UVOD

Psihologija, nevroznanost in čuječnost so področja, ki lahko pomembno prispevajo tako k vrhunskemu glasbenemu izvajanju kot tudi k učenju in vadbi mladega glasbenika.
Za doseganje zadovoljivih glasbenih nastopov sta nedvomno potrebni tehnika in interpretacija, vendar ti pogosto ne zadostujeta.
Zbranost pri izvajanju naštudirane skladbe, sposobnost obvladovanja tesnobe med koncertom, močna motivacija, potrebna za dolgotrajno in zahtevno pripravo na pomemben nastop, sposobnost odmisliti moteče dejavnike in pozornost usmeriti izključno v glasbeno izvedbo ter ustrezna mera zaupanja vase in samospoštovanja so psihofizične lastnosti, ki so nujne za uspešen nastop.
Učinkovite, znanstveno potrjene strategije, ki temeljijo na tehnikah psihofizičnega osredinjanja, vajah čuječnosti in avtogenega treninga, omogočajo izboljšanje počutja in zdravja glasbenika, učinkovitejšo vadbo, izboljšanje glasbenih izvedb ter vzpostavitev sproščenega odnosa do glasbe in lastnega inštrumenta.

A. TEČAJ ZA UČENCE

Igranje na inštrument, samostojno ali skupaj z drugimi, zahteva tehniko, vendar ne le te. Obvladovanje čustev, zbranost in zaupanje vase so ključni dejavniki v vseh življenjskih obdobjih.
Program je zasnovan tako, da poudarja edinstvenost vsakega učenca tako pri individualni vadbi inštrumenta kot pri skupinskem muziciranju.
S praktičnimi vajami telesnega zavedanja in čuječnosti, prilagojenimi načinu izražanja in potrebam posameznika, se bodo udeleženci naučili glasbo doživljati sproščeno.
Cilj je izboljšati učinkovitost vadbe doma in premagati tremo pred nastopanjem ter nastop spremeniti v trenutek čistega zadovoljstva.
Delavnice so namenjene vsem generacijam in prilagojene posebnim potrebam različnih starostnih skupin.

B. TEČAJ ZA UČITELJE

Čustvena inteligentnost, razvijanje globokega zaupanja vase in krepitev spoznavnih sposobnosti so jedro sodobnega, vključujočega in učinkovitega poučevanja glasbe.
Program usposabljanja je zasnovan tako, da učiteljem omogoča pridobivanje trdnih pedagoških kompetenc s poudarkom na odnosih ter človeških in psiholoških vidikih poučevanja. Ti so nepogrešljivi za prepoznavanje in spodbujanje edinstvenosti vsakega učenca ter za uglaševanje z njegovimi potrebami.
Učitelji bodo spoznali konkretne strategije za krepitev samospoštovanja in motivacije svojih učencev.
Dobro počutje je temeljni pogoj za vsakršno rast: brez notranje umirjenosti se ni mogoče zares učiti, prav tako pa ni mogoče učinkovito poučevati, če ne skrbimo za lastno notranje ravnovesje.
Moj program usposabljanja temelji na načelu vzajemnosti: dobro počutje učitelja in učenca se medsebojno krepi. Tečaj učiteljem ponuja prostor za osebno in pedagoško rast ter konkretna orodja za ohranjanje lastne energije in poklicne vitalnosti. S tem jim omogoča, da tudi svojim učencem dajejo globok občutek čustvene varnosti.
Projekt obsega dva osrednja, medsebojno dopolnjujoča se in samostojna izobraževalna modula, namenjena obogatitvi metodološkega znanja vsakega učitelja:

1. del : Čustvena inteligentnost skozi glasbo
Poudarek: notranja umirjenost, osebnostna rast in odnosi.
Ta modul je v celoti namenjen spodbujanju zdravega, sproščenega in harmoničnega odnosa med učencem, glasbo in inštrumentom. Učitelji bodo spoznali tehnike empatičnega poslušanja in pristope psihologije pozitivnega učenja, s katerimi bodo lahko ustvarili prijetno učno okolje, ki spodbuja dobro počutje tako učencev kot učiteljev.

2. del: Tehnike za krepitev pozornosti in spomina skozi glasbo
Poudarek: spoznavni razvoj, zbranost in metode učenja.
Modul raziskuje nevrofiziološke prednosti glasbe za izboljšanje učnih sposobnosti učencev. Učitelji bodo usvojili praktične strategije, ki temeljijo na telesnem zavedanju in čutnem spodbujanju ter omogočajo podaljševanje časa zbrane pozornosti in krepitev glasbenega spomina. Prejeli bodo konkretna orodja, s katerimi bodo učence naučili učinkoviteje izkoristiti čas za vadbo doma na dinamičen način, ki prinaša zadovoljstvo, ter mehansko ponavljanje nadomestiti z raziskovanjem in veseljem do odkrivanja.

INFORMACIJE

SOBOTA, 28.11.26 - TEČAJ ZA UČENCE
(od 10:00 do 13:00 in od 15:00 do 18:00)
CENA: 35 EVROV

NEDELJA, 29.11.26 - TEČAJ ZA UČITELJE
(od 10:00 do 13:00 in od 15:00 do 18:00)

CENA: 65 EVROV

PRIJAVE DO 22.11.2026 na spletni strani www.glasbenamatica.org

ŠTEVILO MEST JE OMEJENO

Plačilo se izvede na:
Banca di Cividale/Sparcasse
Bančni račun: IT23R0548412401000000404792
Bic swift: CIVIIT2C
Naslovljeno na:
GLASBENA MATICA, Corso Verdi 51, 34170 Gorica

INFO:
trst@glasbenamatica.org **tel: +39 3275531682**