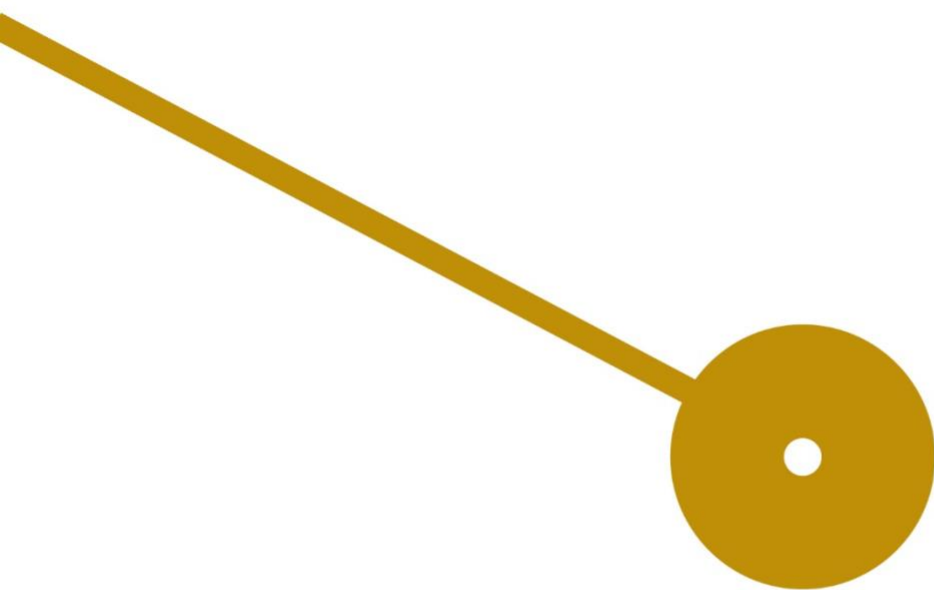


# O Método de Pilates no Desenvolvimento da Performance Trompetística

Nelson Ferreira

06/2023





MESTRADO  
ENSINO DE MÚSICA  
Instrumento - Trompete

# O Método de Pilates no Desenvolvimento da Performance Trompetística

Nelson Pinho Ferreira

Relatório de Estágio apresentado à Escola Superior de Música e Artes do Espetáculo e à Escola Superior de Educação como requisito parcial para obtenção do grau de Mestre em Ensino de Música, especialização Instrumento, *Trompete*.

Professores Orientador  
Professor Paulo Perfeito  
Professor Kevin Wauldron

Professores Cooperantes  
Professor Rui Brito  
Professor Fernando Marinho

Instrutora de Pilates Clínico  
Aurora Carvalho

Dedico este trabalho à minha mãe que faleceu durante a elaboração deste projeto.

## **Agradecimentos**

Ao meu orientador, Doutor Paulo Perfeito,

Ao meu supervisor, Professor Kevin Wauldron,

Aos orientadores Professor Rui Brito e Professor Fernando Marinho por tudo,

À instrutora de Pilates Clínico, muito obrigado por toda a disponibilidade e apoio,

Aos futuros músicos que participaram nesta Intervenção pedagógica, muito obrigado,

À minha família por todo o apoio incondicional,

À minha namorada, por tudo,

A todos aqueles que, de uma forma direta ou indireta, tornaram possível esta minha caminhada.

## **Resumo**

Este Relatório, foi realizado no âmbito do Estágio Profissional do Mestrado em Ensino de Música da Escola Superior de Música e Artes do Espetáculo, compreende o Projeto de Intervenção Pedagógica realizado durante o ano letivo 2020/2021 no Conservatório de Música do Porto, nos Grupos de Recrutamento M18 (Trompete) e M32 (Classe de Conjunto). A Intervenção Pedagógica foi implementada em dois alunos de Trompete (M18), em regime de Ensino Integrado e também, no âmbito de Classe de Conjunto, em orquestra de cordas(M32). Tendo em conta que existe uma falta de consciencialização corporal nos músicos, o Projeto de Intervenção possui como foco principal a promoção do bem-estar físico na performance dos músicos, bem como a mentalização da importância do aquecimento e relaxamento, através da implementação de exercícios de ativação e alongamento físico com base no Método de Pilates. A intervenção foi realizada em alunos do ensino básico e secundário com o objetivo de corrigir deficiências posturais, proporcionando-lhes melhorias que contribuirão para o aprimoramento da sua performance. A orientação técnica desta intervenção ficou a cargo de uma Instrutora de Pilates Clínico.

## **Palavras-chave**

Pilates; Trompete; Postura; Musica; Ensino;

**Abstract**

This report was carried out within the scope of the Professional Internship of the master's degree in music education at the School of Music and Performing Arts of Porto. It encompasses the Pedagogical Intervention Project conducted during the 2020/2021 academic year at the Porto Music Conservatory, specifically in the Teaching Groups M18 (Trumpet) and M32 (Ensemble Class). The Pedagogical Intervention was implemented with two trumpet students (M18) in an Integrated Education system and in the context of the Ensemble Class, specifically in a string orchestra (M32).

Considering the lack of body awareness among musicians, the focus of the Intervention Project was to promote physical well-being in musicians' performance and to raise awareness of the importance of warm-up and relaxation through the implementation of activation and physical stretching exercises based on the Pilates Method. The intervention was carried out with elementary and secondary school students with the aim of correcting postural deficiencies and providing them with improvements that will contribute to the enhancement of their performance. The technical guidance for this intervention was provided by a Clinical Pilates Instructor.

**Keywords**

Pilates; Trumpet; Posture; Music; Teaching;

ESMAE  
ESCOLA  
SUPERIOR  
DE MÚSICA  
E ARTES  
DO ESPETÁCULO  
POLITÉCNICO  
DO PORTO



## Índice

<b>Capítulo I</b> .....	<b>xii</b>
<b>Conservatório de Música do Porto</b> .....	<b>1</b>
Estrutura da escola e das disciplinas do estágio .....	2
Projetos .....	3
Projeto SEI - Sociedade, Escola e Investigação .....	3
EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE (PES) .....	4
Espaço Físico .....	5
Missão e valores de acordo com o projeto educativo .....	6
Experiência CMP.....	7
<b>Capítulo II</b> .....	<b>8</b>
<b>Prática de Ensino Supervisionada</b> .....	<b>9</b>
Participantes na prática de Ensino Supervisionada .....	10
Caracterização das Disciplinas .....	14
Audições .....	18
Masterclasses.....	19
Cronogramas .....	20
Registo de aulas Supervisionadas .....	23
Registo da observação Supervisionada.....	24
<b>Capítulo III</b> .....	<b>45</b>
<b>Introdução</b> .....	<b>46</b>
<b>Problemática do Estudo</b> .....	<b>47</b>
Identificação da Problemática .....	47
Plano de Melhoria a Desenvolver .....	48
Aquecimento/Reforço Muscular.....	48
Alongamento/Mobilidade.....	49
Definição de objetivos e resultados esperados .....	50
<b>Fundamentação Teórica</b> .....	<b>50</b>
<b>Plano de ação</b> .....	<b>52</b>
Estratégias de ação .....	52
Técnicas de recolhas de dados.....	53
<b>Calendarização e cronogramas de atividades</b> .....	<b>54</b>
<b>Análise e discussão dos dados/resultados</b> .....	<b>54</b>
<b>Conclusão</b> .....	<b>60</b>
<b>Conclusão/Reflexão Final</b> .....	<b>60</b>
Comentário Instrutora de Pilates.....	61
<b>Referências Bibliográficas</b> .....	<b>62</b>
<b>Anexos</b> .....	<b>64</b>

## Índice de Ilustrações

<i>Ilustração 1 - Conservatório de Música do Porto</i> .....	1
<i>Ilustração 2 - Auditório Conservatório</i> .....	5
<i>Ilustração 3 - Cleópatra - Posição 3</i> .....	48
<i>Ilustração 4 - Cleópatra - Posição 2</i> .....	48
<i>Ilustração 5 - Cleópatra - Posição 1</i> .....	48
<i>Ilustração 6 - Soldier - Posição 3</i> .....	49
<i>Ilustração 7 - Soldier - Posição 2</i> .....	49
<i>Ilustração 8 - Soldier - Posição 1</i> .....	49
<i>Ilustração 9 - Spine Twist – Posição 3</i> .....	49
<i>Ilustração 10 - Spine Twist – Posição 2</i> .....	49
<i>Ilustração 11 - Spine Twist – Posição 1</i> .....	49
<i>Ilustração 12 Roll Down Roll Up Posição 3</i> .....	50
<i>Ilustração 13 Roll Down Roll Up Posição 2</i> .....	50
<i>Ilustração 14 Roll Down Roll Up Posição 1</i> .....	50
<i>Ilustração 15 - Aquecimento/Relaxamento</i> .....	54
<i>Ilustração 16 - Dificuldades de Execução</i> .....	55
<i>Ilustração 17 - Alerta do Professor</i> .....	57
<i>Ilustração 18 - Pilates nos Músicos</i> .....	58
<i>Ilustração 19 - Soluções Posturais</i> .....	58
<i>Ilustração 20 - Alongamentos</i> .....	59
<i>Ilustração 21 - Benefícios Alongamentos</i> .....	59
<i>Ilustração 22 – Prática com Dores</i> .....	60

## Introdução

O presente relatório de estágio, inserido na Unidade Curricular de Estágio Profissional do segundo ano de Mestrado em Ensino de Música da Escola Superior de Música e Artes do Espetáculo, foi implementado no Curso de Música Silva Monteiro no ano letivo de 2020/2021, nos Grupos de recrutamento M18(Trompete) e M32 (Classes de Conjunto). A parte fundamental desta intervenção foi a consciencialização dos alunos e professores para a necessidade deste método nas suas vidas, tanto académicas como profissionais. A motivação para o tema resulta da experiência do autor, bem como todas as suas melhorias em anos passados devido à sua prática semanal com o intuito do melhoramento da sua performance em palco. Muito do desconforto e ansiedade em palco poderão ser colmatadas com pequenos exercícios diários de aquecimento/relaxamento com bases no Método de Pilates (Smith, P., & Brown, R. 2015), (Lima, R., & Silva, C. 2019).

*“Um corpo livre de tensão nervosa e cansaço é o caminho ideal fornecido pela natureza para encontrar uma mente bem equilibrada, totalmente capaz de atender com sucesso todos os maiores problemas da vida moderna”.<sup>1</sup>*

A performance em alto rendimento de um instrumentista resulta de horas consecutivas de estudo para obter elevados níveis de competências (Ericsson e al., 1993; Hallam, 1997). Estudar um instrumento durante várias horas consecutivas, compromete a postura, originando lesões musculares (Lourenço, 2009, p. 501). O fato das lesões musculares existirem alerta-nos para a necessidade de o músico adquirir uma boa condição física (Williamon, 2004, p.163) O estudo intensivo de trompete, sem pausas adequadas para descanso e recuperação, pode levar a lesões como a distonia focal. A má postura durante a sua execução também pode levar a problemas musculares, como tensões, dores nas costas, pescoço e ombros.

---

<sup>1</sup> Pilates, Joseph. Return to the Through Contrology. Edição revista para 21st Century.

É importante realçar que cada músico é único, e os problemas de saúde relacionados no seu estudo podem variar de pessoa para pessoa. Para evitar lesões, é fundamental que os músicos adotem uma abordagem equilibrada em relação ao estudo e pratiquem técnicas de aquecimento e alongamento antes de tocar. Além disso, descansos regulares e a procura de orientação de um professor de música qualificado podem ajudar a minimizar o risco de lesões e a promover uma prática saudável e produtiva.

"Pilates pode contribuir para o bem-estar dos músicos, melhorando a consciência corporal, aprimorando a estabilidade do core, promovendo técnicas adequadas de respiração e prevenindo lesões musculoesqueléticas." <sup>2</sup>

Como Princípio Geral, o performer deverá ter sempre um bom equilíbrio entre estes princípios; Concentração, Centralização, Precisão, Respiração, Controlo e Fluidez. Estes são os seis princípios que regem a Filosofia e os exercícios do Método de Pilates. Estes ensinamentos advêm de Joseph Pilates (1883-1967). Na grande maioria dos casos, pequenos erros posturais prejudicam gravemente a performance de um músico, erros esses que continuamente irão prejudicar a sua vida quotidiana (Steinmetz, A., Moller, H., Seidel, W., & Rigotti, T. 2012). Para a prevenção desses problemas em performance poderemos utilizar o método de Pilates como também a técnica de Alexander. Uma pesquisa realizada (Johnson, E., & Taylor, M. 2014), Gonçalves, C., & Mendes, P. (2019), demonstrou que o treino de Pilates tem um impacto significativo na melhoria da respiração e desempenho em músicos de instrumentos de sopro, fornecendo benefícios tangíveis para a qualidade do som, resistência e controle respiratório."

---

<sup>2</sup> Santos, A., & Lopes, D. (2017)<sup>2</sup>

## **Capítulo I**

# **Guião de Observação da Prática Música**

## Conservatório de Música do Porto



*Ilustração 1 - Conservatório de Música do Porto*

O Conservatório de Música do Porto é uma instituição de ensino superior de música localizada na cidade do Porto, em Portugal. Fundado em 1917, o conservatório tem como objetivo promover a formação musical de excelência, tanto a nível técnico quanto artístico.

O conservatório oferece cursos de graduação em música nas áreas de instrumento, canto, composição, direção coral, direção de orquestra e pedagogia musical.

O corpo docente do conservatório é composto por professores altamente qualificados, muitos dos quais são músicos profissionais de renome internacional e ativos nas suas respetivas áreas. Também possui uma série de salas de ensaio e salas de concerto, bem como uma ampla biblioteca com recursos musicais, partituras e gravações.

Esta instituição tem um papel importante na vida musical da cidade do Porto, organizando concertos e apresentações públicas ao longo do ano, muitos dos quais são abertos ao público. O conservatório promove uma série de projetos de extensão universitária, como workshops, oficinas e palestras, que são abertos a músicos profissionais, estudantes de música e membros da comunidade em geral.

O Conservatório de Música do Porto é uma das principais instituições de ensino de música em Portugal e tem uma rica tradição de formação de músicos talentosos e bem-sucedidos nas suas carreiras musicais.

O Conservatório oferece uma ampla variedade de cursos nas áreas da música antiga, clássica e jazz, com o objetivo de proporcionar uma formação completa e abrangente para músicos e artistas. Alguns dos cursos oferecidos incluem:

- Curso de Instrumento: Neste curso, os alunos têm aulas individuais de instrumento com professores altamente qualificados, que os ajudam a desenvolver capacidades técnicas e musicais.
- Curso de Canto: Este curso é destinado a cantores que desejam aprimorar capacidades vocais e interpretativas, através de aulas individuais e conjuntas, além de estudos em teoria musical e história da música.
- Curso de Composição: Neste curso, os alunos aprendem a criar e compor música, utilizando as técnicas e teorias musicais mais recentes.
- Curso de Música Antiga: Este curso é direcionado os alunos que desejam se especializar em música antiga, incluindo a música medieval, renascentista e barroca, utilizando instrumentos históricos e técnicas de performance da época.

Além destes cursos, o Conservatório de Música do Porto também oferece cursos em áreas complementares, como teoria musical, história da música, pedagogia musical e análise musical. Há ainda uma ampla variedade de atividades extracurriculares, como concertos, recitais e masterclasses, que permitem aos alunos praticar e se apresentar em público.

### **Estrutura da escola e das disciplinas do estágio**

O Conservatório de Música do Porto possui uma estrutura organizacional que abrange as diferentes áreas de ensino e administração da escola. A estrutura é composta por:

- Direção: responsável pela gestão e coordenação da escola;
- Departamentos: dedicados a áreas específicas de ensino, como instrumento, canto, teoria musical, música antiga, entre outros;
- Secretaria Académica: responsável pela gestão de matrículas, processos de inscrição e documentação dos alunos;
- Biblioteca: com uma ampla oferta de livros, partituras e gravações de música clássica e jazz;
- Auditórios e salas de aula: espaços dedicados a concertos, aulas e ensaios.

No estágio de mestrado em ensino de música, os mestrandos têm a oportunidade de se aprofundar no ensino da música, em áreas como didática, metodologia e pedagogia musical. As disciplinas do estágio de mestrado incluem:

- Práticas de ensino supervisionadas: os mestrandos têm a oportunidade de colocar em prática os conhecimentos adquiridos em aulas e projetos de ensino supervisionados por orientadores experientes;
- Didática da música: estudo das metodologias de ensino e aprendizagem de música, com ênfase nas abordagens mais eficazes;
- Análise e avaliação do ensino: estudo das estratégias de avaliação do ensino da música, com o objetivo de identificar e corrigir possíveis falhas no processo de ensino;
- Psicologia da educação musical: estudo das relações entre a música e o desenvolvimento cognitivo, emocional e social dos alunos.

O objetivo do estágio de mestrado em ensino de música é preparar os mestrandos para se tornarem professores altamente qualificados e eficazes, capazes de ensinar música de forma criativa, motivadora e eficaz.

## **Projetos**

O Conservatório de Música do Porto, oferece uma variedade de projetos artísticos para enriquecer a educação dos alunos. Alguns destes projetos fazem parte do plano de estudos obrigatório, enquanto outros são opcionais. Muitos destes projetos são finalizados com apresentações públicas, como concertos e espetáculos, não apenas nas instalações da escola, mas também em locais por todo o país.

### **Projeto SEI - Sociedade, Escola e Investigação**

O Projeto SEI - Sociedade, Escola e Investigação é uma iniciativa que procura promover a integração entre a sociedade, a escola e a pesquisa como forma de incentivar a produção e divulgação do conhecimento científico. Este projeto tem como objetivo principal estimular a participação ativa de estudantes, professores, investigadores e membros da comunidade em geral na construção do conhecimento de forma colaborativa e interdisciplinar.

O Projeto SEI pode ser implementado em diferentes níveis educacionais, desde a educação básica até o ensino superior, e em diversas áreas do conhecimento, como ciências sociais, ciências naturais, humanidades, tecnologia, entre outras. O projeto incentiva a investigação científica como uma prática pedagógica, promovendo a curiosidade, o espírito crítico, a criatividade e a participação ativa dos estudantes no processo de construção do conhecimento.

Uma das características do Projeto é a promoção da integração entre a escola e a sociedade, estabelecendo parcerias com instituições de pesquisa, empresas e organizações não governamentais. Desta forma, procura-se conectar o conhecimento produzido na academia com as necessidades e realidades da sociedade, estimulando a aplicação prática do conhecimento científico em soluções para problemas reais.

O Projeto SEI também valoriza a interdisciplinaridade, incentivando a integração de diferentes áreas do conhecimento na procura por soluções complexas e multidimensionais. Além disso, promove a divulgação dos resultados das pesquisas realizadas, por meio de eventos científicos, publicações, exposições e outras formas de socialização do conhecimento.

O Projeto procura fomentar a integração entre a sociedade, a escola e a pesquisa, estimulando a investigação científica como prática pedagógica, a integração com a comunidade e a interdisciplinaridade, com o objetivo de promover a produção e disseminação do conhecimento científico de forma colaborativa e aplicada às necessidades da sociedade.

## **EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE (PES)**

A Educação para a Saúde, também conhecida como PES (Promoção da Educação em Saúde), é um processo de aprendizado que procura capacitar as pessoas a adotarem comportamentos saudáveis e a tomar decisões informadas em relação à sua saúde e bem-estar. O Projeto abrange uma ampla gama de tópicos, incluindo nutrição, atividade física, higiene pessoal, prevenção de doenças, cuidados com a saúde mental, saúde sexual e reprodutiva, uso de substâncias, entre outros.

A Educação para a Saúde é fundamental para capacitar indivíduos, famílias e comunidades a assumirem um papel ativo na promoção da sua própria saúde e na prevenção de doenças. Ao fornecer informações precisas e relevantes, promover capacidades de tomada de decisão, estimular comportamentos saudáveis e incentivar a adoção de estilos de vida saudáveis, o projeto pode contribuir para a melhoria do bem-estar e da qualidade de vida das pessoas.

A educação para a saúde nas escolas é uma parte importante da formação educacional de crianças e adolescentes. Está concentrada em fornecer informações e competências relacionadas à saúde, com o objetivo de promover hábitos saudáveis e prevenir problemas de saúde.

Em contexto escolar, o projeto pode abranger uma ampla gama de tópicos, incluindo nutrição, atividade física, saúde mental, higiene pessoal, prevenção de doenças, educação sexual, uso de substâncias e muito mais. É importante que os estudantes recebam informações precisas e atualizadas, que sejam apropriadas para a sua idade e nível de desenvolvimento.

## **Espaço Físico**

O Conservatório de Música do Porto possui várias salas de aula equipadas com pianos, instrumentos musicais e recursos audiovisuais para o ensino teórico e prático de música. Possui também salas de ensaio para grupos musicais, como orquestras, coros e grupos de música de câmara, bem como estúdios de gravação e salas de estudo.

O auditório principal é um dos ex-libris da sua estrutura, sendo utilizado para a realização de recitais, concertos e apresentações musicais. Este espaço foi projetado com acústica adequada e está equipado com instrumentos musicais e sistemas de som de alta qualidade para proporcionar uma experiência auditiva de alta qualidade para o público.



*Ilustração 2 - Auditório Conservatório*

O conservatório possui também uma biblioteca dedicada à música, com uma vasta coleção de partituras, livros, revistas e recursos audiovisuais relacionados com música. Esta biblioteca é um recurso importante para os alunos e professores do conservatório, oferecendo acesso a materiais de pesquisa e estudo, também possui espaços administrativos, como escritórios, salas de reuniões e áreas de apoio para o funcionamento administrativo da escola, incluindo a gestão académica, financeira e de recursos humanos. Como uma instituição de ensino de música moderna, o Conservatório de Música do Porto também possui uma infraestrutura tecnológica, como redes de computadores, sistemas de áudio e vídeo, e equipamentos de gravação e produção musical para apoiar o ensino e alunos em contexto contemporâneo.

O espaço físico do Conservatório de Música do Porto é projetado para fornecer um ambiente adequado para o ensino, prática e apresentação musical, com instalações, recursos e tecnologia necessários para apoiar a instrução musical de alta qualidade

### **Missão e valores de acordo com o projeto educativo**

#### **Missão**

A missão do Conservatório de Música do Porto é promover a música e a formação musical de excelência, proporcionando aos estudantes uma formação sólida e abrangente nas áreas da música clássica, jazz e música contemporânea. O Conservatório procura desenvolver o potencial musical dos alunos, estimulando a criatividade, a expressão artística e a formação integral.

