Bewegungstraining 1/2 (gLV)

Zuständiges Sekretariat: gabriela.krull@zhdk.ch

Grundlagen

Angebot für

Bisheriges Studienmodell > Hochschulweites Lehrangebot > Geöffnete Lehrveranstaltungen
Bisheriges Studienmodell > Musik > Semesterkurse > Musikalische Praxis > Chor- und Orchesterleitung
Bisheriges Studienmodell > Musik > Semesterkurse > Musikalische Praxis > Körperwahrnehmung
Bisheriges Studienmodell > Musik > Semesterkurse > Musikalische Praxis > Musikpädagogische Praxis
Bisheriges Studienmodell > Musik > Semesterkurse > Musikalische Praxis > Performance
Bisheriges Studienmodell > Musik > Semesterkurse > Musikalische Praxis > Rhythmus und Bewegung

Nummer und Typ	MMP-VMB-SRH-KK11-1.19H.002 / Moduldurchführung
Modul	Bewegungstraining 1/2
Veranstalter	Departement Musik
Leitung	Lisa Gretler
Minuten pro Woche	60
ECTS	1 Credit
Voraussetzungen	Interessierte Studierende anderer Departemente melden sich zur Klärung der Voraussetzungen bis spätestens 1 Woche vor Semesterbeginn direkt bei der Kursleitung.
Lehrform	Klassenunterricht
Lernziele / Kompetenzen	• Bewusste Auf- und Ausrichtung des Körpers • Körperliche Flexibilität, Durchlässigkeit und Kraft • Bewusstsein für Körper und Raum • Bewusstsein für Spannung / Entspannung • Ökonomischer Einsatz von Kraft und Schwung • Koordination der Atmung mit der Bewegung
Inhalte	• Yoga: Einführung und Grundlagen • Grundelemente des modernen Tanzes
Bibliographie / Literatur	• Im Kurs abgegebenes Material
Leistungsnachweis / Testatanforderung	Aktive Teilnahme am Unterricht
Termine	Freitags, 09:15 - 10:15h
Dauer	60'
Bewertungsform	bestanden / nicht bestanden