domínios da focalização da atenção/ concentração, motricidade global e fina, interação com os outros, perceção do seu próprio corpo físico, etc.

Os alunos foram sempre assíduos e, se de início, mostraram alguma resistência a aderir às atividades, depressa se integraram, colaboraram e desejaram mais. Para este Projeto e para este tipo de alunos, em particular, os períodos de confinamento e do Ensino à Distância foram altamente lesivos para o seu desenvolvimento, dado tratarem-se de jovens sem autonomia na manipulação dos meios tecnológicos/aplicações de softwares específicos e com os quais o processo de ensino e aprendizagem se exige presencial, sobretudo, na necessidade de aplicar técnicas que passam pela linguagem corporal, facial, oral e afetiva.

Face à excelente prática deste Projeto, à eficácia e natureza dos resultados obtidos, será sempre um Projeto que merece continuidade."

Mariana Neves, Docente de Educação Especial

Testemunhos

"A Ana traz com ela a música, o divertimento, a alegria… Ouvir e tocar os seus instrumentos musicais é mágico! Deixa-nos felizes e muito contentes. Cantamos, dançamos e os sorrisos aparecem nos nossos rostos! Estamos muito contentes!

A Ana vem à escola

E com ela traz música e felicidade

Instrumentos musicais numa sacola

E lá se vai a ansiedade, fica uma grande amizade!

Com a Ana nunca estamos tristes. A Ana é muito fixe!"

Centro de Apoio à Aprendizagem (CAA) da Cruz da Picada, Évora / Inácia Arranhado, Deonilde Salvador, Sónia Janeiro, Graça Silva, Martim Coelho, Maria Inês Pessoa, Tiago Ramalhinho e Dinis Balão (Docentes de Educação Especial, Assistentes Operacionais e Alunos)

"A terapia através dos sons (música) é fundamental para o desenvolvimento da criança. Entre vários aspetos destacam-se a concentração e o controlo das emoções, favorecendo deste modo as outras aprendizagens."

Maria Leonor Ferreira, Assistente Operacional

"É uma descoberta entre sons e arte promovendo a criatividade, com a construção de instrumentos, diminui o stress e a ansiedade. A utilização de instrumentos incentiva a comunicação trazendo uma qualidade de vida social."

Maria José Caldeira, Assistente Operacional

"Eu aprendi a tocar alguns instrumentos, gostei de desenhar, pintar, dançar, cantar e fazer jogos super divertidos."

Liliana Fadista, Aluna

"Adorei dançar, cantar e tocar instrumentos."

Andreia Sousa, Aluna

"Eu gostei de dançar e de ouvir música."

Rafaela Marques Sacristão, Aluna

Testemunhos

"Gostei de tocar viola, cantar o Toy e construir instrumentos."

Jéssica Samora, Aluna

"Este projeto é fixe e eu gosto muito! São horas divertidas!"

Rubén Barros, Aluno

"O projeto "À Descoberta dos Sons" foi divertido!"

Gonçalo e Tiago Canaverde, Alunos

"O projeto é fixe!"

José Polido, Aluno

"Gostei muito do Projeto e da psicomotricista Ana Placas! Gostei muito de tocar da guitarra, do cajon e da bateria."

Alexandre Encarnação, Aluno

"Eu gostei muito deste projeto, de todos jogos que fizemos com a Ana e de tocar os instrumentos."

Carolina Velha Maria, Aluna

"Gostei muito de jogar às escondidas musicais e de construir os tambores e castanholas."

Margarida Mestre, Aluna

"A Sofia ganhou imenso sentido de ritmo, movimento. É difícil descrever e quem não a conhece não entenderá. Quem a conhece viu as diferenças de uma Sofia que adorava ouvir música e ver pessoas dançar, mas não mexia o corpo, para uma Sofia que agora se movimenta ao ritmo da música. É indescritível. A felicidade dela ao perceber que consegue movimentar-se. A diferença, e que diferença, do início do projeto para agora é impressionante. Não terminem por favor!"

Margarida Rosário, Encarregada de Educação

Índice

Pág.

Introdução 10

Lista de Atividades 12

Construir os instrumentos musicais

1. Reco-reco 14
2. Clavas 16
3. Maracas 18
4. Pau de Chuva 20
5. Castanholas 22
6. Chocalho (guizeira) 24
7. Pandeireta das Saias 26
8. Tamborileiro (tambor) 28
9. Adufe 30
10. Ronca (sarronca) 32

As Atividades

1. Explora os Instrumentos Musicais 34
2. Descobre os Sons e os Instrumentos Musicais 35
3. Memoriza as Sequências Sonoras 36
4. Brinca com os Instrumentos Musicais: Altura do Som 37
5. Brinca com os Instrumentos Musicais: Intensidade do Som 38
6. Brinca com os Instrumentos Musicais: Duração do Som 39
7. Adivinha quem sou eu 40
8. Escondidas Musicais 41
9. Movimentos e Deslocações Sonoras 42
10. Movimentos e Deslocações no Ritmo 43
11. Pára-Arranca 44
12. As Cadeiras Musicais 45
13. O Maestro 46
14. Espelho Musical 47
15. Sem Cair! 48
16. A Orquestra Alentejana 49
17. Desenhos Musicais 50
18. Quem tem o Chocalho? 51
19. Cartas Rítmicas 52
20. Percussão corporal 54

A criação deste eBook – À Descoberta dos Sons – Livro de Atividades, foi a forma que encontrámos de partilhar com todos aqueles que interagem com crianças e jovens, algumas das atividades desenvolvidos no âmbito do Projeto "À Descoberta dos Sons". Este projeto teve como ponto de partida intervenções reeducativo-terapêuticas baseadas no movimento e recorrendo à música, com crianças e jovens com perturbações do neurodesenvolvimento. Foi aplicado em contexto institucional e escolar, com diferentes faixas etárias.

Objetivos

As atividades apresentadas ao longo do eBook têm como objetivos:

- Promover a integração sensorial;
- Promover a interação psicossocial;
- Promover a regulação comportamental;
- Promover o desenvolvimento motor e cognitivo.

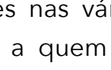
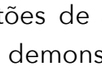
O ritmo, a música e o movimento, presentes nas várias sugestões de atividades, ajudam a estimular estas áreas, possibilitando a quem participa, demonstrar o seu potencial social, comunicativo, expressivo e criativo. Acreditamos ainda que as atividades descritas têm caraterísticas motivacionais e promotoras da inclusão.

O objetivo não é aprender técnicas musicais, pelo que nem os dinamizadores das atividades, nem os participantes precisam de se preocupar se têm aptidões musicais ou capacidade para tocar instrumentos. No entanto, com estas atividades pretende-se que possam vir a desenvolver competências nesse sentido, como cantar e dançar espontaneamente, tocar instrumentos e aprender sobre eles, assim como estimular a criatividade.

Como está organizado?

Este livro está organizado em duas partes: na primeira vamos aprender a construir 10 *instrumentos musicais* com materiais comuns do dia a dia, alguns recicláveis, de fácil substituição e baixo custo. Na segunda apresentamos 20 *atividades* que são dinamizadas com os instrumentos musicais construídos previamente.

Com o intuito de facilitar a consulta das atividades e selecionar qual/quais realizar, foi elaborada uma lista de atividades onde constam todas as atividades propostas ao longo deste eBook com as informações essenciais para a sua realização:

- Número de participantes:  **Pequeno grupo**  **Grande grupo**
- Instrumentos necessários:  **1 ou 2 instrumentos**  **Vários instrumentos**  **Instrumentos para todos**

- Material complementar necessário;
- Espaço (amplo ou não):  **Espaço amplo**
- Grau de dificuldade:  **Fácil**  **Médio**  **Difícil**

Os Instrumentos Musicais

Na primeira parte, cada instrumento tem uma "ilustração exemplo", os materiais necessários para a sua construção, os passos que deve seguir para os construir e, no final, o que deve fazer para o tocar. Depois de construídos, podem ser decorados.

As Atividades

Para cada atividade indicamos qual consideramos ser o número ideal de participantes, os instrumentos musicais necessários, se é necessário material complementar ou não, a dimensão do espaço a ter em conta para a dinamização da atividade e o grau de dificuldade. Com estas informações pode selecionar a(s) atividade(s) mais adequada(s) a dinamizar, não sendo necessário atender à ordem de aparição das atividades no eBook.

Na descrição explicamos como vai decorrer a atividade, para que seja mais fácil compreender e realizar. Apresentamos ainda algumas adaptações e variantes para diminuir ou aumentar o grau de dificuldade da atividade. As variantes incluem também alguns exemplos de músicas ou tipos de deslocações. Em algumas das atividades também descrevemos exemplos de gestos específicos, sequências sonoras ou os pares de instrumentos tocados nessas atividades. Por fim, as duas últimas atividades têm anexos (Cartas Rítmicas e Musicogramas).

Como usufruir deste eBook?

Consideramos que a elaboração deste livro digital deveria proporcionar uma leitura fácil, seguindo uma linha orientadora que permitisse uma utilização intuitiva por parte dos leitores. Para isso, é fundamental primeiro construir os instrumentos e, só depois, realizar as atividades propostas. Cada utilizador é livre de aplicar as atividades conforme deseje, mas deve ter em conta a população alvo, o número de participantes e os instrumentos necessários. Neste sentido, não é essencial que seja seguida a ordem de atividades descrita. No entanto, para realizar algumas atividades, precisa de uma variedade de instrumentos ou mesmo instrumentos para todos os participantes.

Em suma, desejamos que este eBook possa ser uma ferramenta de intervenção ou de diversão, através da replicação de atividades semelhantes àquelas que foram implementadas no projeto "À Descoberta dos Sons". Com pequenos passos, como este, acreditamos que podemos fazer parte da mudança de atitudes face à pessoa com diversidade funcional.

