

INDIVIDUELLER BEREICH BACHELOR
INDIVIDUELLER BEREICH MASTER

ALEXANDERTECHNIK ADVANCED – SENSOMOTORISCHE ACHTSAMKEIT

(Herbst-/Frühlingssemester)

Beschreibung mit Lernziel

Die Studierenden arbeiten vermehrt am Instrument oder mit ihrer Stimme. Dabei wenden sie die gelernten Vorgehensweisen aus dem Basic Kurs an, z.B wie kinästhetisches Denken das neuromuskulär-skelettale System reorganisieren kann, um das Funktionieren zu verbessern.

Die Studierenden

- erkennen ihre gewohnheitsmäßigen muskuloskelettalen Verkürzungen, die das funktionelle Design des ganzheitlichen Systems beeinträchtigen,
- können die Aufmerksamkeit für sich und die Umgebung erhalten (mittels «sich selbst anleiten»),
- üben das kinästhetische Denken selbstbewusst, um gewohnheitsmäßige Verkürzungsmuster zu vermeiden und einen dynamisch verlängerten Zustand als Grundlage für jede aktive Handlung wiederherzustellen,
- wenden die neu entwickelten Erkenntnisse direkt in Verbindung mit dem Musizieren an.

Modulkennziffer

M.IB_ALEXA

ECTS

2 Punkte

Anzahl Lektionen x Minuten

1 x 16 x 90

Dozierende

Karin Imgrüth

Eintrittsvoraussetzung

IB: Für Bachelor- und Master-Studierende nach erfolgreichem Abschluss eines der Module Alexandertechnik Basics oder mit Erfahrung in der Methode Alexandertechnik.

Leistungsnachweis

schriftliche und mündliche Erfahrungsberichte

Art der Benotung

Bestanden/nicht bestanden

Literaturempfehlung

Alexander, F. M. (2001). *Der Gebrauch des Selbst*. Basel: Karger.

Dimon, Ted (2011). *Your Body, Your Voice*. Berkeley: North Atlantic Books.

Dimon, Ted (2021). *Anatomy in Action*. Berkeley: North Atlantic Books.

Anmeldung

Anmeldung erforderlich; Webanmeldung

Besondere Hinweise

Das Modul wird nur mit einer Mindestanzahl von 11 Teilnehmenden durchgeführt.

Modulverantwortliches Institut

Institut für Musikpädagogik

Einzel- oder Gruppenunterricht

Gruppenunterricht

Modulverwendung

IB BA/MA