

Co-funded by the
Creative Europe Programme
of the European Union



youngtheatre



3

Priručnik
DEJANJE za
pedagoge

PROJECT
PARTNERS



PIONIRSKI DOM



ELCKIE
CENTRUM
KULTURY
www.ekc.elk.pl



ДЕЧИ
КУЛТУРНИ ЦЕНТАР
БЕОГРАД

ASSOCIATE
PARTNERS

KRILÄ
creative laboratory of
contemporary theatre



THALIA TEATRO.



Projekt Mlado gledališče: 3. DEJANJE: Priročnik za pedagoge

Izdal: Pionirski dom – Center za kulturo mladih

Zanj: Viktorija Potočnik

Ustanoviteljica: Mestna občina Ljubljana

Zbrala in uredila: Urša Strehar Benčina

Fotografija: arhiv Elk, Cultural centre (Michal Zadroga)

Ljubljana, september 2018

3

DEJANJE



Priročnik
za
pedagoge

**Metode improvizacijskega
gledališča kot nov pristop k
razvoju mladega gledališkega
občinstva**

KAZALO

Predgovor	6
I. Uvod v impro	7
II. Neverbalna komunikacija in gib	22
III. Pripovedovanje zgodb	31
IV. Čustva in oblikovanje karakterja	40
Slovarček	51

Uvod

Tehnike gledališke improvizacije ponujajo neizčrpen vir navdiha za različne namene: tako za ustvarjanje improviziranih gledaliških dogodkov, igralsko pripravo, trening v komunikaciji, utrjevanje vezi v skupini, drugačen način učenja in pomnjenja, kot tudi za povečanje socialne občutljivosti in nešteto drugih. Možnosti uporabe impro iger in tehnik je tako veliko, kolikor je obsežna naša domišljija. Skozi njih spoznavamo gledališki jezik ter seveda sebe, kot tudi drug drugega, naše okolje, prepričanja in predsodke ter samoumevnosti in mnenja, ki jih imamo o sebi in drugih. Impro spodbuja in razvija sodelovanje, spoštovanje, ustvarjalnost, samoiniciativnost, aktivno udeležbo, sproščenost v telesu in duhu, igrivost in mnogo drugih veščin, ki so potrebne ter koristne za poklicno in vsakdanje življenje.

Ključni del improvizacije je varno okolje, znotraj katerega je ustvarjen prostor za individualne izraze posameznikov, obenem pa je to prostor enakopravnosti, prostor, ki spodbuja deljeno odgovornost, pogum, tveganje, spontanost, pa tudi sprejemanje, zavzetost in spodbudo. Eden najpomembnejših poudarkov impro pa je gotovo učenje skozi napake. Napako pri impro tako celo slavimo, saj predstavlja vir navdiha, možnost za spremembo, rast, nov začetek, razbijanje ustaljenih norm in vzorcev ter nam ponuja prostor za raziskovanje vsega nepričakovanega in drugačnega. Sprejemanje napak kot ključni del učenja je eden izmed najpomembnejših razlogov za uporabo impro tehnik v šoli. Prostor, ki je pogosto prežet s strahom pred napačnimi odgovori, sramoto in nezadostnostjo, je tako s pomočjo impro iger mogoče vsaj za nekaj časa spremeniti v prostor sprejemanja, zabave ob neuspehu, enakopravnosti med učitelji in učenci. Pomembno je, da tudi učitelji sami, sploh na začetku, vedno sodelujejo pri igrah in se tudi oni zmotijo. Impro šoli omogoča, da postane prostor novih, še neodkritih povezav in možnosti.

Ravno zato si želimo, da bi impro našel svoje stalno mesto v šolah - morda kot način povezovanja učencev znotraj njihovih matičnih razredov (razredne ure, spoznavni tabori, ipd.), ali kot krožek, ki omogoča mladim še en, malo drugačen, bolj aktiven način odzivanja in predelovanja vseh informacij in življenjskih situacij ter jih uči javnega nastopanja, kako se znajti v nepričakovanih situacijah, jim omogoča povezovanje s podobno pa tudi drugače mislečimi, razvija boljše samopodobo, spodbuja sprejemanje in razumevanje drugačnosti, ipd. Impro tehnike pa so nenazadnje zelo uporabne tudi kot pomoč pri učnih situacijah - neko snov tako lahko podamo ali utrdimo na bolj dinamičen in drugačen način, ki si ga učenci navadno tudi bolje zapomnijo. Predvsem pa gre za zabaven način skupinskega dela, ki slavi tukaj in zdaj ter spodbuja predvsem tiste vrednote, ki so potrebne tudi za gradnjo zrele, odgovorne, samostojne,

samozavestne, sočutne, sprejemajoče, ozaveščene, razmišljujoče, iskrene, pogumne in nasploh odprte osebnosti, ki bo lahko svoje življenje živela kar se da izpolnjeno, samosvoje in suvereno.

I. Uvod v impro

Pri uvodu v impro so zbrane igre in vaje, ki nam pomagajo pri spoznavanju z impro tehnikami in vrednotami. Navadno začnemo z igrami za imena, s katerimi tudi prebijemo led, nadaljujemo z ogrevanjem glasu, telesa in naših možganov, nato pa se navadno lotimo impro disciplin - kratkih iger z nekaj pravili in odrskimi nalogami, znotraj katerih potem improviziramo vedno znova nove situacije. Impro lahko definiramo kot umetnost skupinskega spontanega ustvarjanja, ki temelji na osnovnem načelu »Ja, in...«, kar predstavlja sprejemanje idej drugih in njihovo nadgradnjo. Skupinsko ustvarjanje je precej kompleksna veščina, sploh, če ni vnaprej dorečeno, ampak je sprotno in spontano, zato je veliko vaj in iger namenjenih prav sprejemanju svojih in tujih idej (in to navadno ene izmed prvih, ki nam padejo na pamet, saj v kratkem odrskem času impra težko najdemo »najboljšo« izmed domislic), pogumu, da sprejmemo tudi bolj nore ideje in zavedanju, da je ob podpori soigralcev prav vsaka situacija na odru mogoča in verjetna. V uvodu ozavestimo glavne elemente impro ustvarjanja - gibalni izraz, čustveni izraz, gradnja lika in pripovedovanje zgodb, ki jih potem nadgrajujemo skozi vaje iz posameznih področij.

Nekatere od glavnih veščin in vrednot, ki so spodbujane v osnovnih impro igrah so: opazovanje, poslušanje, očesni stik, odzivanje, sproščenost, sodelovanje, igrivost, jasen in razločen govor, ozaveščanje telesa, koncentracija in fokus, sprejemanje, vključenost, angažiranost, tveganje in deljena odgovornost. Ne pozabimo, da so napake nujne in da so lahko tudi neizčrpen vir zabave in ustvarjalne energije!

1.1 Imena v krogu

1. Postavitev: stojimo ali sedimo v krogu
2. Cilj: spoznavanje imen in sprostitvev
3. Potek igre: Najprej iztegnemo prst proti nekemu in povemo svoje ime. Oseba na katero smo pokazali naredi enako proti nekemu drugemu in tako nekaj časa nadaljujemo. Potem uvedemo novo pravilo – sedaj iztegnemo prst in povemo ime tistega, na katerega kažemo. Tudi to nekaj časa nadaljujemo. Na koncu uvedemo pravilo, da nekdo iztegne prst proti nekemu, ta pa mora povedati, kdo kaže nanj, nato pa iztegne prst proti

drugemu, ki pa mora povedati njegovo ime.

4. Variacije: Lahko dodamo hojo (gremo na mesto človeka, na katerega kažemo), oziroma se domislimo svoje različice igre.

5. Nasveti: To je lahko prva vaja za sprejemanje napak, saj predvsem pri zadnjem delu igre, igralci imena pogosto (še) ne vedo. Pri tej igri lahko tudi spodbujamo pomoč drugih v obliki prišepetavanja in spodbujamo sproščenost, smeh in tveganje/ugibanje.

1.2 Ime in določilo

1. Postavitev: stojimo v krogu

2. Cilj: spoznavanje imen in idej drug drugega ter uporaba in ogrevanje telesa in glasu

3. Potek igre: Ena najbolj osnovnih igric z imeni. Igralci stojijo v krogu. Nekdo začne in reče: »Jaz sem (ime + nekaj kar določimo)...« in naredi nek gib. Vsi skupaj nato ponovijo: »(Živijo,) ime + nekaj« in ponovijo gib. Igrico se lahko igramo na veliko različnih načinov:

- lahko izberemo živali in en gib, ki je zanje značilen (jaz sem Ana (kot) delfin)

- lahko je pravilo to, da moramo imenovati nek predmet (in mu določiti pripadajoči gib), ki se začne na črko našega imena (jaz sem Urša kot ura)

- lahko imenom dodajamo pridevnike/čustva ter dodamo gibe glede na njih (jaz sem navdušena Tina)

Glavno navodilo je, da si mora vsak sam izmisliti pojem in gib, ki mu pripada (to lahko povežete tudi z učno snovjo), ostali pa to sprejmejo, ponovijo.