Lista de Atividades

	Atividade	N°. participantes	Instrumentos necessários
1.	Explora os Instrumentos Musicais		
2.	Descobre os Sons e os Instrumentos Musicais	ou	
3.	Memoriza as Sequências Sonoras	ou	
4.	Brinca com os Instrumentos Musicais: Altura do Som	ou	
5.	Brinca com os Instrumentos Musicais: Intensidade do Som	ou	
6.	Brinca com os Instrumentos Musicais: Duração do Som	ou	
7.	Adivinha quem sou eu		
8.	Escondidas Musicais		
9.	Movimentos e Deslocações Sonoras	ou	(Tamborileiro, Clavas, Maracas, Pau de Chuva)
10.	Movimentos e Deslocações no Ritmo	ou	(Pandeireta)
11.	Pára-Arranca	ou	
12.	As Cadeiras Musicais		
13.	O Maestro		
14.	Espelho Musical		
15.	Sem Cair!		
16.	A Orquestra Alentejana		
17.	Desenhos Musicais	ou	
18.	Quem tem o Chocalho?	ou	(Chocalho)
19.	Cartas Rítmicas		
20.	Percurssão corporal		

Legenda :

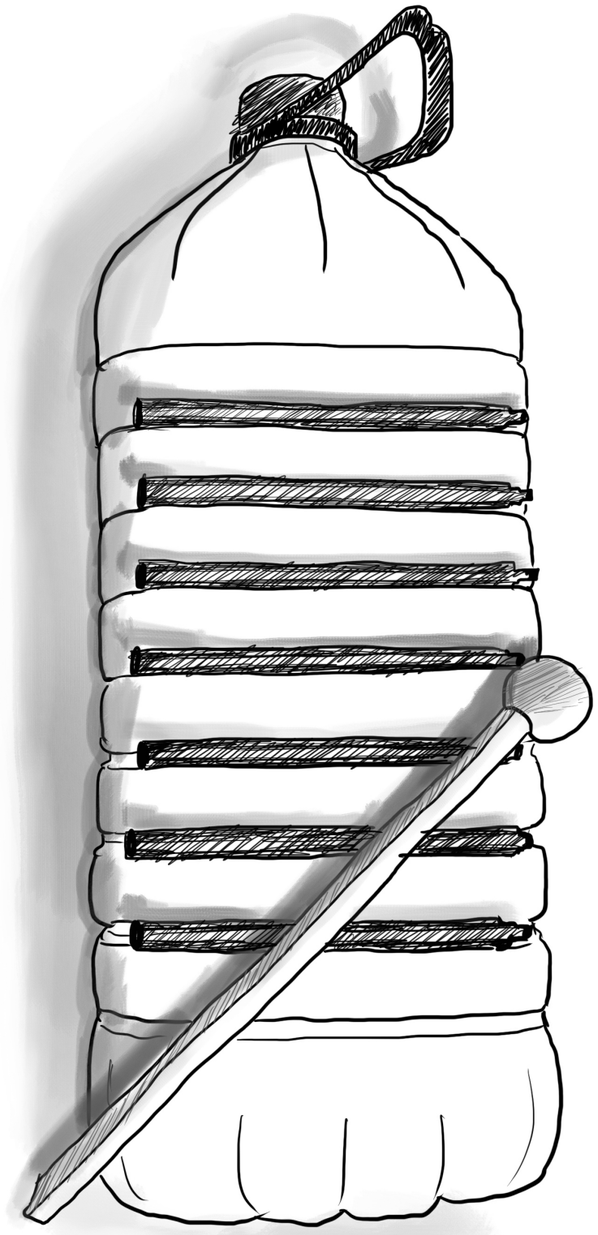
Pequeno grupo **Grande grupo** **Espaço amplo** **1 ou 2 instrumentos** **Vários instrumentos**

Lista de Atividades

Material complementar necessário	Espaço	Grau de dificuldade
Uma venda		
Lápis de cor; Folhas de papel A3		
Extratos musicais pré-gravados ; Coluna		
Uma cadeira por participante		
Extratos musicais pré-gravados ; Coluna		
Extratos musicais pré-gravados ; Coluna		
Extratos musicais pré-gravados; Coluna; Papel de cenário ou folhas A4/A3 de papel; Tintas coloridas / lápis de cor / canetas de feltro coloridas / lápis de cera /pincéis		
Cartas Rítmicas facultadas		
Uma cadeira por participante Musicogramas facultados		

Instrumentos para todos

Grau de dificuldade: **Fácil** **Médio** **Difícil**



1. Reco-reco

Materiais:

- 1 garrafão vazio de 5 ou 6 litros
- 9 paus de árvore com cerca de 12cm de comprimento cada ou 9 canetas que já não escrevam (sem filtro e sem pontas)
- pistola e tubos de cola quente
- cola branca
- 3 palitos de churrasco/bambu com cerca de 20cm de comprimento cada
- 1 rolha ou 1 bola de esferovite com cerca de 2cm de diâmetro
- lixa ou x-ato
- fita cola colorida

Passo 1

Cole os paus (ou as canetas) nas ranhuras do garrafão com cola quente;

Passo 2

Junte os 3 palitos de churrasco/bambu (para ficar apenas 1), confirme na extremidade lisa que forma um triângulo, e envolva os 3 palitos juntos com a fita cola colorida;

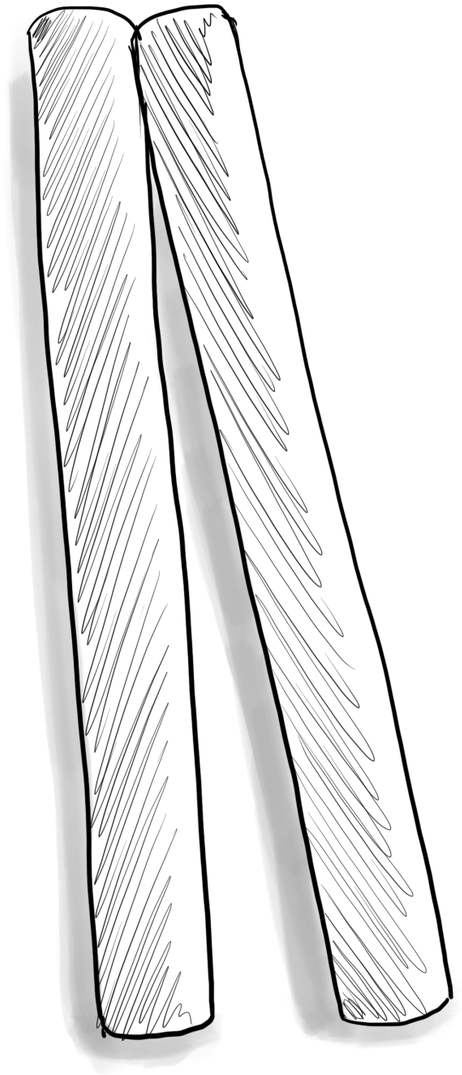
Passo 3

Faça 3 furinhos coincidente com as pontas dos palitos na rolha/bola de esferovite e cole as pontas bicudas dos 3 palitos nesses furos com a cola branca;

Passo 4

Com a ajuda de uma lixa ou x-ato, acerte as pontas da rolha de forma que fique com arestas lisas e arredondadas.

Com a baqueta, friccione o reco-reco na parte onde foram colados os paus para produzir o som desejado.



2. Clavas

Materiais:

- 1 cabo de vassoura velho
- serrote
- lixa

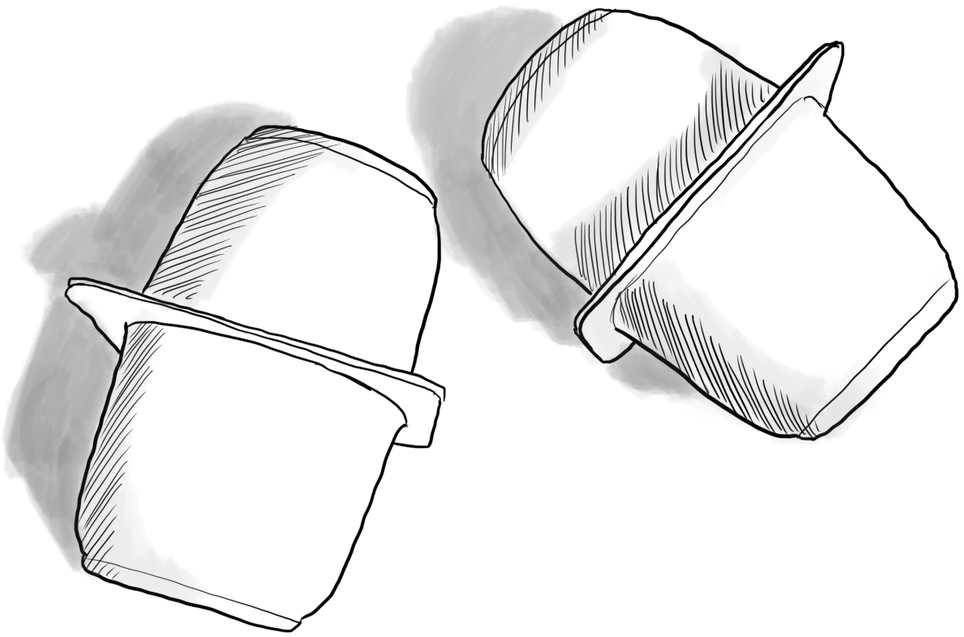
Passo 1

Com a ajuda do serrote, corte o cabo da vassoura em cabos pequenos com 20cm de comprimento cada;

Passo 2

Lixe as pontas dos cabos pequenos de forma que fiquem com as arestas lisas e arredondadas. Dois cabos pequenos são um par de clavas.

Bata uma clava na outra para produzir som.



3. Maracas

Materiais para uma maraca:

- 2 copos de iogurte iguais
- arroz, grão ou feijão
- 1 colher de sopa (para medir o arroz, grão ou feijão)
- tesoura
- pistola e tubos de cola quente

Passo 1

Coloque 5 colheres de arroz/grão/feijão dentro de um dos copos de iogurte;

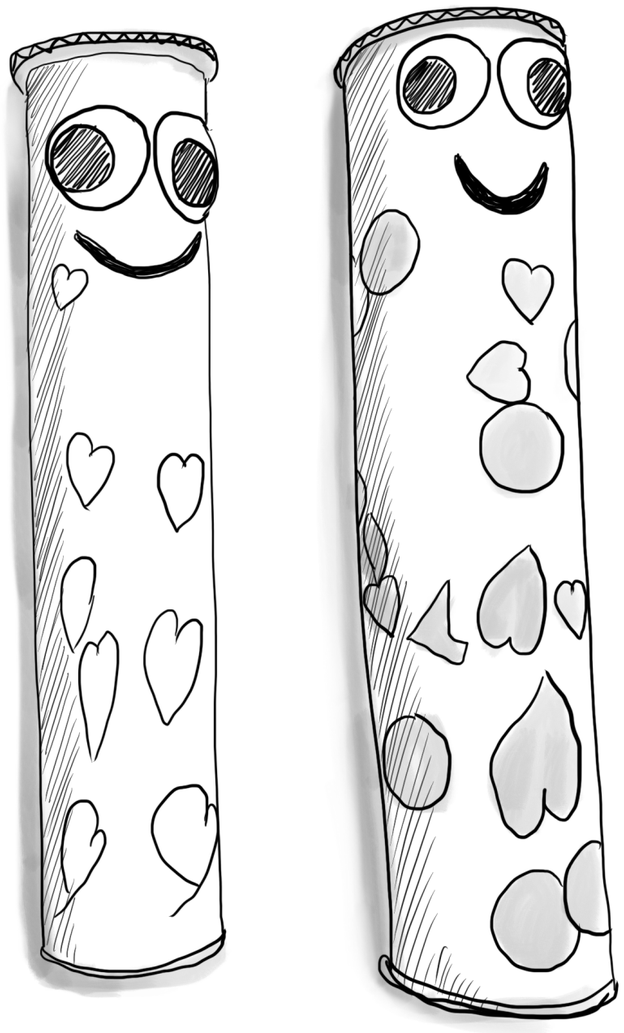
Passo 2

Com a cola quente, cole o outro copo de iogurte (abertura com abertura);

Passo 3

Corte as pontas dos copos de iogurte com a tesoura de forma que fiquem arredondadas.

Agite os copos colados para produzir o som.



4. Pau de chuva









Materiais:

- 1 rolo de papel de cozinha ou 2 rolos de papel higiénico
- 11 pregos finos de 4cm ou 11 palitos de bambu com 4.5cm de comprimento cada ou 1 arame 35cm de comprimento
- arroz
- quadrado de cartão (12x12cm)
- 1 colher de sopa (para medir o arroz)
- fita adesiva de papel
- chave de fendas
- lápis
- tesoura
- cola branca
- pistola e tubos de cola quente

Se usar os 2 rolos de papel higiénico, cole-os para fazer um só rolo.

