

OFICINA DE CANTO 2026

Inscrições até o dia **07-06-2026**, [neste link](#).



DATA/PERÍODO	10-06 a 07-10-2026		
HORÁRIO	Das 18h30 às 20h, todas as quartas-feiras, num total de 18 encontros.		
FORMATO	Oficina ▾		
MODALIDADE	Presencial ▾		
DIÁRIAS	Não há previsão de pagamento de diárias aos(às) participantes. Despesas com deslocamento poderão ser ressarcidas, conforme orientações disponíveis aqui .		
LOCAL	Sede da Escola Judicial do TRT4 (Foro Trabalhista de Porto Alegre - Avenida Praia de Belas, 1432, prédio 3, 2º andar).		
DOCENTES	Papel	Nome completo	Currículo resumido
1	Docente ▾	Flávio Adonis da Fontoura Oliveira	Músico profissional, cantor e compositor com quatro álbuns lançados. cursou bacharelado em violão na Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Foi diretor artístico do Show Musical La Salle de Canoas de 1985 até 2000. Fundou e dirigiu o Grupo Vocal Graças, do colégio Marista de Viamão, de 2001 até 2004. No ambiente corporativo implantou o formato de Oficina de Canto na MWM International (2004 a 2013), na Springer Carrier (2006 a 2010), Hospital Mãe de Deus (2008) e no Tribunal Regional do Trabalho da 4ª Região

		(2004 a 2005). Dirige o Dell Vocal Group desde 2016.
PÚBLICO-ALVO	Magistrados(as) e servidores(as) do TRT4, ativos(as) e inativos(as).	
VAGAS/Nº DE PARTICIPANTES	<p>35 vagas.</p> <p>Atividade integrante do Programa de Preparação para a Aposentadoria*</p> <p>*Caso haja mais interessados(as) do que vagas disponíveis, será observada a seguinte ordem de preferência daqueles(as) que:</p> <ul style="list-style-type: none"> I – percebam abono de permanência; II – estejam a 05 (cinco) anos de implementar as condições para obtenção da aposentadoria voluntária; III – estejam a 10 (dez) anos da aposentadoria compulsória por idade; IV – possuam indicação de aposentadoria por incapacidade permanente atestada por perícia médica; V – estejam em licença para tratamento de saúde há pelo menos 01 (um) ano; VI – tenham se aposentado há menos tempo. 	
CARGA HORÁRIA	27 horas-aula	
JUSTIFICATIVA	<p>A música tem o poder de transformar ambientes e promover conexões significativas entre as pessoas. No ambiente de trabalho, a implementação de atividades musicais pode criar uma atmosfera mais colaborativa e positiva. Uma abordagem eficaz para isso é a criação de uma Oficina de Canto, que proporciona uma série de benefícios tanto para os participantes quanto para a instituição como um todo.</p> <p>No contexto do Programa de Preparação para Aposentadoria do TRT4, essa iniciativa favorece a integração, o fortalecimento de vínculos interpessoais e a valorização da expressão individual e coletiva. A prática do canto em grupo estimula a memória, a concentração e a criatividade, além de contribuir para o bem-estar emocional e a redução do estresse.</p> <p>Ao mesmo tempo, possibilita que servidores em processo de transição para a aposentadoria encontrem novas formas de pertencimento e de construção de identidade fora do espaço de trabalho, promovendo uma vivência mais saudável e significativa desse momento de mudança.</p> <p>Assim, a Oficina de Canto se apresenta como um recurso inovador e acessível para apoiar a qualidade de vida, estimular a convivência harmoniosa e reforçar a importância do cuidado integral com os servidores, alinhando-se aos objetivos do PPA de preparar não apenas para a saída do trabalho, mas para uma nova fase de vida.</p>	
EMENTA	<p>Oficina de Canto para magistrados(as) e servidores(as) do TRT4. Foco no bem-estar e qualidade de vida. Técnicas vocais básicas e respiratórias. Prática de repertório selecionado coletivamente. Desenvolvimento da consciência corporal e auditiva. Autoconhecimento e expressão. Redução do estresse e ansiedade. Integração e sociabilidade. Atividade lúdica e prazerosa. Convivência harmoniosa no ambiente de trabalho.</p>	
CONTEÚDO PROGRAMÁTICO	<p>Módulo 1: Fundamentos e Integração (Encontros 1-4)</p> <p>Encontro 1: Apresentação e descontração. Introdução à respiração diafragmática. Aquecimento. Jogos rítmicos e de escuta. Primeira canção em uníssono (melodia simples e conhecida).</p> <p>Encontro 2: Consciência corporal e postura para o canto. Aquecimento vocal direcionado. Exercícios de afinação com apoio do teclado. Desenvolvimento do uníssono. Introdução de uma segunda canção.</p> <p>Encontro 3: Aquecimento. Sustentação de notas e controle de fôlego. Dinâmicas básicas (forte e piano). Noções básicas de leitura de partitura. Introdução ao conceito de cânone como primeiro passo para a polifonia. Conceito de tessitura e extensão vocal. Divisão em dois grupos (voz I e voz II). Primeira canção a duas vozes.</p> <p>Encontro 4: Aquecimento. Consolidação dos fundamentos. Prática integrada de respiração, afinação e dinâmica. Ensaios das músicas do repertório inicial.</p> <p>Módulo 2: Introdução à Harmonia e Expansão Vocal (Encontros 5-8)</p>	