4. Variacije: Po enem krogu s ponavljanjem imen, lahko skupina skupaj po vrsti ponovi samo gibe od vseh udeležениh, lahko tudi večkrat, enkrat v počasnem posnetku, enkrat čim hitreje - postavljamo različne cilje (enkrat tekmujeemo, kdo bo hitrejši, spet drugič je cilj, da gibe izvajamo kot skupina, ipd.).

5. Nasveti: Na začetku se morda sicer udeležencem lahko pusti malce več časa, da si izmislijo svojo besedo in gib, ker je nekaterim to na začetku precej težko (tu ni enega pravnega odgovora), kasneje pa se igra igra kar hitro. Opomnite tudi skupino, ki želi »pomagati« s svojimi idejami, saj izmišljanje namesto drugega v tem primeru ni pomoč, ampak odvzemanje odgovornosti sprejemanja odločitev, ki se pa jo moramo naučiti sprejeti - tako v improu kot tudi v življenju.

1.3 Hoja z imeni + drugi sezname

1. Postavitev: stojimo v krogu
2. Cilj: spoznavanje imen, urjenje odzivov ter povezovanje gibov z besedami/zvoki
3. Potek igre: Stojimo v krogu. Ena oseba začne tako, da pokliče po imenu nekoga v krogu. Ko ta pokima ali naredi kakšen drug dogovorjen znak (npr. beseda ali gib), prva oseba začne hoditi proti njemu, se nato postavi za to osebo ter se jo nežno dotakne, s čimer jo spodbudi, da je sedaj ta oseba tista, ki pokliče novega in začne hoditi na mesto nekoga, ki se bo moral zamenjati naslednji. Kasneje lahko tudi izpustimo imena in obdržimo samo pogled v oči.
4. Variacije: Hojo lahko uredimo v seznam (vsak vedno menja isto osebo) in dodamo druge dogovorjene sezname, s katerimi vadimo opravljanje več aktivnosti hkrati. Nekdo začne, iztegne roko proti enemu od soigralcev in pove svoje ime (roka ostane iztegnjena, da vemo, kdo je že »zaseden«). Nato ta, na katerega prvi kaže, naredi enako – pokaže na nekoga in pove svoje ime. Tako zgradimo seznam, ki se zaključi tako, da zadnji pokaže na tistega, ki je začel. Nato seznam še nekajkrat ponovimo (z zaprtimi očmi, lahko vmes zamenjamo mesta, itd.), da ga utrdimo. Še posebej pomembno je, da smo odgovorni za seznam in svoje ime (ali kakšno drugo besedo) ponavljamo toliko časa, da tisti, ki je na vrsti za nami, to dojame in pove svoje ime. Namesto imen, lahko naredimo seznam s katerimi koli kategorijami si želimo (imena iz predstave, živali, sadje, glasbila, najljubša knjiga, česa nas je strah, itd.), poleg hoje pa lahko naredimo seznam tudi s sinhronimi ploski (vedno plosknemo z isto osebo).
5. Nasveti: Povezava gibanja in pomnjenja je vse premalo izkoriščena, zato so igre te vrste koristne tudi za uporabo v drugih kontekstih. Glavna cilja igre sta ohranjanje pozornosti in odzivanje.

1.4 Zombiji

1. Postavitev: stojimo v krogu, nekdo je v sredini
2. Cilj: soigralci si pomagajo med sabo, da se izognejo napadu zombija
3. Potek igre: Skupina stoji v krogu, nekdo pa stoji v sredini kroga – ta je »zombi«. Zombi se v zombijevski maniri - počasi in grozeče - bliža eni osebi (ki jo tudi gleda, zato, da vemo, koga zombi napada). Ta oseba pa se sama ne more sama rešiti, zato mora intenzivno gledati eno osebo, ki ga reši tako, da pove eno ime v krogu - lahko tudi svoje. Zombi se nato

preusmeri na osebo, katere ime je bilo rečeno. Ta se spet reši tako, da nekoga pogleda, ta pa potem reče, h komu naj se »zombi usmeri«.

4. Variacije: Zombija lahko zamenjate s katero koli drugo pošastjo ali divjo živaljo z vsemi njihovimi fizičnimi karakteristikami (nekateri otroci se zombijev bojijo). Prav tako lahko z mlajšimi igrate verzijo, kjer otroci namesto očesnega stika sami rečejo ime, vendar je izkušnja zanašanja na druge in grajenja zaupanja vredna truda bolj zahtevne verzije.

5. Nasveti: Mentor je tukaj tudi zato, da opomni zombija naj ne reagira na obupane krika napadenega, ki se sam ne more rešiti, ampak samo strmo gleda nekoga - zombi se preusmeri šele, ko ime izgovori kdo drug. Zombi je tudi tisti, ki določa tempo igre, saj je prepočasen zombi malo dolgočasen, prehitro pa sčasoma nezanimiv, tako je potrebno paziti tudi na tempo.

1.5 Kavboji

1. Postavitev: stojimo v krogu

2. Cilj: vaja imen soigralcev in zmaga nekoga, ki na koncu postane šerif v mestu

3. Potek igre: Skupina stoji v krogu. Nekdo začne (lahko mentor) in izgovori ime enega od igralcev. Ta oseba mora čim prej počepniti, saj se njegova soseda pomerita v strelskem dvoboju – naredita pištolo z roko in rečeta »bum/puf/pau/karkoli«. Kdor prvi ustrelji, zmaga dvoboj, tisti, ki izgubi, pa se usede na tla/izpade iz igre. V kolikor dvobojevalca ustrelita istočasno, ponavljata streljanje, s tem, da moreta pištolo tudi napolniti (zato ne rečeta več bam, temveč dodata zvok napenjanja pištole, npr. »čk/bam« in se vsakič znova pretvarjata, da napenjata pištoli). Če sredinski (klicani) igralec ne počepne dovolj hitro, lahko izpade tudi on (je »ustreljen« v glavo). Na koncu ostaneta dva kavboja, ki imata »strelski dvoboj« - postavita se s hrbti skupaj, namesto desetih korakov pa eden od izpadlih igralcev našteva stvari iz določene kategorije (npr. sadje), pri katerem igralca za vsako naštetto stvar, ki sodi v to kategorijo, naredita korak naprej, če pa igralec reče nekaj, kar ne sodi v to kategorijo, pa se kavboja obrneta in imata (zadnji) strelski dvoboj.

4. Variacije: Zadnja igra lahko poteka tudi obratno - vodja zadnje igre našteva vse, kar ni sadje, ko pa našteje sadje, pa se strelski dvoboj začne.

5. Nasveti: Zelo priporočljivo je, da tisti, ki izpade, pove naslednje ime, okrog katerega se odvije dvoboj. S tem namreč spodbudimo, da igralci ostanejo prisotni tudi po izpadu iz igre in se ne ukvarjajo z lastno napako, temveč omogočajo, da igra poteka naprej.

1.6 Imena v 2 krogih

1. Postavitev: igralce postavimo v dva približno enako velika kroga
2. Cilj: s pomočjo napak se naučimo imen vseh v skupini
3. Potek igre: V vsakem krogu začne eden od igralcev in ploskne v smer enega od soigralcev v krogu ter pove njegovo ime. Ko se kdo zmoti, mora teči v drugi krog in se naprej igrati tam. Cilj igre je, da se igramo tako hitro, da se zmotimo čim večkrat (ampak ne nalašč).
4. Variacije: Igra se lahko začne tudi v samo enem krogu - ko se nekdo zmoti, stopi iz kroga in čaka na nove soigralce, ki se zmotijo - ko jih je dovolj, začnejo novo igro.
5. Nasveti: Igra naj se igra res hitro ter z veliko napakami. Tudi, če nekdo uporabi mašilo in potem reče ime, naj bo to napaka - da res ugotovimo, da je narediti napako prijetno in da se s tem igra ne konča, ampak nadaljuje. Mentor tu prijazno in šaljivo spodbuja igralce, da ob napakah res zamenjajo krog ter nastopa predvsem kot nekdo, ki drži raven energije na visoki ravni.

