

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

Lebendiges und kreatives Nutzen unseres persönlichen Körper- und Stimmpotentials - eine Erfahrungsreise ins PRÄSENT SEIN.

Angebot für

Bisheriges Studienmodell > Hochschulweites Lehrangebot > Z-Module

|                            |   |
|----------------------------|---|
| Nummer und Typ             | ZMO-ZMO-K159.1.23F.001 / Moduldurchführung  |
| Modul                      | SOMATICS – Verschiedene Ansätze des körper- und klangorientierten (somatischen) Lernens   |
| Veranstalter               | Z-Module  |
| Leitung                    | Johannes Michael Blume, Dozent ZHdK DDK<br>Esther Maria Häusler, Dozentin i.R. ZHdK DDK<br>Jeanette Engler, Tänzerin<br>Muriel Bader Dozentin ZHdK DMU,   |
| Zeit                       | Mo 13. Februar 2023 bis Fr 17. Februar 2023 / 9:15 - 16:45 Uhr  |
| Ort                        | GA 11-140 Tanzstudio Gessnerallee 11, Tanzstudio; [keine Strassenschuhe]  |
| Anzahl Teilnehmende        | 8 - 14  |
| ECTS                       | 2 Credits   |
| Voraussetzungen            | Keine   |
| Lehrform                   | Workshop  |
| Zielgruppen                | Wahlpflicht für alle Bachelorstudierenden   |
| Lernziele /<br>Kompetenzen | Wie kann ich mein Potenzial und meine Präsenz erweitern und essentiell kreativ lernen? Wie kann ich lebendige Ausdrucksqualitäten entwickeln?<br>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 sensibles 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 Bewegungserfahrungen, 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.<br>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.<br>Die klangorientierte Stimm- und Atemarbeit (Funktionales Stimmtraining nach G.  |

Rohmert) inspiriert zu vielschichtigen Veränderungen, die der Klang im Körper und Nervensystem auslöst und zu qualitätserweiternder Körperorganisation und vielschichtigen stimmlichen Ausdrucksmöglichkeiten führt.

Bibliographie /  
Literatur

Bonnie Bainbridge Cohen: Sensing, Feeling, and Action  
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

FS 23 in KW 7 vom 13.2. - 17.2.2023

Dauer

1 Woche

Bewertungsform

bestanden / nicht bestanden

Bemerkung

Kontaktdaten zur persönlichen Beratung: johannes-michael.blume@zhdk.ch