#### **Valores**

- Excelência: O Conservatório procura a excelência em todos os seus programas de ensino, promovendo a qualidade artística e pedagógica em todas as disciplinas e atividades.
- Tradição: A instituição valoriza a tradição musical e a herança cultural da música clássica e jazz, promovendo o estudo e a prática de repertórios de diferentes estilos e épocas.
- Inovação: O Conservatório está comprometido com a inovação pedagógica e artística, procurando constantemente novas abordagens e metodologias de ensino para proporcionar uma formação musical atualizada e relevante.
- Diversidade: O Conservatório de Música do Porto promove a diversidade musical, acolhendo estudantes de diferentes origens e estilos musicais, e oferecendo uma formação abrangente que compreende diversos estilos e gêneros musicais.
- Ética: A instituição promove a ética e a integridade nas relações interpessoais, no ensino e na prática musical, valorizando a honestidade, a responsabilidade e o respeito mútuo.
- Comunidade: O Conservatório valoriza a construção de uma comunidade musical colaborativa, promovendo a interação entre os alunos, professores, funcionários e a comunidade local, estimulando o diálogo, a participação e o envolvimento de todos os membros.
- Desenvolvimento integral: O Conservatório de Música do Porto procura o desenvolvimento integral dos estudantes, promovendo não apenas a formação musical, mas também o

desenvolvimento pessoal, social e emocional dos estudantes, procurando formar cidadãos conscientes e comprometidos com a sociedade.<sup>3</sup>

### **Experiência CMP**

A minha experiência no Conservatório do Porto, no âmbito do Mestrado em Ensino de Música, foi verdadeiramente gratificante. Fui calorosamente acolhido por todos os docentes, que me ajudaram de forma positiva e inclusiva.

Tanto o Professor Rui Brito como os alunos de trompete foram extremamente recetivos às minhas opiniões e sempre acolheram as críticas de forma construtiva. A abertura e vontade de aprender foram inspiradoras.

Embora tenha tido poucas oportunidades de lecionar na orquestra, nas aulas em que assumi essa responsabilidade, tanto o Professor Fernando Marinho como todos os alunos da orquestra demonstraram uma compreensão notável em relação à minha falta de experiência como maestro. A sua compreensão e apoio foram fundamentais para o meu crescimento.

A minha passagem pelo Conservatório do Porto foi enriquecedora em todos os sentidos. Sou profundamente grato por ter sido apoiado por professores extremamente dedicados. Esta experiência fortaleceu a minha paixão pelo ensino da música e contribuiu para o meu desenvolvimento como profissional.

---

<sup>3</sup> Toda a informação relativa ao conservatório foi retirada de

<https://www.conservatoriodemusicadoporto.pt>

## **Capítulo II**

### **Prática de Ensino Supervisionada**

## **Prática de Ensino Supervisionada**

A Prática de Ensino Supervisionada desempenha um papel crucial no mestrado de ensino de música, proporcionando uma formação de excelência, criando condições favoráveis para o desenvolvimento de competências sólidas na prática de ensino. Essa experiência não seria possível sem o papel essencial dos cooperantes, profissionais que desempenham um papel fundamental na supervisão e orientação dos mestrandos durante esta etapa.

Os cooperantes são profissionais experientes que atuam como mentores dos mestrandos durante a Prática de Ensino Supervisionada. Desempenham um papel vital ao oferecer suporte e direcionamento aos estudantes, compartilhando o seu conhecimento e experiência na prática de ensino, adquirido ao longo das carreiras. Através do contato direto com os cooperantes, os mestrandos têm a oportunidade de aprender com profissionais experientes, absorvendo os seus métodos de ensino, estratégias pedagógicas e abordagens didáticas eficazes. Os cooperantes desempenham um papel ativo no acompanhamento e avaliação do desempenho dos estudantes observando as aulas ministradas pelos estudantes, oferecendo *feedback* construtivo e sugestões para melhoramento. Esta interação contínua entre mestrandos e cooperantes permite um processo de aprendizagem contínuo e um constante aperfeiçoamento das capacidades de ensino.

Durante o ano letivo de 2020-2021, tive a oportunidade de trabalhar com os professores Rui Brito e Fernando Marinho, no Conservatório de Música do Porto, que foram essenciais para o meu crescimento na área da música.

Este capítulo tem como objetivo principal aprofundar a compreensão da disciplina de trompete por meio da análise minuciosa de documentos fornecidos pela instituição. Serão examinados os registros das aulas supervisionadas, o planeamento das atividades e os relatórios dos professores Cooperantes e Supervisor.

## **Participantes na prática de Ensino Supervisionada**

### **Estudantes envolvidos**

Na sequência da prática de ensino supervisionada, o professor estagiário recebeu dos professores cooperantes a responsabilidade de orientar um estudante de nível básico, um de nível secundário e uma classe de conjunto instrumental.

### **Ensino Básico - Aluno A**

O aluno A, com 14 anos, matriculado no 9º ano do Curso Básico de Instrumentista de Sopros no Conservatório. Iniciou a sua caminhada musical no Curso de Música Silva Monteiro durante o ano letivo de 2012/2013 com o professor Nelson Ferreira. Desde os 6 anos, o aluno tem demonstrado um grande interesse na aprendizagem do instrumento e a sua dedicação, tanto em casa como nas aulas, tem sido de excelência ao longo destes anos. No entanto, devido à carga horária excessiva este ano, tem tido dificuldades em encontrar tempo para o estudo individual.

O aluno tem se dedicado ao estudo de obras importantes no contexto musical trompetístico, como "Intrada" de Otto Ketting e "Sonatina" de Anton Diabelli, que são requisitos obrigatórios para o acesso ao 6º grau no Conservatório de Música do Porto.

### **Ensino Secundário - Aluno B**

O Aluno B, com 16 anos, matriculado no 10º ano do Curso de Trompete. Começou a sua jornada musical aos 6 anos e desde então, o aluno tem se dedicado intensamente ao estudo do instrumento e tem mostrado um talento promissor.

No entanto, o aluno tem enfrentado dificuldades em lidar com a pressão de se apresentar em público, com tendência a ficar muito ansioso e nervoso antes de uma apresentação, o que afeta a sua performance. Apesar disto, o aluno tem trabalhado intensamente para superar essa dificuldade, tendo procurado ajuda de um terapeuta para controlar a ansiedade.

O aluno tem se dedicado ao estudo de peças importantes no repertório trompetístico e neste ano esteve a trabalhar o "Concerto" de Joseph Haydn e também o "Impromptu" de Jacques Ibert. Além de já ter trabalhado vários estudos técnicos do segundo livro de Maxime Alphonse.

## **Música de Câmara**

A Intervenção Pedagógica na Classe de Conjunto envolveu trinta aulas de 45 minutos, nas quais o professor cooperante trabalhou com a orquestra as obras “Palladio” de Karl Jenkins, “Jazz Pizzicato” de Leroy Anderson e “Winter Solstice” de Todd Parrish. O trabalho consistiu em leitura, afinação, musicalidade, respirações, respostas a estímulos e postura. As aulas foram conduzidas com exercícios de aquecimento conjunto e foram trabalhadas em ensaios de grupo e em ensaios de naipe. A última aula serviu como um ensaio geral para a apresentação no concerto final de período. O professor enfatizou a importância da aprendizagem dos aspetos formais das obras, para maior segurança ao nível da memorização, bem como para uma melhor qualidade de execução. Os alunos foram parabenizados pelo resultado, e uma autoavaliação foi realizada em conjunto. Um questionário online foi preenchido pelos alunos para avaliar a Intervenção Pedagógica.

## **Docentes Envolvidos**

### **Professor Supervisor**

Kevin Wauldron é um trompetista e professor americano que atualmente leciona na Escola Superior de Música e Artes do Espetáculo (ESMAE) em Portugal.

Antes de assumir o seu cargo na ESMAE, Kevin Wauldron já tinha sido professor de trompete em várias instituições de ensino superior nos Estados Unidos, incluindo a Universidade de Miami, Coral Gables, Florida, a Universidade de Michigan, Ann Arbor, Michigan, e no Interlochen National Music Camp, Interlochen Michigan.

Além da sua carreira como docente, Kevin Wauldron também é um trompetista ativo como intérprete e músico de orquestra, tendo se apresentado em várias orquestras, incluindo a Colorado Philharmonic, na New World Symphony Orchestra em Miami, Florida, e na New Haven Symphony. Trabalhou nas Orquestras de Los Angeles, Philadelphia, Pittsburg e New York com os Maestros Andre Previn, Leonard Bernstein, Kurt Massur, Michael Tilson Thomas e Zubin Metha, entre outros.

Em Novembro de 1989, já em Portugal, ingressou na Orquestra do Porto, Régie Cooperativa Sinfónica, como primeiro trompetista. Em 1992 venceu como primeiro trompete, o Concurso da Orquestra Sinfónica da Galícia, La Coruña, Espanha.

Kevin Wauldron é conhecido pela sua abordagem de ensino altamente técnica e pelo seu compromisso em ajudar os seus alunos a desenvolver capacidades sólidas de técnica, estilística e musicais. É um trompetista muito respeitado no mundo da música sendo reconhecido pela sua consistência sonora e pela expressividade.

O Professor Kevin Wauldron é um músico e professor bastante talentoso e bem-sucedido que contribui significativamente para o mundo da música e para a formação de novos músicos.

### **Professor Cooperante**

Rui Brito é um trompetista de renome nacional que atualmente é professor no Conservatório de Música do Porto e também é um dos principais trompetistas da Orquestra Sinfónica da Casa da Música, também sediada na cidade do Porto.

Iniciou os seus estudos musicais na Banda de Música da Casa do Povo de Santa Marinha, em Vila Nova de Gaia, e posteriormente no Conservatório de Música do Porto, na classe do Professor Macedo.

Ao longo da sua carreira, Rui Brito tem sido um músico muito ativo tanto como solista, como em música de câmara e orquestral. Já colaborou com diversas orquestras em Portugal, como a Orquestra Sinfónica da Casa da Música, a Orquestra Clássica da Madeira e a Orquestra do Norte.

Rui Brito é um professor muito respeitado e influente no Conservatório de Música do Porto, onde leciona desde 1998, é conhecido pela sua abordagem metódica e exigente no ensino da trompete, procurando sempre ajudar os seus alunos a alcançar o seu potencial máximo.

O professor Rui Brito é um trompetista de renome e um professor altamente respeitado e influente no contexto musical nacional, que continua a inspirar e orientar as próximas gerações de músicos em Portugal.

### **Professor Cooperante**

Manuel Fernando Marinho é um maestro português que atualmente atua como maestro titular da Orquestra do Norte e como professor de orquestra no Conservatório de Música do Porto. É reconhecido pela sua dedicação e paixão pela música clássica, bem como pelas suas capacidades de liderança e comunicação.

Fernando Marinho iniciou a sua carreira como maestro em tenra idade, trabalhando com várias orquestras em Portugal. Em 2018, foi convidado para liderar a Orquestra do Norte e tem desempenhado um papel fundamental na expansão e desenvolvimento da orquestra desde então.

Ao longo da sua carreira tem trabalhado com diversos solistas e compositores de renome internacional, incluindo Yury Martynov, Marielle Labèque, Olga Prats, António Rosado, entre outros. Também se tem dedicado a promover a música clássica em Portugal, através de concertos e apresentações, entre eles destacam-se projetos educativos, trabalhando com jovens músicos e estudantes.

Além do seu trabalho com a Orquestra do Norte, Fernando Marinho já atuou como maestro convidado de várias orquestras portuguesas e pelo mundo fora, incluindo a Orquestra Gulbenkian, a Orquestra Metropolitana de Lisboa, a Orquestra Clássica do Sul e a Orquestra Filarmónica de Zagreb, entre outras.

Professor Manuel Fernando Marinho é um maestro experiente e talentoso que tem trabalhado incansavelmente para promover a música clássica em Portugal e além-fronteiras. O seu trabalho à frente da Orquestra do Norte tem sido elogiado por muitos e a sua dedicação à música é amplamente reconhecida.

## Caracterização das Disciplinas

### Planificação Anual

#### Aluno A

Conservatório de Música do Porto
----------------------------------

Docente:	Disciplina: TROMPETE
Aluno:	Ano de Escolaridade: 9º Ano
<b>Conteúdos Programáticos</b>	
<b>1º Período</b>	
Recapitulação e solidificação de bases: - Embocadura; - Postura; - Respiração; - Flexibilidade; - Articulação; - Som; - Harmónicos Escala: - Diatónicas maiores; - Diatónicas menores: naturais, harmónicas e melódicas; - Respetivos harpejos e sétima da dominante com inversões; - Escalas cromáticas; Estudos: - “Método Arban”; - “Vingt Études” - Maxime-Alphonse; - “Vingt-Deux Exercices” – Gally Peças: - “Scherzo” – Reuter; - “Fantasia” – F. Thomé; - “La Chennile” – Berghmans; - “Concerto” Capel Bond	
<b>2º Período</b>	
Recapitulação e solidificação de bases: - Embocadura; - Postura; - Respiração; - Flexibilidade; - Articulação; - Som; - Harmónicos Escala: - Diatónicas maiores; - Diatónicas menores: naturais, harmónicas e melódicas; - Respetivos harpejos e sétima da dominante com inversões; - Escalas cromáticas; Estudos: - “Método Arban”; - “Vingt Études” - Maxime-Alphonse; - “Vingt-Deux Exercices” – Gally Peças: - “Scherzo” – Reuter; - “Fantasia” – F. Thomé; - “La Chennile” – Berghmans; - “Concerto” Capel Bond	
<b>3º Período</b>	
Recapitulação e solidificação de bases: - Embocadura; - Postura; - Respiração; - Flexibilidade; - Articulação; - Som; - Harmónicos Escala: - Diatónicas maiores; - Diatónicas menores: naturais, harmónicas e melódicas; - Respetivos harpejos e sétima da dominante com inversões; - Escalas cromáticas; Estudos: - “Método Arban”; - “Vingt Études” - Maxime-Alphonse; - “Vingt-Deux Exercices” – Gally Peças: - “Scherzo” – Reuter; - “Fantasia” – F. Thomé; - “La Chennile” – Berghmans; - “Concerto” Capel Bond	

Avaliação: Assiduidade, pontualidade, material, interesse, empenho, desenvolvimento técnico, desenvolvimento artístico, aquisição e aplicação de conceitos e conhecimentos, trabalho realizado em casa audições e provas de avaliação;

Obs: O Prof. pode utilizar outros métodos que não constem no programa, que ache relevantes para o desenvolvimento quer técnico-artístico do aluno. O mesmo se aplica em relação a peças. Logo que sejam de grau de dificuldade superior ou equivalente ao grau referido.

## Aluno B

### Conservatório de Música do Porto

Docente:	Disciplina: TROMPETE
Aluno:	Ano de Escolaridade: 10º Ano
<b>Conteúdos Programáticos</b>	
<b>1º Período</b>	
Recapitulação e solidificação de bases: - Embocadura; - Postura; - Respiração; - Flexibilidade; - Articulação; - Som; - Harmónicos	
Escalas: - Diatónicas maiores; - Diatónicas menores: naturais, harmónicas e melódicas; - Respectivos harpejos e sétima da dominante com inversões; - Escalas cromáticas;	
Estudos: - "Método Arban"; - "ÉtudesNouvells" - Maxime-Alphonse 2º Caderno; - "Seize Études" – E. Bozza; - "16 Exercices de Transpositions" - Bolet	
Peças: - "Lied et Scherzo" – Alberspric; - "Boutade" – P. Gabaye; - "Scherzo" – G. Montebrun; - "Ostinato" - Vachey	
<b>2º Período</b>	
Recapitulação e solidificação de bases: - Embocadura; - Postura; - Respiração; - Flexibilidade; - Articulação; - Som; - Harmónicos	
Escalas: - Diatónicas maiores; - Diatónicas menores: naturais, harmónicas e melódicas; - Respectivos harpejos e sétima da dominante com inversões; - Escalas cromáticas;	
Estudos: - "Método Arban"; - "ÉtudesNouvells" - Maxime-Alphonse 2º Caderno; - "Seize Études" – E. Bozza; - "16 Exercices de Transpositions" - Bolet	
Peças: - "Lied et Scherzo" – Alberspric; - "Boutade" – P. Gabaye; - "Scherzo" – G. Montebrun; - "Ostinato" - Vachey	
<b>3º Período</b>	
Recapitulação e solidificação de bases: - Embocadura; - Postura; - Respiração; - Flexibilidade; - Articulação; - Som; - Harmónicos	
Escalas: - Diatónicas maiores; - Diatónicas menores: naturais, harmónicas e melódicas; - Respectivos harpejos e sétima da dominante com inversões; - Escalas cromáticas;	
Estudos: - "Método Arban"; - "ÉtudesNouvells" - Maxime-Alphonse 2º Caderno; - "Seize Études" – E. Bozza; - "16 Exercices de Transpositions" - Bolet	
Peças: - "Lied et Scherzo" – Alberspric; - "Boutade" – P. Gabaye; - "Scherzo" – G. Montebrun; - "Ostinato" - Vachey	

Avaliação: Assiduidade, pontualidade, material, interesse, empenho, desenvolvimento técnico, desenvolvimento artístico, aquisição e aplicação de conceitos e conhecimentos, trabalho realizado em casa audições e provas de avaliação;

Obs: O Prof. pode utilizar outros métodos que não constem no programa, que ache relevantes para o desenvolvimento quer técnico-artístico do aluno. O mesmo se aplica em relação a peças. Logo que sejam de grau de dificuldade superior ou equivalente ao grau referido.

## Classe de Conjunto



## CONSERVATÓRIO DE MÚSICA DO PORTO

### Critérios de Avaliação

#### Classes de Conjunto – 2º e 3º Ciclos

Domínios	
Saber Estar	Saber Fazer
15%	85%

Domínios / Atitudes	Descritores	Instrumentos		
Responsabilidade	<ul style="list-style-type: none"> <li>Organizar o estudo e encontrar os meios para superar as dificuldades.</li> <li>Participar com empenho nas atividades da sala de aula.</li> <li>Planear, organizar e apresentar atividades, partilhando tarefas e responsabilidades.</li> <li>Comunicar em diferentes contextos de forma adequada.</li> <li>Ter e preservar os materiais de trabalho.</li> <li>Evidenciar sentido de responsabilidade, empenho e esforço em melhorar e aprender.</li> </ul>	Saber Estar (15%)	Observação direta	
Respeito / Cumprimento de Regras	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ser assíduo e pontual.</li> <li>Conhecer e cumprir as regras de funcionamento da Escola.</li> <li>Interagir com tolerância, respeitar e colaborar com os colegas, professores e funcionários.</li> </ul>			
Autonomia	<ul style="list-style-type: none"> <li>Adotar comportamentos adequados em contextos de cooperação, partilha e colaboração.</li> <li>Evidenciar responsabilidade no cumprimento de prazos na entrega de trabalhos.</li> <li>Desenvolver ideias e soluções de forma imaginativa e criativa.</li> <li>Manifestar autonomia na realização das tarefas.</li> </ul> <p>Fazer autoanálise do desempenho para identificar progressos, lacunas e dificuldades na aprendizagem.</p>	Saber Fazer (85%)	Estudo individual  Apresentação Pública	
Cognitivo,	<ul style="list-style-type: none"> <li>Algum domínio técnico</li> <li>Postura física correta</li> <li>Concentração</li> </ul>			Observação direta
Sensorial,	<ul style="list-style-type: none"> <li>Algum domínio da qualidade sonora</li> <li>Afinação;</li> <li>Criatividade e capacidade de improvisar;</li> <li>Domínio do repertório e de interpretação;</li> <li>Capacidade de adaptação ao trabalho de grupo;</li> <li>Participação em aulas de grupo, audições, concertos ou outras atividades propostas</li> </ul>			
Técnico e Performativo				

Períodos	Classificação Interna de Frequência		
	1º	2º	3º
	N1 = NP1	N2 = (NP1+NP2) / 2	*N3 = (NP1+NP2+NP3) / 3

N1 (Nota do 1º Período); N2 (Nota do 2º Período); N3 (Nota do 3º Período); PA (Prova de Avaliação).

A avaliação quantitativa trimestral, do trabalho desenvolvido pelo aluno, é atribuída em níveis de 1 a 5.

## CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

2º/ 3º CICLO CURSO BÁSICO					
Domínio da Avaliação	Critérios Gerais	Critérios Específicos	Instrumentos Indicadores de Avaliação		%
<p><b>COGNITIVOS:</b></p> <p><b>APTIDÕES</b></p> <p><b>CAPACIDADES</b></p> <p><b>COMPETÊNCIAS</b></p>	<p>Aquisição de competências essenciais e específicas;</p> <p>Domínio dos conteúdos programáticos;</p> <p>Evolução na aprendizagem;</p>	<p>Coordenação psico-motora; Sentido de pulsação/ritmo/harmonia/fraseado; Qualidade do som trabalhado; Realização de diferentes articulações e dinâmicas; Utilização correta das dedilhações para cada nota; Fluência da leitura; Agilidade e segurança na execução; Respeito pelo andamento que as obras determinam; Capacidade de concentração e memorização; Capacidade de abordar a ambiência e estilo da obra; Capacidade de formulação e apreciação crítica; Capacidade de abordar e explorar repertório novo; Capacidade de diagnosticar problemas e resolvê-los;</p>	<p><b>Componente técnica:</b> Métodos e hábitos de estudo</p>	10%	<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">AVALIAÇÃO CONTÍNUA</p> <p style="text-align: center;">50 %</p>
				<p><b>Domínio técnico:</b> sonoridade, pulsação, afinação, ritmo, dinâmica</p>	
<p><b>ATITUDINAIS</b></p> <p><b>VALORES:</b></p>	<p>Hábitos de estudo; Responsabilidade e autonomia; Espírito de tolerância, de cooperação e de solidariedade; Intrapessoalidade; Autoestima; Autoconfiança; Socialização; Motivação; Postura; Civismo;</p>	<p>Assiduidade e pontualidade-10%; 5%- Apresentação do material necessário para a aula; Interesse e empenho na disciplina; Métodos de estudo; Atitude na sala de aula; Cumprimento das tarefas atribuídas; Regularidade e qualidade do estudo; Participação nas atividades da escola (dentro e fora da escola); Respeito pelos outros, pelos materiais e equipamentos escolares; Postura em apresentações públicas, como participante e como ouvinte;</p>	<p>Observação direta;</p>	15%	
<p><b>PERFORMATIVOS</b></p> <p><b>PSICO/MOTORES:</b></p>	<p>Sentido de:</p> <p>Encenação;</p> <p>Espetáculo;</p> <p>Responsabilidade artística;</p> <p>Compromisso artístico;</p>	<p>Postura em palco; Rigor da indumentária apresentada; Sentido de fraseado; Qualidade sonora; Realização de diferentes articulações e dinâmicas; Fluência, Agilidade e segurança na execução; manutenção do andamento que as obras determinam; Capacidade de concentração e memorização; Capacidade de manter a abordagem da ambiência e estilo da obra; Capacidade de diagnosticar problemas e resolvê-los de imediato;</p>	<p>Execução prática, coordenação de conjunto, concertos e apresentações públicas</p>	50%	<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">AVALIAÇÃO PERIÓDICA</p> <p style="text-align: center;">50 %</p>

## **Audições**

As audições são uma parte fundamental do processo de aprendizagem. Estas oferecem aos alunos a oportunidade de apresentarem os seus progressos perante um público, geralmente composto por colegas, professores e familiares. No Conservatório do Porto, as audições são particularmente importantes, pois ajudam a avaliar o desempenho dos alunos e fornecem um *feedback* importante para o seu desenvolvimento. As audições ajudam a desenvolver a confiança e performance dos alunos. Apresentando-se diante de uma plateia, os alunos aprendem a controlar os nervos e a comunicar de forma clara e envolvente com o público. As audições também oferecem aos alunos a oportunidade de se apresentarem para o público em geral, o que pode ser uma experiência muito enriquecedora e gratificante.

Devido à pandemia de COVID-19, o Conservatório de Música do Porto viu-se obrigado a cancelar grande parte das suas apresentações a público, incluindo as audições que normalmente acontecem no final de cada período.

Contudo, o Conservatório de Música do Porto tem feito esforços para manter a aprendizagem a decorrer durante este período difícil. Os professores e alunos têm colaborado para encontrar formas criativas de continuar a ensinar e aprender música, através de aulas online e outros meios virtuais. Apesar de não ser a mesma coisa que ter aulas e audições presenciais, estes esforços têm contribuído para manter a comunidade musical do conservatório conectada e em desenvolvimento.

## **Masterclasses**

As Masterclasses são valiosas oportunidades para os alunos aprofundarem conhecimentos e experiências. Durante a pandemia de COVID-19, o Conservatório de Música do Porto e o Conservatório de Música de Barcelos realizaram um intercâmbio online inovador, permitindo que estudantes e professores das duas instituições se conectassem virtualmente. Por meio de plataformas de videoconferência, os participantes tiveram a oportunidade de compartilhar experiências musicais, apresentar as suas obras e colaborar em projetos conjuntos. Embora o intercâmbio online não tenha permitido encontros presenciais e interações pessoais, foi proporcionada uma valiosa oportunidade de aprendizagem e conexão entre os conservatórios. Essa iniciativa demonstrou a capacidade de adaptação das instituições de ensino de música em tempos bastante desafiadores, garantindo que os estudantes continuassem a expandir os seus conhecimentos musicais, mesmo à distância.

## Cronogramas

Aluno A			
Data	Aulas observadas	Aulas lecionadas	Aulas Supervisionadas
19/10/20	X		
26/10/20	X		
2/11/20	X		
9/11/20	X		
<u>16/11/20</u>	X		
23/11/20		X	
30/11/20		X	X
7/12/20		X	
14/12/20		X	
4/01/21	X		
11/01/21	X		
18/01/21		X	
25/01/21		X	
1/02/21		X	
8/02/21		X	
15/02/21	X		
22/02/21		X	
1/03/21		X	
8/03/21		X	
15/03/21		X	
22/03/21		X	
12/04/21		X	
19/04/21		X	
26/04/21		X	
3/05/21		X	
10/05/21		X	
17/05/21		X	
24/05/21		X	X

31/05/21		X	
7/06/21	X		

<b>Aluno B</b>			
Data	Aulas observadas	Aulas lecionadas	Aulas Supervisionadas
19/10/20	X		
26/10/20	X		
2/11/20	X		
9/11/20	X		
16/11/20	X		
23/11/20		X	
30/11/20		X	X
7/12/20		X	
14/12/20		X	
4/01/21	X		
11/01/21	X		
18/01/21		X	
25/01/21		X	
1/02/21		X	
8/02/21		X	
15/02/21	X		
22/02/21		X	
1/03/21		X	
8/03/21		X	
15/03/21		X	
22/03/21		X	
12/04/21		X	
19/04/21		X	
26/04/21		X	
3/05/21		X	

10/05/21		X	
17/05/21		X	
24/05/21		X	X
31/05/21		X	
7/06/21	X		

<b>Clase de Conjunto</b>			
Data	Aulas observadas	Aulas lecionadas	Aulas Supervisionadas
22/10/20	X		
29/10/20	X		
5/11/20	X		
12/11/20	X		
19/11/20	X		
26/11/20	X		
3/12/20		X	X
10/12/20	X		
17/12/20	X		
7/01/21	X		
14/01/21	X		
21/01/21	X		
28/01/21	X		
4/02/21	X		
11/02/21	X		
18/02/21	X		
25/02/21	X		
4/03/21	X		
11/03/21	X		
18/03/21	X		
25/03/21	X		
8/04/21	X		

15/04/21	X		
22/04/21	X		
29/04/21	X		
6/05/21	X		
13/05/21	X		
20/05/21		X	X
27/05/21	X		
3/06/21	X		

### **Registo de aulas Supervisionadas**

Os relatórios de observação realizados durante a disciplina de Prática de Ensino Supervisionada seguiram um modelo fornecido pelo professor orientador do Mestrado em Ensino da Música. Este modelo consiste numa grelha de registo aberta, permitindo anotar de forma sistemática, mas com liberdade de escrita, cada momento de trabalho e relação pedagógica observados durante as aulas.

Os exemplos de registos apresentados nas grelhas abaixo estão disponíveis na íntegra como parte do Anexo A, onde podem ser consultados mais detalhadamente.

## **Registo da observação Supervisionada**

### **Planificação de aulas**

**Aluno A**

## **PLANO DE AULA |RAMO INSTRUMENTO, JAZZ E CANTO**

**Aula nº7**

### **ESTABELECIMENTO DE ENSINO:**

**Ano/Grau: 9º Ano/5º Grau**

**Duração da aula: 90 minutos**

**Regime de frequência: Integrado**

**Número de alunos: 1**

**Estagiário: Nelson Ferreira**

### **OBJETIVOS | COMPETÊNCIAS**

Manter um Ambiente saudável na sala de aula

Manter uma postura correta e confortável

Melhorar a performance

### **CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS**

Exercícios de aquecimento (James Stamp e Vicent Cichowicz)

Estudos 7 e 8 do 2º livro de Maxime Alphonse

“Sonatina” Anton Diabelli

## DESENVOLVIMENTO DA AULA

A aula iniciou-se com a realização de vários exercícios que tinham como objetivo melhorar a flexibilidade, estabilidade corporal, bem como o som e a sua técnica. Para isso, foram praticados os exercícios de Pilates no início e no fim da aula, e também foram realizados os 1 e 3 dos Métodos de Stamp e Cichowicz.

De seguida, o tempo foi dedicado à obra “Sonatina”. Depois de uma primeira leitura geral feita pelo aluno, pudemos identificar os principais problemas a serem trabalhados. Optou-se então por abordar a peça em partes, com o objetivo de aprimorar esses aspetos específicos.

Para auxiliar o aluno nos seus problemas melódicos, experimentou-se cantar enquanto ele tocava, oferecendo algumas indicações sobre a musicalidade presente na obra. Com isso, a noção de fraseado foi aprimorada e o aluno conseguiu melhorar nesse aspeto.

Por fim, o foco baseou-se em trabalhar passagens específicas dos estudos 7 e 8 nas quais o aluno apresentava mais dificuldades. No fim da aula foram realizados alongamentos baseados no método de Pilates.

## RECURSOS E FONTES

Trompete

Surdina

Metrónomo

Lápis

“Sonatina” Anton Diabelli

2º Livro de Maxime Alphonse

Métodos de James Stamp e Vicent Cichowicz

## AVALIAÇÃO

A avaliação teve em conta vários aspetos como o nível de motivação, persistência e empenho do aluno, a postura e a respiração. O aluno demonstrou bastante dedicação ao longo da semana e colaborou ativamente com o professor estagiário, demonstrando abertura e receptividade às informações fornecidas. Para auxiliar o aluno nas suas dificuldades técnicas e melódicas, o estagiário cantou enquanto ele tocava, fornecendo algumas orientações sobre a musicalidade presente na obra. O aluno progrediu significativamente no que diz respeito à parte musical e técnica. Considerando todos esses aspetos mencionados anteriormente, o desempenho do aluno foi avaliado como bom durante a aula.

Assinatura do Professor Cooperante

Assinado por: **RUI MANUEL PINHEIRO DE BRITO**  
Num. de Identificação: 07364620  
Data: 2023.06.08 14:49:39+01'00'



## PLANO DE AULA |RAMO INSTRUMENTO, JAZZ E CANTO

### Aula nº28

#### ESTABELECIMENTO DE ENSINO:

**Ano/Grau: 9º Ano/5º Grau**

**Duração da aula: 90 minutos**

**Regime de frequência: Integrado**

**Número de alunos: 1**

**Estagiário: Nelson Ferreira**

#### OBJETIVOS | COMPETÊNCIAS

Manter um Ambiente saudável na sala de aula

Manter uma postura correta e confortável

Melhorar a performance

#### CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

Exercícios de aquecimento (Clarke nº1 e Vicent Cichowicz)

Escala de Sib Maior

Estudos 23 do 2º livro de Maxime Alphonse

“Sonata” Henry Purcell

## DESENVOLVIMENTO DA AULA

A primeira parte da aula teve início com um aquecimento, no qual o aluno realizou exercícios de aquecimento corporal baseados no Método de Pilates. Esses exercícios ajudaram o aluno a relaxar, permitindo que o professor observasse que sua respiração estava bastante descontraída. De seguida, concentraram-se em exercícios de respiração abdominal, procurando aproveitar ao máximo a capacidade respiratória do aluno.

Prosseguiram para a execução da escala de Sib Maior e Sol menor, trabalhando também os arpejos, inversões e cromatismos correspondentes. Inicialmente, o professor solicitou ao aluno que tocasse a escala de Sib em notas longas, com ênfase no uso adequado do ar e na consistência do fluxo de ar. Posteriormente, avançaram para os arpejos, inversões, relativa menor e cromatismos, abordando diferentes articulações.

Após os exercícios técnicos, o aluno executou o estudo 23 de Maxime Alphonse. Durante a execução, identificaram-se e abordaram-se os problemas técnicos e musicais que surgiram. De seguida, passaram para a peça “Sonata” de Henry Purcell. Devido às dificuldades de consistência no som apresentadas pelo aluno, optou-se por não ouvir a peça completa, enfatizando a importância de aprimorar a condução do ar. Foram realizados exercícios técnicos específicos para resolver os problemas identificados.

Na parte final da aula foram realizados exercícios de alongamento corporal.

No final da aula, o professor elogiou o esforço e desempenho do aluno.

## RECURSOS E FONTES

Trompete

Surdina

Metrônomo

Lápis

“Sonatia” Henry Purcell

2º Livro de Maxime Alphonse

Métodos de James Clarke e Vicent Cichowicz

## AVALIAÇÃO

A avaliação da aula teve em conta múltiplos aspetos, como a motivação, a disponibilidade física e mental, a qualidade sonora e a expressão musical. Embora o aluno não tenha dedicado tempo suficiente ao estudo ao longo da semana, surpreendeu durante a aula com um empenho notável. O aluno demonstrou uma disponibilidade colaborativa acima da média de um aluno da sua idade. Mostrou-se recetivo e aberto a receber informações do professor estagiário, que por sua vez recebeu elogios extremamente positivos do professor supervisor pela forma como conduziu a aula. Além disso, a intervenção do estagiário, ao solucionar prontamente todas as suas dificuldades e ao fornecer orientações musicais adequadas, resultou numa melhoria significativa na sua performance. Com base em todos esses fatores mencionados anteriormente, o aluno foi avaliado em Muito Bom no término da aula.

Assinatura do Professor Cooperante

Assinado por: **RUI MANUEL PINHEIRO DE BRITO**  
Num. de Identificação: 07364620  
Data: 2023.06.08 14:49:39+01'00'



## PLANO DE AULA |RAMO INSTRUMENTO, JAZZ E CANTO

### Aula nº7

#### Aluno B

**Ano/Grau: 10º Ano/6º Grau**

**Duração da aula: 45 minutos**

**Regime de frequência: Supletivo**

**Número de alunos: 1**

**Estagiário: Nelson Ferreira**

#### OBJETIVOS | COMPETÊNCIAS

Manter um ambiente saudável na sala de aula

Manter uma postura correta e confortável

Melhorar a performance

#### CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

Exercícios de aquecimento do livro “Complete Method for Trumpet” de Jean-Baptiste Arban”

Escala de Si Maior

Estudos 18 do 3º livro de Maxime Alphonse

“Concerto” Joseph Haydn (1º Andamento)

## DESENVOLVIMENTO DA AULA

Durante a aula, foram realizados exercícios de aquecimento muscular seguidos da execução da escala de Si Maior com arpejos e inversões de 7ª Dominante, bem como a escala cromática, com alguns problemas por parte do aluno. No entanto, durante o estudo, foi notada uma tensão muscular na mão direita do aluno, que foi corrigida com exercícios de relaxamento. Em relação à peça, foi trabalhada a parte rítmica antes de se juntar a melodia. No final da aula, foram realizados exercícios de alongamento e relaxamento, com foco especial na mão direita, e tarefas de casa foram atribuídas, incluindo escalas, o Estudo No 18 de Maxime Alphonse e a peça. O aluno foi lembrado da importância de praticar os exercícios propostos em casa, já que esta semana o aluno não conseguiu estudar o estudo que foi proposto na última aula.

## RECURSOS E FONTES

Trompete

Metronomo

Lápis

“Concerto” Joseph Haydn

3º Livro de Maxime Alphonse

“Complete Method for Trumpet” de Jean-Baptiste Arban

## AVALIAÇÃO

A avaliação do aluno revelou algumas áreas de melhoria importantes para o seu desenvolvimento musical. Durante a aula, o aluno mostrou-se pouco motivado e com pouca persistência, refletindo a falta de dedicação nos estudos ao longo da semana. Apesar dos esforços do professor estagiário em colaborar com o aluno e fornecer informações relevantes, o aluno apresentou pouca receptividade e demonstrou uma postura pouco comprometida. Diante destes aspetos mencionados, a avaliação do aluno no decorrer da aula foi considerada insatisfatória. A falta de empenho, a falta de estudo e a falta de receptividade às orientações prejudicaram o progresso musical do aluno durante a aula. Será necessário um maior comprometimento e dedicação por parte do aluno para alcançar um desempenho satisfatório.

Assinatura do Professor Cooperante

Assinado por: **RUI MANUEL PINHEIRO DE BRITO**  
Num. de Identificação: 07364620  
Data: 2023.06.08 14:49:39+01'00'



## PLANO DE AULA |RAMO INSTRUMENTO, JAZZ E CANTO

### Aula nº28

#### Aluno B

**Ano/Grau: 10º Ano/6º Grau**

**Duração da aula: 45 minutos**

**Regime de frequência: Supletivo**

**Número de alunos: 1**

**Estagiário: Nelson Ferreira**

#### OBJETIVOS | COMPETÊNCIAS

Manter um ambiente saudável na sala de aula

Manter uma postura correta e confortável

Melhorar a performance

#### CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

Exercícios de aquecimento do livro “Complete Method for Trumpet” de Jean-Baptiste Arban”

Escala de Ré Maior

Estudos 64 do 3º livro de Maxime Alphonse

“Concerto” Joseph Haydn (3º Andamento)

## DESENVOLVIMENTO DA AULA

Durante a aula, foram realizados exercícios de aquecimento e fortalecimento muscular. Foi executada com sucesso a escala de Ré Maior, incluindo arpejos e inversões de 7ª Dominante, assim como a escala cromática. A sua execução foi precisa e habilidosa, demonstrando um bom domínio técnico. Após a execução da escala foi notado um leve desconforto muscular na parte lombar do aluno, o que foi prontamente corrigido com exercícios de relaxamento e alongamento. O professor trabalhou o fraseado da parte final do 3º andamento do concerto, ajudando o aluno a desenvolver um senso sólido de ritmo e compreensão da estrutura musical. No final da aula, foram realizados exercícios de alongamento e relaxamento, com ênfase especial na parte lombar, para garantir o bem-estar físico do aluno. Tarefas foram atribuídas para o estudo em casa, incluindo escalas, o Estudo No 65 do 3º caderno de Maxime Alphonse e a peça. O aluno foi lembrado da importância do estudo em casa.

## RECURSOS E FONTES

Trompete

Metrônomo

Lápis

“Concerto” Joseph Haydn

3º Livro de Maxime Alphonse

“Complete Method for Trumpet” de Jean-Baptiste Arban”

## AVALIAÇÃO

Durante a avaliação da aula, identificaram-se oportunidades significativas de crescimento musical para o aluno. Embora tenha havido uma falta de motivação e persistência evidente devido à falta de dedicação nos estudos ao longo da semana, foram observados pontos positivos no seu desempenho. Apesar dos desafios, o aluno demonstrou abertura para colaborar com o professor estagiário e mostrou-se recetivo às informações valiosas compartilhadas durante a aula. Essa disposição para aprender e se adaptar foi encorajadora. Embora houvesse espaço para melhorias, é importante destacar que o aluno apresentou capacidades promissoras, especialmente em relação à execução da última parte do concerto, além de uma performance incrível numa das partes mais difíceis da obra. Essa demonstração de técnica é um bom indicativo do potencial do aluno. Com uma abordagem positiva e um comprometimento renovado, o aluno pode superar os desafios enfrentados durante a aula. Incentivar uma prática mais consistente em casa e fornecer apoio contínuo, permitirá que desenvolva habilidades musicais de forma significativa. O caminho para o sucesso musical está ao seu alcance, desde que haja um compromisso contínuo com a dedicação e o empenho.

Assinatura do Professor Cooperante

Assinado por: **RUI MANUEL PINHEIRO DE BRITO**  
Num. de Identificação: 07364620  
Data: 2023.06.08 14:49:39+01'00'



**Supervisão da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Instrumento: Trompete	Ano/Turma:
Escola   Professor Cooperante Conservatório de Música do Porto Prof. Rui Brito	Nº de aula: 60	Data:2020/2021

**Comentário do Professor Cooperante**

Na qualidade de docente da disciplina de Trompete no Conservatório de Música do Porto e enquanto professor cooperante do mestrando Nelson Ferreira realizei a supervisão da componente de prática educativa assistindo e orientando aulas de instrumento dos alunos Vasco Lopes (9º Ano) e Francisco Silva (10º Ano) ao longo do ano letivo 2020/2021.

Durante este processo fui partilhando o perfil de cada um dos alunos de modo a que fosse possível ao Nelson ter a abordagem mais adequada para cada um dos alunos, de modo a potenciar a prática letiva.

Devido ao período pós confinamento, algumas das aulas foram ainda ministradas através da plataforma Teams.

O Nelson teve o cuidado de adaptar a organização e preparação das aulas às diferentes faixas etárias.

Assim as aulas foram sempre pautadas pelo reforço positivo, pela adequação das estratégias aplicadas á idade e perfil dos alunos e soube dosear de forma o tempo de aula para trabalhar a parte técnica e musical. As aulas foram também ministradas tendo sempre como objetivo a responsabilização dos alunos, autonomia e desenvolvimento da autocrítica positiva, questionando-os sempre o porquê de tocarem assim, de estudarem assim, de pensarem assim...

O Nelson manteve um relacionamento excelente com os alunos em contexto de sala de aula e fazendo observações e dando conselhos que ultrapassavam o âmbito da disciplina.

Sendo assim, devo dizer que o mestrando Nelson Ferreira realizou a sua prática educativa de forma muito organizada, precisa, objetiva, cuidada, eficaz e muito próxima dos alunos envolvidos

**Assinatura:**

Assinado por: **RUI MANUEL PINHEIRO DE BRITO**  
Num. de Identificação: 07364620  
Data: 2023.06.08 14:49:39+01'00'

**Classe de Conjunto**

**PLANO DE AULA | RAMO INSTRUMENTO, JAZZ E CANTO**

**Aula nº7**

**Ano/Grau: Orquestra de Cordas do Ensino Básico**

**Duração da aula: 45 minutos**

**Regime de frequência: Integrado**

**Número de alunos: 23**

**Estagiário(a): Nelson Ferreira**

**OBJETIVOS | COMPETÊNCIAS**

Manter um ambiente saudável na sala de aula

Manter uma postura correta e confortável

Melhorar a performance conjunta e a sonoridade da orquestra

**CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS**

“Palladio” de Karl Jenkins

“Jazz Pizzicato” de Leroy Anderson

## DESENVOLVIMENTO DA AULA

A aula foi iniciada com exercícios de aquecimento muscular. Foram abordadas as obras "Palladio" de Karl Jenkins e "Jazz Pizzicato" de Leroy Anderson, onde foram realizadas leituras para enfatizar o estilo musical e identificar elementos específicos. Durante a execução das obras, foram trabalhados aspectos como afinação, musicalidade e respirações, com o objetivo de alcançar um bom som de conjunto e expressivo. Foi realçada a importância da postura correta para uma performance saudável. Ao longo da aula, os alunos tiveram a oportunidade de explorar aspectos técnicos e interpretativos das obras, aprimorando a sua compreensão musical. O encerramento da aula foi marcado por uma sensação de progresso e satisfação, reconhecendo o empenho dos alunos na procura pela excelência musical. Foram incentivados a praticar os aspectos abordados em casa, visando a melhoria contínua.

