



LUNDS
UNIVERSITET

Konstnärliga fakulteten

MUHC95, Ergonomi och rytmik för musiker, 7,5 högskolepoäng

Ergonomics and Eurhythmics for Musicians , 7.5 credits
Grundnivå / First Cycle

Fastställande

Kursplanen är fastställd av Utbildningsnämnden för musiker- och kyrkomusikerutbildningarna 2021-10-20 (STYR2021/2218) och senast reviderad 2025-11-05 av Musikhögskolans grundutbildningsnämnd (U2025/710). Den reviderade kursplanen träder i kraft 2025-11-07 och gäller från och med vårterminen 2026.

Allmänna uppgifter

Fristående kurs.

Undervisningsspråk: Svenska

Huvudområde Fördjupning

- G1F, Grundnivå, har mindre än 60 hp kurs/er på grundnivå som förkunskapskrav

Kursens mål

Efter avslutad kurs skall studenten kunna:

1. undersöka och utveckla sin kroppsmedvetenhet genom rörelseträning
2. uppfatta kopplingar mellan funktionell ergonomi och eget musicerande.
3. använda principer för kroppsmedvetenhet och musikaliskt uttryck
4. koppla ihop rytmikpedagogiska principer med sitt eget musicerande och kroppsmedvetenhet.
5. I viss mån arbeta skadeförebyggande genom medveten rörelseträning

Kursens innehåll

- Rörelseträning (Elsa-teknik)
- förebyggande av fysiska besvär kopplade till övning på det egna instrumentet och röst
- Kroppspositionering
- Musikalisk kroppsmedvetenhet
- Rytmikpedagogiska principer
- Ergonomi

Kursens genomförande

Kursen genomförs genom workshops, seminarium, gruppövningar, litteraturstudier och muntlig samt skriftlig reflektion. Kursen sker genom fysiska träffar på Musikhögskolan och online.

En mer utförlig beskrivning av kursens genomförande finns i studieguiden.

Kursens examination

Kursmål ett, tre och fem examineras genom en praktisk redovisning där studenten självständigt ska utföra ett urval av övningar (uppvärmning och positionering) samt visa på variation i övningarna utifrån olika perspektiv (inandning, utandning, lodlinjen, frasering, dynamik).

Kursmål två och fyra examineras dels genom en loggbok och dels genom en skriftlig och en praktisk sammanfattande uppgift.

Om så krävs för att en student med varaktig funktionsnedsättning ska ges ett likvärdigt examinationsalternativ jämfört med en student utan funktionsnedsättning, så kan examinator efter samråd med universitetets avdelning för pedagogiskt studentstöd fatta beslut om alternativ examinationsform för berörd student.

Betyg

Betygsskalan omfattar betygsgraderna: Underkänd, Godkänd

Förkunskapskrav

Grundläggande samt särskild behörighet: studerar eller har studerat vid programutbildning vid musikhögskola (musiker- och/eller musiklärarutbildning) eller motsvarande, minst 7,5 hp.