

aine algab K K

kataloog S23 K24

ainekood ÜAX230

nimetus

Alexanderi tehnika alused

täpsustus

IM MAG erialale, teistele valikaine

õppejõud

M.Tormis

eeldusaine(d)

asem

1

t kokku

30.0

t asem

30.0

t näd

0.0

EAP kokku

2.00

LO

2.0

GR

28.0

IND

0.0

SEM

0.0

PR

0.0

kvorm

asem

EAP

eesmärk

Aine eesmärk on tutvustada F.M. Alexanderi printsiipi ja terminoloogiat. Omandada töövahendid mille abil saab muuta kehakasutuse ebaökonomoosid harjumusi, arendada koordinatsiooni, asenditaju ja seega parendada õppimis- kui ka sooritusprotsessi kvaliteetsemaks. Grupi suurus on maksimaalselt 20 üliõpilast.

aine sisu

Sissejuhatav loeng: F.M. Alexanderi elulugu, printsiibi terminoloogia, teadliku inhibitsioonimõiste (TI) selgitamine inimese neuromuskulatuurse süsteemi, ergonoomiliste põhitõdede ja praktiliste näidete kaudu. Töövahendite omandamine. Rühmatunnid.

õpiväljundid

Aine läbinud üliõpilane

- oskab selgitada AT printsiipi ja terminoloogiat;
- suudab kasutada töövahendeid.

hindamismeetodid

Mitteeristav hindamine. Arvestus toimub avatud tundidena, kus analüüsitakse TI kasutamist.

hindamiskriteeriumid

Üliõpilane saab positiivse hinnangu, kui oskab erialases tegevuses rakendada Alexanderi tehnikat ja kasutada töövahendeid.

kirjandus / repertuaar

Michael J.Gelb, Kehaõpe.

Michael J.Gelb, Body learning. An Introduction to the Alexander Technique. London,Aurum Press Ltd. fourth edition 2004

Lisaks muusikutele kohustuslik:

EMTA koduleheküljel õppematerjali alt leitav:

http://www.ema.edu.ee/oppematerjalid/alexander/Muusikaline_nagemus.pdf

ainekava koostaja

Maret Mursa Tormis