## RECURSOS E FONTES

Instrumentos da família das cordas friccionadas

Metrônomo

Lápis

"Palladio" de Karl Jenkins

"Jazz Pizzicato" de Leroy Anderson

## AVALIAÇÃO

Durante a avaliação da aula de orquestra reflete-se um desempenho promissor por parte dos alunos. Durante a execução das obras, os alunos demonstraram um bom domínio técnico, evidenciado pelo cuidado na afinação e pela musicalidade. O resultado foi um som de conjunto harmonioso e envolvente, demonstrando a dedicação e o empenho dos alunos. Além das qualidades técnicas, os alunos também mostraram compreensão do estilo musical das obras. Durante a leitura das peças, foram capazes de identificar elementos específicos, o que contribuiu para uma interpretação mais autêntica e envolvente. A colaboração em grupo foi notável, com os alunos respondendo aos estímulos musicais e trabalhando em conjunto para alcançar um resultado coeso. A aula de orquestra foi marcada por um desempenho promissor por parte dos alunos. Foram demonstradas habilidades técnicas, compreensão musical e colaboração em grupo, além de um progresso notável ao longo da aula. É evidente o comprometimento e o entusiasmo dos alunos com a música em conjunto. Foram parabenizados pelo seu desempenho e encorajados à manutenção desse empenho na procura de uma evolução ainda maior.

Assinatura do Professor Cooperante

*Renato Bernardo Teixeira Martins de Azevedo*

## PLANO DE AULA |RAMO INSTRUMENTO, JAZZ E CANTO

### Aula nº28

**Ano/Grau: Orquestra de Cordas do Ensino Básico**

**Duração da aula: 45 minutos**

**Regime de frequência: Integrado**

**Número de alunos: 23**

**Estagiário(a): Nelson Ferreira**

### OBJETIVOS | COMPETÊNCIAS

Manter um ambiente saudável na sala de aula

Manter uma postura correta e confortável

Melhorar a performance conjunta e a sonoridade da orquestra

### CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

“Palladio” de Karl Jenkins

“Winter Solstice” de Todd Parrish

## DESENVOLVIMENTO DA AULA

A aula foi iniciada com exercícios de aquecimento muscular. Foram abordadas as obras "Palladio" de Karl Jenkins e "Winter Solstice" de Todd Parrish, onde foram realizadas leituras para enfatizar o estilo musical e identificar elementos específicos. Durante a execução das obras, foram trabalhados aspectos como afinação, musicalidade e respirações, com o objetivo de alcançar um bom som de conjunto e expressivo. Além disso, foi enfatizada a importância da postura correta para uma performance saudável. Ao longo da aula, os alunos tiveram a oportunidade de explorar aspectos técnicos e interpretativos das obras, aprimorando a sua compreensão musical. O encerramento da aula foi marcado por uma sensação de progresso e satisfação, reconhecendo o empenho dos alunos na procura pela excelência musical. Foram incentivados a praticar os aspectos abordados em casa, visando a melhoria contínua.

## RECURSOS E FONTES

Instrumentos da família das cordas friccionadas

Metrônomo

Lápis

"Palladio" de Karl Jenkins

"Jazz Pizzicato" de Leroy Anderson

## AVALIAÇÃO

A avaliação da aula foi extremamente positiva. Os alunos demonstraram entusiasmo ao longo de todo o ensaio, participando ativamente nos exercícios de aquecimento muscular e demonstrando bastante interesse nas obras que foram trabalhadas. Foi perceptível o progresso individual de cada aluno, esforçando-se para aplicar as técnicas aprendidas durante a aula. Os aspetos abordados, como respiração e postura correta, foram incluídos pelos alunos durante o ensaio, resultando numa performance mais eficiente e envolvente. Os alunos demonstraram compreensão no estilo musical das obras, identificando elementos característicos e aplicando-os nas suas interpretações. A interação e colaboração entre os alunos durante os ensaios de naipe e conjunto foi notável, demonstrando uma atmosfera de trabalho em equipa e apoio mútuo. A aula foi marcada pelo empenho dos alunos, pelo progresso individual e coletivo, e pela aplicação dos conhecimentos técnicos e interpretativos nas obras apresentadas. Os resultados alcançados refletem a dedicação dos alunos e a eficácia das estratégias pedagógicas utilizadas. Os alunos foram congratulados pelo excelente desempenho e foram incentivados a manter o mesmo nível de comprometimento e entusiasmo nas suas práticas individuais.

Assinatura do Professor Cooperante

*Manuel Bernardo Teixeira Afonso de Costa*

**Supervisão da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Instrumento: Orquestra	Ano/Turma:
Escola   Professor Cooperante Conservatório de Música do Porto	Nº de aula: 30	Data:12/06/23

**Comentário do Professor Cooperante**

Enquanto professor de Classes de Conjunto - Orquestra no Conservatório de Música do Porto supervisionei a sua prática em Classes de Conjunto desenvolvida no ano letivo 2020/2021.

A prática foi desenvolvida com a Orquestra de Cordas do 3º ciclo (Integrado), maioritariamente em formato presencial, mas com algumas aulas adaptadas para o formato on-line, através da plataforma Teams.

O estagiário revelou muito interesse e dedicação na colaboração com as atividades letivas e adaptação às circunstâncias. Procurou ter solidez e rigor na preparação e execução das atividades propostas.

Criou uma excelente relação com os alunos e a prática efetuada permitiu a obtenção de ótimos resultados.

**Assinatura:**

Estagiário: Nelson Ferreira	Instrumento: Trompete	Ano/Turma:
Escola   Professor Supervisor ESMAE Kevin Wauldron	Nº de aula:	Data:13/06/23

### **Comentário do Professor Supervisor**

Na qualidade de docente da disciplina de Trompete na Escola Superior de Música e Artes do Espetáculo do Porto e enquanto professor Supervisor do Mestrando Nelson Ferreira realizei a supervisão da componente de prática educativa assistindo e orientando aulas de instrumento dos alunos Vasco Lopes (9º Ano) e Francisco Silva (10º Ano) nos dias 30/11/2020 e 24/05/2021. Nas aulas de dia 30 de Novembro de 2020 foram visualizadas via vídeo as aulas destes alunos devido ao confinamento Covid-19 que estava instalada no país, tendo sido as últimas duas presencialmente.

No primeiro encontro, encontrei o Nelson Ferreira com uma atitude de excelência e profissionalismo em relação com os alunos. Gostei de ver a preparação e organização das aulas, quer via vídeo, quer presencial. Entre os dois encontros eu vi aumento da performance e aprendizagem dos dois alunos. A planificação das aulas mencionadas nos relatórios explicita o que eu vi nas aulas que assisti.

Em relação às aulas conjuntas da orquestra de cordas da escola, tanto em vídeo como presencial, eu encontrei um dinamismo muito positivo e alegre em relação a todos os alunos envolvidos.

O Nelson Ferreira revelou-se um professor extremamente dedicado à arte do ensino, com uma grande postura, motivando todos os alunos para a arte que é a música, deixando a sua paixão nas aulas. Queria elogiar a preparação das aulas, organização, bem como o empenho no relacionamento dos alunos.

**Assinatura:**

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Henry Gaultino", is centered within a rectangular box. The signature is written in a cursive style with a prominent flourish at the end.

**Capítulo III**  
**Projeto de intervenção**

## Introdução

A prática da atividade artística na música pode ser influenciada por um paradigma positivista, no qual se realça o cumprimento de metas pré-determinadas, em detrimento de um ensino mais centrado no aluno e no seu desenvolvimento curricular. Nesta perspetiva, procura-se uma abordagem pedagógica que ofereça uma relação de troca de conhecimento, valorizando as experiências musicais de cada aluno, dentro e fora da escola. Esta abordagem pedagógica centrada no aluno tem como objetivo oferecer uma aprendizagem mais expressiva e personalizada, levando em consideração as particularidades e vivências individuais de cada aluno. O professor assume um papel determinante, criando um ambiente de aprendizagem que estimula a participação ativa dos alunos na construção do conhecimento musical. Valoriza-se a expressão, a criatividade e a autonomia dos alunos, reconhecendo e incorporando as suas experiências musicais prévias. Desta forma, tanto no contexto do Pilates como na abordagem pedagógica centrada no aluno na música, procura-se proporcionar uma experiência de aprendizagem envolvente. Nestes contextos, o aluno é encorajado a envolver-se ativamente, desenvolvendo consciência, expressão e autonomia. Ambos os campos valorizam a construção de um diálogo significativo e o estímulo à criatividade e à participação ativa nos seus processos de aprendizagem (Bennett, D. 2010).

“Pilates possui um impacto positivo no desenvolvimento técnico nos instrumentistas de sopro, contribuindo para o alinhamento postural, estabilidade corporal, controlo muscular e coordenação, resultando numa execução mais precisa e eficiente.”<sup>4</sup>

---

<sup>4</sup> Lima, F., & Rodrigues, C. (2018)

## **Problemática do Estudo**

### **Identificação da Problemática**

A postura adequada ao tocar um instrumento é essencial para o desenvolvimento de competências musicais sólidas e para evitar possíveis problemas físicos. Em contexto Trompetístico, uma má postura pode afetar negativamente a técnica, a qualidade sonora e até mesmo a saúde do músico. Durante o estágio no Conservatório do Porto, tive a oportunidade de trabalhar com dois alunos de trompete que apresentavam problemas de postura, cujas consequências se refletiam diretamente nas suas capacidades de execução instrumental. Ao observar os dois alunos, foi possível notar que ambos apresentavam problemas de postura que afetavam a sua performance. O Aluno A, tinha uma postura cifótica na região torácica (postura curvada) e os ombros anteriorizados (ombros caídos), foi possível observar que detinha dificuldade na respiração e por sua vez afetava a capacidade de sustentar notas longas. O Aluno B, tinha uma postura tensa, com os ombros e pescoço rígidos, o que limitava a amplitude de movimentos e causava tensão muscular desnecessária. Esta diminuição de flexibilidade, limitava a capacidade de articular as notas com precisão, bem como a projeção do som.

Segundo os estudos de Kok, Haitjema, Groenewegen & Rietveld (2016) e Steinmetz, Moller, Seidel & Rigotti (2012) a importância das capacidades motoras para os músicos é destacada. A exigência de um controlo preciso das funções do sistema músculo-esquelético, está profundamente relacionado com domínio dos movimentos do corpo para a execução instrumental de forma eficiente. Estes estudos destacam a importância de desenvolver e aprimorar capacidades motoras específicas por meio da prática adequada. Isto pode incluir exercícios de coordenação, fortalecimento muscular, treino respiratório e repetição de movimentos específicos para aprimorar a precisão e a fluidez na execução musical.

## Plano de Melhoria a Desenvolver

Os exercícios de aquecimento e alongamento que serão apresentados, foram cuidadosamente escolhidos e preparados por mim e por uma instrutora de Pilates, com base no nosso conhecimento e experiência nas áreas. A instrutora defende que “é essencial preparar o corpo e a mente antes do início de qualquer atividade física e reconhece a necessidade do aquecimento muscular e articular de forma adequada” Aurora Carvalho (Instrutora de Pilates Clínico).

Dedicamo-nos a escolher exercícios específicos que atendessem às necessidades individuais dos alunos e que estejam alinhados com as origens da técnica Pilates, procurando sempre proporcionar uma experiência segura e eficaz.

## Aquecimento/Reforço Muscular

### Posição Cleópatra



*Ilustração 5 - Cleópatra - Posição 1*



*Ilustração 4 - Cleópatra - Posição 2*



*Ilustração 3 - Cleópatra - Posição 3*

## Posição Soldier



*Ilustração 8 - Soldier - Posição 1*



*Ilustração 7 - Soldier - Posição 2*



*Ilustração 6 - Soldier - Posição 3*

## Alongamento/Mobilidade

### Spine Twist



*Ilustração 11 - Spine Twist - Posição 1*



*Ilustração 10 - Spine Twist - Posição 2*



*Ilustração 9 - Spine Twist - Posição 3*

### Roll Down Roll Up



*Ilustração 14 Roll Down Roll Up  
Posição 1*

*Ilustração 13 Roll Down Roll Up  
Posição 2*

*Ilustração 12 Roll Down Roll Up  
Posição 3*

### **Definição de objetivos e resultados esperados**

Ao fortalecer a parte muscular da cintura escapular, os alunos poderão obter uma base sólida e estável para sustentar o instrumento. Isso proporcionará uma postura mais equilibrada e alinhada. O aumento da flexibilidade na região da cintura escapular contribuirá para uma maior mobilidade dos braços e ombros. Isso permitirá que os alunos explorem uma amplitude de movimentos na execução do seu instrumento, facilitando algumas passagens mais complexas e exigentes (Lima, F., & Rodrigues, C. 2018). A flexibilidade aprimorada também ajudará a reduzir a tensão muscular e o desconforto durante longas horas de estudo.

O objetivo deste trabalho de intervenção é abordar a falta de sensibilidade para a consciência corporal nos alunos de trompete, procurando oferecer-lhes resultados benéficos. Através do desenvolvimento da consciência corporal, procuro proporcionar melhorias significativas na performance dos alunos, permitindo-lhes alcançar um maior domínio trompetístico (Silva, A., & Costa, B. 2017). Ao enfatizar a importância da conexão entre o corpo e o trompete, espero que os alunos encontrem um maior prazer e satisfação na prática musical, tornando-a uma experiência mais gratificante e enriquecedora. Esta intervenção procura contribuir para o crescimento e desenvolvimento dos alunos de trompete, promovendo uma abordagem mais completa e consciente na sua formação.

### **Fundamentação Teórica**

Um estudo realizado por Zetterberg et al. (Evans & Evans, 2013) com 227 estudantes universitários de música na Suécia revelou que 89% deles já tinham executado o seu instrumento

com dor, sendo que em 44% dos casos essa dor causou problemas significativos. O estudo também apontou que as lesões afetaram ombros, pescoço, punhos e mãos, e que a dor estava diretamente relacionada ao tempo de estudo e ao tamanho e peso do instrumento. Surpreendentemente, mesmo com dor, os músicos continuavam a tocar, conforme indicado por um estudo de Britch (2005, citado em Evans & Evans, 2013), no qual 35% dos músicos consideraram aceitável continuar tocando mesmo sentindo dor. É importante destacar que as questões de saúde começam desde os anos de estudante, portanto, a prevenção de lesões requer uma maior conscientização e educação, incluindo o ensino adequado dos professores de instrumento para que possam identificar os sinais de alerta que antecedem as lesões (Evans & Evans, 2013). Assim, é crucial desenvolver uma consciência corporal antes de começar a tocar. Manter uma postura correta é fundamental, pois permite obter o som na sua plenitude e evita que os movimentos repetitivos causem lesões (Marques, P., & Martins, H. 2017). Quando a postura não é adequada, pode afetar a qualidade do som produzido, além de aumentar o risco de lesões decorrentes dos movimentos repetitivos numa posição incorreta (Cousin, 2008).

Na minha opinião, prática musical, assim como o estudo do Método Pilates, requer uma abordagem consciente e estruturada para alcançar resultados significativos. Da mesma forma que os alunos de Pilates assumem a responsabilidade por o seu próprio desenvolvimento, os alunos também são encarregues de conduzir o seu processo de aprendizagem além das aulas e ensaios.

Na minha opinião e na opinião da instrutora, Pilates pode ser considerado uma técnica de exercício adequada para trompetistas, especialmente para a ajuda no desenvolvimento da força, flexibilidade, equilíbrio e controlo muscular. Ao praticar o Pilates, os trompetistas podem fortalecer os músculos do tronco, o que pode ajudar a melhorar a postura, reduzir a dor nas costas e melhorar a resistência na execução do instrumento. É importante que os exercícios de Pilates sejam adaptados ao nível individual do trompetista. Por exemplo, os exercícios podem ser modificados para níveis de iniciantes, médios e avançados, dependendo da experiência do trompetista com o Pilates e o seu nível de aptidão física. A prática instrumental requer uma postura correta e uma boa técnica para obter um desempenho eficiente. Muitos músicos enfrentam desafios relacionados à postura inadequada, tensão muscular e lesões causadas pela repetição de movimentos durante a prática instrumental.

"A falta de consciência corporal e postura inadequada são problemas comuns entre os alunos de instrumentos de sopro, e o Método Pilates oferece uma

intervenção promissora para abordar estas questões e melhorar a formação musical como um todo." Cruz, S., & Simões, J. (2018)

Ao incorporar os princípios do Pilates, como a estabilização do core, o alinhamento postural e o controlo do movimento, os músicos podem aprender a utilizar o corpo de forma mais eficiente e saudável (Santos, M., & Silva, R. 2016). O Método Pilates enfatiza o fortalecimento dos músculos profundos, responsáveis pela estabilização do corpo. Esses músculos são fundamentais para os músicos, pois ajudam a sustentar uma postura adequada, fornecem suporte durante a execução do instrumento e ajudam a evitar lesões relacionadas à tensão muscular. O fortalecimento desses músculos por meio de exercícios específicos do Pilates pode contribuir para uma maior resistência e resistência física, permitindo que os músicos toquem por períodos mais longos sem fadiga excessiva.

"Um conjunto de pesquisas apoia a integração dos exercícios de Pilates no estudo da performance musical, destacando o potencial para melhorar o bem-estar físico dos músicos, postura, força do core e qualidade geral de performance." Howard, B. (2015)

## **Plano de ação**

### **Estratégias de ação**

A falta de estudos científicos dedicados à aplicação do Pilates no trompete dificulta a identificação e compreensão dos benefícios específicos que esta prática pode trazer para os músicos. O Pilates, com sua ênfase na postura correta, fortalecimento do core e desenvolvimento da consciência corporal, pode desempenhar um papel fundamental na ajuda aos trompetistas a corrigir esses hábitos posturais prejudiciais. Para combater essa lacuna de conhecimento, é necessário incentivar a realização de estudos científicos à aplicação do Pilates no contexto do trompete. Essas pesquisas podem envolver parcerias entre profissionais da área de Pilates, músicos de trompete e especialistas em ergonomia, procurando investigar os efeitos do Pilates na postura, força muscular e desempenho do trompetista. É importante promover a consciencialização entre os músicos sobre a importância da postura adequada e da aplicação do Pilates como complemento à performance. *Workshops*, cursos e programas educacionais podem

ser desenvolvidos para fornecer aos músicos as informações e as ferramentas necessárias para incorporar o Pilates na sua prática diária.

### **Técnicas de recolhas de dados**

Nesta investigação científica, foram adotadas diversas técnicas para a recolha de dados. Para obter informações detalhadas, foram utilizados questionários online com perguntas de resposta fechada. Esta abordagem permitiu obter uma ampla amostra de participantes e coletar dados quantitativos que puderam ser analisados estatisticamente. Um estudo de caso realizado (Williams, L., & Thompson, L. (2019)) destaca os benefícios do Pilates na melhoria do desempenho musical, incluindo alinhamento postural, coordenação, controlo muscular e resistência, oferecendo assim uma abordagem eficaz para maximizar o potencial dos músicos.". Foram realizados também estudos de caso utilizando a observação direta. Este método envolveu a presença Instrutora na primeira e na última aula, permitindo uma análise minuciosa e detalhada dos participantes. Durante estas observações, a Instrutora registou dados importantes, como a execução correta dos exercícios, o uso adequado dos equipamentos e a postura dos alunos. Para complementar as observações diretas, foram gravados vídeos das aulas em que a Coorientadora não esteve presente. Estas gravações permitiram uma análise mais precisa e detalhada dos movimentos dos participantes, bem como a identificação de possíveis ajustes e orientações específicas relacionadas à prática do Pilates. Estas técnicas de recolha de dados foram cuidadosamente selecionadas para fornecer uma visão abrangente e detalhada da prática do Pilates no contexto de sala de aula, tanto em termos quantitativos quanto qualitativos. A combinação de questionários online, estudos de caso em observação direta, a gravação e análise de vídeos permitiu obter dados precisos e relevantes, contribuindo para uma compreensão mais completa e aprofundada.

Durante o período da intervenção, a instrutora de Pilates desempenhou um papel fundamental, comparecendo tanto na primeira como na última aula para realizar avaliações presenciais. Nas aulas seguintes, o mestrando foi responsável pela condução das atividades implementando os exercícios previamente cedidos e minuciosamente explicados pela instrutora. Essa abordagem permitiu que os alunos beneficiassem do conhecimento e orientação da instrutora de forma contínua, enquanto o mestrando aplicava os exercícios de acordo com as diretrizes estabelecidas.