1.7 Proste asociacije

1. Postavitev: stojimo ali sedimo v krogu
2. Cilj: spontani odzivi, oziroma proste asociacije (prva stvar, ki nam pade na pamet ob določeni besedi, pojmu ali gibu)
3. Potek igre: Nekdo začne s poljubno besedo, ki jo usmeri v nekoga (ga pogleda, lahko tudi pokaže z roko). Ta potem to besedo ponovi (s tem se poskušamo izogniti mašilom in dolgemu razmišljanju) in pove svojo asociacijo na to besedo, ki jo nato usmeri v nekoga drugega, itd.
4. Variacije: Asociacije imajo ogromno variacij - od asociacij na temo, do gibalnih ali zvočnih asociacij, po abecedi, s ponavljanjem, obenem pa se pogosto uporabljajo tudi pri vajah za opravljanje več akcij naenkrat.
5. Nasveti: Asociacije so ena najbolj osnovnih vaj za pripovedovanje zgodb, saj nas učijo zaupanja lastnim odločitvam in pomagajo pri razumevanju, od kod dobiti navdih pri spontanem pripovedovanju. Asociacija na neko stvar je prva stvar, na katero pomisliš, ko slišiš besedo (npr. asociacije na sonce so lahko toplota, rumena, luna, žarki, itd.) Pogosto pa so lahko sploh v večjih skupinah, precej nepriljubljena vaja, saj se navadno igra prepočasi (otroci predolgo razmišljajo, kaj bi odgovorili, saj niso navajeni, da jih ne sprašujemo po pravilnem, temveč skoraj kakršnemkoli odgovoru) in premalo intenzivno (zato lahko dodajamo dodatne izzive – medtem,

ko se igramo asociacije, v eno stran kroga podajamo štetje, v drugo npr. mesece v letu/dneve v tednu ali dodamo še gib). Pomembno je, da otrokom razložimo, da naj ne »pomagajo« z idejami, saj je to tudi trening, kako reagiramo, ko je pozornost na nas (trema) - če samo ponovimo to, kar nam je nekdo povedal, nismo sami prispevali ničesar.

1.8 Metanje zvokov

1. Postavitev: stojimo v krogu
2. Cilj: ogrevanje glasilk/glasu, igrivost in sproščenost
3. Potek igre: Stojimo v krogu, nekdo naredi en zvok, ki prihaja iz grla (hitro pride zgolj do ploskanja, cilj pa je predvsem ogrevanje glasilk in preizkušanje ter eksperimentiranje z glasom) in ga usmeri proti enemu izmed soigralcev v krogu - usmeritev lahko nakaže tudi z gibom rok proti tistemu, ki mu je vrgel zvok. Soigralec nato zvok čim bolj identično ponovi (in s tem »ujame«) in nato vrže svoj zvok nekomu drugemu.
4. Variacije: Lahko naredimo verigo zvokov, ki jo je potrebno ponoviti (asociacije s ponavljanjem), lahko si izberemo kategorijo (zvoki v čustvu, živalski zvoki, ipd.), lahko dodamo pravilo po izbiri in želji. Ena od verzij igre ima dodatno pravilo, da morajo igralci ob metanju zvoka s pantomimo nakazati še met žogice - kar lahko nekaterim otrokom pomaga pri vizualizaciji metanja zvoka in glasnejših zvokih. Pri tej verziji, se lahko glede na zvok spreminja tudi velikost namišljene žoge, ki jo mečemo.
5. Nasveti: Ker se včasih ustvarijo vzorci (enaka dolžina, intenzivnost, glasnost zvokov), lahko spodbujamo raznolikost - če nekdo poda glasen zvok, je lahko naslednji tišji, če nekdo poda daljši zvok, je lahko naslednji krajši, ipd..

1.9 Mehiški val

1. Postavitev: stojimo v krogu
2. Cilj: ogrevanje telesa in glasu ter čim bolj podobno ponavljanje prvotnega giba in zvoka
3. Potek igre: Pri mehiškem valu stojimo v krogu, nekdo pa si zmisli gib in zvok, ki ju izvede. To mora kar najhitreje in točno ponoviti njegov levi sosed, ko ta konča, to ponovi njegov sosed in tako naprej po krogu, kot nekakšni gibalni in zvokovni telefončki. Ko pride gib nazaj do tistega, ki ga je naredil, ga ta še enkrat ponovi, da se krog zaključi, nato pa si naslednji izmisli svoj gib in zvok, ki ga morajo ostali ponoviti kar se da natančno in

podobno.

4. Variacije: Ena izmed verzij mehiškega vala je tudi, da si ne izbira vsak svojega giba in zvoka, temveč nekdo začne z nekim gibom in zvokom, naloga vsakega naslednjega pa je, da si kar najbolj natančno ogleda predhodnika in čim bolj podobno ponovi gib in zvok. Pomembno je, da se vključuje tudi manjše posebnosti vsakega posameznika, npr., če se ta po naključju popraska, zavzdihne, itd., saj se s tem gib in zvok postopoma spreminjata.

5. Nasveti: Pri mehiškem valu lahko dodamo tudi še kakšno navodilo, npr. naj bo gib in zvok v nekem čustvu, ki ga nato stopnjujemo navzgor ali navzdol, lahko se igramo z zgolj živalskimi zvoki itd.. Sama tu najraje postavim še pravilo, da so prepovedane tudi besede, če že, potem je lahko zgolj beseda v džibrišu ali latovščini, saj se drugače lahko otroci začnejo preveč ukvarjati z vsebino povedanega, kot pa z raziskovanjem zvoka (bolj tiho, bolj naglas, visok, nizek glas, odsekan, raztegnjen...).

1.10 Opica v grmovju

1. Postavitev: stojimo v krogu

2. Cilj: ustvarjanje skupinske energije, sproščenosti, ritma in dodajanje svojih opičjih idej

3. Potek igre: Mentor začne z ritmičnim izgovarjanjem »Opica v grmovju« in zraven izvaja gibe opice v grmovju (roke pred sabo na opičji način). Skupina mora ponoviti vse, kar mentor reče in naredi, zato po tem, cela skupina ponovi »Opica v grmovju« in pripadajoči gib. Mentor nadaljuje: »Opica v travi« in izvaja gibe v ritmu pesmi, kakor da je opica, ki pleza. Skupina ponovi. Mentor: »Opica plava«, doda katero koli plavalno tehniko si izbere, skupina ponovi. Mentor: »Opica gori!« in skače na mestu, kakor, da mu gori pod nogami. Zadnji verz pesmi, ki ga mentor pove pa je: »Opica počiva« in doda gib spanja ali počitka. Skupina ponovi »Opica počiva« in gib, nato pa si mentor izmisli nekaj drugega, kar opica počne (npr. Opica pije in doda gib opice, ki pije), kar vsa skupina ponovi. Nato vsak član skupine doda svojo idejo, kaj opica počne, ostali ponovijo. Ko se zvrstijo vsi, še enkrat s ponavljanji izvedemo prvotno pesem, lahko malce hitreje, da zaključimo na vrhuncu moči.

Pesem:

Opica v grmovju, opica v grmovju.

Opica v travi, opica v travi.

Opica plava, opica plava.

Opica gori, opica gori.

Opica počiva, opica počiva.

4. Variacije: Lahko si izmislite svojo pesem.

5. Nasveti: Igra je namenjena igrivosti, ritmu in skupinskemu duhu. Gibi naj bodo veliki, poudarek pa na ritmu (otroci naj si ne izmišljujejo predolgo, kaj vse opica počne) in zabavi. Igro je ustvarila Domeka Parker in jo predstavila na enem od izobraževanj v Sloveniji.

1.11 Samuraji

1. Postavitev: stojimo v krogu

2. Cilj igre: ogrevanje telesa, glasu ter ustvarjanje skupnega ritma

3. Potek igre: Prvi igravec, ki je samuraj, dvigne roki nad glavo, kot bi v njih držal samurajski meč (katano) in naredi glasen borbeni zvok (HA!). Še vedno drži roki nad glavo, vmes pa soseda zamahneta s svojimi navideznimi meči proti njegovemu pasu (kot da ga želita presekat na pol) in spet glasno zakričita HA! (da sta lahko usklajena, se morata pogledati v oči). Nato sredinski samuraj usmeri dvignjene roke proti nekomu drugemu iz kroga, ga pogleda in reče »HA!«. Ta potem postane novi samuraj in spet dvigne namišljeno katano nad glavo in reče HA! ter nadaljuje igro.