Passo 1

No quadrado de cartão, faça 2 contornos do rolo de papel de cozinha e recorte-os de seguida;

Passo 2

Com a chave de fendas, faça 11 furos nas ranhuras (linha espiral à volta do rolo) do rolo de papel de cozinha com a distância de 4cm entre eles (em alternativa, dobre o arame em espiral e coloque dentro do rolo e passe ao Passo 4)

Passo 3

Coloque um pouco de cola branca nos furos e insira lá os pregos/palitos;

Passo 4

De forma a proteger e fortalecer o rolo, envolva-o com a fita adesiva de papel;

Passo 5

Cole, com a cola quente, um dos círculos de cartão realizados no passo 1 numa das pontas do rolo;

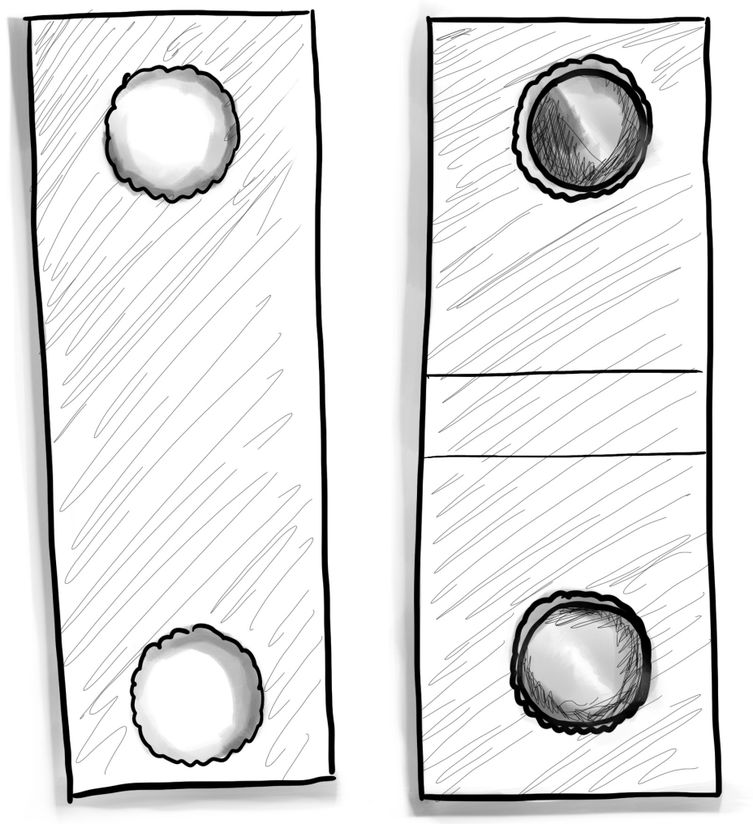
Passo 6

Coloque 5 colheres de arroz dentro do rolo de papel de cozinha;

Passo 7

Cole com a cola quente o outro círculo de cartão realizado no passo 1, na outra ponta do rolo.

Incline o pau de chuva em diferentes direções para obter som.



5. Castanholas





Materiais:

- 2 retângulos de cartão (17x6cm)
- 4 caricas
- 2 elásticos
- lápis
- objeto redondo (ex. copo) para traçar um contorno
- tesoura
- régua
- pistola e tubos de cola quente

Para cada retângulo de cartão, siga os passos.

Passo 1

Divida o retângulo de cartão em 3 partes com o lápis (7.5cm, 2cm, 7.5cm), traçando uma linha;

Passo 2

Com a ajuda da régua, dobre o cartão pelas linhas traçadas;

Passo 3

Com uma base/objeto redondo, desenhe os contornos nas pontas do retângulo de forma que fique com uma forma arredondada e corte;

Passo 4

Desdobre o cartão. Com a cola quente, cole uma carica virada para baixo em cada uma das pontas do cartão, deixando 2cm para cada lado;

Passo 5

Volte a dobrar o cartão. Coloque um elástico no espaço dos 2cm e enfie uma mão por dentro do elástico, de modo que a sua palma da mão fique em contacto com o cartão.

Abra e feche a mão para as caricas se tocarem.



6. Chocalho (Guizeira)

Materiais:

- 1 argola de plástico ou madeira (mínimo 10cm de diâmetro)
- 8 fitas de cetim ou seda de cores diferentes (22cm cada fita)
- 8 guizos
- agulha e fio

Passo 1

Com uma agulha, cosa um guizo em cada ponta da fita de cetim ou seda;

Passo 2

Ate as fitas à argola de modo que as pontas fiquem com o mesmo tamanho.

Com a mão na argola, agite para produzir som.

OU

Materiais:

- pau de árvore em forma de Y
- arame com comprimento maior que a distância entre as extremidades do pau
- 10 caricas
- martelo
- chave de fendas
- alicate

Passo 1

Com um alicate, abra as caricas e de seguida, espalme-as com um martelo de modo que fiquem planas;

Passo 2

Com uma chave de fendas, fure as caricas no centro;

Passo 3

Enrole o arame numa das pontas do pau de árvore;

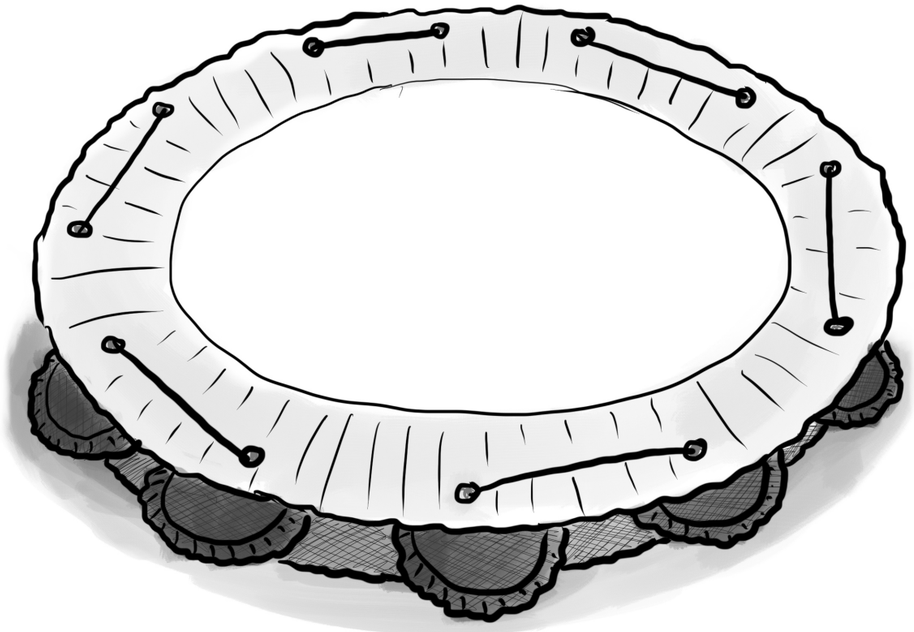
Passo 4

Insira as caricas no arame e enrole o arame na outra ponta do pau de árvore;

Passo 5

Com um alicate, corte o arame em excesso.

Segurando o pau de árvore na ponta inferior do Y, agite para produzir som.



7. Pandeireta das Saias

Materiais:

- 2 pratos de cartão
- 24 caricas
- fio de lã grossa
- furador
- martelo
- alicate
- 1 prego grosso
- 4 fitas de cetim coloridas (20cm de comprimento cada)

Passo 1

Com um alicate, abra as caricas e de seguida, espalme-as com um martelo de modo que fiquem planas;

Passo 2

Fure as caricas no centro com a ajuda de um martelo e um prego grosso;

Passo 3

Com o furador, faça 12 furos na borda de cada um dos pratos de cartão na posição dos números de um relógio;

Passo 4

Junte as costas de um prato com as costas de outro prato de modo a que os furos coincidam;

Passo 5

Una com o fio de lã grossa os 2 pratos de modo que fiquem 2 caricas entre eles;

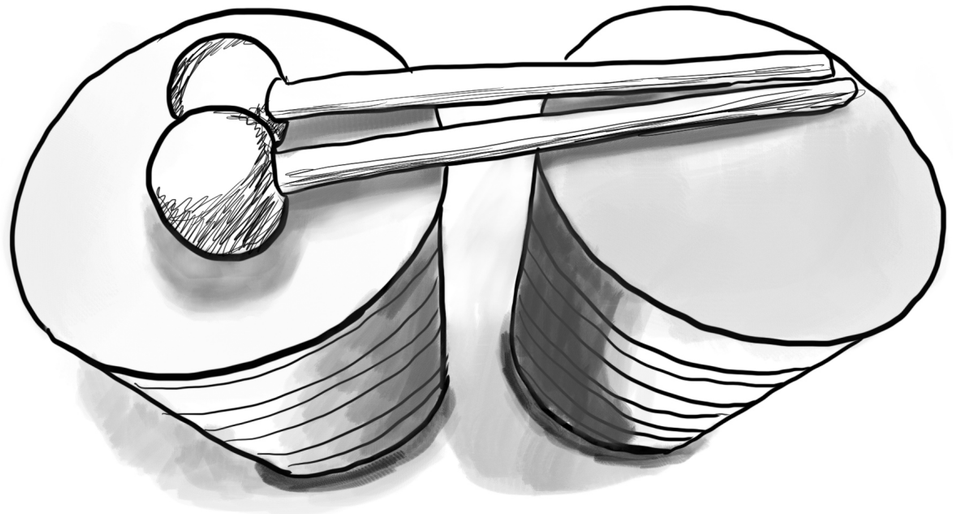
Passo 6

Dê um nó final no fio de lã de modo a não se soltar;

Passo 7

Ate uma fita de cetim colorida nos furos que correspondem aos números do relógio 12, 3, 6 e 9.

Agite a pandeireta para produzir um som.



8. Tamborileiro (Tambor)







Materiais:

- 1 lata de salsichas
- 1 balão de 30 cm
- 3 palitos de churrasco/bambu com cerca de 20cm de comprimento cada
- 1 rolha ou 1 bola de esferovite com cerca de 2cm de diâmetro
- lixa ou x-ato
- fita cola colorida

Passo 1

Corte 2cm da ponta do balão;

Passo 2

Abra o balão pela ponta cortada expandindo para cobrir a lata de salsichas;

Passo 3

Coloque fita cola colorida de modo a segurar o balão à lata;

Passo 4

Junte os 3 palitos de churrasco/bambu (para ficar apenas 1), confirme na extremidade lisa que forma um triângulo, e envolva os 3 palitos juntos com a fita cola colorida;

Passo 5

Faça 3 furinhos coincidente com as pontas dos palitos na rolha/bola de esferovite e cole as pontas bicudas dos 3 palitos nesses furos com a cola branca.