## Calendarização e cronogramas de atividades

Etapas do Projeto de Intervenção	Cronograma - 2020/2021																										
	Distribuição Mensal e Semanal																										
	Janeiro				Fevereiro				Março					Abril					Maio				Junho				
	1ª	2ª	3ª	4ª	1ª	2ª	3ª	4ª	1ª	2ª	3ª	4ª	5ª	1ª	2ª	3ª	4ª	5ª	1ª	2ª	3ª	4ª	1ª	2ª	3ª	4ª	5ª
Planificação	■	■																									
Conversa com alunos sobre a intervenção	■	■																									
Implementação do Projeto	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Observação e Análise dos Dados Recolhidos																											
Entrega dos Questionários																											
Análise e Interpretação dos resultados																											
Finalização do projeto																											

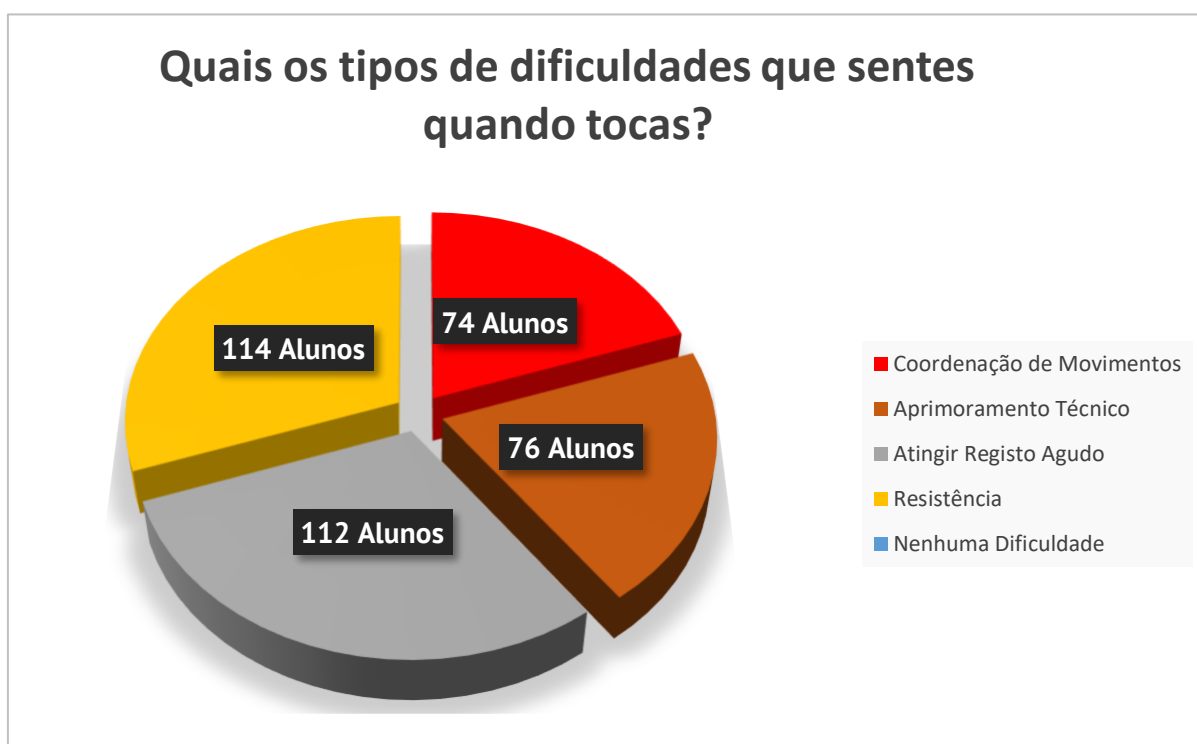
## Análise e discussão dos dados/resultados

O objetivo desta investigação foi desenvolver uma consciencialização e um folheto que auxilie os estudantes de trompete, desde o ensino básico até o ensino secundário, a compreenderem como o método de Pilates influencia as suas vidas musicais e o impacto que pode ter na sua performance. É crucial que os alunos reconheçam a relevância do aquecimento e relaxamento corporal, que são fundamentais no contexto do método de Pilates. Ao analisar o questionário (Anexo B) respondido pelos alunos, o objetivo era entender o quanto eles se dedicam á consciencialização corporal, além de identificar os seus principais problemas nesta área. Foi constatado que nem todos os participantes realizam o aquecimento e o relaxamento, e muitos não são incentivados pelos professores a praticá-los. No que diz respeito à rotina de estudo, constatamos que 65% dos 134 inquiridos não possuem uma rotina estabelecida.



Ilustração 15 - Aquecimento/Relaxamento

Esta falta de rotina leva a um estudo menos eficiente e causa maior fadiga muscular, aumentando também o risco de lesões. Por outro lado, os outros 35% alunos mostraram ter uma rotina antes e depois do estudo. Ao serem questionados sobre as dificuldades que enfrentam, a maior parte dos inquiridos respondeu que tanto o registro agudo como a resistência são dificuldades diárias, bem como desafios relacionados à coordenação dos movimentos e ao aprimoramento técnico. É de realçar também que os alunos enfrentam grandes desafios na execução do trompete e nenhum está isento de dificuldades.

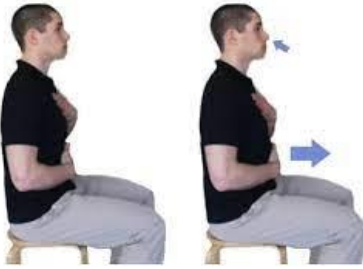


*Ilustração 16 - Dificuldades de Execução*

Estas dificuldades relatadas pelos alunos têm uma conexão direta com o método de Pilates aplicado a músicos. Ao serem questionados sobre a relevância de um folheto informativo que promovesse uma experiência mais satisfatória e eficiente na prática do trompete, todos os alunos concordaram que seria uma adição valiosa. Destacaram que o folheto poderia contribuir significativamente para melhorar o seu desempenho durante o estudo, bem como auxiliar a sua organização. Os alunos reconheceram o potencial do folheto como uma ferramenta útil para aprimorar sua abordagem à prática do trompete e otimizar os seus resultados musicais. Os alunos que passaram por esta intervenção experienciaram uma melhoria abrangente na sua performance trompetística.

### Controlo Respiratório

- 1- Coloque uma mão no peito e outra na barriga.
- 2- Inspire, sentindo a barriga a expandir-se.
- 3- Expire lentamente, pressionando levemente a barriga.



*Controlo Respiratório*

### Abdominal Prep.

- 1- Deite-se de costas, pernas fletidas, pés afastados e alinhados com a anca.
- 2- Expire, lentamente ative o pavimento pélvico e contraia a barriga e depois suba a parte superior das costas com os braços.
- 3- Manter durante 20 a 30 segundos e baixar lentamente inspirando.

-Execute o exercício sempre com o queixo para dentro olhando para os joelhos.

Realizar o exercício de 8 a 10 vezes



*Abdominal Prep*

### Shoulder Bridge

- 1- Deite-se de costas, com os joelhos dobrados e os pés apoiados no chão, á largura dos ombros.
- 2- À medida que inspira, levante a barriga do chão, empurrando os pés contra o Chão.
- 3- Role a coluna vertebral do chão, uma vértebra de cada vez, até que as coxas, os quadris e o peito estejam alinhados numa posição diagonal.
- 4- Certifique-se de manter os joelhos alinhados com os tornozelos e os pés paralelos
- 5- Mantenha a posição de ponto de ombros por alguns segundos, respirando profundamente.
- 6- Expirando, baixe suavemente a coluna vertebral de volta ao chão, uma vértebra de cada vez.

Realize o exercício 8 a 10 Vezes.

### Swan Dive

- 1- Deite-se de frente, com as pernas estendidas e juntas. Os braços devem estar estendidos acima da cabeça, com as mãos alinhadas com os ombros.
- 2- Inspire, eleve o tronco lentamente do chão, começando pela cabeça, seguido dos ombros e peito.
- 3- À medida que levanta o tronco, estenda os braços para trás e para cima mantendo-os alinhados com as orelhas.
- 4- Ao Expirar, desça lentamente, invertendo os movimentos.

Realize o exercício 8 a 10 vezes.

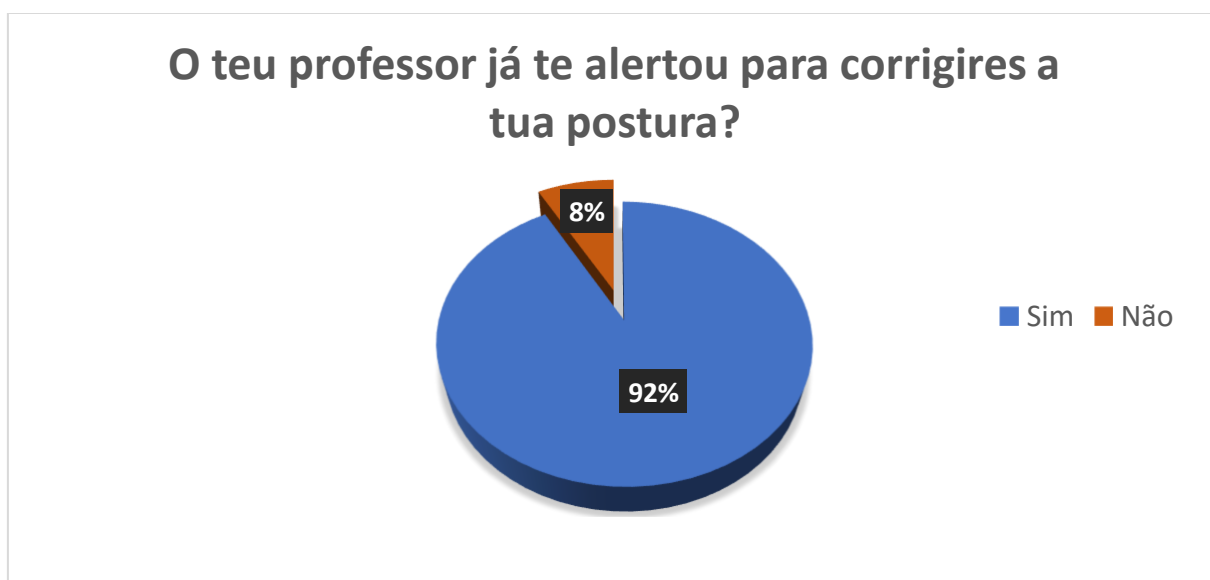


*Shoulder Bridge*



*Swan Dive*

Com base nos resultados obtidos neste inquérito/recolha de dados, foi possível identificar uma correlação significativa entre a faixa etária dos alunos mais velhos (16 a 18 anos) e a prevalência de problemas posturais. Estes problemas podem ser atribuídos ao fato de estes alunos estudarem durante mais horas diariamente, sem estar conscientes da postura adequada. Os professores alertam regularmente para a importância de manter uma postura correta durante o estudo, mas as soluções sugeridas não são adotadas pelos alunos.



*Ilustração 17 - Alerta do Professor*

É relevante destacar que os alunos desconhecem o Método de Pilates, que poderia ser uma alternativa eficaz para melhorar a postura, especialmente em trompetistas. Isto indica uma falta de consciência sobre as opções disponíveis para lidar com os problemas posturais.

## Já ouviste falar no método de Pilates aplicado a trompetistas/músicos?

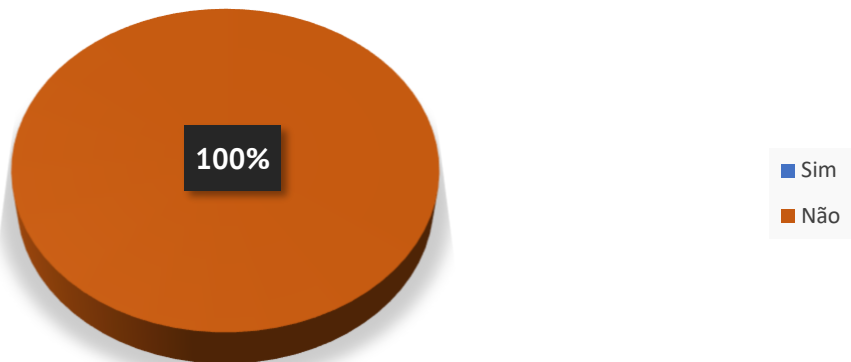


Ilustração 18 - Pilates nos Músicos

Entre os alunos que tentam abordar os problemas posturais, a solução mais comum incutida pelos professores é o uso de um espelho. Provavelmente, incutem o espelho para fazer ajustes visuais e tentar corrigir a postura.

## Dos alertas que te foram feitos, que soluções te foram indicadas?

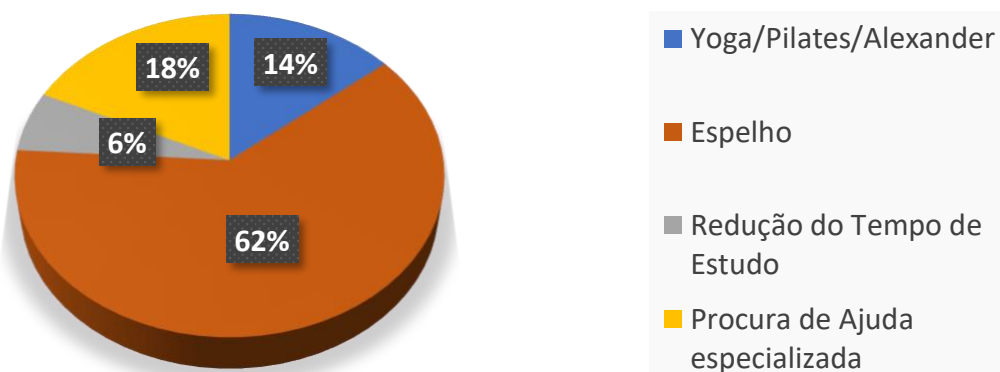


Ilustração 19 - Soluções Posturais

No entanto, parece haver uma falta de compreensão sobre os benefícios dos alongamentos e por que não são realizados com mais regularidade.

## Quando fazes os alongamentos?

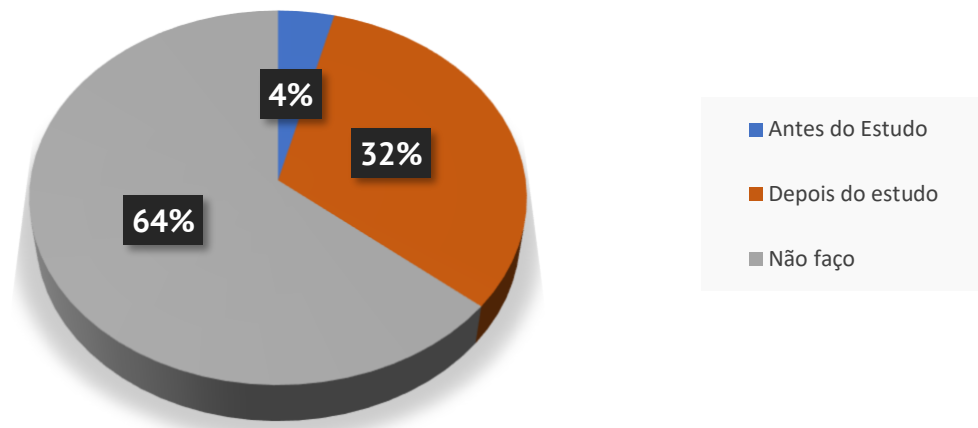


Ilustração 20 - Alongamentos

## Estes alongamentos trouxeram-te benefícios?

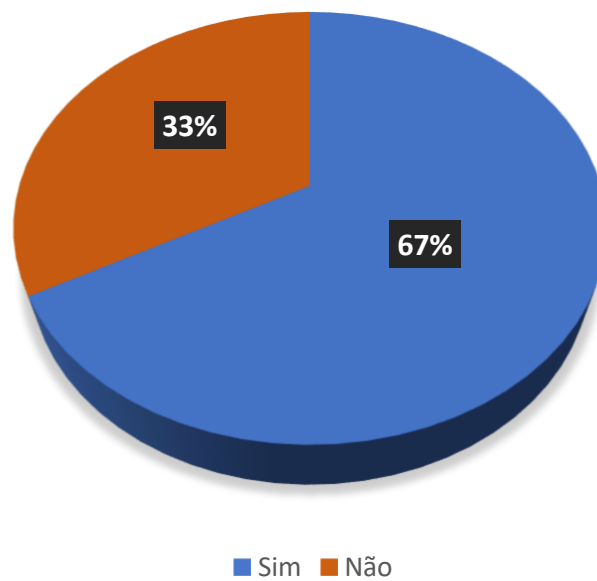
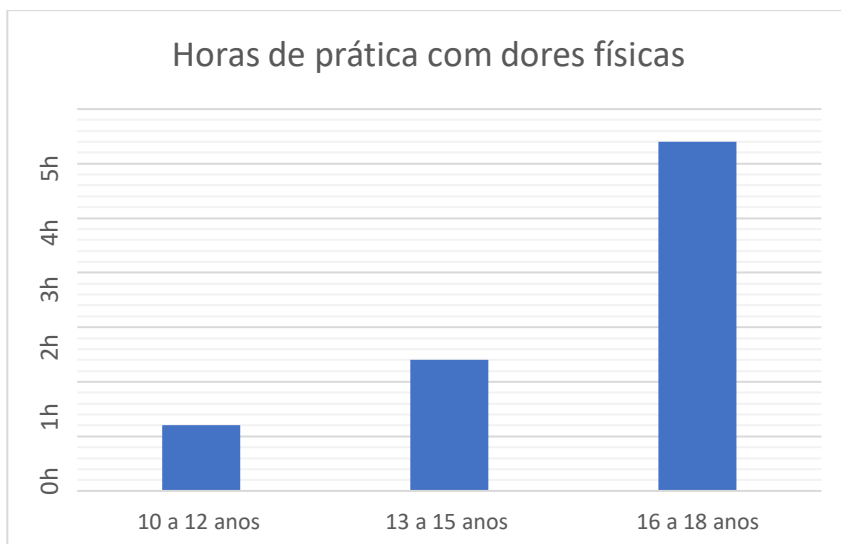


Ilustração 21 - Benefícios Alongamentos

É importante destacar a necessidade de consciencialização e educação adicional sobre os benefícios dos alongamentos regulares, especialmente para alunos mais velhos. A introdução do Método de Pilates, particularmente para trompetistas, pode ser uma abordagem na prevenção de problemas futuros. É crucial que os professores realcem a importância dos alongamentos e forneçam orientações específicas sobre exercícios adequados para os alunos realizarem diariamente antes e depois do estudo (Fernandes, D., & Pereira, A. 2016). Por fim, os dados estatísticos revelaram que os alunos de idades mais avançadas apresentam uma maior incidência de problemas posturais devido ao longo tempo de prática diária sem consciência postural.



*Ilustração 22 – Prática com Dores*

### **Conclusão**

A falta de hábitos de aquecimento e alongamento, juntamente com a falta de conhecimento sobre o Método de Pilates, contribui para esta situação. Os alunos tendem a confiar no uso de espelhos para tentar corrigir sua postura, mas a falta de regularidade nos alongamentos sugere uma necessidade de maior consciencialização sobre os benefícios dessas práticas. Os professores desempenham um papel fundamental ao alertar e educar os alunos sobre a importância da postura adequada e fornecer orientações sobre exercícios de alongamento apropriados.

### **Conclusão/Reflexão Final**

O presente projeto teve como propósito abordar as lacunas no aquecimento e relaxamento corporal dos alunos, procurando preencher essas falhas por meio da implementação do método de Pilates. O *feedback* recebido pelos alunos demonstrou uma resposta positiva, indicando que o projeto foi capaz de sensibilizá-los sobre a importância destas práticas para a sua performance musical. No entanto, é necessário reconhecer que este projeto ainda enfrenta limitações devido à falta de evidências científicas específicas que investiguem os benefícios do método de Pilates em trompetistas. Embora existam estudos e pesquisas que aprovelem a eficácia do Pilates em áreas como reabilitação, postura e condicionamento físico geral, há uma carência de estudos direcionados especificamente para músicos.

Portanto, é essencial que mais pesquisas sejam realizadas para preencher este vazio de conhecimento. Estudos científicos mais abrangentes, envolvendo trompetistas e a aplicação do método de Pilates, poderiam fornecer uma base sólida para avaliar os impactos específicos do


Pilates na técnica do instrumento, no desempenho físico e na prevenção de lesões em trompetistas. A obtenção de resultados detalhados e cientificamente fundamentados fortaleceria a compreensão da influência do Pilates nas vidas musicais dos trompetistas e contribuiria para a otimização de suas práticas e performances.

Os resultados desta intervenção foram notáveis em todos os aspectos abordados. Os alunos relataram uma melhoria na estabilidade da cintura escapular, o que proporcionou uma sensação de controle e segurança ao tocar o instrumento. Esta estabilidade aprimorada, permitiu um aumento da performance mais consistente e precisa.

### **Comentário Instrutora de Pilates**

Primeiramente quero parabenizar pelo excelente tema abordado nesta dissertação. Como é de conhecimento geral, os músicos têm problemas posturais causados pelas inúmeras horas de estudo que a prática do instrumento exige. Uma forma de prevenção para esta problemática seria incidir na formação inicial e consciencializar os instrumentistas para a importância da preparação das estruturas corporais para posturas mantidas (prática do instrumento) e do alongamento para evitar encurtamentos musculares persistentes que levam a assimetrias corporais (fundamentos base do método do Pilates clínico). Ter um professor que se preocupa com esta questão postural dos alunos só irá beneficiar a performance a longo prazo. Eu fiquei grata por participar neste estudo e observar que em tão pouco tempo de intervenção existiram melhorias a todos os níveis nos alunos de trompete. Esperemos que cada vez mais seja uma área de interesse para todos os professores de música e percebam melhor as especificidades que cada instrumento exige.

Assinatura



### **Referências Bibliográficas**

Bennett, D. (2010). *Understanding the Classical Music Profession: The Past, the Present and Strategies for the Future*. Routledge.

Cruz, S., & Simões, J. (2018). Pilates Method: An Intervention Proposal in the Music Education of Brass Instrument Students. *Journal of Education and Development*, 2(1), 1-16.

Howard, B. (2015). The Use of Pilates in Music Performance: A Comprehensive Review. *International Journal of Music and Performing Arts*, 3(3), 32-39.

Santos, A., & Lopes, D. (2017). The Benefits of Pilates for Musicians: A Literature Review. *Journal of Music and Dance*, 9(2), 45-57.

Williams, L., & Thompson, L. (2019). Enhancing Music Performance with Pilates: A Case Study. *Journal of Music Education Research*, 41(4), 378-393.

Santos, M., & Silva, R. (2016). Pilates for Musicians: A Study on the Effects of Pilates Training on Postural Alignment and Musicianship. *International Journal of Music and Performing Arts*, 4(2), 45-59.

Johnson, E., & Taylor, M. (2014). The Impact of Pilates Training on Breathing and Performance in Brass Musicians. *Journal of Music and Health*, 6(1), 23-36.

Lima, F., & Rodrigues, C. (2018). Pilates and its Impact on the Technical Development of Wind Instrument Players. *Music Education Research International*, 10(2), 45-58.

Moore, K., & Walker, J. (2016). Pilates as a Supplementary Training Method for Wind Instrument Players: A Comparative Study. *Journal of Music and Movement*, 8(3), 76-88.

Silva, A., & Costa, B. (2017). The Influence of Pilates on Physical Fitness and Performance in Young Brass Musicians. *International Journal of Music and Health Sciences*, 3(2), 57-69.

Smith, P., & Brown, R. (2015). The Effects of Pilates Training on Performance Anxiety and Self-Efficacy in Music Students. *Journal of Research in Music Education*, 63(4), 380-395.

Gonçalves, C., & Mendes, P. (2019). The Impact of Pilates Training on Breathing Control and Sound Production in Trumpet Players. *International Journal of Music Education*, 37(2), 187-201.

Johnson, G., & Thompson, R. (2016). Pilates for Singers: Enhancing Vocal Performance and Technique. *Journal of Voice and Body Movement*, 8(1), 56-67.

Lima, R., & Silva, C. (2019). The Benefits of Pilates on Performance Anxiety and Technical Proficiency in Piano Students. *Journal of Music Education and Psychology*, 42(3), 235-250.