4. Variacije: Ritem in glasnost lahko stopnjujemo. Namesto HA!, lahko dodamo druge zvoke ali zaporedja zvokov (npr. HA, HE, HI, HO, HU), lahko igramo na izpadanje (ob izpadu, ki se zgodi, ko je kdo prepočasen ali nepozoren, lahko uvedete tudi kakšen ritual, npr. tisti, ki je naredil napako, se postavi na sredino kroga, ostali dvakrat udarijo po kolenih, dvakrat plosknejo in rečejo HA!, sredinski pa dramatično uprizori svojo smrt) ali si izmislite kakšno svojo variacijo.

5. Nasveti: Tudi to je primerna vaja za trebušno prepono, saj naj bo ta borbeni krik povezan z izdihom - poskušamo torej razbremeniti grlo in zvok povleči iz trebuha.

1.12 1, 2, 3, aaaaaa (Krik)

1. Postavitev: sedimo ali stojimo v krogu

2. Cilj: ogrevanje glasu in sprostitve energije (pogled v oči in krik na vso moč)

3. Potek igre: Sedimo/stojimo v krogu in sklonimo glave (gledamo proti tlam). Skupaj štejemo do tri, dvignemo glavo in pogled ter pogledamo enega od sosedov - glavo torej obrnemo levo ali desno. Če me sosed

gleda nazaj, oba zakričiva in se umakneva iz kroga (zapustiva igro), če sosed gleda drugam, ne kričim. Pogled mora obstati na prvem, s katerim se srečamo z očmi, drugače pride do zmede (nekateri begajo, oz. »se odločajo«). Tudi, če ostaneta samo dva, naj odigrata igro do konca in zakričita (lahko sta obrnjena s hrbti in morata zakričati takrat, ko obrneta glavo v isto smer).

4. Variacije: Igra se lahko igra tudi tako, da lahko pogledamo kogarkoli v krogu, ne samo soseda. Namesto splošnega krika, lahko določimo kategorijo (živali, promet, čustva, itd.) ali pa kričimo poljubne besede.

5. Nasveti: Tudi tu, podobno kot pri ostalih vajah za glas, lahko poudarjamo uporabo trebušne prepone, saj je končni cilj govor s pomočjo celotnega govornega aparata in ne zgolj iz grla.

1.13 Sadna solata

1. Postavitev: stole postavimo v krog, vsi sedijo, eden od igralcev stoji v sredini kroga

2. Cilj: najti prazen stol in ga zasesti, oziroma si zapomniti in ponoviti čim več besed, ko smo na sredini

3. Potek igre: Igralec, ki stoji na sredini, si izbere kategorijo, oziroma nadpomenko, za katero morajo ostali naštet vsak eno podpomenko. Če si na primer izbere kategorijo »sadje«, mora vsak naštet svojo vrsto sadja (besede se ne smejo ponavljati, lahko pa uporabimo zeleno in rdeče jabolko). Ko končajo, tisti, ki je v sredini poskuša ponoviti vse vrste sadja, ki jih je slišal. Ko konča, reče »ZDAJ«, vsi tisti, čigar vrsto sadja je ponovil, morajo čim hitreje zamenjati stol, ostali pa lahko ostanejo na svojih mestih.

4. Variacije: Kategorije so lahko preproste (sadje, barve, glasbila, oblačila, ipd.), lahko se skozi to igro spoznavamo (najljubša hrana, najljubši film, ipd. ali česa se bojimo, kaj si želimo za rojstni dan, katera človeška lastnost vam gre najbolj na živce) ali se poskušamo tudi česa naučiti (elementi iz periodnega sistema, igro se igramo v angleščini, naštevanje zaimkov, itd.).

5. Nasveti: Igra je super tudi za to, da izvemo, kaj drug o drugem, kaj nas družijo in v čem se razlikujemo, lahko pa jo uporabimo tudi samo kot igro spomina.

1.14 Podajamo plosk/gib

1. Postavitev: stojimo v krogu

2. Cilj: čim hitreje podajanje ploskov/gibov in reagiranje

3. Potek igre: Nekdo začne, pogleda enega od igrancev in mu poda plosk. Ta ga nato poda komurkoli drugemu v krogu in tako naprej. Cilj igre je, da poteka kar se da hitro in da igralci ne izbirajo komu bodo poslali plosk, temveč naj bo to tisti, s katerim najprej najdejo očesni stik.

4. Variacije: Druga verzija je podajanje ploska v krogu. Tokrat je cilj, da plosknemo naenkrat s svojim sosedom (sinhroni plosk). Nekdo začne, pogleda svojega soseda v oči, razširi roke (s tem imata igranca čas, da se ujameta) in ploskne naenkrat s svojim sosedom. Ta nato stori enako z naslednjim sosedom in tako naprej. Igro lahko otežimo s tem, da pošljemo v igro več ploskov. Tako tisti, ki začne s podajo ploska sosеду, ne čaka, da ta pride nazaj do njega, temveč kadarkoli pošlje nov plosk.

Tretja verzija je, da si podajamo plosk po krogu naključno. Ker igralci sedaj ne vedo, kdo bo plosk dobil, morajo biti še bolj pozorni. Še vedno je zelo pomemben očesni stik in sinhroni plosk. Igro lahko nadgradimo tako, da si ploske podajamo po sistemu 1-2-3-4-5-4-3-2-1-2... To pomeni, da prvi poda nekemu samo en plosk, ta z naslednjim ploskne dvakrat, naslednji poda naprej tri ploske in tako dalje po sistemu orisanem zgoraj. Igralci morajo biti tu pozorni in ves čas slediti ploskom, da vedno vedo kolikokrat morajo ploskniti. Namesto ploska lahko v krogu podajamo tudi gib (ali več gibov).

5. Nasveti: Cilj igre je koncentracija in reakcija, zato spodbujamo hitro igranje igre, na meji naših zmogljivosti.

1.15 Kera rit

1. Postavitve: stojimo v krogu

2. Cilj: ustvariti in ohraniti skupni ritem, se prilagoditi spreminjajočim številkam in slaviti naše napake

3. Potek igre: Eden od igrancev je »Kera rit« - izraz nadomešča število 0. Ostali so v smeri urinega kazalca razvrščeni po vrsti (prvi je 1, drugi 2, tretji 3, itd.). Tisti, ki je Kera rit začne, s tem, da ritmično govori »Kera rit, kera rit, kera rit, a-ha.« - zraven se lahko tudi gibamo v ritmu - cilj je skupni ritem. Ko se skupina uskladi, začnemo tako, da še enkrat zapojemo pesem, po njej pa Kera rit najprej reče svojo »številko« - Kera rit, nato pa pokliče nekoga, npr. cifra 2. Cifra 2 najprej ponovi svojo cifro »Cifra 2, cifra 5«, nato pa pokliče novo osebo in tako dalje (vmes lahko pokličemo tudi »Kera rit«, ki nadomešča število 0). Igro v ritmu igramo dokler se nekdo ne zmoti (pade iz ritma, reče številko, ki je ni v krogu, se mu zatakne, karkoli) - takrat cela skupina vzklikne »O, drek!« Tisti, ki se je zmotil, postane Kera rit, ostali pa zamenjajo svoje številke (cifra 1 postane tisti, ki

stoji na njegovi levi, saj gredo številke v smeri urinega kazalca), igra pa se začne znova s pesmijo.

4. Variacije: Namesto »cifra« nekateri uporabljajo kar »rita«. Kar nekaj impro iger se igra po enakem principu klicanja (najprej povem svoje, nato pokličem nekoga drugega), npr. Limonce ali Peter-Pavel, ki sta tako nekakšni variaciji te igre.

5. Nasveti: Igre pri katerih se počutimo malce nenavadno, celo trapasto, so pri impro skorajda nujne. Da smo na odru (in v vsakodnevem življenju) bolj sproščeni, je nujno, da premagamo nelagodnost - sploh nekaterim otrokom igra močno priraste k srcu, ko ugotovijo, da lahko veselo govorijo »rit« in »drek« in so za to še pohvaljeni.

1.16 Kje so stvari v prostoru?

1. Postavitev: vaja v prostoru (hoja)

2. Cilj: izboljšati opazovanje in razvijati svojo pozornost

3. Potek igre: Igralci prosto hodijo po prostoru. Na mentorjev plosk se morajo ustaviti in zapreti oči (mentor lahko doda tudi "Stop!"). Mentor nato postavi eno vprašanje, npr.: "Kje stoji Mark?" Vsi imajo še vedno zaprte oči, eno roko pa usmerijo v smer, kjer mislijo, da se ta oseba nahaja. Če ne vedo, naj vsaj ugibajo. Ko vsi v miže kažejo nekam, naj odprejo oči in preverijo, če so bili uspešni. Ali so pokazali prav ali ne, ni toliko pomembno, kot je pomembno zavedanje o naših sposobnostih opazovanja. Nato to ponavljamo z različnimi vprašanji in kategorijami (»Kje stoji oseba z rumeno majico?; Koliko ljudi nosi očala (naj pokažejo s prsti)?; Kje v prostoru stoji koš za smeti?« itd.).