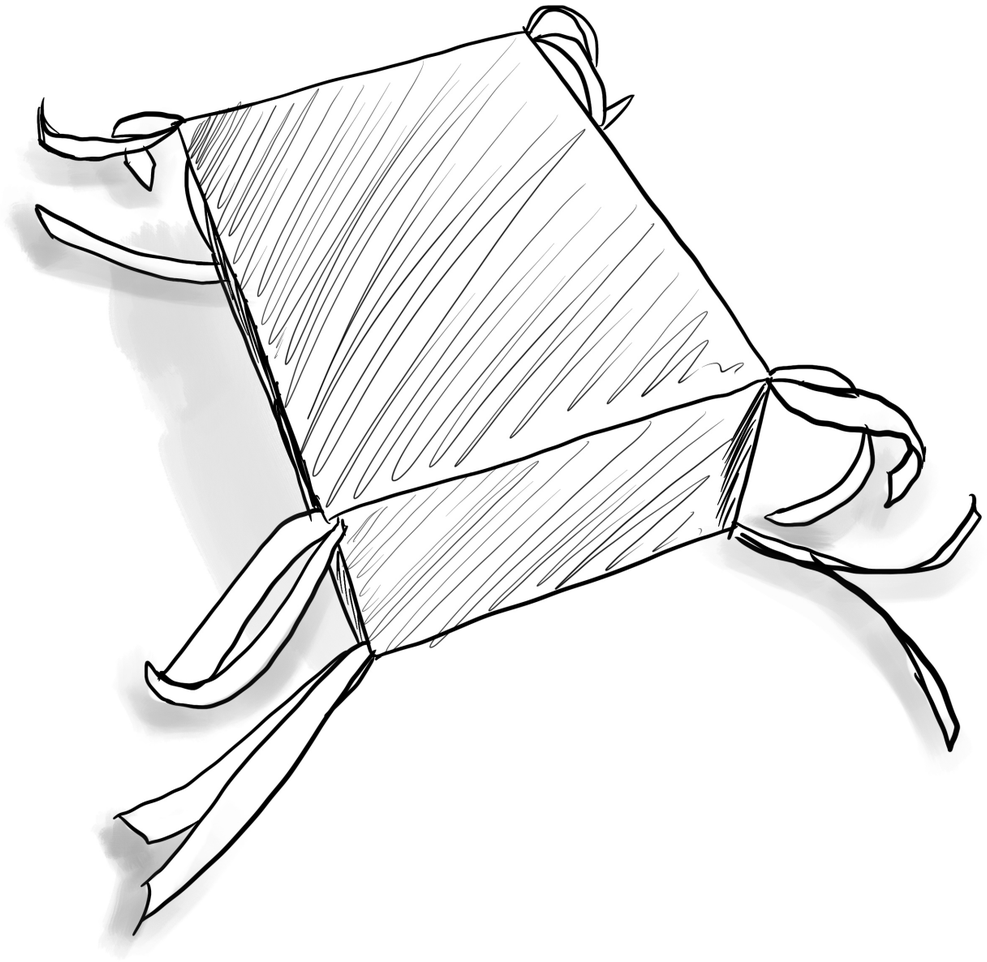
Passo 6

Com a ajuda de uma lixa ou x-ato, acerte as pontas da rolha de forma que fique com arestas lisas e arredondadas.

Repita os passos 4, 5 e 6 para fazer a segunda baqueta.

Pode realizar os passos 1, 2 e 3 com latas de diferentes tamanhos.
No final junta tudo e faz uma bateria com diferentes sons.

Bata no tamborileiro com as baquetas para produzir som.



9. Adufe

Materiais:

- 1 caixa de cereais pequena (14x19cm)
- 16 fitas de cetim coloridas (10cm de comprimento cada fita)
- grãos de milho
- 1 colher de sopa (para medir o grão)
- cola branca
- tesoura
- fita adesiva de papel

Passo 1

Descole a caixa de cereais e vire-a do avesso;

Passo 2

Cole a lateral maior da caixa, deixando as aberturas laterais e pouse a caixa deitada;

Passo 3

Dê um nó numa das pontas de cada fita. Coloque 8 fitas coloridas do lado direito da caixa e as restantes 8 do lado esquerdo;

Passo 4

Cole as laterais do lado direito da caixa de modo a que fiquem 2 fitas coloridas em cada vértice e o nó da fita fique dentro da caixa;

Passo 5

Coloque 5 colheres de grão de milho dentro da caixa;

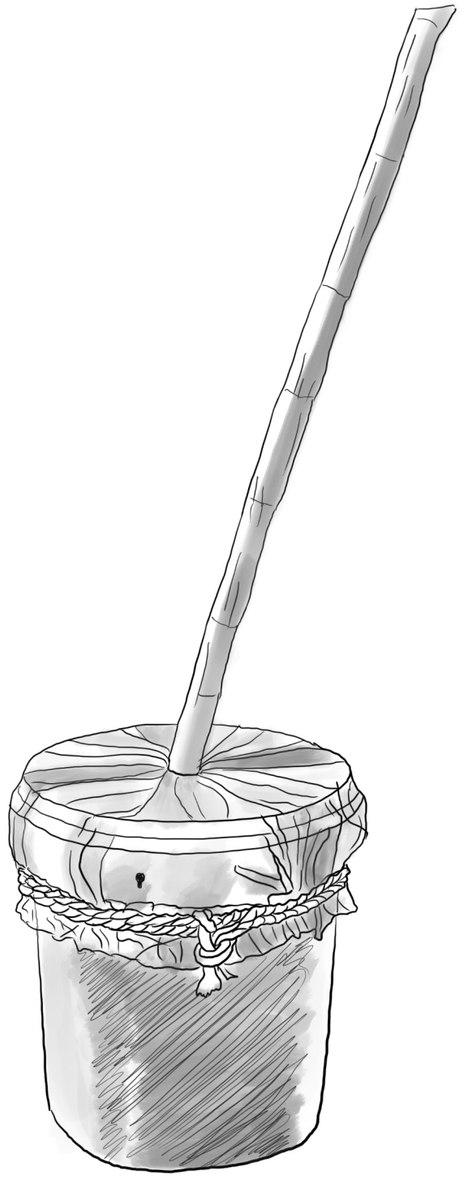
Passo 6

Cole as laterais do lado esquerdo da caixa de modo a que fiquem 2 fitas coloridas em cada vértice e o nó da fita fique dentro da caixa;

Passo 7

Com a fita adesiva de papel vede bem a caixa de forma a não se abrir.

Com uma mão, segure na caixa e com outra bata nas laterais para produzir som.



10. Ronca (Sarronca)

Materiais:

- 1 lata de 1 litro ou maior
- Plástico forte em forma de círculo maior do que o diâmetro da lata
- fio de linho
- 1 elástico
- 1 pau de madeira/ cana de Bambu (mínimo 25cm)
- tesoura
- fita cola colorida



Passo 1

Ate uma das pontas da cana no centro do plástico forte com o fio de linho, sem furar o plástico;

Passo 2

Coloque essa ponta no centro da lata e cubra a abertura da lata com o restante plástico;

Passo 3

Com a ajuda do fio de linho e o elástico, fixe o plástico na borda da lata tendo sempre em atenção para este ficar bem esticado;

Passo 4

Corte o plástico em excesso nas bordas da lata;

Passo 5

Coloque fita colorida nas bordas do plástico para garantir que fica bem firme.

Molhe a mão com água, agarre a cana com a mão e friccione a cana para produzir som.

1. Explora os Instrumentos Musicais



Material:

- Instrumentos construídos com material comum e simples

Descrição:

Os participantes sentam-se em círculo e os instrumentos são colocados ao centro. O adulto distribui um instrumento por cada participante e solicita aos mesmos para explorarem os instrumentos musicais livremente. Passado um tempo, devem trocar o instrumento com outro participante, até terem explorado todos os instrumentos. De seguida, o adulto apresenta aos participantes cada instrumento, referindo-se ao nome do instrumento e produzindo o seu som.

Adaptações:

O adulto auxilia os participantes na exploração dos instrumentos.

2. Descobre os Sons e os Instrumentos Musicais



Material:

- Instrumentos construídos com material comum e simples

Descrição:

Os participantes sentam-se em círculo e os instrumentos são colocados ao centro. O adulto seleciona um dos instrumentos e solicita aos participantes para que escutem com atenção o seu som (o adulto deve manejar o instrumento para que produza som) e de seguida pede que identifiquem os instrumentos pelo seu nome. Trocar para outro instrumento.

A atividade é repetida, mas desta vez os participantes voltam-se de costas para o adulto de modo a não poderem ver os instrumentos que são tocados pelo adulto.

Adaptações:

O adulto pode mostrar dois ou três instrumentos ou nomear dois ou três instrumentos, para que os participantes indiquem qual o instrumento que foi tocado.

3. Memoriza as Sequências Sonoras



Material:

- Instrumentos construídos com material comum e simples

Descrição:

Os participantes sentam-se em círculo e os instrumentos são colocados ao centro. O adulto seleciona três dos instrumentos e pede aos participantes para escutarem com atenção a sequência de sons que vai ser produzida por ele. O adulto escolhe uma ordem para tocar os três instrumentos e após ter tocado, pede aos participantes para nomearem os instrumentos tocados e qual foi a ordem.

A atividade é repetida, aumentando o número de instrumentos tocados e sem os participantes poderem ver. Para tal os participantes voltam-se de costas para o adulto de modo a não poderem ver os instrumentos que são tocados pelo adulto.

Adaptações:

Em vez de uma sequência de três instrumentos, tocar apenas dois. O adulto pode mostrar dois instrumentos ou nomear dois instrumentos para que os participantes indiquem qual o instrumento que foi tocado (por exemplo "Qual foi o instrumento que toquei? Pau de chuva ou castanholas?"). O adulto pode mostrar os instrumentos que foram tocados para os participantes indicarem a ordem sequencial.

Exemplos de sequências sonoras:

- Pau de Chuva -> Tamborileiro -> Maracas
- Tamborileiro -> Maracas -> Pau de Chuva
- Castanholas -> Pau de Chuva -> Ronca -> Tamborileiro
- Ronca -> Tamborileiro -> Castanholas -> Clavas
- Pandeireta -> Clavas -> Pau de Chuva -> Reco-reco -> Maracas
- Maracas -> Pau de Chuva -> Reco-reco -> Pandeireta -> Clavas

As atividades

4. Brinca com os Instrumentos Musicais: Altura do Som



Material:

- Instrumentos construídos com material comum e simples

Descrição:

Com os participantes dispostos em círculo em pé e os instrumentos colocados ao centro, o adulto explica que existem sons que são mais fininhos (agudos) e outros mais graves, recorrendo a alguns exemplos: tamborileiro (grave) e castanholas (agudo). O adulto pede aos participantes para escutarem com atenção os sons que vão ser produzidos e de seguida toca um instrumento pedindo para indicarem qual foi o instrumento tocado e se produz um som agudo ou grave. O adulto toca o mesmo instrumento e os participantes mantém os braços esticados em cima ou em baixo, conforme o som agudo ou grave (ver exemplos de gestos específicos), durante o tempo que o instrumento é tocado.

A atividade é repetida para outros pares de instrumentos.

A atividade é novamente repetida, mas desta vez os participantes não podem ver os instrumentos que são tocados pelo adulto.

Pares de instrumentos tocados:

Tamborileiro (grave) e Castanholas (agudo)

Ronca (grave) e Maracas (agudo)

Adufe (grave) e Chocalho (agudo)

Adaptações:

Os participantes podem indicar com gestos específicos tanto os instrumentos como o tipo de altura dos sons (agudo/grave).