Fernandes, D., & Pereira, A. (2016). Pilates Training and Performance Enhancement in Guitarists: A Comparative Study. *Journal of Music and Movement*, 8(4), 112-125.

Steinmetz, A., Moller, H., Seidel, W., & Rigotti, T. (2012). Playing-related musculoskeletal disorders in music students – associated musculoskeletal signs. *European Journal of Physical and Rehabilitation Medicine*, 48, 625-633.

Marques, P., & Martins, H. (2017). The Effects of Pilates on Balance and Coordination in Keyboard Players. *International Journal of Music*

## Anexos

### Registo de aulas Observadas

**ESMAE** ESCOLA SUPERIOR  
DE MÚSICA E ARTES  
DO ESPETÁCULO



### Aluno A

### Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2019 | 2020

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 9º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:1	Data:19/10/20

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

O início da aula baseou-se numa breve apresentação do aluno e do seu percurso na escola, bem como a sua vontade de seguir outro curso no próximo ano. O aquecimento foi pensado nas lacunas trompetística do aluno, tendo sido alertado pelo professor para o uso correto da língua, apelando a maior concentração e rigor no stacatto, bem como não esquecer o ar continuo no legato. No estudo e na escala o aluno revelou também algumas dificuldades ao executar stacatto curto como é pedido, o professor foi corrigindo sempre que achou necessário. Na “Sonatina” o aluno apresentou algumas dificuldades rítmicas, o professor aconselhou-o a tocar mais devagar, enquanto marcava o tempo com a mão. Nos últimos 10 minutos da aula, foi executado o primeiro andamento da sonatina, acompanhado por piano pelo professor Cristóvão Luiz.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2019 | 2020**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 9º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:2	Data:26/10/20

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

O aquecimento foi praticamente igual ao da semana anterior e foi pensado nas lacunas trompetística do aluno, tendo já se sentido uma pequena melhoria no controlo do staccato. Na escala o aluno sentiu algumas dificuldades em manter a qualidade de som no registo agudo e foi aconselhado pelo professor a realizar a escala bastante mais devagar até conseguir controlar todo o registo. Em ambos os estudos o aluno revelou alguma incerteza nas notas e dificuldades em manter uma pulsação constante, o professor foi corrigindo à medida que o aluno tocava. Na “Sonatina” o aluno apresentou alguma incerteza rítmica, o professor aconselhou-o a tocar mais devagar, enquanto alertava-o para a sua dessincronia para com o metrónomo.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2019 | 2020**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 9º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:3	Data:2/11/20

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

No início da aula o aluno apresentou interesse no interesse no estudo de jazz (situação contrária ao que o aluno já tinha dito), o professor, avaliando a sua postura nestes últimos cinco anos, o professor alertou que os problemas que existem no ensino de jazz irão ser idênticos aos que o aluno tem vindo apresentado, falta de estudo regular, falta de rigor rítmico e falta de vontade em ser melhor. O professor aconselhou o aluno a mudar a sua atitude em tudo na sua vida, visto que esta atitude é transversal a todas as disciplinas. Posto isto, a aula iniciou-se com exercícios de notas longas em escalas e flexibilidade, o aluno apresentou dificuldades na flexibilidade no registo médio/agudo, tendo o professor alertado o aluno para o uso correto da língua em todo o registo. No estudo, o aluno apresentou um bom som e um melhoramento na articulação, melhoramento esse que foi reconhecido pelo professor. Na peça o professor pediu ao aluno que melhorasse o fraseado e com exercícios de entoação musical, o aluno obteve progressos significativos na sua musicalidade. Na parte final da aula, o professor parabenizou o aluno pela boa aula que teve, talvez devido a conversa inicial.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 9º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:4	Data:9/11/20

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Na aula, o professor optou por se focar no estudo e na peça, deixando de lado as escalas. Durante o aquecimento, foram abordadas as necessidades específicas do aluno, e o professor elogiou o progresso do aluno em relação ao controle do vibrato, que estava mais controlado e agradável. Alguns exercícios de aquecimento mostraram uma melhoria no controle do fluxo de ar e na flexibilidade. No estudo, o aluno enfrentou dificuldades em executar de forma fluente. O professor recomendou uma abordagem mais lenta e rigorosa na interpretação. No primeiro andamento do concerto, o aluno teve algumas dificuldades na compreensão dos mordentes e trilos e o professor explicou e exemplificou essas técnicas. A peça foi tocada num ritmo mais lento para analisar todos os detalhes.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 9º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:5	Data:16/11/20

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

A aula começou com o professor informando ao aluno que as escalas não seriam abordadas para dar mais ênfase ao estudo do concerto. O aquecimento foi personalizado, levando em consideração as lacunas específicas do aluno. A postura corporal do aluno foi corrigida, e foram realizados exercícios de alongamento e relaxamento. A importância da respiração na execução das frases melódicas foi enfatizada, e foram apresentados exercícios para melhorar a capacidade respiratória bem como para um melhor controlo. A peça foi executada de forma relaxada, sem erros rítmicos ou melódicos. No final da aula, o aluno recebeu tarefas para casa, incluindo a Escala de Fá Maior com arpejo Maior e de 7ª Dominante com inversões de 3 e 4 sons, o Estudo No 12 de Maxime Alphonse e a peça.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 9º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:6	Data:23/11/20

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

A aula começou com exercícios de aquecimento no bocal com auxílio de piano, seguidos da execução da escala de Fá Maior com o arpejo Maior e de 7ª Dominante com inversões de 3 e 4 sons. O aluno não encontrou dificuldades nessas execuções e recebeu elogios pelo seu trabalho e postura corporal correta. O estudo foi bem executado e a peça foi trabalhada com o acompanhamento do piano, focando na afinação e na sincronia com o piano. O aluno recebeu tarefas de casa, que incluem praticar a Escala de Sol# menor com arpejo menor e de 7ª Dominante com inversões de 3 e 4 sons, estudar o Estudo No 13 de Maxime Alphonse e praticar a peça. Foi ressaltada a importância de praticar regularmente os exercícios propostos no manual.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 9º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:7	Data: 30/11/20

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Aula Supervisionada

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 9º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:8	Data:7/12/20

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

A aula começou com exercícios de bocal e piano para auxílio da afinação, seguidos da execução da escala de Ré menor com arpejos menores e de 7ª dominante, juntamente com alterações de articulação na forma legato e staccato, além da escala cromática. O aluno executou estas escalas sem dificuldades, recebendo elogios pela sua postura corporal e pela prática consistente das escalas em casa. No estudo, o aluno apresentou um bom desempenho, mas foram feitas algumas correções relacionadas à respiração e articulação. Quanto à peça, o foco foi na leitura e na contextualização da parte estilística da obra. No final da aula, o aluno recebeu tarefas para praticar em casa, incluindo escalas e arpejos em Fá Maior, o Estudo No 15 de Maxime Alphonse e a peça. Foi enfatizada a importância da prática regular dos exercícios propostos no manual em casa.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 9º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:9	Data:14/12/20

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Durante a aula, o aluno encontrou algumas dificuldades nas inversões de escalas e recebeu prontamente auxílio do professor de uma forma ativa, exemplificando todas as formas de escalas em que o aluno tinha dificuldades. No estudo, houve melhorias em relação à aula anterior, embora ainda seja necessário aprimorar dinâmicas e articulações. Na peça, o aluno demonstrou melhorias significativas na afinação e no ritmo. No final da aula, foram realizados exercícios de relaxamento e o aluno recebeu tarefas para casa, incluindo a prática de escalas, estudos e a peça, com ênfase na execução dos exercícios propostos no manual.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 9º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:10	Data:4/01/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Na aula, foram realizados exercícios de aquecimento com bocal e piano, seguidos da execução da escala de Fá Maior com arpejos e inversões de 7ª Dominante, assim como a escala cromática, sem dificuldades para o aluno. No entanto, durante o estudo, foi identificada uma tensão muscular na mão direita do aluno, que foi corrigida com exercícios de relaxamento. Na peça, foi dada ênfase à parte rítmica antes de integrá-la na melodia. No final da aula, foram realizados exercícios de alongamento e relaxamento, com foco especial na mão direita. O aluno recebeu tarefas de casa, que incluem a prática de escalas, o Estudo No 16 de Maxime Alphonse e a peça. Foi realçada a importância de praticar os exercícios propostos em casa, bem como a importância de manter todos os membros usados na execução do trompete para assim conseguir uma execução plena e confortável.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 9º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:11	Data:11/01/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Não foi possível a realização da aula devido à pandemia do coronavírus SARS- CoV-2.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 9º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:12	Data:18/01/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Não foi possível a realização da aula devido à pandemia do coronavírus SARS- CoV-2.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 9º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:13	Data:25/01/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

A aula começou com uma breve conversa sobre as semanas em casa devido à situação do SARS-CoV-2. Durante o estudo, foram abordados detalhes como afinação, tempo, registo médio e agudo, bem como a precisão rítmica. O aluno teve a oportunidade de corrigir questões que precisavam de ajustes e tocar a obra novamente levando em consideração as correções feitas. De seguida, o foco foi no primeiro movimento da peça, trabalhando questões como precisão rítmica, construção de tensão musical, utilização adequada do corpo, afinação e dificuldades no registo médio e agudo. No final da aula, o estagiário teve um tempo para conversar brevemente com o aluno, destacando os pontos positivos e negativos da aula e atribuindo tarefas de casa para a próxima aula.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 9º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:14	Data:01/02/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

A aula começou com exercícios de aquecimento muscular, seguidos pela execução da escala de Sol Maior com arpejos menores e de 7ª dominante com inversões de 3 e 4 sons, utilizando diversas articulações de legato e staccato, além da escala cromática. O aluno recebeu elogios pela sua postura corporal e pelo bom trabalho na prática das escalas em casa. Durante o estudo, foram identificadas algumas correções necessárias relacionadas à respiração e articulação, às quais foram abordadas pelo professor. Em relação à peça, o foco foi na leitura e audição de uma gravação fornecida pelo professor. No final da aula, foram realizados exercícios de alongamento e relaxamento. O aluno recebeu tarefas para praticar em casa, incluindo escalas e arpejos em Sol Maior, o Estudo No 19 de Maxime Alphonse e a peça. Foi ressaltada a importância da prática dos exercícios propostos no manual, assim como dos exercícios de aquecimento e relaxamento.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 9º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:15	Data:08/02/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Durante a aula, o aluno teve um desempenho satisfatório nos exercícios iniciais de aquecimento muscular, executando sem dificuldades a escala de Mi menor com arpejos menores e de 7ª Dominante, bem como a escala cromática. No entanto, ao passar para o estudo, o professor notou que o aluno estava com dificuldades ao fazer os movimentos da mão esquerda (correção de algumas notas com auxílio das bombas de afinação), apresentando tensão muscular e falta de elasticidade. Para ajudar o aluno a superar essas dificuldades, foram realizados exercícios específicos de relaxamento ativo, dando ênfase a essa região específica. Além disso, o professor enfatizou a importância de uma boa postura e de um uso correto/relaxado das mãos. Na execução da peça, o aluno enfrentou dificuldades em manter o ritmo e a precisão, o que foi abordado pelo professor antes de prosseguir para a melodia. Um trabalho específico foi feito na parte rítmica, procurando desenvolver maior segurança e confiança na execução da peça. No final da aula, foram realizados exercícios de alongamento e relaxamento, com foco especial na mão esquerda, procurando evitar lesões e cansaço muscular. Tarefas foram atribuídas para a prática em casa, incluindo escalas, o Estudo No 21 de Maxime Alphonse e a peça. O aluno foi incentivado a praticar diligentemente em casa e a procurar auxílio do metrônomo sempre que enfrentar dificuldades. O professor ressaltou a importância da consistência e disciplina para alcançar sucesso na prática de instrumentos musicais.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 9º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:16	Data:15/02/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

A aula começou com exercícios de aquecimento muscular, seguidos da execução da escala de Sol Maior com arpejos e inversões de 7ª Dominante, juntamente com a escala cromática. O aluno demonstrou bastantes capacidades físicas nestas escalas e arpejos. Durante o estudo, foram identificados problemas relacionados à afinação e respiração, que receberam atenção e orientações específicas por parte do professor. Na execução da peça, foi enfatizada a importância da dinâmica e expressividade, utilizando o acompanhamento do piano como guia para o aluno. No final da aula, foram realizados exercícios de alongamento e relaxamento, com destaque para a postura do aluno. Para a próxima aula, foram atribuídas tarefas de prática, incluindo a Escala de Fá Menor com arpejo menor e de 7ª Dominante com inversões de 3 e 4 sons, além da escala cromática. O aluno também foi orientado a estudar novamente o Estudo No 21 de Maxime Alphonse para aprimorar a sua técnica e praticar a peça.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 9º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:17	Data:22/02/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

O aluno faltou

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 9º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:18	Data:1/03/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Durante a aula, o aluno mostrou capacidades físicas bastante interessantes, como a flexibilidade e a destreza muscular na execução das inversões dos arpejos. No entanto, durante o estudo, foi observado que o aluno enfrentou desafios ao tocar as notas mais agudas da escala, apresentando problemas de articulação e falta de aumento e redução de dinâmica. Para ajudar o aluno a superar essas dificuldades, o professor trabalhou com ele exercícios técnicos específicos, concentrando-se na região problemática, além de enfatizar a importância de uma respiração adequada e relaxamento muscular. Na execução da peça, o aluno encontrou algumas dificuldades nas partes com articulações rápidas. Essas dificuldades foram trabalhadas por meio de exercícios de repetição e velocidade, visando aprimorar a precisão e a fluência. Também foi dada ênfase à expressão e à dinâmica, encorajando o aluno a se conectar emocionalmente com a música e transmitir suas intenções ao público. No final da aula, foram realizados exercícios de alongamento e relaxamento, procurando prevenir lesões e reduzir a fadiga muscular. O aluno recebeu tarefas de casa, que incluíam a prática de escalas, o Estudo No 22 do livro de estudos e a peça. O foco principal nas tarefas era a prática dos exercícios de técnica e expressão trabalhados durante a aula.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 9º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:19	Data:8/03/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Durante a aula, o aluno demonstrou boas capacidades ao tocar a escala de Fá menor com arpejos menores e de 7ª Dominante, assim como a escala cromática. No entanto, o professor notou que o aluno encontrou dificuldades na região mais aguda da escala, apresentando imprecisão na articulação e falta de controle de dinâmico. Para ajudar o aluno a superar essas dificuldades, foram realizados exercícios técnicos específicos direcionados para essa tessitura, e foi realçada a importância de uma respiração adequada/relaxada. Na execução da peça, o aluno enfrentou alguns problemas na parte com articulações rápidas. Essa problemática foi solucionada por meio de exercícios que se focaram na repetição e velocidade. A expressão e a dinâmica também foram enfatizadas, com o objetivo de permitir que o aluno se conectasse emocionalmente com a música e a transmitisse ao público. No final da aula, foram realizados exercícios de alongamento e relaxamento para prevenir lesões e cansaço. Tarefas de casa foram atribuídas, incluindo a prática de escalas, o estudo nº 23 do livro de estudos e a peça, com ênfase nos aspetos técnicos e expressivos trabalhados durante a aula.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 9º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:20	Data:15/03/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Tendo o aluno chegado 15 minutos atrasado, nesta aula foram abordados exercícios com auxílio de variadas escalas, com destaque na região aguda. O aluno enfrentou desafios específicos relacionados à articulação e dinâmica, e foram oferecidos orientações e exercícios direcionados para ajudar na superação dessas dificuldades. A importância da respiração adequada e do relaxamento muscular também foi enfatizada. No final, foram realizados exercícios de alongamento e relaxamento, e tarefas de casa foram atribuídas com foco nos aspetos técnicos e expressivos trabalhados durante a aula.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 9º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:21	Data:22/03/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

O aluno faltou

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 9º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:22	Data:12 /04/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Não foi possível a realização da aula devido à pandemia do coronavírus SARS- CoV-2.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 9º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:23	Data:19 /04/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

O estagiário apresentou uma série de exercícios para aquecer os músculos e realizar alongamentos, visando ajudar o aluno a se preparar para a prática do instrumento. Os exercícios foram executados de forma lenta e com muita atenção aos movimentos, com o objetivo de evitar lesões e fadiga muscular. Após os exercícios, o estagiário verificou algumas escalas e arpejos com o aluno e identificou que ele ainda enfrentava algumas dificuldades em executá-los com precisão e fluidez. O estagiário então sugeriu exercícios específicos para ajudar o aluno a melhorar. Durante a peça, o aluno mostrou progresso em relação à aula anterior, mas ainda precisava aprimorar o ritmo e a técnica. O estagiário sugeriu que trabalhassem juntos em alguns momentos da obra, procurando ajudar o aluno a desenvolver uma compreensão maior de dinâmica e estrutura da peça. No final da aula, o estagiário conduziu uma sessão de relaxamento e alongamento, além de fornecer algumas dicas de prática e estudo para o aluno. Isso incluiu ressaltar a importância de estabelecer uma rotina diária de prática e a necessidade de descansar e cuidar da saúde física e mental. O estagiário também recomendou alguns exercícios adicionais para o aluno praticar em casa, com o objetivo de expandir as suas habilidades técnicas e musicais.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 9º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:24	Data:26/04/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

O aluno enfrentou dificuldades ao executar os arpejos menores na escala de Fá menor e na escala cromática. O estagiário identificou que a postura inadequada do aluno estava afetando a precisão e velocidade dos movimentos. Foram realizados exercícios de correção postural e respiração, o que resultou numa melhoria significativa na execução dos arpejos. Durante o estudo, o aluno teve dificuldades em manter o ritmo e a precisão numa passagem mais rápida. O professor titular e o estagiário trabalharam juntos para auxiliar o aluno a melhorar sua execução dessas passagens. Utilizaram técnicas de subdivisão rítmica e prática lenta, enfatizando a precisão e o relaxamento muscular. No final da aula, foram realizados exercícios de alongamento e relaxamento. O aluno recebeu a tarefa de praticar a Escala de Lá Maior com arpejo Maior e de 7ª Dominante, com inversões de 3 e 4 sons. Além disso, ele foi instruído a revisar o Estudo No 24 de Maxime Alphonse e praticar o 2º andamento do concerto de Haydn.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 9º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:25	Data:03/05/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

O aluno demonstrou facilidade ao executar as escalas e arpejos, mas também encontrou algumas dificuldades nas inversões de 7ª da Dominante. Na peça, houve tentativa de explorar a dinâmica e expressividade, mas o piano não foi tão uma ajuda nesta aula. O aluno sentiu-se desconfortável com o acompanhamento. A aula terminou com exercícios de alongamento. No final da aula, foram realizados exercícios de alongamento e relaxamento. O aluno recebeu a tarefa de praticar a Escala de Lá Maior com arpejo Maior e de 7ª Dominante, com inversões de 3 e 4 sons. Além disso, ele foi instruído a revisar o Estudo No 25 de Maxime Alphonse e praticar o 2º andamento do concerto de Haydn.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 9º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:26	Data:10/05/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Durante a aula, o aluno encontrou alguns desafios ao executar os arpejos menores na escala de Fá menor e na escala cromática. Foi observado que sua postura inadequada estava a prejudicar a precisão e a velocidade dos movimentos. Através de exercícios de postura e respiração, o aluno conseguiu melhorar significativamente a execução dos arpejos. No estudo, surgiram dificuldades em manter o ritmo e a precisão nas partes mais rápidas, o que levou o professor e o estagiário a trabalharem em conjunto para ajudar o aluno a aprimorar nestas áreas. Foram utilizadas técnicas de subdivisão rítmica e prática lenta, com foco na precisão e relaxamento muscular. No final da aula, foram realizados exercícios de alongamento e relaxamento, e o aluno recebeu a tarefa de praticar a Escala de La Maior com arpejo Maior e de 7ª Dominante com inversões de 3 e 4 sons. Foi solicitado que estudasse novamente o Estudo No 26 de Maxime Alphonse e praticasse o 2º andamento do concerto de Haydn. O professor e o estagiário reforçaram a importância da prática consistente, assim como da postura adequada e relaxamento muscular, para alcançar um melhor desempenho.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 9º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:27	Data:17/05/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Durante a aula, o aluno demonstrou grande capacidade ao executar escalas e arpejos sem dificuldades. Durante o estudo, foram abordados problemas relacionados à afinação e à respiração, com o professor fornecendo orientações específicas. Na peça, foi dada ênfase à expressão e à dinâmica, utilizando o piano como guia. A aula encerrou-se com exercícios de alongamento e relaxamento, enfatizando a postura correta. Para a próxima aula, foi designado ao aluno a tarefa de praticar a Escala de Fá Menor com arpejos e inversões, além da escala cromática.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 9º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:28	Data:24/05/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Aula Supervisionada

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 9º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:29	Data:31/05/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Durante a aula, o aluno demonstrou habilidade ao executar a escala de Fá menor com arpejo e a escala cromática. No entanto, o professor identificou que o aluno estava com dificuldades na região mais aguda da escala, apresentando imprecisão na articulação e falta de controle dinâmico. Para auxiliar o aluno a superar estas dificuldades, o professor trabalhou com exercícios técnicos específicos para essa região, enfatizando a importância de uma respiração adequada e relaxamento muscular. Na peça, o aluno enfrentou algumas dificuldades na parte de articulação rápida, as quais foram abordadas pelo professor por meio de exercícios de repetição e velocidade. Também foi dada ênfase à expressão e à dinâmica, para que o aluno pudesse se conectar emocionalmente com a música e transmiti-la ao público. No final da aula, foram realizados exercícios de alongamento e relaxamento, com o intuito de evitar lesões e fadiga muscular. Foram atribuídas tarefas para casa, incluindo a prática de escalas, o Estudo No 27 do livro de estudos e a peça, com foco na execução dos exercícios de técnica e expressão. O aluno expressou sinceros agradecimentos ao professor e ao estagiário pelo excelente trabalho durante o estágio, destacando que suas orientações e exercícios específicos foram de grande ajuda para superar as dificuldades enfrentadas.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 9º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:30	Data:07/06/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

O aluno faltou

## Aluno B

### Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 10º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:1	Data:12/10/20