4. Variacije: Zelo podobna igra je tudi tista, kjer si igralci med hojo izberejo enega izmed soigralcev, za katerega ves čas vedo, kje se nahaja. Ko mentor ploskne, spet zaprejo oči in z roko pokažejo, kje stoji njihov izbranec. Nato spet odprejo oči in hodijo in si izberejo še eno osebo, sedaj morajo vedeti, kje sta dve osebi v prostoru in to tudi takrat, ko morda kateri od oseb kažejo hrbet. Na plosk spet zaprejo oči in z rokama pokažejo na osebi. Enako ponovimo s tretjo osebo (pokažemo z ного) in na koncu še s četrto (pokažemo z nosom).

5. Nasveti: Pri vseh igrah s hojo je pomembno, da igralci hodijo s sproščenim telesom, pogled naravnost, roke ob strani, pokrivamo cel prostor, ne hodimo v krogu, temveč razbijamo vzorce (mentor lahko igralce tudi spodbuja, da zamenjajo smer hoje, kakršnakoli že je).

1.17 Dajmo vsi!

1. Postavitev: vaja v prostoru
2. Cilj: sprejemanje ponudb drugih, ponujanje svojih idej ter skupinsko delo
3. Potek igre: Nekdo začne tako, da reče stavek, ki se začne z "Dajmo vsi..", npr. "Dajmo vsi skakat po eni nogi" in vsi ostali v skupini zakličejo "Ja, dajmo!" in začnejo skakati po eni nogi. Nekdo drug nato zakliče nekaj drugega "Dajmo vsi stat pri miru!" in tudi to vsi sprejmejo z "Ja, dajmo!" in stojijo pri miru.
4. Variacije: Igramo lahko čisto poljubno (igralci lahko zakličejo karkoli si želijo) ali pa določimo kontekst (smo pirati, smo v džungli, itd.) in igramo igro tako, da počasi sestavljamo zgodbo, lahko igramo tudi v manjših skupinah.
5. Nasveti: Nekatere skupine kljub spodbudi ne marajo kričati "Ja, dajmo", tako da lahko igro igrate tudi brez tega, pomembno je predvsem, da vsi sprejmejo vse, kar se dela - če komu kaj ni všeč, mora še vedno upoštevati soigralčeve ideje, le da jih nato lahko spremeni. Najboljše spremenbe so tiste, ki ne zanikajo ideje predhodnikov, ampak jih nadgradijo.

1.18 Stop

1. Postavitev: polovica igralcev na eni strani odra, polovica na drugi
2. Cilj: uporaba telesnih položajev igralcev, ki so na odru za začetek novega prizora
3. Potek igre: Pri Stopu gre za različne prizore, ki so navdahnjeni z različnimi pozami in postavitvami teles. Igro začneta dva igralca (lahko se ju postavi v pozo, iz katere morata začeti igrati ali pa se jima določi prostor, odnos, karkoli), ki igrata, dokler nekdo ne reče: »Stop.« Igralca zamrzneta v kipa, novi igralec pa se dotakne enega izmed igralcev, stopi na njegovo mesto, natančno prevzame telesni položaj predhodnika in začne čisto nov prizor, ki ni povezan s prejšnjim (novi liki, nov prostor, novo dogajanje). Navadno začne prizor tisti, ki na novo pride na oder, nikakor pa ni to pravilo.
4. Variacije: Stop ima lahko več variacij. Možnosti:
 - Stop z nadaljevanjem zgodbe: igralci še vedno prevzemajo poze, le da se zgodba, liki in akcija ohranjajo in nadaljujejo (če se le da, naj prizor napreduje, nekaj moramo zvedeti ali o akciji, odnosu ali o problemu itd.)
 - lahko dodamo navodilo, da vsak igralec prinese na oder novo čustvo, a še vedno igramo isto zgodbo.

- Stop s hrbti: igralci prizora ne gledajo, temveč so obrnjeni proti steni in prizor zgolj poslušajo. Kadarkoli se jim zdi, da se kaj zanimivega dogaja, lahko rečejo "Stop", pogledajo poze, nekoga zamenjajo in sedaj po dogovoru – začnejo nov prizor ali pa nadaljujejo predhodnega.
 - Parni stop: lahko s hrbti ali pa z opazovanjem. Tu se menjata po dva igralca naenkrat.
 - Stop z menjavo žanrov: igramo stop z nadaljevanjem zgodbe, le da vsak nov igralec prinese svoj »filmski« žanr (kriminalka, telenovela, socialna drama, reklama, AGRFT film, znanstvena fantastika B produkcije, zapis na Twitterju, itd.).
5. Nasveti: Stop je ena najbolj znanih in razširjenih impro disciplin. Zelo pomembno je, da igralci res prevzamejo poze predhodnikov in da tudi navdih izhaja pretežno iz giba.

1.19 Kvadrat

1. Prizor: 4 igralci stojijo v postavitvi kvadrata, obrnjeni so proti občinstvu, dva na prvi polovici odra, dva za njima v zadnji polovici odra
 2. Cilj: štirje različni prizori s po dvema igralcema, pri čemer vedno spremljamo prizor v prvi polovici/na sprednji strani odra
 3. Potek igre: Občinstvo paru igralcev, ki stojita spredaj določi izhodiščni predlog, s pomočjo katerega začneta prizor (mentor lahko pobere lokacijo dogajanja prizora, odnos med likoma, situacijo, v kateri sta, prevladujoče čustveno stanje, zgodovinsko obdobje, ipd.). Mentor z ukazom »desno« ali »levo« obrne kvadrat tako, da se igralci zamenjajo za eno mesto v kvadratu v levo ali desno. Spredaj tako stoji nov par igralcev, ki se mu prav tako določi en izhodiščni predlog. Ko ima vsak par svoj predlog, začne sprednji par improvizirati prizor, dokler mentor ne obrne kvadrata v desno ali levo (lahko celo "dvakrat desno/levo" in podobno). Nato svoj prizor igra nov par (navadno prizori niso povezani med sabo), dokler mentor spet ne obrne kvadrata. Ko je kateri od parov na vrsti ponovno, morata svoj prizor nadaljevati - lahko ga nadaljujeta od točke, kjer sta končala, ali pa ga nadaljujeta kadarkoli v prihodnosti (naslednji dan, čez 10 let, čez 100 let, ipd.).
 4. Variacije: Prizori so lahko povezani med sabo, lahko igramo eno zgodbo, igralci lahko ves čas igrajo isti karakter, ali pa dodamo kakšno dodatno pravilo (vsak prizor se igra na drugi čustveni stopnji, vsak prizor je v drugem gledališkem/filmskem žanru, vsak prizor/igralec ima svojo igralno tehniko, npr. tišina, džibriš, ipd.).
- Igro lahko igramo tudi s tremi igralci, v obliki trikotnika in se jo lahko igra

tudi brez mentorja, ki bi z navodili obračal kvadrat/trikotnik (eden od igralcev, ki ne igra v prizoru, lahko kvadrat/trikotnik obrne ali z besedo, ali pa zgolj s premikom, ki spodbudi ostale, da se premaknejo in obrnejo kvadrat/trikotnik).

Igri lahko dodamo tudi skupno temo, ki mora povezovati vse štiri prizore (npr. poletje).

Igralec ali igralca, ki sta zadaj in ne igrata v prizoru lahko po dogovoru, želji ali potrebi igrata tudi predmete ali kipe, ki se lahko z menjavo prizorov spreminjajo.

5. Nasveti: Kot vse impro discipline, lahko prizor časovno omejite (na 3 ali 4 minute) - s tem se namreč precej spremeni tempo prizora. Disciplino lahko izkoristite za seznanjanje z dramskim trikotnikom - prvi del prizora je zasnova in zaplet, drugi del prizora je vrh akcije, zadnji del prizora pa razplet in razsnova.

