Придружите нам се на бесплатном онлајн курсу: Од потенцијала до извођења

Курс је намењен музичким извођачима и наставницима на академском нивоу.

У фокусу су тело, ум и музика.

Напомињемо да је број места за учеснике ограничен на 25.

Истражите сопствене процесе вежбања кроз практичне задатке и занимљиве онлајн сесије уживо. Упознајте се са најновијим сазнањима заснованим на истраживањима наших стручњака о телу музичара, менталним процесима и музичком извођењу. Усвојите практичне алате за развијање здравих навика и рутина вежбања.

Садржај и тематске области

Курс пружа свеобухватно разумевање процеса који води од потенцијала до извођења, са фокусом на три кључне области:

- Тело
- Ум
- Музика / извођење

Свака област обједињује **научна сазнања** са **практичним приступима и алатима за развијање здравих навика и рутина вежбања**.

Формат и трајање

Курс обухвата 13 унапред снимљених онлајн лекција, у трајању од 5 до 10 минута, које су повезане са практичним задатком и онлајн сесијом уживо за сваку тему, током којих ће полазници имати прилику да детаљније истраже обрађене садржаје. Полазницима ће такође бити доступни спискови литературе за читање, као и индивидуално прилагођени задаци.

Тема 1. Тело – Тело музичара (опоравак, физичко планирање вежбања, превенција повреда)

Предавач: Erja Joukamo-Ampuja

- Лекција 1. Доступна на платформи Moodle + онлајн сесија уживо: 25. новембар 2026, 19.00–20.00 CET.

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor the granting authority can be held responsible for them.

Тема 2. Тело – Моторичко учење код музичара; мотивација и начин размишљања

Предавач: Susan Williams

- Лекција 2. A/B на платформи Moodle + онлајн сесија уживо: 26. новембар 2026, 19.00–20.00 CET.

Тема 3. Тело – Суочавање са повредама

Предавач: Erja Joukamo-Ampuja

- Лекција 3. Доступна на платформи Moodle + онлајн сесија уживо: 3. децембар 2026, 19.00–20.00 CET.

Тема 4. Ум – Повезивање тела и ума

Предавач: Päivi Arjas

- Лекција 4. Доступна на платформи Moodle + онлајн сесија уживо: 4. децембар 2026, 19.00–20.00 CET.

Тема 5. Ум – Усмереност на задатак и стање тока (flow)

Предавач: Susan Williams

- Лекција 5. Доступна на платформи Moodle + онлајн сесија уживо: 10. децембар 2026, 19.00–20.00 CET.

Тема 6. Ум – Менталне представе и ментални тренинг

Предавач: Päivi Arjas

- Лекција 6. Доступна на платформи Moodle + онлајн сесија уживо: 16. децембар 2026, 19.00–20.00 CET.

Тема 7. Музика – Креативност, импровизација и продуктивност у процесу вежбања

Предавач: Erja Joukamo-Ampuja

- Лекција 7. Доступна на платформи Moodle + онлајн сесија уживо: 17. децембар 2026, 19.00–20.00 CET.

Тема 8. Музика – Изражајност и припрема за извођење

Предавач: Päivi Arjas

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor the granting authority can be held responsible for them.

- Лекција 8. Доступна на платформи Moodle + онлајн сесија уживо: 18. децембар 2026, 19.00–20.00 CET.

Тема 9. Музика – Рад на музичкој интенцији

Предавач: Susan Williams

- Лекција 9. Доступна на платформи Moodle + онлајн сесија уживо: 5. јануар 2027, 19.00–20.00 CET.

По завршетку курса, полазници који присуствују свим сесијама уживо и доставе задатке могу добити потврду о учешћу. Курс не доноси ЕСПБ бодове нити микроквалификације.

Пријавите се путем следећег линка:

ОБРАЗАЦ ЗА ПРИЈАВУ

У курсу може учествовати првих 25 пријављених полазника.

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor the granting authority can be held responsible for them.