Exemplos de gestos específicos:

Para som agudo - braços esticados para cima; dedo a apontar para cima; *like*

Para som grave - braços esticados para baixo; dedo a apontar para baixo: *dislike*

Para instrumentos - forma de serem tocados; sons que fazem através de vocalizações

5. Brinca com os Instrumentos Musicais: Intensidade do Som



Material:

- Instrumentos construídos com material comum e simples

Descrição:

Com os participantes dispostos em círculo em pé e os instrumentos colocados ao centro, o adulto explica que os instrumentos podem produzir sons mais fortes ou mais fracos. O adulto pega na pandeireta e pede aos participantes para escutarem com atenção os sons que vão ser produzidos: forte (abanar com força) e fraco (abanar levemente). De seguida o adulto toca outro instrumento com som forte ou fraco e pede para os participantes indicarem qual foi o instrumento tocado e se foi tocado com um som forte ou fraco. Se tiver tocado com som forte, toca outra vez, mas com som fraco, para que os participantes possam perceber a diferença. O adulto toca o mesmo instrumento e os participantes batem os pés forte ou fraco no chão conforme o som forte ou fraco (ver exemplos de gestos específicos), durante o tempo que o instrumento é tocado.

A atividade é repetida, mas desta vez os participantes não podem ver os instrumentos que são tocados pelo adulto.

Adaptações:

Os participantes podem indicar com gestos específicos tanto os instrumentos como o tipo de intensidade dos sons (forte/fraco).

Exemplos de gestos específicos:

Para som forte - braço a fazer força; bater os pés forte no chão

Para som fraco - braço descontraído; bater os pés fraco no chão

Para instrumentos - formas de serem tocados; sons que fazem através de vocalizações

As atividades

6. Brinca com os Instrumentos Musicais: Duração do Som



Material:

- Instrumentos construídos com material comum e simples

Descrição:

Com os participantes dispostos em círculo em pé e os instrumentos colocados ao centro, o adulto explica que existem sons que são mais fortes e outros mais fracos, sons que duram mais tempo (longo) e outros menos tempo (curto), recorrendo a alguns exemplos: tamborileiro (longo) e castanholas (curto). O adulto pede aos participantes para escutarem com atenção os sons que vão ser produzidos e de seguida pede para indicarem qual foi o instrumento tocado e se é um som longo ou curto. O adulto toca o mesmo instrumento e os participantes mantêm os braços esticados para a frente ou encolhidos, conforme o som longo ou curto (ver exemplos de gestos específicos), durante o tempo que o instrumento é tocado.

A atividade é repetida, mas desta vez os participantes não podem ver os instrumentos que são tocados pelo adulto.

Pares de instrumentos tocados:

Tamborileiro (longo) e Castanholas (curto)

Pau de chuva (longo) e Clavas (curto)

Maracas (longo) e Adufe (curto)

Adaptações:

Os participantes podem indicar com gestos específicos tanto os instrumentos como o tipo de duração dos sons (longo/curto).

Exemplos de gestos específicos:

Para som longo - braços esticados para a frente; dedo a apontar para a frente

Para som curto - braços encolhidos; dedo dobrado

Para instrumentos - formas de serem tocados; sons que fazem através de vocalizações

7. Adivinha quem sou eu



Material:

- Instrumentos construídos com material comum e simples
- Uma venda

Descrição:

Com os participantes dispostos em círculo em pé, o adulto pede a um dos participantes que vá para o centro do círculo e venda-lhe os olhos. O adulto distribui um instrumento por cada participante e escolhe um que será o líder. Explica também que todos vão ter de tocar os instrumentos e andar à volta do participante que está no centro até o líder parar de tocar. Quando o líder parar de tocar todos param. O líder toca o seu instrumento e o participante vendado tenta localizar o som e deve ir ao encontro do líder. Quando está próximo, o líder pergunta-lhe "Quem sou eu?". O participante que estava ao centro tenta adivinhar quem é o líder. O líder vai agora para o centro e é vendado e o adulto escolhe outro participante para o substituir, até todos os participantes terem passado pelo papel de líder.

8. Escondidas Musicais



Material:

- Instrumentos construídos com material comum e simples

Descrição:

Com os participantes dispostos em círculo em pé, o adulto distribui dois instrumentos a todos os participantes menos um, e explica que quem recebeu instrumentos vai ter de esconder um deles e quem não recebeu vai ter de os procurar. Explica também que apenas um participante de cada vez vai esconder o instrumento e que os outros devem prestar atenção ao local escolhido para esconder o instrumento, pois vão ajudar o colega (que não recebeu instrumento) a descobrir o instrumento escondido. O participante que não recebeu instrumento terá então de fechar os olhos (ou o adulto tapa-lhe os olhos), ou sair do local onde está o restante grupo, enquanto os restantes participantes, um a um, escondem um dos instrumentos que lhes foi entregue.

O grupo irá agora dar pistas ao colega através da intensidade com que toca o instrumento que não esconderam. Quando o participante está longe dos instrumentos escondidos, o grupo toca suavemente (fraco). Conforme se vai aproximando, a intensidade do som aumenta (forte).

Assim que todos os instrumentos estiverem escondidos, o adulto e os participantes contam até 3 e o participante que não teve instrumentos começa a procurá-los. Quando forem descobertos todos os instrumentos, recomeça a atividade com outro participante.

Adaptações:

O adulto pode ajudar o grupo a gerir a intensidade sonora conforme a localização do participante relativamente aos instrumentos escondidos. O adulto pode auxiliar o participante na procura dos instrumentos com pistas verbais ou ajuda física. No caso de não haver instrumentos suficientes, distribui-se um instrumento para esconder e as pistas são dadas com palmas fortes ou fracas.

9. Movimentos e Deslocações Sonoras



Material:

- Instrumentos construídos com material comum e simples: Tamborileiro, Clavas, Maraca, Pau de Chuva
- Lápis de cor
- Folhas de papel A3

Descrição:

Os participantes estão dispostos pelo espaço. O adulto tem consigo os instrumentos indicados acima. O adulto explica que vai tocar um dos instrumentos de cada vez, e que o grupo se vai deslocar pela sala conforme o som reproduzido pelo instrumento tocado: tamborileiro e clavas, para movimentos retilíneos; pau de chuva e maracas para movimentos circulares. Os participantes estão dispersos pelo espaço e devem deslocar-se pela sala conforme o som reproduzido pelo instrumento tocado pelo adulto. Trocar o instrumento tocado.

A atividade é repetida, mas desta vez os participantes para além de se deslocarem pela sala conforme o som reproduzido pelo instrumento, devem, em simultâneo, movimentar os braços com movimentos retilíneos, se o tamborileiro ou clavas são tocados, ou movimentos circulares, se o pau de chuva e as maracas são tocados.

É distribuída uma folha A3 a cada participante e um lápis de cor. O adulto toca um dos instrumentos e os participantes desenham linhas retas ou curvas, conforme o instrumento tocado.

Variantes:

As deslocações dos participantes podem variar conforme:

- a velocidade que o instrumento é reproduzido (rápido/lento);

- a altura do som (agudo/grave), isto é, movimentos em planos mais altos (agudo) e mais baixos (graves);

- a intensidade do som (forte/fraco), isto é, movimentos mais pesados (forte) e mais leves/suaves (fracos);

- a duração do som (longo/curto), isto é, movimentos que têm a duração da produção do instrumento.

Adaptações:

Os participantes podem estar parados e os movimentos realizados podem ser executados apenas com uma parte do corpo: pernas, braços, mãos, cabeça.
O adulto pode auxiliar os participantes nas deslocações e movimentos.

10. Movimentos e Deslocações no Ritmo



Material:

- Instrumento construído com material comum e simples: Pandeireta
- Extratos musicais pré-gravados
- Coluna

Descrição:

Os participantes estão dispostos pelo espaço. O adulto tem consigo o instrumento indicado acima. O adulto produz uma estrutura/cadência rítmica específica, assegurando que o grupo memorizou a estrutura. Se for preciso, repetir algumas vezes a estrutura. Os participantes devem (1) reproduzir a cadência rítmica tocada pelo adulto com palmas, (2) reproduzir a cadência rítmica tocada pelo adulto com batimentos dos pés, (3) reproduzir a cadência rítmica tocada pelo adulto com batimentos de palmas e pés em simultâneo, e (4) mover-se pela sala reproduzindo a cadência rítmica tocada pelo adulto.
A cadência rítmica vai aumentando a complexidade, conforme a resposta do grupo.

Variantes:

A atividade é repetida, mas desta vez com uma das seguintes músicas com diferentes cadências rítmicas:

- *Peer Gynt - Suite No. 1, Op. 46 - IV. In the Hall of the Mountain King* de Edvard Grieg

- *The Sleeping Beauty: No. 6 Valse (Garland Waltz)* de Pyotr Ilyich Tchaikovsky

- *Pizzicato* - Sylvia de Léo Delibes

- *Radetzky March, Op. 228* de Johann Strauss I

- *Orfeu no Inferno: Can Can* de Jacques Offenbach

- *Pizzicato Polka* de Johann Strauss II

Adaptações:

Os participantes podem estar parados e os movimentos realizados de acordo com a cadência rítmica podem ser executados apenas com uma parte do corpo: pernas, braços, mãos, cabeça.

O adulto pode auxiliar os participantes nas deslocações e movimentos.

11. Pára-Arranca



Material:

- Instrumentos construídos com material comum e simples
- Extratos musicais pré-gravados
- Coluna

Descrição:

Os participantes estão dispostos pelo espaço. O adulto tem consigo um instrumento à sua escolha. Enquanto o adulto toca o instrumento, os participantes devem mover-se pela sala. Quando o adulto para de tocar, os participantes devem parar no sítio e na posição em que estão, sem se mexerem. Assim que o som retomar, voltam ao movimento.

Variantes:

A atividade é repetida, mas desta vez o adulto seleciona dois instrumentos para tocar, como por exemplo as maracas e a pandeireta e explica que assim que parar de tocar a pandeireta (mas as maracas continuarem), os participantes devem parar o movimento. O adulto toca os dois instrumentos em simultâneo e vai aleatoriamente parando a pandeireta ou as maracas, sendo que a pandeireta é que dá a ordem de parar.

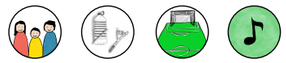
A atividade é repetida, e para além dos dois instrumentos há uma música de fundo (podem ser as mesmas da atividade 10. Movimentos e Deslocações no Ritmo).

Adaptações:

O adulto pode selecionar um participante para tocar o instrumento e/ou auxiliá-lo. O primeiro participante a parar o movimento assim que acaba o som, será ele a tocar o instrumento na ronda seguinte. O último participante a parar o movimento assim que acaba o som, será ele a tocar o instrumento na ronda seguinte.

As atividades

12. As Cadeiras Musicais



Material:

- Instrumentos construídos com material comum e simples
- Cadeiras (uma para cada participante)

Descrição:

As cadeiras estão dispersas pelo espaço e os participantes estão dispostos pelo espaço. O adulto tem consigo um instrumento à sua escolha. Enquanto o adulto toca o instrumento, os participantes devem mover-se pela sala. Quando o adulto para de tocar, os participantes devem sentar-se na cadeira mais próxima o mais rápido que conseguirem.

Variante:

A atividade é repetida, mas desta vez o adulto pode selecionar dois instrumentos para tocar, como por exemplo as maracas e a pandeireta. Assim que parar de tocar a pandeireta, mas as maracas continuarem, os participantes devem sentar-se na cadeira mais próxima o mais rápido que conseguirem.

Adaptações:

O adulto pode selecionar um participante para tocar o instrumento que lidera a atividade e/ou auxiliá-lo. O primeiro participante a sentar-se assim que o som para, será ele a tocar o instrumento na ronda seguinte. O último participante a sentar-se assim que o som para, será ele a tocar o instrumento na ronda seguinte.