	<p>Encontro 5: Aquecimento. Introdução prática à harmonia. Divisão em três grupos (voz I, II e III). Exercícios de intervalos harmônicos básicos (terças, quintas) com apoio do teclado.</p> <p>Encontro 6: Aquecimento. Exercícios rítmicos. Desenvolvimento da independência das vozes. Trabalho de ouvido interno. Primeira música a três vozes. Refinamento do repertório anterior.</p> <p>Encontro 7: Aquecimento. Expansão da extensão vocal com segurança. Introdução a efeitos expressivos básicos (legato, staccato). Ensaios das músicas do repertório.</p> <p>Encontro 8: Aquecimento. Estudo de uma nova música com maior desafio melódico/rítmico. Foco na precisão rítmica coletiva. Prática de entrada e saída de frases.</p> <p>Módulo 3: Aprofundamento Artístico e Técnico (Encontros 9-12)</p> <p>Encontro 9: Aquecimento. Introdução à interpretação e à expressão. Prática de frasear e dar intenção às frases musicais. Ensaios das músicas do repertório.</p> <p>Encontro 10: Aquecimento. Ensaios seccionais (por voz) a partir das músicas do repertório. Exercícios específicos para cada divisão vocal.</p> <p>Encontro 11: Aquecimento. Trabalho de equilíbrio e blend vocal (como as vozes se misturam). Consciência do som do grupo. Ensaios seccionais (por voz) a partir das músicas do repertório.</p> <p>Encontro 12: Aquecimento. Trabalho de equilíbrio e blend vocal (como as vozes se misturam). Consciência do som do grupo. Ensaios seccionais (por voz) a partir das músicas do repertório.</p> <p>Encontro 13: Aquecimento. Consolidação do repertório completo.</p> <p>Módulo 4: Preparação e Culminância (Encontros 13-16)</p> <p>Encontro 14: Aquecimento. Ensaios seccionais (por voz) de aperfeiçoamento. Foco nos pontos críticos de cada música. Trabalho de resistência e fôlego para o conjunto do repertório.</p> <p>Encontro 15: Aquecimento. Ensaios seccionais (por voz) de aperfeiçoamento. Foco nos pontos críticos de cada música. Execução contínua do repertório como se fosse uma apresentação. Feedback detalhado e ajustes.</p> <p>Encontro 16: Aquecimento. Ensaio geral técnico sem uso de partituras. Verificação de todos os aspectos musicais.</p> <p>Encontro 17: Aquecimento. Ensaio geral técnico sem uso de partituras. Simulação de apresentação final. Verificação de todos os aspectos musicais.</p> <p>Encontro 18: Aquecimento. Simulação de apresentação final. Culminância do processo, confraternização e avaliação coletiva da experiência.</p>
<p>METODOLOGIA</p>	<p>1. Aquecimento (10 minuto)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aquecimento Corporal e Respiratório: Exercícios simples de relaxamento de ombros e pescoço. Conscientização da respiração diafragmática. - Aquecimento Vocal e Rítmico: Vocalizes com vogais em escalas ascendentes e descendentes. Exploração de sons percussivos com a voz e palmas para desenvolvimento rítmico. - Exercícios de percepção rítmica utilizando percussão corporal. - Prática de leitura de partitura. <p>2. Desenvolvimento de Habilidades Básicas (15 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Exercícios de afinação com intervalos executados ao teclado. - Introdução à Harmonia: Divisão dos integrantes em dois grupos para execução de cantos, contracantos, cânones e intervalos harmônicos. <p>3. Prática de Repertório (65 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Seleção de Repertório: Músicas conhecidas, com melodias acessíveis e estruturas harmônicas simples. - Ensino por Imitação: As frases são executadas uma a uma pelo professor para que o grupo aprenda por repetição. O processo é repetido frase a frase, numa construção lenta e gradual. <p>O teclado tem função fundamental no processo, pois confere segurança harmônica e rítmica.</p>
<p>AValiação</p>	<p>Condicionada à frequência mínima de 75% para servidores(as) e integral para</p>

	magistrados(as).
CERTIFICAÇÃO	A certificação será condicionada à frequência mínima de 75% para servidores(as) e integral para magistrados(as).
FINALIDADES	Magistrados(as): Formação Continuada; Promoção por Merecimento. Servidores(as): Adicional de Qualificação; Promoção.
OBSERVAÇÕES	<p>Servidores(as) do TRT4: 1. Lembre-se de comunicar a inscrição no curso à sua chefia imediata. 2. Nos termos do disposto no § 2º do art. 6º da Resolução 159/2015 do CSJT, não poderão participar de ações de capacitação os servidores em gozo de férias, ou usufruindo as licenças previstas nos incisos I a VII do artigo 81, detalhadas nos artigos 83, 84, 85, 86, 87, 91 e 92, os afastamentos previstos nos artigos 93, 94, 95, 96-A, assim como as licenças dispostas nos artigos 202, 207, 208, 210 e 211, todos da Lei nº 8.112/90.</p> <p>Magistrados(as) do TRT4: Em atendimento à solicitação da Corregedoria Regional, informamos que, no período de frequência do curso, não haverá substituição por outro/a magistrado/a e que as pautas porventura remanejadas serão realizadas necessariamente pelo(a) interessado(a).</p>



***Este evento atende ao Objetivo de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da Agenda 2030 da ONU nº
3 - Saúde e Bem-Estar
16 - Paz, Justiça e Instituições Eficazes***



Acesse aqui os tutoriais para inscrições e acesso ao Sistema da Escola Judicial:

- [!\[\]\(7a8011739ec4e250e2f89a547d75fb0a_img.jpg\) 1\) Público interno do TRT4 - magistrados\(as\) e servidores\(as\), inclusive aposentados/as;](#)
- [!\[\]\(07dce76283bf618e2364d95ae0021e26_img.jpg\) 2\) Público externo.](#)