|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Os alunos podem regressar à escola com:** | **Atividades sugeridas\* com vínculo à música no currículo e com base nas Aprendizagens Essenciais em Música** Todas as atividades musicais devem seguir as orientações do ME e da DGS em resposta às diretrizes de práticas seguras do Covid-19\* | **Objetivos / Resultados** | **Eixos para retomar a aprendizagem** |
| **Perda de amizades**Sentimentos de solidão, isolamento social e falta de pertença | • Jogos musicais com foco na comunicação e na performance coletiva• Usar as vozes dos alunos de forma expressiva e criativa, usando canções, lenga-lengas e rimas• Usar pergunta e resposta com contribuições em grupo / par / individuais, para serem partilhadas em performances; e ouvirem-se uns aos outros• Ao ensinar num espaço específico, tenha em consideração o ambiente da sala de aula. Exiba sucessos anteriores, o envolvimento dos alunos, mensagens de crescimento cognitivo | Os alunos vão:• Desenvolver competências de interação social e trabalho em equipa• Ligar-se e colaborar com os seus pares• Ligar-se uns aos outros e restabelecer relações | Relacionamentos:Usar as relações humanas que se construíram e vão reconstruir para mitigaro desconforto do regresso dos alunos |
| **Consequências da perda**Ansiedade, luto, stress ou trauma; incluindo respostas emocionais a questões relacionadas com as desigualdades socioeconómicas e diversidades culturais  | • Brincar (maximizar o desempenho musical dentro das limitações dos recursos)• Cantar (usar a voz como uma ferramenta de expressão)• Escrever letras de músicas que reflitam experiências individuais e depois aplicá-las à composição musical (rap, palavra falada, beat-boxing, canto, etc.)• Ouvir com atenção e compreensão uma variedade de géneros / estilos de música de alta qualidade gravada e ao vivo. Como é que a música nos faz sentir?•Criar música para mostrar como nos sentimos. Discutir as mensagens que a música pode evocar e como nos relacionamos com essas mensagens. Quais as mensagens que queremos partilhar / transmitir? | Os alunos vão:• Expressar-se, controlar emoções e usar técnicas de atenção total/*mindfulness\*\**• Usar a música para expressar-se• Ouvir diferentes estilos de música• Ligar-se aos seus colegas e professores conversando• Ajudar-se uns aos outros e estimular a bondade e a amabilidade• Usar a música como uma distração das suas preocupações | Espaço:Criar espaço para os alunos estarem, descobrirem-se a si próprios, e para encontrarem a sua voz nestas aprendizagens  |
| **Perda de oportunidades**Falta de motivação e confiança | • Realizar atividades musicais práticas (fazer música) usando recursos não verbais para estimular a confiança• Usar a tecnologia musical para envolver os alunos na criação musical (dentro dos limites de recursos)\*\*\*• Adotar técnicas criativas de composição musical para fazer a diferença usando qualquer meio (por exemplo, escrever música para uma situação, imagem, série de imagens etc.)• Apresentar performances uns aos outros (se apropriado) e proporcionar *feedback*• Usar a autoavaliação para aumentar a autoestima• Atividades lideradas pelos alunos (discutir e gerar as suas próprias ideias para um projeto da turma, por exemplo, uma gravação de várias músicas de diferentes artistas que represente o gosto musical de todos os alunos) | Os alunos vão:• Participar nas aulas• Desenvolver confiança a explorar novas técnicas para apresentar o seu trabalho • Explorar e usar a tecnologia musical para fazer música de uma forma criativa | Metacognição:Reavaliar e reconstruir a confiança e segurança das crianças e jovens enquanto alunos, tendo em conta que estiveram a aprender de diversas formas e fora do contexto escolar |
| **Perda de liberdade**Inatividade | • Atividades de percussão corporal que envolvam o corpo todo (canções acompanhadas por gestos/ações, performances baseadas nos STOMP, Barbatuques, etc)• Atividades de percussão vocal que envolvem o diafragma, a caixa vocal e as cordas vocais• Movimento com música de acordo com o andamento/tempo etc.• Dançar canções e músicas para um melhor envolvimento musical | Os alunos vão:• Controlar a respiração e o uso do corpo• Desenvolver a consciência da pulsação e outros elementos musicais• Ligar o movimento à música• Ser fisicamente ativos: com movimento, sapateados, danças, etc. | Comunidade:Compreender as necessidades das comunidades e envolvê-las na transição para a aprendizagem na escola depois do confinamento |
| **Perda de estrutura e rotina**Necessidade de reativar os processos de aprendizagem | * Adotar uma estrutura de aula com uma variedade de atividades (exemplos em baixo):
	+ Atividade de aquecimento
	+ Atividade para cantar/movimento
	+ Atividade focada (ex. beat-boxing, rap)
	+ Atividade de escuta atenta e focada (*mindful listening*)\*\*
* Reafirmar a necessidade de criar unidades de trabalho que vão sendo construídas ao longo de várias aulas (ex. num projeto de composição, ir juntando passos extra ao aquecimento). Assegurar que cada competência é dominada antes de uma nova ser introduzida. Convidar os alunos a criar novos versos de uma canção, criar um rap sobre confinamento, etc. Ouvir as opiniões dos alunos para ajustar as atividades
 | Os alunos vão:* Voltar a ganhar o sentido da rotina
* Compreender a estrutura de uma aula de música e de que forma a aprendizagem vai sendo construída ao longo das várias aulas
* Desenvolver as suas respostas emocionais quando escutam/ ouvem de forma consciente, viver no momento e voltar a descobrir-se a si próprio
* Aprender novas competências que vão sendo organizadas em vários passos
 | Currículo transparente: Mostrar aos alunos como se vão superar as lacunas de aprendizagens que não puderam ser feitas e envolvê-los nesse processo de construção de objetivos, atividades e desempenhos |