13. O Maestro



Material:

- Instrumentos construídos com material comum e simples

Descrição:

Com os participantes dispostos em círculo em pé, o adulto distribui um instrumento a cada participante. O adulto escolhe um dos participantes para ser o maestro. Esse participante irá liderar o grupo, isto é, conforme ele tocar o instrumento, o restante grupo terá de o imitar/fazer igual. O maestro escolhe outro participante para o substituir, até todos os participantes terem passado pelo papel de maestro.

Variante:

A atividade é repetida, mas desta vez o adulto não tem instrumento e lidera o grupo sem o instrumento, apenas com gestos: pode pedir para uma parte dos participantes tocarem e outros ficarem em silêncio; pode pedir para uma parte dos participantes tocarem rápido e outros lento; pode pedir para uma parte dos participantes tocarem forte e outros fraco, isto é, jogando com a velocidade que o instrumento é reproduzido (rápido/lento), com a altura (agudo/grave), intensidade (forte/fraco) e duração (longo/curto) do som.

A atividade é repetida, mas adulto escolhe um dos participantes para ser o maestro sem instrumento.

Adaptações:

O adulto deixa os instrumentos no centro da roda e deixa os participantes escolherem cada um o seu instrumento. O adulto pode começar como maestro para dar o exemplo. O adulto pode ajudar o participante no seu papel de maestro.

As atividades

14. Espelho Musical



Material:

- Instrumentos construídos com material comum e simples
- Extratos musicais pré-gravados
- Coluna

Descrição:

Os participantes são divididos em pares e colocam-se frente a frente. O adulto distribui dois instrumentos por cada par. Um dos participantes do par irá explorar o instrumento como quiser, enquanto o outro participante terá de ser o seu reflexo, imitando todos os gestos que o colega realiza. Depois invertem os papéis, o participante que estava a imitar passa a liderar.

Variantes:

O participante que for o espelho (o que imita o colega) não terá instrumento e terá de realizar a atividade imitando a forma de tocar/explorar o instrumento, com movimentos sincronizados com o colega e produzindo o som do instrumento.

A atividade é repetida, mas o participante que explora o instrumento tem de seguir o ritmo de uma música (podem ser as mesmas da atividade 10. Movimentos e Deslocações no Ritmo).

Adaptações:

Com os participantes dispostos em círculo, o adulto deixa os instrumentos no centro da roda e deixa os participantes escolherem cada um o seu instrumento. O adulto pode decidir qual o elemento que começa a liderar.

15. Sem Cair!



Material:

- Instrumentos construídos com material comum e simples

Descrição:

Com os participantes dispostos em círculo em pé e com os instrumentos no centro, o adulto deixa os participantes escolherem o seu instrumento. Os participantes devem colocar o instrumento escolhido na cabeça. O adulto irá produzir um tempo regular num instrumento e os participantes devem mover-se pela sala conforme esse tempo sem deixarem cair o seu instrumento.

A atividade é repetida, mas os participantes trocam de instrumento.

Variantes:

Os movimentos dos participantes podem variar conforme:

- a velocidade que o instrumento é reproduzido (rápido/lento);

- a altura do som (agudo/grave), isto é, movimentos em planos mais altos (agudo) e mais baixos (graves);

- a intensidade do som (forte/fraco), isto é, movimentos mais pesados (forte) e mais leves/suaves (fracos);

- a duração do som (longo/curto), isto é, movimentos que têm a duração da produção do instrumento.

A parte do corpo para segurar o instrumento escolhido pode variar: Mão Direita, Mão Esquerda, entre os Joelhos.

Adaptações:

O adulto escolhe um participante para reproduzir o tempo regular e que lidera a atividade. Após nova ordem do adulto, este deve escolher outro participante para o substituir. Todos os participantes devem passar por este papel. O adulto pode auxiliar os participantes nas deslocações e movimentos.

16. A Orquestra Alentejana



Material:

- Instrumentos construídos com material comum e simples
- Extratos musicais pré-gravados de músicas tradicionais portuguesas, em particular do Alentejo (Eu ouvi o passarinho, A gotinha de água) - *opcional*
- Coluna - *opcional*

Descrição:

Com os participantes dispostos em círculo em pé e com os instrumentos no centro, o adulto deixa os participantes escolherem o seu instrumento. O adulto deverá escolher uma música tradicional conhecida do grupo e pede aos participantes para tocarem e cantarem a música.

Variantes:

A atividade é repetida, mas agora o adulto forma dois grupos (A e B). O adulto deverá escolher uma outra música conhecida do grupo e pede aos participantes de um grupo (A) para tocarem e cantarem a música, enquanto o outro grupo (B) permanece em silêncio. Depois deverá mandar silenciar o grupo (A) que está a tocar para que o grupo (B) que estava em silêncio continue a tocar e cantar a música.

Adaptações:

O adulto escolhe um participante para dirigir a Orquestra Alentejana. O adulto pode ajudar o participante no seu papel de maestro.

17. Desenhos Musicais



Material:

- Instrumentos construídos com material comum e simples
- Extratos musicais pré-gravados
- Coluna
- Papel de cenário ou folhas A4/A3 de papel
- Tintas coloridas / lápis de cor / canetas de feltro coloridas / lápis de cera /pincéis

Descrição:

O adulto coloca ao dispor dos participantes o material acima mencionado e cada participante deve recolher várias folhas e um material para desenhar. Cada participante escolhe um local da sala para se sentar. O adulto toca um dos instrumentos e os participantes devem desenhar livremente no papel, mas seguindo o ritmo. A atividade é repetida, mas o adulto toca outro instrumento com outro ritmo.

Variantes:

A atividade pode seguir, mas em vez de tocar os instrumentos, o adulto pode escolher músicas específicas para a atividade (podem ser as mesmas da atividade 10. Movimentos e Deslocações no Ritmo).

Adaptações:

O adulto pode selecionar um participante para tocar um instrumento, de modo que todos passem por este papel.

As atividades

18. Quem tem o Chocalho?



Material:

- Instrumento construído com material comum e simples: Chocalho

Descrição:

Os participantes estão sentados em círculo com as mãos atrás das costas. O adulto dá a um dos participantes o chocalho. Este participante deve estar fora do círculo. Os participantes cantam uma canção tradicional e o que tem o chocalho anda à volta do círculo abanando com força o chocalho. Antes da canção terminar o participante deve colocar o chocalho nas mãos de um dos participantes do círculo. Quando este participante se aperceber que tem o chocalho na mão deve começar a correr atrás do outro participante, em volta do círculo, na tentativa de o apanhar antes deste se sentar no lugar que ficou vago.

Adaptações:

O adulto canta a canção com os participantes. O instrumento pode ser trocado, por exemplo, pela pandeireta. Em vez de correr, os participantes podem andar. O adulto ajuda os participantes a deslocarem-se.

19. Cartas Rítmicas

Material:

- Instrumentos construídos com material comum e simples
- 12 Cartas Rítmicas (na página 53)

Descrição:

Com os participantes sentados em círculo e os instrumentos colocados ao centro, o adulto começa por apresentar as cartas rítmicas e explica como se leem: cada ponto é uma palma e os traços representam a pausa, o silêncio.

 e ● uma palma

 e  duas palmas no tempo de uma

 e ▬ silêncio/pausa

De seguida pede a cada um dos participantes que escolha um instrumento. O adulto seleciona uma das 12 cartas rítmicas e mostra-a ao grupo, de modo que todos consigam ver a carta. Em conjunto com o adulto, os participantes devem ler a carta e de seguida tocam a carta rítmica. Seleciona-se outra carta e repete-se o mesmo processo.

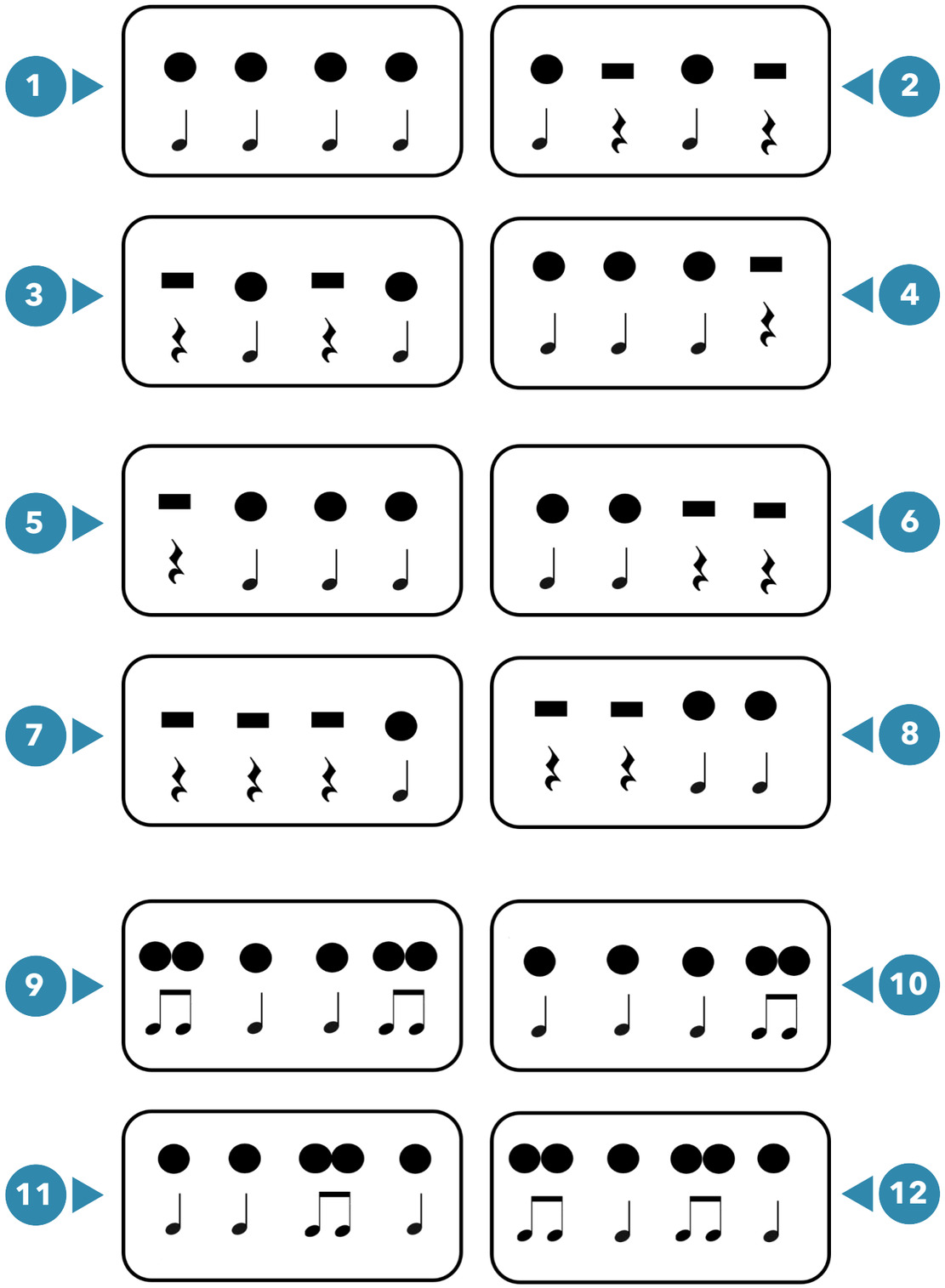
Variantes:

As cartas rítmicas podem ser exploradas conforme os fundamentos do som como:

- a velocidade (rápido/lento);
- a intensidade (forte/fraco);

Adaptações:

O adulto lê e toca primeiramente a carta rítmica e depois o grupo reproduz. O adulto pede a um dos participantes para ler e tocar sozinho a carta rítmica e depois o grupo toca a carta rítmica.



