

**MASTER OF ARTS IN MUSIC**  
**MASTER OF ARTS IN MUSIKPÄDAGOGIK**

**MENTALES TRAINING UND KÖRPERARBEIT: INDIVIDUELLE VERTIEFUNG**

**Beschreibung mit Lernziel**

Das mentale Training bildet einen wichtigen Bestandteil in der Vorbereitung für Probespiele und Wettbewerbssituationen. Die individuelle Vertiefung ergänzt das Modul „Mentales Training und Körperarbeit: Grundlagen“. Im Rahmen von Einzelcoachings wird auf individuelle Bedürfnisse der Studierenden eingegangen.

Die Studierenden können Entspannungs- und mentale Übetchniken in Vorbereitung auf Vorspielsituationen anwenden. Sie gehen positiv mit Nervosität um und sind in ihrem Selbstvertrauen gestärkt.

**Modulkennziffer**

ORCH\_MKIV\_1 und \_2 (Major)

MA\_MIMKIV\_1 und \_2 (Minor)

**ECTS**

2 Punkte (1-1) für Major Orchester

1 Punkt (0-1) für Minor Orchester

**Anzahl Lektionen x Minuten**

1 x 8 x 30 + 1 x 4 x 30 (Major)

1 x 4 x 30 + 1 x 2 x 30 (Minor)

**Dozierende**

Gastdozierende

**Eintrittsvoraussetzung**

KB: Für Master-Studierende mit Major Orchester und Master-Studierende mit Minor Orchester

**Leistungsnachweis**

Aktive Teilnahme

**Art der Benotung**

Bestanden/nicht bestanden

**Anmeldung**

Anmeldung nicht erforderlich; Einteilung erfolgt nach Ausschreibung.

**Besondere Hinweise**

Die Studierenden können zwischen Mentaltraining und Körperarbeit wählen.

**Modulverantwortliches Institut**

Institut für Klassik und Kirchenmusik

**Einzel- oder Gruppenunterricht**

Einzelunterricht

Modulverwendung

MA ORCH, MiORCH