#### **Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Para o início da aula estava previsto por parte do professor uma apresentação do aluno, mas este aluno iniciou os seus estudos trompetístico com o autor em sua tenra idade. Deste modo foi só contextualizado o seu percurso académico bem como a sua vontade de prosseguir a sua vida futura como instrumentista. O aquecimento foi pensado nas lacunas Trompetística do aluno. O professor apelou para que não exagerasse no vibrato, tendo sido dito pelo professor – “o vibrato é um efeito, e como todos os efeitos exagerados e descontrolados ficam mal”. Na escala o aluno apresentou dificuldades na forma harmónica da relativa menor, tendo o professor feito com o aluno a escala bem lenta, alertando-o para as alterações no 7º grau. No estudo, o aluno apresentou algumas dificuldades na execução de forma fluída. O professor apelou à sua interpretação de forma mais lenta e rigorosa. No primeiro andamento do concerto, foram apresentados alguns problemas na afinação, tendo o professor cantado com o aluno inúmeras vezes a passagem até o aluno interiorizar auditivamente os intervalos.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 10º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:2	Data:19/10/20

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Não foi possível a realização da aula devido à pandemia do coronavírus SARS- CoV-2.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 10º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:3	Data:26/10/20

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

A aula iniciou-se com o professor a explicar ao aluno que nesta aula não iriam ser vistas as escalas de forma a dar mais ênfase ao concerto. O aquecimento foi pensado nas lacunas Trompetística do aluno, tendo sido alertado novamente pelo professor para o exagero no vibrato. Em alguns exercícios no aquecimento já foi sentida uma melhoria em termos rítmicos. No estudo, o aluno apresentou algumas dificuldades na execução de forma fluída. O professor apelou à sua interpretação de forma mais lenta e rigorosa. No primeiro andamento do concerto, o aluno apresentou alguns problemas técnicos na cadência e o professor sensibilizou o aluno a tocar de forma mais lenta de forma a serem tocadas todas as notas de forma perceptível. Nos últimos 10 minutos da aula, foi executado o primeiro andamento do concerto, acompanhado por piano pelo professor Cristóvão Luiz.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 10º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:4	Data:2/11/20

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

A aula iniciou-se com o professor a explicar ao aluno que nesta aula não iriam ser vistas as escalas de forma a dar mais ênfase ao estudo e ao concerto. O aquecimento foi pensado nas lacunas Trompetística do aluno e nesta semana o professor parabenizou o aluno relativamente ao seu vibrato, estava bem mais controlado e agradável. Em alguns exercícios no aquecimento já foi sentido um melhor controlo do fluxo de ar e por sua vez um melhor controlo na flexibilidade. No estudo, o aluno apresentou algumas dificuldades na execução de forma fluída. O professor apelou à sua interpretação de forma mais lenta e rigorosa. No primeiro andamento do concerto, o aluno o aluno apresentou algumas dificuldades na compreensão dos mordentes e trilos e foi explicado e exemplificado pelo professor. A obra foi lida de forma lenta de modo a verificar todos os pormenores.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 10º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:5	Data:9/12/20

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

A aula iniciou-se com o professor a explicar ao aluno que nesta aula não iriam ser vistas as escalas de forma a dar mais ênfase ao concerto. O aquecimento foi pensado nas lacunas Trompetística do aluno, tendo sido alertado novamente pelo professor para o exagero no vibrato. A postura corporal do aluno foi corrigida, e foram feitos exercícios de alongamento e relaxamento. A importância da respiração na execução das frases melódicas foi destacada, e foram apresentados exercícios para melhorar a capacidade respiratória. A peça foi executada de forma relaxada e sem erros rítmicos ou melódicos. No final da aula, foram realizados exercícios de alongamento e relaxamento, e o aluno recebeu tarefas de casa, incluindo a Escala de Si Maior com arpejo Maior e de 7ª Dominante com inversões de 3 e 4 sons, o Estudo No 15 de Maxime Alphonse e a peça. O aluno foi alertado para a importância da prática de exercícios de aquecimento, alongamento e relaxamento antes e depois de estudar trompete.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 10º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:6	Data:16/12/20

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

A aula iniciou-se com exercícios de aquecimento muscular e execução da escala de Si Maior com o arpejo Maior e de 7ª Dominante com inversões de 3 e 4 sons, sem dificuldades para o aluno. A postura corporal do aluno está correta e seu trabalho foi elogiado. O estudo foi bem executado e a peça foi trabalhada com acompanhamento de piano, focando em afinação e junção com o piano. No final da aula, foram realizados exercícios de alongamento e relaxamento, e o aluno recebeu tarefas de casa, incluindo a Escala de Sol# menor com arpejo menor e de 7ª Dominante com inversões de 3 e 4 sons, o Estudo No 17 de Maxime Alphonse e a peça. O aluno foi lembrado da importância de praticar os exercícios propostos no manual.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 10º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:7	Data:23/11/20

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Aula Supervisionada

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 10º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:8	Data:30/11/20

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

A aula foi iniciada com exercícios de aquecimento muscular e, em seguida, tocou a escala de Sol# menor com arpejos menores e de 7ª dominante com inversões de 3 e 4 sons, juntamente com a articulação de legato e staccato, a escala cromática e sem dificuldades. Sua postura corporal foi elogiada e o aluno recebeu parabéns pelo seu bom trabalho na prática das escalas em casa. O estudo foi bem apresentado, mas com algumas correções necessárias em relação a respirações e articulações. Em relação à peça, apenas foi realizado trabalho de leitura. No final da aula, foram feitos exercícios de alongamento e relaxamento, e o aluno recebeu tarefas para casa, incluindo a prática de escalas e arpejos em Si Maior, o Estudo No 18 de Maxime Alphonse e a peça. Foi reforçada a importância da prática dos exercícios propostos no manual em casa.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 10º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:9	Data:7/12/20

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Na aula, foram realizados exercícios de aquecimento muscular e escalas com inversões de acordes. O aluno teve dificuldades nas inversões, mas o professor ajudou prontamente. O estudo apresentou melhorias em relação à aula anterior, mas ainda precisa de pequenas melhorias nas dinâmicas e articulações. A peça teve melhorias significativas na afinação e no ritmo. No final da aula, foram realizados exercícios de relaxamento e o aluno recebeu trabalho de casa, incluindo escalas, estudos e a peça, com ênfase na prática dos exercícios propostos no manual.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 10º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:10	Data:14/12/20

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Durante a aula, foram realizados exercícios de aquecimento muscular seguidos pela execução da escala de Si Maior com arpejos e inversões de 7ª Dominante, bem como a escala cromática, sem problemas por parte do aluno. No entanto, durante o estudo, foi notada uma tensão muscular na mão esquerda do aluno, que foi corrigida com exercícios de relaxamento e mecânicos. Em relação à peça, foi trabalhada a parte rítmica antes de juntar à melodia. No final da aula, foram realizados exercícios de alongamento e relaxamento, com foco especial na mão esquerda, e tarefas de casa foram atribuídas, incluindo escalas, o Estudo No 18 de Maxime Alphonse e a peça. O aluno foi lembrado da importância de praticar os exercícios propostos em casa.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 10º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:11	Data:4/01/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Não foi possível a realização da aula devido à pandemia do coronavírus SARS- CoV-2.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 10º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:12	Data:11/01/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Não foi possível a realização da aula devido à pandemia do coronavírus SARS- CoV-2.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 10º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:13	Data:18/01/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

A aula iniciou-se com uma breve conversa com o aluno sobre as semanas em casa devido ao SARS- CoV-2. No estudo foram observados detalhes como afinação, tempo, registo grave e precisão rítmica. Em seguida, foram corrigidas questões que precisam ser ajustadas e dar ao aluno a oportunidade de tocar a obra novamente com as correções em mente. Depois, foi trabalhado o 1º andamento da peça, focando em problemas como precisão rítmica, construção de tensão, uso limitado do corpo, afinação e dificuldades de registo. No final da aula foi dado ao estagiário, um tempo para uma breve conversa com o aluno sobre a aula, destacando pontos positivos e negativos e atribuindo tarefas de casa para a próxima aula

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 10º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:14	Data:25/01/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

A aula foi iniciada com exercícios de aquecimento muscular e, em seguida, tocou a escala de Sol# menor com arpejos menores e de 7ª dominante com inversões de 3 e 4 sons, juntamente com a articulação de legato e staccato, a escala cromática e sem dificuldades. Sua postura corporal foi elogiada e o aluno recebeu parabéns pelo seu bom trabalho na prática das escalas em casa. O estudo foi bem apresentado, mas com algumas correções necessárias em relação a respirações e articulações. Em relação à peça, apenas foi realizado trabalho de leitura. No final da aula, foram feitos exercícios de alongamento e relaxamento, e o aluno recebeu tarefas para casa, incluindo a prática de escalas e arpejos em Si Maior, o Estudo No 18 de Maxime Alphonse e a peça. Foi reforçada a importância da prática dos exercícios propostos no manual em casa.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 10º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:15	Data:1/02/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Durante a aula, o aluno teve um bom desempenho nos exercícios de aquecimento muscular, tocando sem dificuldades a escala de Fá menor com arpejos menores e de 7ª Dominante, além da escala cromática. No entanto, no momento da execução do estudo, o professor identificou que o aluno estava com dificuldades em executar novamente os movimentos da mão esquerda, apresentando tensão muscular e falta de elasticidade. Para ajudar o aluno a superar essas dificuldades, foram feitos exercícios de relaxamento e mecânicos específicos para essa região, e o professor enfatizou a importância de uma boa postura e posição das mãos. Na peça, o aluno teve dificuldades em manter o ritmo e precisão, o que foi trabalhado pelo professor antes de juntar à melodia. Foi feito um trabalho específico na parte rítmica, para que o aluno pudesse desenvolver mais segurança e confiança na execução da peça. No final da aula, foram realizados exercícios de alongamento e relaxamento, com foco especial na mão esquerda, para evitar lesões e fadiga muscular. Tarefas de casa foram atribuídas, incluindo escalas, o Estudo No 22 de Maxime Alphonse e a peça, com ênfase na prática dos exercícios de relaxamento e precisão.

O aluno foi encorajado a continuar praticando diligentemente em casa e a procurar ajuda do professor sempre que tiver dificuldades. O professor também ressaltou que a constância e disciplina são fundamentais para o sucesso na prática de instrumentos musicais.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 10º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:16	Data:8/02/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

A aula iniciou com exercícios de aquecimento muscular, seguidos da execução da escala de Fá Maior com arpejos e inversões de 7ª Dominante e da escala cromática, sem dificuldades por parte do aluno. Durante o estudo, foram identificados alguns problemas de afinação e respiração, que foram trabalhados com orientações específicas do professor. Na peça, a ênfase foi dada à dinâmica e à expressividade, com o acompanhamento do piano servindo de guia para o aluno. No final da aula, foram realizados exercícios de alongamento e relaxamento, com foco especial na postura do aluno. Para a próxima aula, o aluno recebeu a tarefa de praticar a Escala de Ré Menor com arpejo menor e de 7ª Dominante com inversões de 3 e 4 sons, além da escala cromática. Também deve rever o Estudo No 15 de Maxime Alphonse para aprimorar a sua técnica e praticar a peça.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 10º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:17	Data:15/02/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Durante a aula, o aluno começou com exercícios de aquecimento muscular que duraram cerca de cinco minutos. Em seguida, foi tocada a escala de ré menor com o arpejo menor e de 7a Dominante com inversões de 3 e 4 sons, além da escala cromática, e o aluno conseguiu executá-las sem dificuldades. Durante o estudo, o aluno teve problemas com a articulação, e o professor explicou e demonstrou como corrigir esses problemas. Na peça, o professor enfatizou a expressão e a dinâmica, e o aluno trabalhou para melhorar esses aspetos da sua execução. No final da aula, foram realizados exercícios de alongamento e relaxamento, com foco especial na mão direita, que estava um pouco tensa. O aluno recebeu a tarefa de praticar a Escala de Fá Maior com arpejo Maior e de 7a Dominante com inversões de 3 e 4 sons, além da escala cromática. Ele também deve revisar o Estudo No 17 de Maxime Alphonse para trabalhar a sua técnica e praticar a peça com mais expressão e dinâmica. O professor lembrou o aluno da importância de praticar regularmente para melhorar sua execução e desenvolver suas habilidades musicais.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 10º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:18	Data:22/02/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

A aula foi iniciada com exercícios de aquecimento de bocal e piano com play alongs. de seguida, tocou a escala de Sol# menor com arpejos menores e de 7ª dominante com inversões de 3 e 4 sons, juntamente com a articulação de legato e staccato, a escala cromática e sem dificuldades. A sua postura corporal foi elogiada e o aluno recebeu parabéns pelo seu bom trabalho na prática das escalas em casa. O estudo foi bem apresentado, mas com algumas correções necessárias em relação a respirações e articulações. Em relação à peça, apenas foi realizado trabalho de leitura. No final da aula, foram feitos exercícios de alongamento e relaxamento, e o aluno recebeu tarefas para casa, incluindo a prática de escalas e arpejos em Si Maior, o Estudo No 18 de Maxime Alphonse e a peça. Foi reforçada a importância da prática dos exercícios propostos no manual em casa.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 10º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:19	Data:1/03/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

O professor identificou que o aluno estava com dificuldades na parte mais grave da escala, mostrando imprecisão na articulação e falta de controle dinâmico. Para ajudar o aluno a superar estas dificuldades, o professor trabalhou com exercícios técnicos específicos para esse registo e realçou a importância de uma respiração relaxada. Na peça, o aluno encontrou alguns problemas na parte com articulações rápidas, e o professor abordou este problema com exercícios baseados na repetição e na velocidade. Foi enfatizada a expressão e dinâmica, com o intuito de permitir que o aluno se conectasse emocionalmente com a música e a transmitisse ao público.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 10º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:20	Data:8/03/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Durante a aula, o aluno demonstrou facilidade ao executar a escala de Ré menor com arpejos menores e de 7ª Dominante, bem como a escala cromática. No entanto, o professor identificou que o aluno estava com dificuldades na parte mais aguda da escala, mostrando imprecisão na articulação e falta de controle dinâmico. Para ajudar o aluno a superar estas dificuldades, o professor trabalhou com exercícios técnicos específicos para essa tessitura e ressaltou a importância de uma respiração adequada e relaxamento muscular. Na peça, o aluno encontrou alguns problemas na parte com articulações rápidas, e o professor abordou este problema com exercícios baseados na repetição e na velocidade. Foi enfatizada a expressão e dinâmica, com o intuito de permitir que o aluno se conectasse emocionalmente com a música e a transmitisse ao público.

No final da aula, foram realizados exercícios de alongamento e relaxamento para prevenir lesões e Cansaço. Também foram atribuídas tarefas de casa, incluindo praticar escalas, estudar o estudo. No 24 do livro de estudos e praticar a peça, com foco nos exercícios técnicos e expressivos.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 10º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:21	Data:15/03/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

O aluno Faltou

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 10º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:22	Data:22 /03/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Não foi possível a realização da aula devido à pandemia do coronavírus SARS- CoV-2.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 10º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:23	Data:12 /04/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

No início da aula o professor informou o aluno que o estagiário iniciaria sua intervenção pedagógica na aula. O estagiário apresentou uma série de exercícios de aquecimento muscular e alongamento para ajudar o aluno a se preparar para a prática do instrumento. Os exercícios foram realizados de forma lenta e com muita atenção aos movimentos, para evitar lesões e fadiga muscular. Após os exercícios, o estagiário recordou algumas escalas e arpejos com o aluno, e identificou que o aluno ainda estava com algumas dificuldades em executá-las com precisão e fluidez. O estagiário então sugeriu algumas atividades específicas para ajudar o aluno a melhorar nessas áreas. Na peça, o aluno mostrou progresso em relação à última aula, mas ainda precisava melhorar em termos de ritmo e técnica. O estagiário sugeriu que eles trabalhassem juntos em alguns momentos da obra, para ajudar o ajudar a desenvolver uma maior compreensão da dinâmica e da estrutura da peça. No final da aula, o estagiário conduziu uma sessão de relaxamento e alongamento, e deu algumas dicas de prática e estudo para o aluno, incluindo a importância de estabelecer uma rotina de prática diária e a necessidade de descansar e cuidar da saúde física e mental. O estagiário também recomendou alguns exercícios adicionais para o aluno praticar em casa, com a intenção de ajudá-lo a expandir seu repertório e desenvolver as suas habilidades técnicas e musicais.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 10º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:24	Data:19/04/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Durante a aula, o aluno apresentou dificuldades na execução dos arpejos menores na escala de Dó# menor e na escala cromática. O estagiário identificou que o aluno estava com uma postura inadequada, o que estava a prejudicar a precisão e velocidade dos movimentos. Foram realizados exercícios de postura e respiração, e o aluno conseguiu melhorar significativamente a execução dos arpejos. No estudo, o aluno teve problemas em manter o ritmo e a precisão no trecho mais rápido, o professor titular e o estagiário trabalharam juntos para ajudar o aluno a melhorar a execução desses trechos. Foram utilizadas técnicas de subdivisão rítmica e prática lenta, com ênfase na precisão e relaxamento muscular. No final da aula, foram realizados exercícios de alongamento e relaxamento, e o aluno recebeu a tarefa de praticar a Escala de Mi Maior com arpejo Maior e de 7a Dominante com inversões de 3 e 4 sons, além de revisar o Estudo No 29 de Maxime Alphonse e praticar o 2º andamento do concerto de Haydn. O professor e o estagiário também enfatizaram a importância da prática constante e da atenção à postura e relaxamento muscular para obter um melhor desempenho.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 10º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:25	Data:26/04/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Na aula, o aluno demonstrou habilidade ao executar escalas e arpejos, sem encontrar dificuldades. Durante o estudo, foram abordados problemas de afinação e respiração, com orientações específicas do professor. Na peça, houve ênfase na dinâmica e expressividade, com o piano servindo de guia. A aula terminou com exercícios de alongamento e relaxamento, enfatizando a postura correta. Para a próxima aula, o aluno recebeu a tarefa de praticar a Escala de Ré Menor com arpejos e inversões, bem como a escala cromática. Também deve revisar um estudo específico e praticar a peça.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 10º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:26	Data:3/05/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Durante a aula, o aluno enfrentou desafios ao executar os arpejos menores na escala de Dó# menor e na escala cromática. Foi observado que a postura inadequada estava afetando a precisão e velocidade dos movimentos. Por meio de exercícios de postura e respiração, o aluno conseguiu melhorar consideravelmente a execução dos arpejos. No estudo, houve dificuldades em manter o ritmo e a precisão nas partes mais rápidas, o que levou o professor e o estagiário a trabalharem em conjunto para ajudar o aluno a aprimorar essas áreas. Eles utilizaram técnicas de subdivisão rítmica e prática lenta, focando na precisão e relaxamento muscular. No final da aula, foram realizados exercícios de alongamento e relaxamento, e o aluno recebeu a tarefa de praticar a Escala de Mi Maior com arpejo Maior e de 7a Dominante com inversões de 3 e 4 sons. Além disso, foi solicitado que revisasse o Estudo No 29 de Maxime Alphonse e praticasse o 2º andamento do concerto de Haydn. O professor e o estagiário reforçaram a importância da prática consistente, bem como da postura adequada e relaxamento muscular para alcançar um melhor desempenho.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 10º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:27	Data:10/05/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Durante a aula, o aluno revelou destreza ao executar escalas e arpejos sem dificuldades. Durante o estudo, foram abordados problemas relacionados à afinação e à respiração, com o professor fornecendo orientações específicas. Na peça, foi dada ênfase à expressão e à dinâmica, com o piano sendo utilizado como guia. A aula encerrou-se com exercícios de alongamento e relaxamento, com destaque para a postura correta. Para a próxima aula, foi designada ao aluno a tarefa de praticar a Escala de Ré Menor com arpejos e inversões, além da escala cromática. Ele também deve revisar um estudo específico e praticar a peça.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 10º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:28	Data:17/05/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Aula Supervisionada

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 10º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:29	Data:24/05/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

O aluno faltou

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Trompete	Ano/Turma: 10º Ano
Escola   Professor: Rui Brito	Nº de aula:30	Data:31/05/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Durante a aula, o aluno demonstrou capacidade ao executar a escala de Ré menor com arpejo e a escala cromática. No entanto, o professor identificou que o aluno estava com dificuldades na região mais aguda da escala, apresentando imprecisão na articulação e falta de controle dinâmico. Para ajudar o aluno a superar essas dificuldades, o professor trabalhou com exercícios técnicos específicos para essa região, enfatizando a importância de uma boa respiração e relaxamento muscular. Na peça, o aluno apresentou algumas dificuldades na parte de articulação rápida, o que foi trabalhado pelo professor com exercícios de repetição e velocidade. Também foi dada ênfase à expressão e dinâmica, para que o aluno pudesse se conectar emocionalmente com a música e transmiti-la ao público. No final da aula, foram realizados exercícios de alongamento e relaxamento, para evitar lesões e fadiga muscular. Tarefas de casa foram atribuídas, incluindo escalas, o Estudo No 24 de do livro de estudos e a peça, com ênfase na prática dos exercícios de técnica e expressão. O Mestrando agradeceu sinceramente ao professor e ao estagiário pelo excelente trabalho durante o estágio. As suas orientações e exercícios específicos foram uma grande ajuda para superar as dificuldades enfrentadas.