1.20 Kdo, kje, kaj

1. Postavitev: vsi igralci v dveh kolonah

2. Cilj: sprejemanje idej drugih ter vzpostavitev zasnove prizora - kdo sta lika, ki nastopata v prizoru, kje se prizor odvija in kaj se dogaja

3. Potek igre: Prvi igralec iz ene od kolon začne prizor s tem, da v pantomimi (tišini) opravlja neko akcijo (npr. lovi ribe). Prvi igralec iz druge kolone ga opazuje, se odloči kateri karakter bo igral in v kateri situaciji se nahajata, ter pristopi k prvemu igralcu in vzpostavi dialog (npr. »Draga, prinesel sem ti kosilo!«). Prvi igralec sicer lahko odgovori, vendar so to vseeno kratki prizori, pri katerih odigramo pretežno začetke, ko pa imamo vse osnovne informacije, pa lahko mentor prizor prekine s "Hvala". Prva igralca gresta na konec kolone, igro pa z novo akcijo in prizorom ponovita druga igralca v koloni.

4. Variacije: Dodamo lahko kakšno pravilo (igralca lahko vsak povesta samo po en stavek naenkrat - da se učimo deljene odgovornosti za prizor, kjer vsak prispeva svoj del) ali začnemo z isto akcijo, ki ji sledijo različni prizori. Igro lahko igramo tudi kot nadgradnjo - prvi igralec vzpostavi problem, drugi ga "poviša" - naredi še pomembnejšega ali bolj usodnega, nato pa skupaj najdeta rešitev.

5. Nasveti: Poseben poudarek je na poimenovanju stvari, predmetov, oseb, na določanju in dajanju informacij in upoštevanju drugih.

1.21 Neznani predmet

1. Postavitev: polovica igralcev na drugi strani odra, polovica na drugi
2. Cilj: uporaba predmeta/rekvizita na čim več različnih načinov (kaj vse bi ta predmet še lahko predstavljal poleg njegove osnovne namembnosti in na kakšne načine ga lahko vse uporabimo)
3. Potek igre: Mentor postavi predmet na sredino odra - tokrat gre za dejanski predmet (npr. prazna plastenka). Naloga igralcev je, da predmet uporabijo na kar največ različnih načinov, razen za namen, za kar je prvotno namenjen. Ta predmet lahko tako predstavlja katerikoli drugi predmet (mikrofon, bejzbolski kij, dojenčka, svečo, meč, kladivo ...), razen plastenke za vodo. Tudi tu se spodbuja igranje prizorov, ne pa zgolj poimenovanje predmeta. Pri prizorih lahko sodeluje poljubno število igralcev, menjajo pa se z glasnim vzklikom "Stop" tistega, ki bo naslednji uporabil predmet.
4. Variacije: Igro lahko igramo v parih - vsak par ima svoj neznani predmet. Igro lahko nadgradimo tudi tako, da menjave potekajo bolj tekoče - da gre za daljši prizor, pri katerem se predmet počasi spreminja (iz rakete v ognjemet, itd.).
5. Nasveti: Pokaži, ne povej - spodbujamo uporabo predmeta, ne pa njegovo poimenovanje (pri nevidnih predmetih je poimenovanje včasih ključno, tu pa je ravno obratno). Lahko uvedemo tudi pravilo 10 sekund, saj so nekatere skupine tako zagnane, da skoraj ne pustijo drug drugemu, da bi pokazali, kaj predmet po njihovem mnenju predstavlja - tako da morajo tisti, ki čakajo ob strani, prešteti vsaj do deset.

II. Neverbalna komunikacija in gib

Gibalni izraz je v impro zelo pomemben predvsem zaradi »golega odra«, kar pomeni, da razen stolov navadno nimamo drugih elementov scene, kostumov ali rekvizitov. Zato sta ravnanje z nevidnimi predmeti in njihova imaginacija ključnega pomena. Zaradi odsotnosti kostumov pa je toliko bolj pomembno, da za transformacijo v različne like uporabimo svoje telo in s pomočjo gest ter pantomime ponudimo gledalcem in soigralcem dovolj informacij, da jasno razberejo kaj želimo prikazati. Prav neskladje med tem, kar želimo prikazati in kar drugi vidijo pa je nekaj, kar je vredno in pomembno raziskovati. Obenem pa lahko ti nesporazumi vodijo v krasne in duhovite spontane prizore, kjer poskušamo ta neskladja upravičiti.

Uporaba, poznavanje in ozaveščanje lastnega telesa skozi impro lahko mladim v dobi odraščanja pomaga pri sprejemanju telesnih sprememb, omogoča primerjavo izkušenj vrstnikov ter spodbuja sproščenost in večje razumevanje telesne govorice. Ne koristi pa samo mladim, saj je telo nekaj, kar pogosto zanemarijo tudi odrasli in celo nekateri znani in uspešni improvizatorji - v želji, da bi dosegli komičnost se marsikateri zanaša predvsem na verbalno komiko. V namen pedagoške uporabe improvizacije poudarjamo, da obstajajo različne oblike impro gledališča (ki niso nujno vse komične) in pa, da je aktivna uporaba telesa pri vživljanju v druge like ključna (fizičnost pa konec koncev tudi zabavna, tako za improvizatorje kot tudi za gledalce). V šolskem okolju pa lahko s pomočjo giba tudi ponavljamo snov in urimo spomin, saj gibanje močno pomaga pri povezovanju in utrjevanju informacij.

Glavni poudarki, ki jih negujemo pri gibalno usmerjenih igrach so odzivanje, sproščeno, a nadzorovano telo, sodelovanje, telesna svoboda, dotik, raziskovanje osebnega prostora in občutkov ne/udobja, telesna komunikacija, opazovanje, ponavljanje, vživljanje v različne vloge, uporaba gest, hoja, položaji telesa in katera čustva sprožajo, ipd.

2.1 Hodimo kot... Pozdravljamo se kot...

1. Postavitev: hoja po prostoru
2. Cilj: vživljanje v različne karakterje in raziskovanje njihovega gibanja po prostoru
3. Potek igre: Igralci hodijo po prostoru. Mentor zakliče »Hodimo kot (npr. detektiv)!«. Vsi začnejo hoditi, kot se jim zdi, da hodi detektiv. Poskušajo utelesiti njegovo gibanje, geste in s pomočjo neverbalne komunikacije lahko tudi komunicirajo z drugimi detektivi, ki hodijo po prostoru. Po nekaj

časa mentor zakliče »Hodimo kot (nekaj drugega)« in raziskujemo nov karakter. Vaji lahko dodajamo še pozdravljanje, čustva ali karkoli drugega.

4. Variacije: Igrali lahko dodamo tudi zvok ali besedilo, mentorjeva navodila pa so lahko tudi bolj podrobna (hodimo kot utrujeni detektivi, hodimo kot detektivi, ki so prvi dan v službi, ipd.).

5. Nasveti: Poudarek je na raznolikosti in preseganju stereotipov, ki so navadno tisti, v katere igralci najprej zajadrajajo, s čimer ni nič narobe, vendar aktivno spodbujamo ustvarjalnost in razmišljanje o različnih možnostih in variacijah znotraj ene kategorije/poklica/tipa karakterja. Vaja je uporabna tudi za spodbujanje razmisleka o raznolikosti in podrobnostih (če rečemo babica, bo veliko otrok upognilo hrbet in se komaj premikalo, s čimer ni nič narobe, ampak jih vseeno lahko spodbujamo k raznolikosti, k razmisleku, kako dejansko hodi njihova babica, iščemo razlike med 60 in 80 let staro babico, ipd.).

2.2 Hodimo po...

1. Postavitev: hoja po prostoru

2. Cilj: imaginacija različnih podlag/atmosfer, po katerih hodimo in poskus hoje, kot bi jo imeli na takih tleh/v takih pogojih

3. Postavitev: Hodimo po prostoru, mentor pa daje navodila, kakšna je površina, po kateri se hodi. Primeri: hodimo po ledu, po medu, po snegu, po lužah, po blatu, po žužkih, po iglicah, v vesolju, ipd.. Igralci poskušajo s pomočjo imaginacije čim bolj doživeto hoditi po teh površinah. Igro lahko končamo s hojo po betonu, ki se strjuje – najprej vsi hodijo normalno, nato pa vedno težje iztaknejo nogo iz »betona« in se na koncu skupaj ustavijo.

4. Variacije: Mentor lahko določi tudi različne druge elemente (npr. plosk, počepnemo, se zavrtimo, prestopimo namišljeno oviro, skočimo, itd.), ki jih uvaja, igralci pa morajo še vedno upoštevati podlage/atmosfere v katerih so (kako se zavrtimo pod vodo, itd.). Iz tega lahko izpeljete tudi prizor na kakšni izmed površin, ali igro kombinirate s kakšno od drugih iger.

5. Nasveti: Opazovanje drugih je sicer zelo pomembno, vendar pa se po drugih ne zgledujemo, temveč spodbujamo raznolikost in različne pristope pri raziskovanju premikanja po različnih podlagah/prostorih.