© <https://www.triboroughmusichub.org/school-services/music-education-recovery-curriculum/>

\* <https://www.dgeste.mec.pt/wp-content/uploads/2020/07/Orientacoes-DGESTE-20_21.pdf>

\*\*<https://www.medis.pt/mais-medis/bem-estar-e-desporto/mindfulness-o-que-e-e-quais-os-beneficios/>

\*\*\* <https://apem.org.pt/apoio-ao-professor/recursos-web/>

\*\*\* <https://www.pna.gov.pt/recursos-educativos/>

\*\*\* <https://www.cantarmais.pt/pt/>

**Sugestão de estratégias para a educação musical como ferramenta para apoiar o bem-estar dos alunos**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1. Os alunos devem lavar as mãos antes e depois das aulas e/ou usar um desinfetante com 70% de álcool nas aulas** | **4. Os alunos não devem partilhar material na aula (Nota: o material deve ser limpo antes e depois de ser usado)** | **7. As atividades devem focar-se nas respostas emocionais e criativas dos alunos ao Covid-19 e nas questões da cidadania, diversidade, inclusão e igualdade quando apropriado – lembrando a importância da música enquanto escape/distração** |
| **2. As aulas devem ser seguras/em segurança, divertidas e cativantes** | **5. As aulas de música devem incluir um equilíbrio de atividades físicas/práticas e resultados cognitivos, sociais e emocionais** | **8. Celebrar o sucesso das realizações pessoais dos alunos** |
| **3. Os alunos devem manter-se e trabalhar nos seus próprios espaços/zonas da sala** | **6. As aulas de música devem ser desenvolvidas para apoiar o bem-estar dos alunos e encorajar/promover/estimular uma atitude de crescimento**  | **9. As aulas devem ser estruturadas de acordo com uma sequência de aprendizagem que ajude a ir ao encontro das necessidades de bem-estar dos alunos** |