20. Percussão corporal

Material:

- Uma cadeira por participante
- 10 Musicogramas (da página 56 à 60)

Descrição:

Os participantes estão sentados em círculo e o adulto começa por apresentar o musicograma explicando o que significa cada símbolo:


- bater uma palma


- bater com as mãos nas coxas


- bater os pés no chão


e ● um batimento (uma palma, uma vez mãos nas coxas, uma vez pés no chão)


e ●● dois batimentos no tempo de um

O adulto canta e percute o musicograma 1 e de seguida os participantes imitam. O adulto seleciona um dos musicogramas e mostra-o ao grupo, de modo que todos consigam ver. Em conjunto com o adulto, os participantes devem ler o musicograma e de seguida cantam e percutem o musicograma.

Adaptações:

O adulto lê e percute primeiramente cada musicograma, pela ordem 1 para 10, e depois o grupo reproduz. O adulto pede a um dos participantes para ler o musicograma, de seguida percutir e depois o grupo percute em conjunto.

Música Popular Portuguesa – Ó Malhão, Malhão

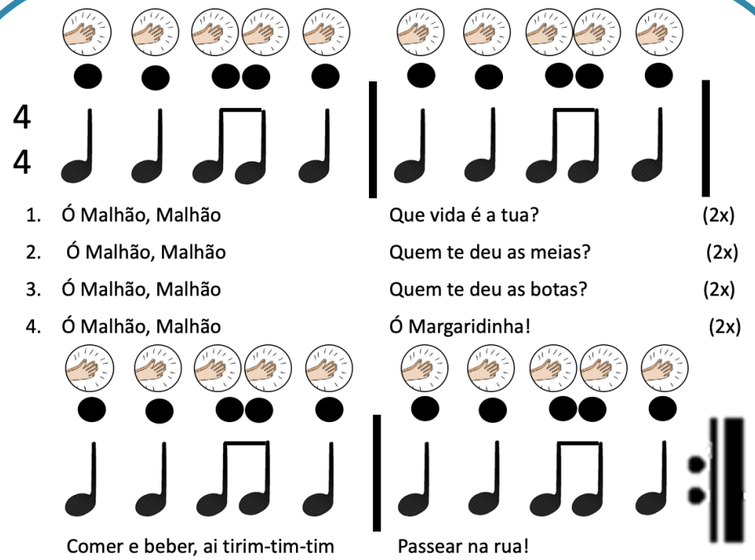
Ó Malhão, Malhão
Que vida é a tua?
Ó Malhão, Malhão
Que vida é a tua?
Comer e beber, ai trrrim-tim-tim
Passear na rua!

Ó Malhão, Malhão
Quem te deu as meias?
Ó Malhão, Malhão
Quem te deu as meias?
Foi o caixeirinho, ai trrrim-tim-tim
Tinhas as pernas feias!

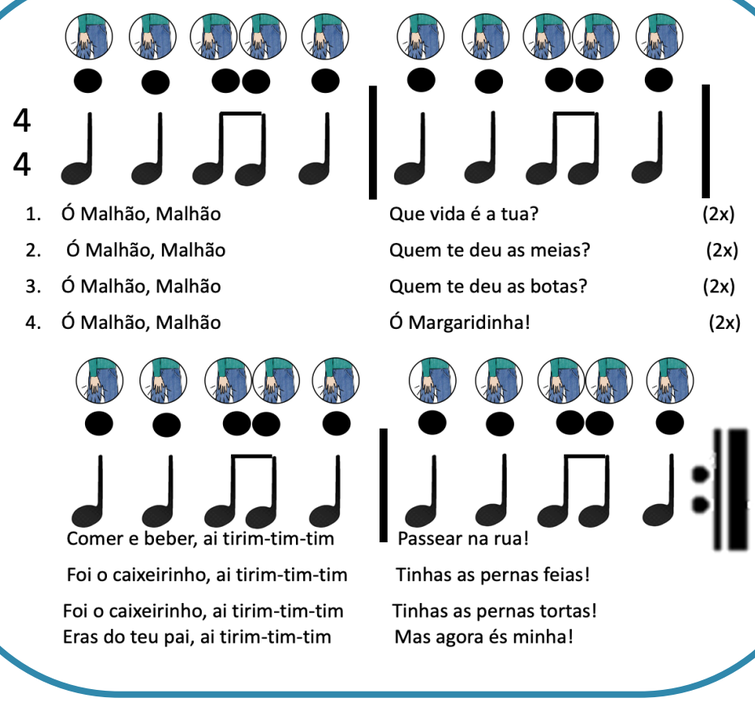
Ó Malhão, Malhão
Quem te deu as botas?
Ó Malhão, Malhão
Quem te deu as botas?
Foi o caixeirinho, ai trrrim-tim-tim
Tinhas as pernas tortas!

Ó Malhão, Malhão
Ó Margaridinha!
Ó Malhão, Malhão
Ó Margaridinha!
Eras do teu pai, ai trrrim-tim-tim
Mas agora és minha!

20. Percussão corporal - MUSICOGRAMA

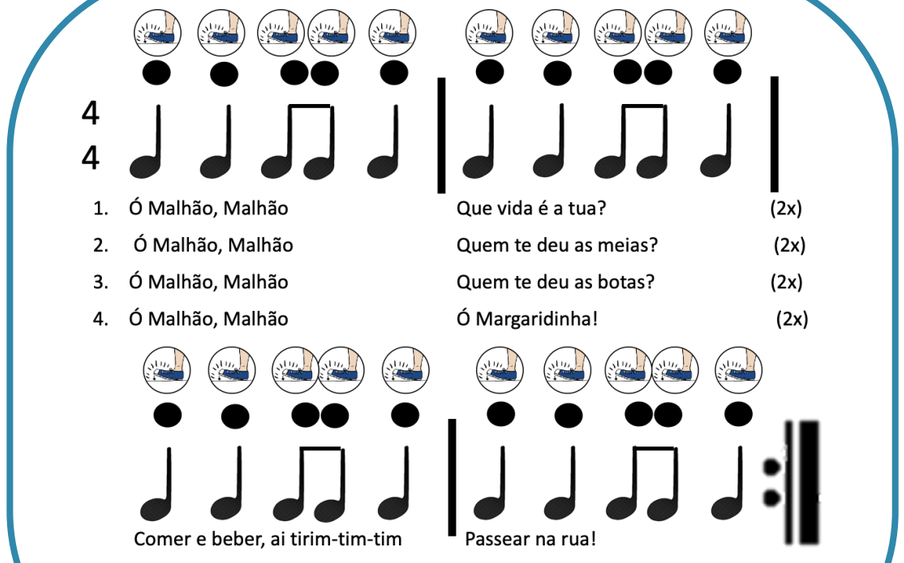


1

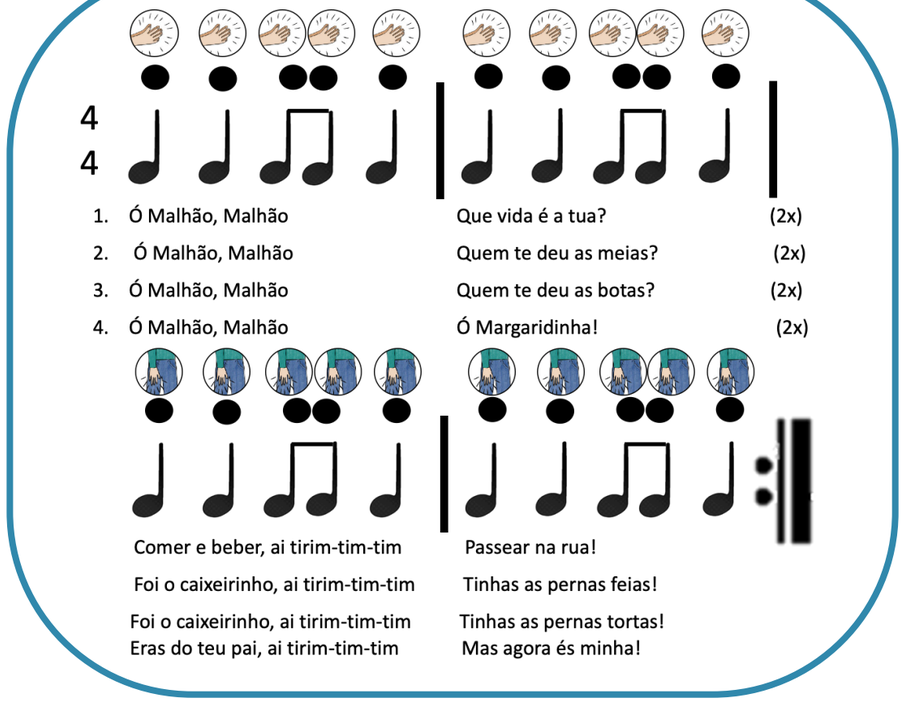


2

20. Percussão corporal - MUSICOGRAMA (Continuação)

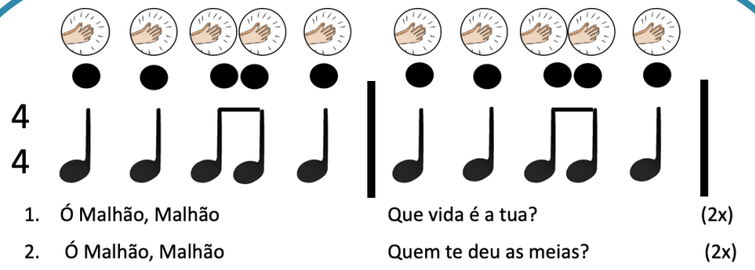


3



4

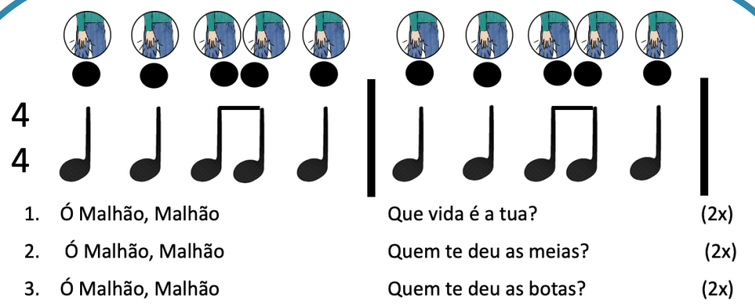
20. Percussão corporal - MUSICOGRAMA (Continuação)



1. Ó Malhão, Malhão — Que vida é a tua? (2x)
2. Ó Malhão, Malhão — Quem te deu as meias? (2x)
3. Ó Malhão, Malhão — Quem te deu as botas? (2x)
4. Ó Malhão, Malhão — Ó Margaridinha! (2x)

Comer e beber, ai tirim-tim-tim — Passear na rua!
Foi o caixeirinho, ai tirim-tim-tim — Tinhas as pernas feias!
Foi o caixeirinho, ai tirim-tim-tim — Tinhas as pernas tortas!
Eras do teu pai, ai tirim-tim-tim — Mas agora és minha!