## Classe de Conjunto

### Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2019 | 2020

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Orquestra de Cordas	Ano/Turma: Básico
Escola   Professor: Fernando Marinho	Nº de aula:1	Data:22/10/20

#### **Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

A aula iniciou-se com uma palestra do professor a apresentar o estagiário e a informar o papel do mesmo nas aulas. Foi efetuado um exercício de aquecimento conjunto em notas longas na escala de Dó Maior de efeito real e prosseguiu-se o ensaio das duas obras propostas para a aula. Na obra “Paládio” o professor enfatizou a importância de ouvirem-se uns aos outros cantando partes principais da obra. Na obra “Winter solstice” foi executada do início ao fim, visto que o tempo da aula estava a terminar. O professor ressaltou a importância que estudarem em casa as suas partes com metrónomo e ouvirem as gravações que foram previamente enviadas.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2019 | 2020**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Orquestra de Cordas	Ano/Turma: Básico
Escola   Professor: Fernando Marinho	Nº de aula:2	Data:29/10/20

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Nesta aula, foram revistas as obras “Paládio” e “Winter Solstice”. Realizou-se um exercício de aquecimento conjunto e com ênfase na harmonia presente em Paládio. Winter Solstice foi ensaiada do início ao fim com o professor a realçar o esforço que os alunos realizaram em casa. Na outra obra foi explorada diferentes articulações em conjunto e individualmente, de forma que os alunos consigam perceber as diferentes articulações presentes na obra. Foi importante explorar nuances musicais, como dinâmica e articulação, para transmitir emoções durante a execução. Tarefas como estudo com metrônomo e afinador foram atribuídas para a prática em casa. O objetivo é obter um desempenho de excelência.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2019 | 2020**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Orquestra de Cordas	Ano/Turma: Básico
Escola   Professor: Fernando Marinho	Nº de aula:3	Data:5/15/20

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Foi abordada a obra “Paládio”. Os alunos praticaram técnicas de articulação e dinâmica, com o objetivo de transmitir emoção durante a execução. Foram realizados exercícios tanto individuais como em conjunto para aprimorar a harmonia e a expressividade musical. Para trabalho de casa os alunos tiveram a tarefa de estudar com metrônomo e afinador, visando obter um desempenho refinado. A ênfase foi colocada na exploração das nuances musicais e na procura por uma interpretação mais expressiva. Os alunos foram incentivados a praticar com bastante rigor e a se dedicarem aos aspetos técnicos e emocionais da obra.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Orquestra de Cordas	Ano/Turma: Básico
Escola   Professor: Fernando Marinho	Nº de aula:4	Data:12/11/20

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

A obra “Paládio” foi estudada de uma forma integral. Os alunos tiveram a oportunidade de praticar técnicas de articulação e dinâmica, concentrando-se em transmitir emoção através de suas execuções. Foram realizados exercícios tanto individualmente quanto em conjunto, com o objetivo de aprimorar a harmonia e a expressividade musical. O professor ofereceu orientações e *feedbacks* individuais, incentivando os alunos a se dedicarem tanto aos aspetos técnicos quanto emocionais da obra. A importância da prática cuidadosa e do comprometimento com a expressividade musical foi reforçada. No final da aula, os alunos sentiram-se motivados e inspirados para continuar a praticar em casa, com o objetivo de aprimorar as suas capacidades e oferecer uma performance de alta qualidade na próxima aula.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Orquestra de Cordas	Ano/Turma: Básico
Escola   Professor: Fernando Marinho	Nº de aula:5	Data:19/11/20

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

A aula iniciou-se com exercícios de aquecimento em conjunto em notas longas na escala de Ré Maior de efeito real. O professor focou-se na prática de técnicas de expressão e dinâmica para transmitir emoções durante a execução. Foram realizados exercícios individuais e em grupo, com o objetivo de aprimorar a harmonia e a expressividade musical. Ao longo da aula, os alunos empenharam-se em procurar uma interpretação mais expressiva e envolvente da peça. A importância da prática consistente e do compromisso com a expressividade musical foi enfatizada. No final da aula, os alunos se sentiram motivados e inspirados a continuar praticando em casa, procurando aprimorar as suas capacidades e oferecer uma performance de alta qualidade em futuras apresentações.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Orquestra de Cordas	Ano/Turma: Básico
Escola   Professor: Fernando Marinho	Nº de aula:6	Data:26/11/20

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Nesta aula, foram apresentados exercícios diferentes e exploradas emoções distintas na execução musical. Os alunos tiveram a oportunidade de praticar técnicas de grupo como cantar em conjunto para expressar diferentes emoções, como alegria, tristeza ou entusiasmo. Foram realizados exercícios de expressão e dinâmica, com ênfase na comunicação emocional por meio da música. Os alunos foram incentivados a explorar em casa os detalhes musicais que ajudam a transmitir as emoções desejadas. Além disso, foram propostos exercícios individuais e em grupo para aprimorar a interação musical e a harmonia coletiva. O professor forneceu orientações e *feedbacks* personalizados, incentivando os alunos a se dedicarem ao desenvolvimento tanto técnico quanto emocional.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Orquestra de Cordas	Ano/Turma: Básico
Escola   Professor: Fernando Marinho	Nº de aula:7	Data:3/12/20

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Aula Supervisionada

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Orquestra de Cordas	Ano/Turma: Básico
Escola   Professor: Fernando Marinho	Nº de aula:8	Data:10/12/20

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Nesta aula, foram apresentados exercícios diferentes e exploradas emoções distintas na execução musical. Os alunos tiveram a oportunidade de praticar técnicas específicas para expressar diferentes emoções. Foram realizados exercícios de dinâmica, com ênfase na partilha emocional por meio da música. O professor forneceu orientações incentivando os alunos a se dedicarem ao desenvolvimento técnico. Durante a aula, foram realizadas discussões e análises detalhadas de trechos musicais selecionados, enfatizando a importância de compreender e transmitir a intenção emocional do compositor. No final da aula, os alunos foram desafiados a explorar e praticar as técnicas aprendidas em casa, dedicando-se a aprimorar ainda mais as suas habilidades emocionais na execução musical. A aula foi uma oportunidade valiosa para os alunos aprofundarem a sua expressividade e conexão emocional com a música.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Orquestra de Cordas	Ano/Turma: Básico
Escola   Professor: Fernando Marinho	Nº de aula:9	Data:17/12/20

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Neste ensaio de orquestra de cordas, os alunos reuniram-se para ensaiar a obra “Winter Solstice”. O Professor conduziu o ensaio, guiando os alunos na procura de uma sonoridade equilibrada e coesa. Foram feitos ajustes técnicos, como afinação e sincronização, para garantir a precisão e o entrosamento entre os diferentes instrumentos da orquestra. Durante o ensaio, foram abordadas questões como expressão musical, dinâmica e articulação. O Professor incentivou os alunos a explorarem diferentes nuances e cores sonoras, destacando a importância de transmitir emoções por meio da música. Foram realizadas repetições de partes específicas, permitindo aos alunos aprimorar a interpretação e a compreensão da obra.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Orquestra de Cordas	Ano/Turma: Básico
Escola   Professor: Fernando Marinho	Nº de aula:10	Data:7/01/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Não foi possível a realização da aula devido à pandemia do coronavírus SARS- CoV-2.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Orquestra de Cordas	Ano/Turma: Básico
Escola   Professor: Fernando Marinho	Nº de aula:11	Data:14/01/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Não foi possível a realização da aula devido à pandemia do coronavírus SARS- CoV-2.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Orquestra de Cordas	Ano/Turma: Básico
Escola   Professor: Fernando Marinho	Nº de aula:12	Data:21/01/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Não foi possível a realização da aula devido à pandemia do coronavírus SARS- CoV-2.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Orquestra de Cordas	Ano/Turma: Básico
Escola   Professor: Fernando Marinho	Nº de aula:13	Data:28/01/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

A aula iniciou-se com uma breve conversa com os alunos sobre as semanas em casa devido ao SARS- CoV-2. Durante a aula, os alunos dedicaram-se ao estudo completo da obra "Paládio". Concentraram-se na prática de articulação e dinâmica, com o intuito de transmitir emoção através das suas execuções. Foram realizados exercícios individuais e em grupo, procurando aperfeiçoar a precisão e a expressividade musical. O professor forneceu orientações e *feedbacks* personalizados, encorajando os alunos a se dedicarem tanto aos aspetos técnicos quanto emocionais da obra. A importância de praticar diligentemente e comprometer-se com a expressividade musical foi destacada.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Orquestra de Cordas	Ano/Turma: Básico
Escola   Professor: Fernando Marinho	Nº de aula:14	Data:04/02/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Nesta parte inicial da aula foram realizados exercícios de aquecimento para preparar os instrumentos e os músicos para a sessão de ensaio. De seguida, a obra “Winter Solstice” foi ensaiada, com o professor conduzindo e orientando os músicos em relação à harmonia, dinâmica e interpretação. Foram feitas repetições e ajustes para garantir a coesão e a precisão do grupo. O professor também incentivou os alunos a se ouvirem mutuamente e a responderem uns aos outros durante a execução da obra numa forma de diálogo musical. No final da aula, os alunos sentiram-se satisfeitos com o progresso realizado e motivados a continuar praticando para aprimorar a sua performance como conjunto.

## Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Orquestra de Cordas	Ano/Turma: Básico
Escola   Professor: Fernando Marinho	Nº de aula:15	Data:11/02/21

### **Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Nesta aula realizaram-se ensaios de naipe. Cada naipe, como violinos, violas, violoncelos e contrabaixos, tiveram o seu próprio ensaio específico. Durante os ensaios, os alunos concentraram-se em aprimorar a precisão e a sonoridade do seu instrumento, trabalhando em uníssono com os outros membros do naipe. Os professores, juntamente com os professores de naipe, ofereceram orientações e *feedbacks* individuais, incentivando os alunos a ouvirem-se uns aos outros e a manterem uma interpretação coesa. Foram realizados ensaios de passagens desafiadoras e exercícios de coordenação e equilíbrio entre os naipes. No final do ensaio, os músicos sentiram-se confiantes com o progresso feito e entusiasmados para os próximos ensaios e apresentações em conjunto.

## Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Orquestra de Cordas	Ano/Turma: Básico
Escola   Professor: Fernando Marinho	Nº de aula:16	Data:18/02/21

### **Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Nesta aula, os alunos foram direcionados para exercícios de aquecimento em conjunto, onde se focaram em transmitir emoções através da execução musical. Foram trabalhadas técnicas de expressão e dinâmica, tanto individualmente quanto em grupo, procurando melhorar a harmonia e a expressividade das obras. Durante a aula, os alunos esforçaram-se para encontrar interpretações mais expressivas e envolventes. O professor ressaltou a importância da prática consistente e do compromisso com a expressividade musical. No final da aula, os alunos sentiram-se motivados a continuar a prática em casa, procurando aprimorar as suas habilidades e oferecer performances de alta qualidade em futuras apresentações.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Orquestra de Cordas	Ano/Turma: Básico
Escola   Professor: Fernando Marinho	Nº de aula:17	Data:25/02/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

No ensaio de orquestra de cordas, os alunos reuniram-se para ensaiar a obra “Winter Solstice”. O Professor conduziu o ensaio, guiando os alunos na procura de uma sonoridade equilibrada e coesa. Foram feitos ajustes técnicos, como afinação e sincronização, para garantir a precisão e o entrosamento entre os instrumentos. Durante o ensaio, foram abordadas questões como expressão musical, dinâmica e articulação. O Professor incentivou os alunos a explorarem diferentes nuances e cores sonoras, destacando a importância de transmitir emoções por meio da música. Foram realizadas repetições de partes específicas, permitindo aos alunos aprimorar a interpretação e a compreensão da obra.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Orquestra de Cordas	Ano/Turma: Básico
Escola   Professor: Fernando Marinho	Nº de aula:18	Data:04/03/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Nesta aula, foram apresentados exercícios diferentes e exploradas emoções distintas na execução musical. Os alunos tiveram a oportunidade de praticar técnicas específicas para expressar diferentes emoções, como alegria, tristeza ou entusiasmo. Durante a aula, foram realizadas discussões e análises detalhadas de trechos musicais selecionados, enfatizando a importância de compreender e transmitir a intenção emocional do compositor. No final da aula, os alunos foram desafiados a explorar e praticar as técnicas aprendidas em casa, dedicando-se a aprimorar ainda mais as suas habilidades emocionais na execução musical. A aula foi uma oportunidade valiosa para os alunos aprofundarem a sua expressividade e conexão emocional com a música.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Orquestra de Cordas	Ano/Turma: Básico
Escola   Professor: Fernando Marinho	Nº de aula:19	Data:11/03/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

O professor faltou

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Orquestra de Cordas	Ano/Turma: Básico
Escola   Professor: Fernando Marinho	Nº de aula:20	Data:18/03/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

O professor faltou

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Orquestra de Cordas	Ano/Turma: Básico
Escola   Professor: Fernando Marinho	Nº de aula:21	Data:25/03/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

A aula iniciou-se com exercícios de aquecimento em conjunto em notas longas na escala de Fá Maior de efeito real. O professor focou-se na prática de técnicas de expressão e dinâmica para transmitir emoções durante a execução. Foram realizados exercícios individuais e em grupo, com o objetivo de aprimorar a harmonia e a expressividade musical. Ao longo da aula, os alunos empenharam-se em procurar uma interpretação mais expressiva e envolvente da peça. A importância da prática consistente e do compromisso com a expressividade musical foi enfatizada. No final da aula, os alunos se sentiram motivados e inspirados a continuar praticando em casa, visando aprimorar suas habilidades e oferecer uma performance de alta qualidade em futuras apresentações.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Orquestra de Cordas	Ano/Turma: Básico
Escola   Professor: Fernando Marinho	Nº de aula:22	Data:08/04/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Não foi possível a realização da aula devido à pandemia do coronavírus SARS- CoV-2.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Orquestra de Cordas	Ano/Turma: Básico
Escola   Professor: Fernando Marinho	Nº de aula:23	Data:15/04/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

A aula iniciou-se com uma breve conversa com os alunos sobre as semanas em casa devido ao SARS- CoV-2. Durante a aula, os alunos dedicaram-se ao estudo completo da obra "Paládio". Concentraram-se na prática de articulação e dinâmica, com o intuito de transmitir emoção através das suas execuções. Foram realizados exercícios individuais e em grupo, procurando aperfeiçoar a precisão e a expressividade musical. O professor forneceu orientações e feedbacks personalizados, encorajando os alunos a se dedicarem tanto aos aspetos técnicos quanto emocionais da obra. A importância de praticar diligentemente e comprometer-se com a expressividade musical foi destacada.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Orquestra de Cordas	Ano/Turma: Básico
Escola   Professor: Fernando Marinho	Nº de aula:24	Data:22/04/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

No próximo ensaio de orquestra de cordas, os alunos reuniram-se para ensaiar a obra “Winter Solstice”. O Professor conduziu o ensaio, guiando os alunos na procura de uma sonoridade equilibrada e coesa. Foram feitos ajustes técnicos, como afinação e sincronização, para garantir a precisão e o entrosamento entre os instrumentos. Durante o ensaio, foram abordadas questões como expressão musical, dinâmica e articulação. O Professor incentivou os alunos a explorarem diferentes nuances e cores sonoras, destacando a importância de transmitir emoções por meio da música. Foram realizadas repetições de partes específicas, permitindo aos alunos aprimorar a interpretação e a compreensão da obra.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Orquestra de Cordas	Ano/Turma: Básico
Escola   Professor: Fernando Marinho	Nº de aula:25	Data:29/04/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Foi abordada a obra “Winter Solstice”. Os alunos praticaram técnicas de articulação e dinâmica, com o objetivo de transmitir emoção durante a execução. Foram realizados exercícios tanto individuais como em conjunto para aprimorar a harmonia e a expressividade musical. Para trabalho de casa os alunos tiveram a tarefa de estudar com metrônomo e afinador, visando obter um desempenho refinado. A ênfase foi colocada na exploração das nuances musicais e na procura por uma interpretação mais expressiva. Os alunos foram incentivados a praticar com bastante rigor e a se dedicarem aos aspetos técnicos e emocionais da obra.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Orquestra de Cordas	Ano/Turma: Básico
Escola   Professor: Fernando Marinho	Nº de aula:26	Data:06/05/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Nesta aula, os alunos foram direcionados para exercícios de aquecimento em conjunto, onde se focaram em transmitir emoções através da execução musical. Foram trabalhadas técnicas de expressão e dinâmica, tanto individualmente quanto em grupo, procurando melhorar a harmonia e a expressividade das obras. Durante a aula, os alunos esforçaram-se para encontrar interpretações mais expressivas e envolventes. O professor ressaltou a importância da prática consistente e do compromisso com a expressividade musical. No final da aula, os alunos sentiram-se motivados a continuar a prática em casa, procurando aprimorar as suas habilidades e oferecer performances de alta qualidade em futuras apresentações.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Orquestra de Cordas	Ano/Turma: Básico
Escola   Professor: Fernando Marinho	Nº de aula:27	Data:13/05/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Nesta aula realizaram-se ensaios de naipe. Cada naipe, como violinos, violas, violoncelos e contrabaixos, tiveram o seu próprio ensaio específico. Durante os ensaios, os alunos concentraram-se em aprimorar a precisão e a sonoridade do seu instrumento, trabalhando em uníssono com os outros membros do naipe. Os professores, juntamente com o maestro, ofereceram orientações e *feedbacks* individuais, incentivando os alunos a ouvirem-se uns aos outros e a manterem uma interpretação coesa. No final do ensaio, os músicos sentiram-se confiantes com o progresso feito e entusiasmados para os próximos.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Orquestra de Cordas	Ano/Turma: Básico
Escola   Professor: Fernando Marinho	Nº de aula:28	Data:20/05/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Aula Supervisionada

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Orquestra de Cordas	Ano/Turma: Básico
Escola   Professor: Fernando Marinho	Nº de aula:29	Data:27/05/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Nesta parte inicial da aula foram realizados exercícios de aquecimento para preparar os instrumentos e os músicos para a sessão de ensaio. De seguida, as obras “Paládio” e “Winter Solstice” foi ensaiada, com o professor conduzindo e orientando os músicos em relação à harmonia, dinâmica e interpretação. Repetições e ajustes para garantir a coesão e a precisão do grupo foram realizados entre cada passagem imprecisa. O professor também incentivou os alunos a se ouvirem mutuamente e a responderem uns aos outros durante a execução da obra numa forma de diálogo musical. No final da aula, os alunos sentiram-se satisfeitos com o progresso realizado e motivados a continuar praticando para aprimorar sua performance como conjunto.

**Observação da Prática Educativa - Ano letivo 2020 | 2021**

Estagiário: Nelson Ferreira	Disciplina: Orquestra de Cordas	Ano/Turma: Básico
Escola   Professor: Fernando Marinho	Nº de aula:30	Data03/06/21

**Registo de observação diário** (texto descritivo, crítico e reflexivo)

Neste ensaio, os alunos estavam preparados para ensaiar a obra “Winter Solstice”. O Professor conduziu o ensaio, guiando os alunos na procura de uma sonoridade equilibrada e coesa. Foram feitos ajustes técnicos, como afinação e sincronização, para garantir a precisão e o entrosamento entre os instrumentos. Durante o ensaio, foram abordadas questões como expressão musical, dinâmica e articulação. O Professor incentivou os alunos a explorarem diferentes nuances e cores sonoras, destacando a importância de transmitir emoções por meio da música. Foram realizadas repetições de partes específicas, permitindo aos alunos aprimorar a interpretação e a compreensão da obra. No final da aula o mestrando agradeceu todo o empenho e disponibilidade de todo o grupo incluindo ao professor de orquestra.

## **Anexo B**

### **Inquérito**

#### **Idade**

10 a 12 anos

13 a 15 anos

16 a 18 anos

#### **Ano escolar que frequenta**

5º Ano

6º Ano

7º Ano

8º Ano

9º Ano

10º Ano

11º Ano

12º Ano

#### **Quantas horas estudas por dia?**

Entre 0h e 1h

Entre 1h e 2h

Entre 2h e 3h

3h ou mais

**Realizas aquecimento e relaxamento muscular antes e depois do estudo?**

Sim

Não

**Tens atenção á tua postura enquanto tocas?**

Sim

Não

**Quais os tipos de dificuldades que sentes quando tocas? (podes escolher mais que uma opção)**

Coordenação de Movimentos

Aprimoramento Técnico

Atingir Registo Agudo

Resistência

Nenhuma Dificuldade

**Já ouviste falar no método de Pilates aplicado a trompetistas/músicos?**

Sim

Não

**O teu professor já te alertou para corrigires a tua postura?**

Sim

Não

**Dos alertas que te foram feitos, que soluções te foram indicadas?**

Prática de algum método de controlo postural

Yoga, Pilates ou Alexander)

Utilização do espelho

Redução do tempo de estudo

Procura de ajuda especializada

**Após a prática de um método de controlo postural, sentiste melhorias na performance?**

Sim

Não

Nunca fui

**Com a utilização do espelho na prática diária obtiveste bons resultados?**

Sim

Não

Não usei

**Fazes alongamentos regularmente?**

Sim

Não

**Quando fazes os alongamentos?**

Antes do estudo

Depois do estudo

Não faço

**Estes alongamentos trouxeram-te benefícios?**

Sim

Não

**A elaboração de um Folheto Informativo ajudaria na realização de exercícios no pré e pós estudo?**

Sim

Não

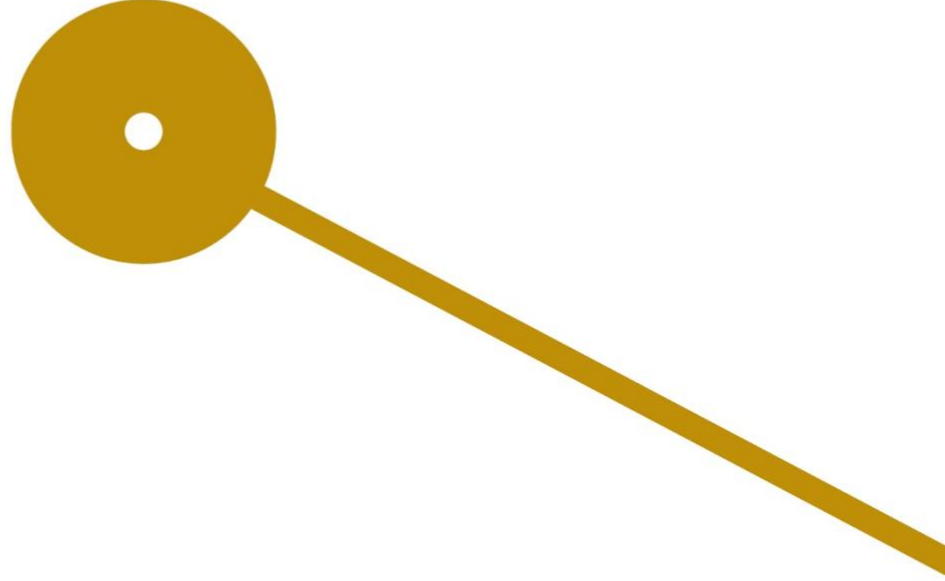
v

ESCOLA  
SUPERIOR  
DE MÚSICA  
E ARTES  
DO ESPETÁCULO  
POLITÉCNICO  
DO PORTO

P.PORTO

**M**

MESTRADO  
ENSINO DE MÚSICA  
ÁREA DE ESPECIALIZAÇÃO



O Método de Pilates no desenvolvimento da performance  
Trompetística  
Nelson Pinho Ferreira