

# ISESEISVA HARJUTAMISE KAVA

Siin dokumendis on üldised põhimõtted, ideed ja harjutused, mida järgida, kui tehakse proovi ilma juhendajata.

## Põhimõtted

Kuna impro nõuab eneseavamist ja loomingut näitamist, siis peame oleme ettevaatlikud, mida teistele ütleme. Seega järgi hoolikalt järgmisi põhimõtteid:

- Ära ütle kellelegi, et ta tegi midagi valesti. Võid küsida, kuidas ta harjutusest aru sai või mida ta proovis teha? Võtke mõttelaad "**Oleme siin, et harjutada mitte õpetada!**"
- Sinu halvas stseenis ei ole keegi teine süüdi, kui sina ise. Ära kunagi kritiseeri teist, et ta rikkus sinu stseeni ära. Kui sulle tundub, et partner "blokkis" sind mingis kohas, siis võid küsida: "Kuidas sa seda olukorda tõlgendasid, kui ma ütlesin stseenis seda?"
- Pikkade arutamiste asemel keskenduge rohkem ülesande tegemisele. Tihti ei teagi, kuidas midagi peaks olema. Lihtsalt proovige ja siis näete, kas töötab või mitte.
- Kiida partnerit, kui ta tegi midagi hästi, mis sulle meeldis.
- Kui olete kindel punkt, kes koos proovi teeb, siis tasub määrata proovi läbiviia, kes valmistab selleks korraks harjutused ette. Võite teha seda, et iga proov vahetub, aga võib teha ka nt, et järgmised 4 proovi viib tema läbi
  - Kes iganes proovi läbi viib, siis teised peaksid järgima proovi kava. Ärge vaielge vastu või öelge, et tegelikult käib see harjutus nõnda. Pigem tehke ja mõelge kaasa, mis oskust see harjutab.
  - Võite pakkuda, et võib nt teisiti teha seda harjutust, aga proovi läbiviijale jääb lõpp sõna, mille üle ei vaielda.

## Eesmärgid

- Vähese ajaga saada palju praktikat
- Igaüks saaks keskenduda omaenda protsessile
- Formaat töötaks ilma kogenud juhendajata

# Üldine kava ülesehitus:

Eks iga mäng treenib mitut oskust, aga siin on need laia pintsli kategooriatesse määratud. Valida igasse kategooriasse üks mäng (võite ka rohkem või ainult ühe soojendusmängu kokku), mida oskate ja soovite teha. Proovi lõviosa võiks kuuluda "põhiülesandele".

- **Algusring**  
Igaüks nimetab ühe asja, millele tema soovib selles proovis keskenduda.
- **Tähelepanu harjutus**  
Samal ajal plaks, zip-zap-zop, zip-zap-zop chi-ca-go, jänku-jänku, ho-ka-sho, noavise, 1-2-3, kass-kass koer-koer, 1-6-1 numbrid, disko boom, suur kala väike kala, tšehhoslovakkia, lehmad ja täpid, üks konn kaks silma, puuviljaring, kirbitsemine, punane pall, ping, jou kutt jou pliks, suur pepu, klikk bang, Ali Baba ja 40 röövlit
- **Sõnaline harjutus**  
Seose nips, 7 asja, sõnahaaval lugu, kaske-kaske, mul on vaja 3, seoste lahing, mõttesulam, kuldne retriiver, zip-zap-zop seosed
- **Füüsiline harjutus ja karakter**  
Kopeerimisring, kopeerimisring liialdusega, emotisooni kopeerimisring, häääl ja impulss ring, karakteri kõnnaku kopeerimisring, Karakteri kopeerimine või vastandamine, Karakteri kopeerimine ja orgaaniline muutmine, karakteri loomine üle lava liikumisega, veidrad superkangelased, vaata aga vaata
- **PÕHIÜLESANNE**  
Harjutada seda, mille jaoks proovi teete. Mõned näited on mooduli kodutöodes. Üks variantidest stseeni harjutada on ka järgmisel leheküljel.
- **Kokkuvõte** (jagada teistega)
  - Midagi, mis meeldis
  - Kuidas tunded, et oskust omandasid

# PÕHIÜLESANNE - Individuaalne stseeni harjutamine

Inimeste arv 2-8 (optimaalne 5)

Kahe näitleja stseenid

Näitlejad võivad küsida oma inspiratsiooni või siis lihtsalt pihta hakata

## Reeglid:

- Stseenid pole omavahel seotud.
- Küljetoetust pigem ei tee, või siis minimaalselt.
- Vaatajad tagasisidet ei anna.

## Soovitused:

- Keegi võiks alati stopperiga aega võtta ja stseenid teha enam-vähem kolm minutit pikad ning siis kinni tõmmata.
- Kui olete kahekesi, siis võite panna nt 3 minutise taimeri. Või hoopis stopperi käima ja lõpetate stseeni millal tahate ning saate pärast vaadata, pikalt tegite.
- Lavale minna enam-vähem rotatsioonis, nii et kõik saaksid võrdselt teha ja kõigi partneritega.
- Kuigi vaatajad otseselt tagasisidet ei anna, siis stseeni tegijatel on õigus (soovi korral) küsida ühe küsimuse tagasisideks või ideid lahendusteks.
- Ühe küsimuse diskussioon võiks jääda minuti piiresse.