Mentales Training für Musikstudierende (gLV)

Zuständiges Sekretariat: Ursula.Ramsbacher@zhdk.ch

Angebot für

Bisheriges Studienmodell > Hochschulweites Lehrangebot > Geöffnete Lehrveranstaltungen
Bisheriges Studienmodell > Musik > Semesterkurse > Musikalische Praxis > Körperwahrnehmung

Nummer und Typ	DMU-WKFK-8008.21H.006 / Moduldurchführung
Modul	Freikurs 60'
Veranstalter	Departement Musik
Leitung	Judith Buchmann
Minuten pro Woche	120
Anzahl Teilnehmende	maximal 23
ECTS	1 Credit
Lehrform	Nach 4 Doppelstunden im Plenum wird die Arbeit in Einzellektionen fortgesetzt
Zielgruppen	Interessierte Studierende anderer Departemente melden sich zur Klärung der Voraussetzungen bis spätestens 1 Woche vor Semesterbeginn direkt bei der Kursleitung.
Inhalte	Dieser Kurs bietet einen Überblick über die Einsatzmöglichkeiten des Mentalen Trainings bei Musikstudierenden aller Leistungsstufen. Mentales Training hat im Instrumental- und Gesangsunterricht zunehmend an Bedeutung gewonnen. Neben einfachen Techniken zur Absicherung und Klärung musikalisch-technischer Abläufe werden Übungen zur Wahrnehmung und Vervollkommnung motorischer, emotionaler und kognitiver Ressourcen vermittelt. Dabei spielt die kompetente Lenkung von Aufmerksamkeit eine zentrale Rolle und hilft beim konstruktiven Umgang mit Bühnensituationen. Der Kurs ist als Vorbereitung und Ergänzung zum Kurs Psycho-physiologisches Vorspiel- und Vorsingtraining von Horst Hildebrandt geeignet.
Leistungsnachweis / Testatanforderung	Von den insgesamt 7 Terminen müssen 6 besucht werden.
Termine	Mittwoch, 9.30 bis 11.30 Uhr und nach individueller Vereinbarung, Raum 6.F04. Die definitven Raumangaben können spätestens eine Woche vor Semesterbeginn eingesehen werden. Bitte Raumreservations-Tool konsultieren und nach dem Namen des entsprechenden Dozenten suchen.
Bewertungsform	bestanden / nicht bestanden
Bemerkung	8008-6