

INDIVIDUELLER BEREICH BACHELOR
INDIVIDUELLER BEREICH MASTER

**«VERKÖRPERUNG» - KÖRPERTRAINING MIT FOKUS AUF RÄUMLICHE UND ZEIT-
SPEZIFISCHE WAHRNEHMUNGEN**

(Herbstsemester 2020/21)

Beschreibung mit Lernziel

Im Zentrum des Moduls stehen Körperlichkeit, die Entwicklung des Körperbewusstseins und das lustvolle Bewegen. Das Ziel ist es, mittels gestärkter Körper-Sensorik, die eigene physische Präsenz vertieft wahrnehmen und erleben zu können.

Wenn sich jemand in der eigenen Haut, im eigenen Körper wohl und zuhause fühlt, hat dies positive Auswirkungen, sowohl für die Person selbst, als auch für ihre Umgebung, sei es als Dozierende/r, als PädagogIn vor einer Klasse oder als KünstlerIn auf der Bühne.

Der Kurs bietet verschiedene Wahrnehmungsübungen und spielerische Bewegungstrainings, die uns dabei helfen, uns zu «verkörpern».

Im Focus stehen folgende Themenbereiche:

1. Ausrichtung (Haltung, Alignement, den Körper ins Lot der Schwerkraft bringen) und Funktionelle Bewegungsabläufe, Improvisation.
2. Beziehung vom Körper zum Raum, «Innen und Aussen», physische Interaktionen
3. Zeitgefühl und Musik: Puls, Atem, Geschwindigkeit

Das Modul ist geeignet für alle, die sich und ihre Körperlichkeit neu erfahren möchten und auch musikalische Aspekte durch Bewegung erforschen und ausdrücken wollen.

Modulkennziffer

IB23_VERKORP

ECTS

2 Punkte

Anzahl Lektionen x Minuten

12 x 120

Dozierende

Sonia Rocha absolviert ihr professionelles Tanzstudium an der Academia de Dança Contemporanea de Setubal, Portugal. Sie durchläuft eine internationale Tanzkarriere. Einige Stationen ihrer Engagements sind Theater Basel, Luzerner Stadttheater, Berner Stadttheater, Opernhaus Stuttgart, Centre Choréographique National Nord-Pas de Calais (Carolyn Carlson), u.a.

1999 wird Sonia Rocha im Magazin ballet international/tanz aktuell als herausragende Tänzerin nominiert und 2007 erhielt sie für ihr Tanzschaffen eine kulturelle Auszeichnung der Stadt Zürich.

Sonia Rocha choreografierte etliche Stücke unter eigenem Namen, sowie auch als Auftragsarbeiten.

Seit 2010 erarbeitet Sonia Rocha vermehrt auch Tanz-Projekte mit Laien, unter anderem für das Opernhaus Zürich.

Sonia Rocha unterrichtet an der Hochschule Luzern – Musik und an der HF für Zeitgenössischen und Urbanen Bühnentanz in Zürich. Sie ist als Tanzexpertin im Auftrag des Berufsverbandes Danse Suisse tätig. Neben ihrer Tanztätigkeit arbeitet sie auch als Körpertherapeutin.

Eintrittsvoraussetzung

IB: Für Bachelor- und Master- Studierende mit Interesse an Körperlichkeit und Bewegung

Leistungsnachweis

Präsenz und engagierte Teilnahme am Unterricht, Selbstreflektion.

Art der Benotung

Bestanden/nicht bestanden

Literaturempfehlung

Keine Angaben

Anmeldung

Anmeldung erforderlich; Webanmeldung

Besondere Hinweise

Das Modul wird nur mit einer Mindestanzahl von 11 Teilnehmenden durchgeführt.
Bitte bequeme Sportbekleidung mitbringen.

Modulverantwortliches Institut

Institut Musikpädagogik

Einzel- oder Gruppenunterricht

Gruppenunterricht

Modulverwendung

IB BA, IB MA