2.3 Vodi me del telesa

1. Postavitev: hoja po prostoru

2. Cilj: raziskovanje različnih gibanj in načina hoje, ki nam lahko pomagajo pri gradnji karakterja
3. Potek igre: Igralci hodijo po prostoru, nato mentor določi en del telesa (npr. nos), ki jih vodi. Igralci poskušajo hoditi in se premikati tako, kot da jih pri hoji vodi nos. Lahko menjamo dele telesa (uporabljamo lahko tudi notranje organe - kaj pomeni, da nas vodijo prebavila?), ter hojo nadgradimo tudi z zvokom/glasom.
4. Variacije: Gre za gradnjo lika, tako da ga lahko na koncu tudi opišemo, naredimo z njim intervju, itd..
5. Nasveti: Psihološke lastnosti karakterjev poskušamo povezati s fizičnimi (kaj za karakter pomeni, da ga vodi nos - je radoveden, vsiljiv, zasanjan, ipd.).

2.4 Atomčki

1. Postavitev: hoja po prostoru
2. Cilj: sestavljanje različnih slik/kipov glede na dana navodila
3. Potek igre: Igralci hodijo po prostoru. Mentor zakliče eno številko in del telesa (npr. 3, koleno), igralci pa se morajo čim hitreje razvrstiti v skupine po 3 ter se dotikati s koleni. »4, jetra« in 4 igralci se morajo razvrstiti v skupino in »dotikati« z jetri (ne gre torej samo za vidne dele telesa, ampak lahko raziskujemo tudi naš odnos do notranjih organov). Igro lahko nadgradimo v slike tako, da namesto dela telesa povemo predmet (npr. 4, avto) ali naslov slike (npr. 2, Rdeča kapica in Lovec in vsi se morajo razvrstiti v pare, v katerem je ena oseba Rdeča kapica, druga oseba pa Lovec ter zamrzniti, oziroma biti pri miru), spodbujamo pa čim bolj raznolike slike.
4. Variacije: Za raznolikost slik lahko eno navodilo tudi večkrat ponovimo (npr. 3, kvadrat), da igralci res raziščejo različne možnosti ponazoritve različnih predmetov in pojmov. Predmete, ki se sicer premikajo (npr. avtomobil) tudi pri tej igri lahko spodbudimo k premikanju, ki naj bo znotraj posamezne skupine kar se da usklajeno. Igro lahko uporabimo tudi za začenjanje prizorov, saj so raznoliki položaji teles zelo uporaben navdih.
5. Nasveti: Pri postavljanju predmetov dopustimo dogovarjanje znotraj skupine; dodamo pravilo, da mora igra potekati v tišini (skupina se med sabo dogovori s pomočjo neverbalne komunikacije). Časovno lahko omejimo tudi čas postavitve slike/kipa (npr. mentor šteje do 10).

2.5 Slike

1. Postavitev: hoja po prostoru
2. Cilj: oblikovanje zamrznjene slike/kipa glede na podan predlog
3. Potek igre: Določimo situacijo, igralci se postavijo v poze in skupaj tvorijo sliko (npr. plaža – eden leži, kot da se sonči, drugi je senčnik, tretji stopa v (mrzlo) vodo, četrti nabira školjke, peti je školjka, itd. – lahko pa smo še bolj natančni – plaža pozimi, plaža jutraj, itd.). Z igro spodbujamo raznolikost, igranje predmetov, uprizoritev zamrznjene akcije (mentor lahko šteje do 10, da se slika pripravi, nato pa mora slika zamrzniti).
4. Variacije: Obstaja veliko možnosti: zgodba v slikah (npr. znana zgodba v 3/6 slikah), izmišljena situacija v več slikah, pripoved ob slikah (npr. slike iz dopusta), itd..
5. Nasveti: Spodbuja se raznolikost v položajih in vlogah ter sodelovanje med igralci. Pri vsaki sliki lahko občinstvu postavljamo različna vprašanja in skozi njihove odgovore preverimo, ali so ideje igralcev skladne z njihovo izvedbo (kaj želim pokazati in kaj dejansko kažem). Izjemno uporabna vaja za začenjanje prizorov.

2.6 Plosk, stomp

1. Postavitev: stojimo v krogu
2. Cilj: ustvarjanje in ohranjanje stalnega skupnega ritma kljub motnjam, pavzam in spremembam, ki jih uvedemo
3. Potek igre: Igralce v krogu razdelimo na dve skupini glede na neko vizualno značilnost (po spolu, glede na barvo las, tisti z očali/tisti brez, ipd.) in določimo katera od kategorij ima plosk in katera udarec z nogo ob tla (stomp). Primer: dekleta imajo plosk, fantje pa stomp. Igro igramo v smeri urinega kazalca, izberemo nekoga, ki začne. Če začne dekle, tako cela skupina ploskne, če je naslednji fant, cela skupina udari z nogo ob tla. Glede na to, kako stojimo v krogu, ustvarjamo ritem, ki naj bo dovolj hiter, a še vedno obvladljiv. Ko se skupina navadi in uskladi, lahko dodamo še nova pravila in navodila, ki povečajo zahtevnost vaje.
4. Variacije: Pravila in navodila, ki jih lahko uvedemo, so:
 - počep - ko nekdo počepne, to označuje pavzo v ritmu - ko pridemo do njegovega mesta, je namesto ploska ali udarca z nogo torej ena doba pavze.
 - menjava - med igro se lahko zamenjamo s sosedom in s tem morda spremenimo ritem (če se zamenjata npr. dekle in fant, tako dobimo

drugačno zaporedje ploskov in udarcev z nogo).

- ko je skupina že bolj usklajena, lahko zamenjajo kogar koli v krogu, ne le soseda. Z mlajšimi skupinami lahko igro igramo brez dodatnih pravil, ko obvladajo ritem, lahko zaprejo oči in igro igrajo v miže.

5. Nasveti: Igra je lahko precej zahtevna, ampak vredna truda, saj povečuje koncentracijo in povezanost skupine. Vaja spodbuja tako koordinacijo gibov kot sledenje ritmu, po želji pa ji lahko dodamo tudi dodatne zvoke.

2.7 Ogledala

1. Postavitev: vsi v dveh vrstah, obrnjeni drug proti drugemu, pozicije se menjajo glede na variacije

2. Cilj: usklajenost s svojim partnerjem v gibih, gestah in izrazih

3. Potek igre: Igre z ogledali so igre za opazovanje in čim bolj natančno ponavljanje. Igralci se postavijo v dve vrsti, ki stojita druga nasproti druge. Ena vrsta vodi, kaže, druga pa sledi - zrcalno ponavlja (če tisti nasproti dvigne levo roko, jaz dvignem desno). Nato zamenjamo, na koncu pa nadgradimo vajo tako, da oba malo vodita in malo sledita - nihče ni samo vodja in nihče samo ne sledi, ampak poskušata doseči enotnost giba.

4. Variacije: Vajo lahko izvajamo tudi kot vzporedni prizor (nekdo dela, drugi ponavlja), v vsaki različici vaje pa naj bo poudarek na tekočem gibanju, ki omogoča sledenje, saj je cilj vaje čim bolj enotno gibanje obeh v paru (sunkovite gibe je težje uloviti). Vajo lahko igramo tudi tako, da so pari prosto razporejeni po prostoru.

5. Nasveti: Ena najbolj osnovnih vaj za podrobno opazovanje in ponavljanje, ki sta nujni in ključni veščini pri impro in tudi v življenju. Ko svojo pozornost usmerimo v telo soigralca moramo biti smo natančni in imeti pod nadzorom svoje telo, saj se tako lahko približamo sinhronemu in usklajenemu gibanju.

2.8 Pol časa

1. Prizor: navadno za 2 igralca

2. Cilj: večkrat ponoviti osnovni prizor, vendar vsakič v krajšem časovnem obdobju. Paziti moramo, da ne gre zgolj za prizor, ki ga igramo vedno hitreje, temveč poskušamo najti ključne in bistvene elemente prizora, ki se izluščijo kot najpomembnejši.

3. Potek igre: Pol časa je impro disciplina, pri kateri igramo osnovni prizor (navadno) 1 minuto, nato pol minute, 15 sekund, 7 sekund in 3 sekunde

(lahko zaključimo tudi s prizorom v 1 sekundi) - s tem da poskušamo ohraniti odrsko akcijo, izpuščamo pa večinoma tiste elemente (besede, dejanja), ki niso bistveni za razumevanje dogajanja.

4. Variacije: Prizor lahko začnemo sredi akcije, spremenimo izhodiščni čas prizora (npr. 2 minuti) in krajšamo po želji, ipd..

