

تأثیر نمایش موسیقایی در استفاده از تغذیه سالم در یادگیری

آرزو رنجبری

مقطع کاردانی رشته تحصیلی آموزش و پرورش ابتدایی

دانشکده مهارت و کارآفرینی سما واحد بندرعباس

چکیده:

امروزه در مبحث آموزش و قدرت یادگیری افراد به جنبه های مختلفی پرداخته می شود که تغذیه سالم یکی از این فاکتورهاست . موسیقی به عنوان یک هنر می تواند در هر عرصه ای کاربرد داشته باشد . به طور مثال می توان گفت تئاتر و نمایش های خیابانی با موزیک نسبت به دوره ای که این فعالیت ها به صورت صامت اجرا می شد مخاطبان بیشتری پیدا کرد . رستوران ها و کافه هایی که دارای اجرای موسیقی هستند نیز مشتریان بیشتری دارند و افرادی که در این اماکن برای خوردن غذا می روند اشتها و میل بیشتری دارند . می توان افراد بسیاری را دید که در حین مطالعه تمایل به شنیدن موسیقی از خود نشان می دهند و این کار تمرکز آنها را برای یادگیری بیشتر می کند .

کلیدواژه ها : موسیقی ، تغذیه سالم و مفید ، یادگیری

مقدمه:

شاید خیلی از بندرنشینان ، ملوانان و جاشوهای روی کشتی ها و لنج ها را دیده باشند که کارهای سخت دریانوردی را همراه با خواندن نواهای محلی یا اشعار حماسی با شور و هیجان و بدون خستگی انجام می دهند . خواندن و شنیدن یک موسیقی با صدای قدرتمند و محکم ، حین انجام کارها می تواند با ایجاد حس قدرت و انگیزه ، توان شما را برای انجام کارها افزایش دهد . صدای قدرتمند باعث می شود شما احساس قدرت بیشتری کنید ! به این ترتیب حتی حالت صورت و بدن شما پرنرژی و مصمم به نظر می رسد . البته این موضوع حالت معکوس را نیز دارد یعنی یک موسیقی کم رمق و غم انگیز می تواند تمام انرژی شما را از بین ببرد . از موسیقی در حین انجام فعالیت های بسیاری استفاده می شود . باشگاه های ورزشی و بدنسازی ، رستوران ها ، کافی شاپ ها ، فروشگاه های بزرگ و محیط های کارگاهی از جمله اماکنی هستند که متناسب با فضای آنجا موسیقی های متفاوتی به منظور اثربخشی بیشتر فعالیت ها و بالا بردن تمرکز افراد برای حاضرین پخش می شود . خیلی از مواقع خواندن کتابی همراه با یک موسیقی به خاطر سپاری مطالب آن کتاب را راحتتر و دلپذیرتر می کند . پخش موسیقی به منظور افزایش عملکرد شغلی و روحیه کارکنان در هنگام کار است ؛ دلیل توجیهی این روش آن است که ، موسیقی موجب می شود تا دوره های ملالت و خستگی در کار کاهش پیدا کند و افراد هشیار باقی بمانند ؛ بنابراین می توان گفت که موسیقی این توان را دارد که سطح توجه و هشیاری افراد در حین مطالعه را در حد مطلوب حفظ کند که پیامد این موضوع درک بالاتر و فراگیری بیشتر نیز هست . [دکتر محمود ساعتچی، خبرگزاری مهر ، آذر ۱۳۸۵] همان گونه که پیشتر اشاره شد موسیقی می تواند بر جنبه های مختلفی از زندگی تاثیرگذار باشد ، یک موسیقی آرام می تواند باعث انتخاب های دلپذیرتر و بالعکس یک موسیقی پر سر و صدا و پر تنش شما را در گرفتن یک