Vorlesungsverzeichnis 23F

Erstellungsdatum: 20.05.2024 01:29

Zürcher Hochschule der Künste Zürcher Fachhochschule

## Mentales Training für Musikstudierende (gLV) AUSGEBUCHT **AUSGEBUCHT**

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-8008.23F.007 / Moduldurchführung

Modul Freikurs 60'

Veranstalter Departement Musik

Judith Buchmann Leitung

120 Minuten pro Woche

1 Credit **ECTS** 

Voraussetzungen Interessierte Studierende anderer Departemente melden sich zur Klärung der

Voraussetzungen bis spätestens 1 Woche vor Semesterbeginn direkt bei der

Kursleitung.

Lehrform Nach 4 x 90min. im Plenum, die als Basis dienen, wird die Arbeit in 3 x 30min.

Einzellektionen fortgesetzt. Der Kurs findet auf Deutsch statt.

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.

**Termine** Mittwoch, 9.30 bis 11.30 Uhr Einzellektionen nach individueller Vereinbarung,

voraussichtlich 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

8008-7 Bemerkung