

## SOMATICS – Verschiedene Ansätze des körper- und klangorientierten (somatischen) Lernens

Angebot für	Hochschulweites Lehrangebot > Z-Module
Nummer und Typ	ZMO-ZMO-K159.1.21H.001 / Moduldurchführung
Beschreibung	Lebendiges und kreatives Nutzen unseres persönlichen Körper- und Stimmpotentials - eine Erfahrungsreise ins PRÄSENT SEIN.
Veranstalter	Z-Module
Leitung	Johannes Michael Blume, Dozent ZHdK DDK Esther Maria Häusler, Dozentin ZHdK DDK Jeanette Engler, Tänzerin Muriel Bader Dozentin ZHdK DMU,
Zeit	Mo 13. September 2021 bis Fr 17. September 2021 / 9:15 - 16:45 Uhr
Ort	GA 11-140 Tanzstudio (*21P) Gessnerallee 11, Tanzstudio; [keine Strassenschuhe]
ECTS	2 Credits
Voraussetzungen	Keine
Lehrform	Workshop
Zielgruppen	Wahlpflicht für alle Bachelorstudierenden
Lernziele / Kompetenzen	Wie kann ich mein Potenzial und meine Präsenz erweitern und ein essentiell kreativ Lernender werden? Wie kann ich lebendige Ausdrucksqualitäten entwickeln? Somatisches Lernen bietet erfahrungsorientierte Ansätze, die den bewegenden, tanzenden und klingenden Körper anregen. Die Lernenden erweitern ihre Bewegungs-, Atem- und Stimmqualitäten. Körperliche Aufrichtungs- und Bewegungsmuster werden bewusst wahrgenommen und verhandelt. Berührungsarbeit als wichtiges sensitives Lernelement stärkt und erweitert die Selbstkompetenz. Durch den Klang der Stimme wird der Körper zum erlebbar sinnlich vibrierenden „Instrument“, das über die Qualitäten des Körpers und des Atems Auskunft gibt und zur Koordination und Erweiterung der stimmlichen Ausdrucksmöglichkeiten beiträgt. Das körperlich-sinnliche Denken, Wahrnehmen, Empfinden und Erspüren inspiriert zu kreativ-künstlerischen Umsetzungen.
Inhalte	Basierend auf dem somatischen Ansatz von BMC® arbeiten wir mit den Körpersystemen (Skelett, Muskulatur, innere Organen), um in spezifischen Berührungs- und Bewegungs-erfahrungen die Mühelosigkeit der Gelenke, die Dynamik der Muskeln und den emotionalen Ausdruck der inneren Organe zu erleben. Daraus entwickeln die Studierenden neue Bewegungsansätze und Ausdrucksmöglichkeiten, die sie räumlich in Begegnungen mit den Andern choreographisch umsetzen. Die Denkweise und Philosophie von Feldenkrais lässt uns Raum für wertfreies Bewegen und Sein. Die verschiedenen Aspekte des Nervensystems nutzen wir, um Bedingungen zu kreieren, die leichtes Lernen ermöglichen. Die klangorientierte Stimm- und Atemarbeit inspiriert zu vielschichtigen Veränderungen, die der Klang im Körper und Nervensystem auslöst und zu qualitätserweiternder Körperorganisation und vielschichtigen stimmlichen Ausdrucksmöglichkeiten führt.
Bibliographie /	Bonnie Bainbridge Cohen: Sensing, Feeling, and Action

Literatur	Linda Hartley: Einführung in Body-Mind Centering® Carl Ginsburg „Lernen durch Bewegung“ Gisela Rohmert: Der Sänger auf dem Weg zum Klang Robin de Haas: The Path of the Voice
Leistungsnachweis / Testatanforderung	80% Anwesenheit
Termine	HS 21 in KW 37 vom 13.9. - 17.9.2021
Dauer	1 Woche
Bemerkung	Kontaktdaten zur persönlichen Beratung: johannes-michael.blume@zhdk.ch