5



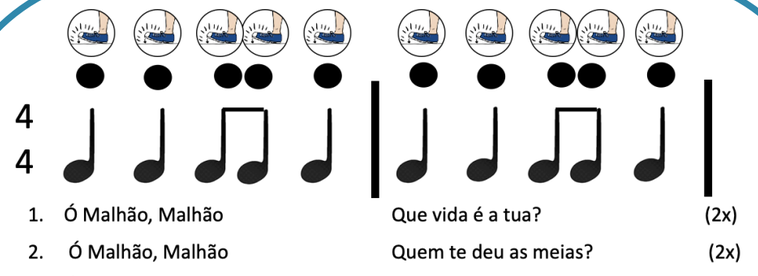
1. Ó Malhão, Malhão — Que vida é a tua? (2x)
2. Ó Malhão, Malhão — Quem te deu as meias? (2x)
3. Ó Malhão, Malhão — Quem te deu as botas? (2x)
4. Ó Malhão, Malhão — Ó Margaridinha! (2x)

Comer e beber, ai tirim-tim-tim — Passear na rua!
Foi o caixeirinho, ai tirim-tim-tim — Tinhas as pernas feias!
Foi o caixeirinho, ai tirim-tim-tim — Tinhas as pernas tortas!
Eras do teu pai, ai tirim-tim-tim — Mas agora és minha!

6

As atividades

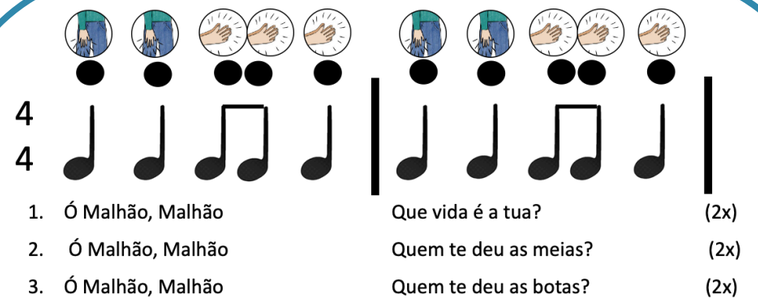
20. Percussão corporal - MUSICOGRAMA (Continuação)



1. Ó Malhão, Malhão — Que vida é a tua? (2x)
2. Ó Malhão, Malhão — Quem te deu as meias? (2x)
3. Ó Malhão, Malhão — Quem te deu as botas? (2x)
4. Ó Malhão, Malhão — Ó Margaridinha! (2x)

Comer e beber, ai tirim-tim-tim — Passear na rua!
Foi o caixeirinho, ai tirim-tim-tim — Tinhas as pernas feias!
Foi o caixeirinho, ai tirim-tim-tim — Tinhas as pernas tortas!
Eras do teu pai, ai tirim-tim-tim — Mas agora és minha!

7

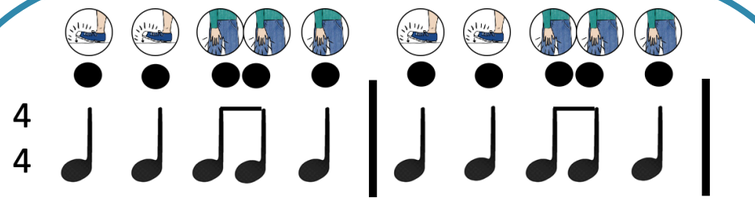


1. Ó Malhão, Malhão — Que vida é a tua? (2x)
2. Ó Malhão, Malhão — Quem te deu as meias? (2x)
3. Ó Malhão, Malhão — Quem te deu as botas? (2x)
4. Ó Malhão, Malhão — Ó Margaridinha! (2x)

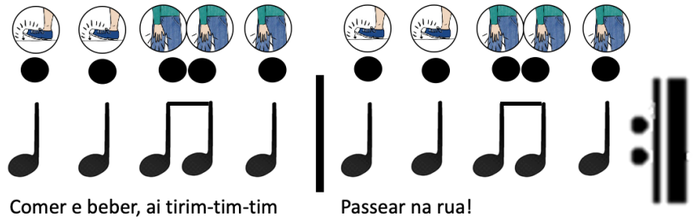
Comer e beber, ai tirim-tim-tim — Passear na rua!
Foi o caixeirinho, ai tirim-tim-tim — Tinhas as pernas feias!
Foi o caixeirinho, ai tirim-tim-tim — Tinhas as pernas tortas!
Eras do teu pai, ai tirim-tim-tim — Mas agora és minha!

8

20. Percussão corporal - MUSICOGRAMA (Continuação)

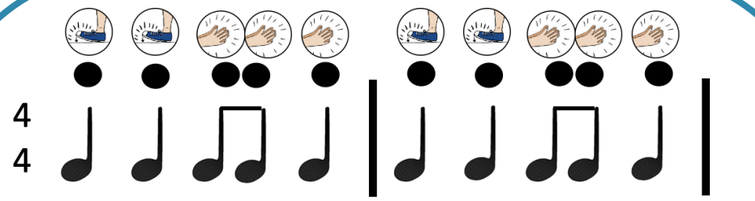


1. Ó Malhão, Malhão — Que vida é a tua? (2x)
2. Ó Malhão, Malhão — Quem te deu as meias? (2x)
3. Ó Malhão, Malhão — Quem te deu as botas? (2x)
4. Ó Malhão, Malhão — Ó Margaridinha! (2x)

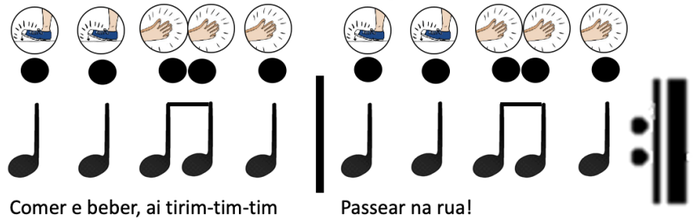


Comer e beber, ai tirim-tim-tim — Passear na rua!
Foi o caixeirinho, ai tirim-tim-tim — Tinhas as pernas feias!
Foi o caixeirinho, ai tirim-tim-tim — Tinhas as pernas tortas!
Eras do teu pai, ai tirim-tim-tim — Mas agora és minha!

9



1. Ó Malhão, Malhão — Que vida é a tua? (2x)
2. Ó Malhão, Malhão — Quem te deu as meias? (2x)
3. Ó Malhão, Malhão — Quem te deu as botas? (2x)
4. Ó Malhão, Malhão — Ó Margaridinha! (2x)



Comer e beber, ai tirim-tim-tim — Passear na rua!
Foi o caixeirinho, ai tirim-tim-tim — Tinhas as pernas feias!
Foi o caixeirinho, ai tirim-tim-tim — Tinhas as pernas tortas!
Eras do teu pai, ai tirim-tim-tim — Mas agora és minha!

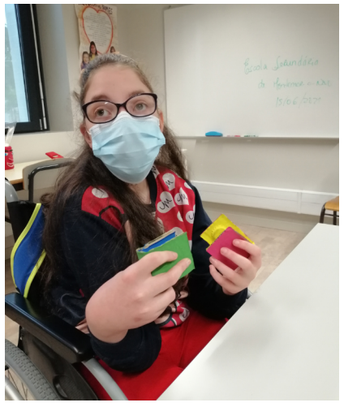
10










Ana Sofia Carapinha Placas é Psicomotricista do projeto "À Descoberta dos Sons" na APPACDM de Évora. É ainda professora de música (violino) na Escola de Música da Associação 4ª Dimensão, em Évora.
Licenciou-se em Reabilitação Psicomotora (2014) e está a terminar o Mestrado em Psicomotricidade na Universidade de Évora. Iniciou os estudos musicais na antiga Academia de Música Eborense (1999), frequentando ballet e iniciação musical. Em seguida, integrou o Conservatório Regional de Évora - Eborae Música (2002) e concluiu o Curso Secundário de Instrumento - Violino, em Regime Supletivo, com as disciplinas: Formação Musical do 1° ao 8° grau; História da Música 1° ao 3° ano; Instrumento (violino) do 1° ao 8° grau; Classe de Conjunto (orquestra de cordas e coro) do 1° ao 8° grau; Prática ao Teclado de 2 anos; Acústica Musical de 1 ano (2014) e Análise e Técnicas de Composição 1° ao 3° ano (2016).
Desde os 15 anos que participa em alguns programas de Férias Desportivas, ATL e atividades de psicomotricidade com todas as faixas etárias em algumas Instituições Particulares de Solidariedade Social (IPSS), Câmaras Municipais e Agrupamentos de Escolas. Também foi técnica de Atividades de Enriquecimento Curricular (AEC) de Educarte e NutriSer no Agrupamento de Escolas de Viana do Alentejo pela Educoach - Educação e Inovação Social. É responsável e fundadora do grupo musical "Fortíssimo".

Gabriela Sousa Neves de Almeida é Professora Auxiliar da Universidade de Évora no Departamento de Desporto e Saúde, e é Psicomotricista/Técnica Superior de Educação Especial e Reabilitação. Lecciona na licenciatura em Reabilitação Psicomotora, no Mestrado em Psicomotricidade e em Educação Especial (Domínio Cognitivo e Motor) e no Doutoramento em Motricidade Humana. É ainda formadora certificada nas áreas e domínios B06 Educação Especial e C13 Sensibilização à Educação Especial (Conselho Científico-Pedagógico da formação Contínua de Braga).
Licenciou-se em Educação Especial e Reabilitação (1999) e realizou o Mestrado em Reabilitação Psicomotora (2012) na Faculdade de Motricidade Humana (FMH), Universidade Técnica de Lisboa. Em 2015 concluiu o Doutoramento em Motricidade Humana, na especialidade de Reabilitação (FMH-Universidade de Lisboa).
Durante quase duas décadas desenvolveu atividade clínica privada em Psicomotricidade e Educação Especial, com crianças e adolescentes com Perturbações do Neurodesenvolvimento (Perturbação do Espetro do Autismo, Perturbação Intelectual e Desenvolvimental, entre outras) e do Comportamento e Aprendizagem. Trabalhou ainda como Psicomotricista/Técnica Superior de Educação Especial e Reabilitação, em contexto de Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS).

Lúcia dos Lóios Valente Amaral é Psicomotricista na APPACDM de Évora, desde 2014, a desempenhar funções no Centro de Recursos para a Inclusão e no Serviço de Reabilitação ao Exterior. É a Coordenadora do projeto À Descoberta dos Sons. Orienta estágios Curriculares da Licenciatura em Reabilitação Psicomotora da Universidade de Évora. Trabalha ao nível da transição para a vida pós-escolar dos jovens com Plano Individual de Transição. Colabora com a Universidade de Évora, como professora convidada na leccionação da Unidade curricular de Hidroterapia da licenciatura em Reabilitação Psicomotora.
Licenciou-se em Reabilitação Psicomotora (2012) e está, atualmente, a realizar o Mestrado em Educação Especial (Desenvolvimento Cognitivo e Motor) na Universidade de Évora.
Há 10 anos a trabalhar com crianças e jovens com alterações do neurodesenvolvimento, nos diferentes contextos, com especial enfoque no contexto educativo.

ISBN: 978-972-778-202-4

Entidade Promotora:

APPACDM ÉVORA

Entidade colaboradora:

UNIVERSIDADE DE ÉVORA

Entidade financiadora:

BPI

Fundação "la Caixa"