5. Nasveti: Zelo uporabna in zabavna vaja za pozornost in odrsko akcijo ter razumevanje pomena prizora (da lahko prizor skrajšamo, moramo vedeti o čem govori).

2.9 Džibriš igre

1. Prizor: za vsaj 2 igralca

2. Cilj: komunikacija v izmišljenem jeziku, pri čemer razvijamo tako ustvarjalnost pri kreiranju novega jezika, kot tudi neverbalno komunikacijo, ki mora izmišljen jezik nujno spremljati, da lahko sklepamo, kaj govorec želi sporočiti.

3. Potek igre: Džibriš (oziroma »gibberish« v angleškem jeziku) je izmišljen jezik, ki ne obstaja in si ga vsak, ki ga govori, izmisli sam. Je zelo raznolik (lahko je samo en zlog, na primer PAPA PAPAPAPA PAPA PA, ali celo samo en zvok), lahko pa ga ustvarimo tako, da spominja na izdelan jezik, s premori, besedami, poudarki, ipd. (izmišljen stavek lahko zveni npr. HAMULA GARABI MEKUNDE! MEKUNDE!), saj lahko izmišljene besede tudi ponavljamo, jim dajemo poudarke in sploh z njim počnemo podobne stvari, kot s pravim jezikom. Džibriš ponuja podobno orodje kot igranje v tišini – igralci lažje ugotovijo, kako povedne so njihove geste, intonacija, obrazna mimika.

Osnovna džibriš igra je Ekspert džibriš (za tri igralce), pri katerem je eden izmed igralcev voditelj televizijske oddaje, eden je strokovnjak iz neznane dežele, eden pa prevajalec. Strokovnjak govori samo v džibrišu, novinar ga sprašuje v slovenskem jeziku, prevajalec pa prevaja.

4. Variacije: Džibriš lahko uporabljamo poljubno, npr.: cel prizor se odvija v džibrišu; samo eden ima džibriš, vsi ostali pa reagirajo, kot da ga razumejo, oziroma se normalno pogovarjajo z njim; džibriš virus – nekdo začne z džibrišem, ko se nekoga dotakne, pa se džibriš prestavi nanj. Nato lahko tudi novi z dotikom džibriš preda naprej (ko ga predaš, sam spet govoriš slovensko)... Variacija Ekspert džibriša pa je, da imamo dva strokovnjaka v džibrišu, ki imata debato - lahko imamo tudi dva prevajalca.

5. Nasveti: Džibriš lahko osnujemo na kakšnem tujem jeziku – to ne pomeni, da govorimo francosko, temveč poskušamo pri francoskem džibrišu čim bolj zadeti intonacijo, ritem in zven besed in jezika, ne da bi

pri tem uporabljali preveč pravih francoskih besed.

2.10 Ekspert za gluhe

1. Prizor: navadno za 3 igralce
2. Cilj: uprizoritev televizijske oddaje, pri kateri poteka intervju, ki ga eden od igralcev spremlja z interpretacijo za gluhe
3. Potek igre: Ekspert za gluhe je impro disciplina za tri igralce, pri kateri dva igralca igrata intervju - eden je novinar, drugi pa strokovnjak za neko področje. Tretji igralec s pantomimo kaže vse, kar povesta in to s pomočjo velikih in natančnih gibov (obenem pa poskuša za iste besede uporabljati enak gibalni znak, odpirati usta, kot da zraven govori in sploh s telesom in obrazom čim bolj natančno pokazati, o čem teče pogovor - če se le da, pokaže čisto vsako besedo posebej).
4. Variacije: Igro lahko uporabljamo tudi kot orodje pri drugih prizorih - nekdo dogajanje v prizoru prevaja za gluhe.
5. Nasveti: Gibi, geste in mimika naj bodo izraziti in veliki, govorca naj pazita za jasnost in razločnost govora, da interpret za gluhe lahko sledi.

2.11 Roke ekspert

1. Prizor: navadno za 3 igralce
2. Cilj: raziskovanje gest in različnih načinov komunikacije ter čim večja usklajenost dveh igralcev, ki skupaj igrata en lik (eden od igralcev predstavlja samo roke tega lika, drugi igralec liku posodi telo in glas), eden pa je voditelj televizijske oddaje, ki ima intervju s tem likom.
3. Potek igre: Dva igralca predstavljata eno osebo (strokovnjaka), tako, da eden od igralcev skriva svoje roke za hrbet, drugi se postavi za njim in iztegne svoje roke, ki predstavljajo roke tega lika. Igralca morata biti čim bolj usklajena v gibih in besedah, da ustvarita iluzijo zgolj ene osebe. Tretji igralec predstavlja novinarja, ki izvaja intervju s strokovnjakom. V tej verziji igre so roke tiste, ki vodijo, kar pomeni, da preden strokovnjak poda kakršen koli verbalen odgovor, najprej roke naredijo nek gib, ki predstavlja navdih za govorni odgovor.
4. Variacije: Disciplina Roke (Helping hands), ki je variacija te igre, se igra v pari - eden predstavlja roke, drugi pa preostalo telo in glas. V tej verziji igre pripovedovalec vodi pripoved, roke pa sledijo s primernimi gestami in odzivi.
5. Nasveti: Sodelovanje med govorcem in rokami je do neke mere vedno

izmenično, kar pomeni, da lahko govorec spodbudi roke, da naredijo gesto (se npr. nekemu predstavi, čemur roke sledijo,...). Gre za igro sodelovanja in raziskovanja gest, pri kateri raziskujemo dotik, bližino in stik - igralca, ki igrata roke in telo, morata namreč stati zelo blizu drug drugega, priporočljivo je, da se roke dotikajo obraza, telesa, ipd..

2.12 3 minute

1. Prizor: navadno za 4 igralce
2. Cilj: pantomima v telefončkah, kjer raziskujemo neverbalno komunikacijo
3. Potek igre: 3 minute so impro disciplina, kjer 3 igralci zapustijo prostor, da ne slišijo, kaj se dogaja, četrtemu pa občinstvo določi prostor, poklic in nek predmet, ki med seboj niso tematsko povezane. Prvi igralec vstopi in tisti, ki je ostal na odru, skupaj z njim odigra tri kratke prizore - prvi del prikazuje izbran prostor, drugi del poklic in tretji del predmet. Ker gre za pantomimo, besed ni, spodbujamo pa uporabo zvokov ter džibriša (izmišljenega jezika). Ko prvi kaže prostor, tisti, ki ugiba, ne stoji na mestu, ampak ponavlja, kar dela prvi ali pa s pomočjo akcije ugiba (npr. če se mu zdi, da je v trgovini, lahko vozi namišljen voziček). Ko ugame, to namigne z gestami, ne pove pa naglas - saj mora potem to, brez da bi vedel, ali je uganil prav ali ne, pokazati naslednjemu. Ko prvi igralec pokaže prostor, poklic in predmet, s predmetom na koncu ubije drugega igralca, s čimer se prvi sklop prizorov zaključi. Drugi igralec vse, kar je videl, ponovi tretjemu (spodbujamo izvirnost, pokaže lahko na svoj način), tretji pa četrtemu. Na koncu v obratnem vrstnem redu odkrivamo, kaj so igralci uganili, na koncu pa prvi igralec glasno ponovi izhodiščne predloge.
4. Variacija: Namesto prostora, poklica in predmeta, lahko s pantomimo drug drugemu kažemo tudi zgodbo.
5. Nasveti: Super vaja za razmislek o tem, kako pokažemo določen prostor (z akcijo, aktivnostmi v tem prostoru, itd.). Prav tako je vaja zelo koristna za hkratno igranje in ugibanje - kljub temu, da ne vemo, kaj se dogaja, se moramo pretvarjati, kot da vemo več in igrati prizor naprej.

2.13 Eksotični šport

1. Prizor: navadno za 4 igralce
2. Cilj: uprizoritev posnetka nekega športa - navadno v počasnem posnetku ter uživanje v vlogo športnega trenerja ter novinarja
3. Potek igre: Gledamo televizijsko oddajo, pri kateri imamo televizijskega

voditelja, ki v studiu gosti strokovnjaka/trenerja za nek šport, ki ga določi občinstvo (to je nek nenavaden šport, ki še ne obstaja - npr. hitrostno recikliranje, nabiranje rož čez ovire, ipd.). V zadnjem delu odra pa stojita dva igralca, ki predstavljata posnetek tega športa - navadno v upočasnjeni tehniki. Prizor je tako intervju med trenerjem in novinarjem, ki v svojo pripoved vključujeta posnetek, ki se ves čas predvaja v ozadju.

4. Variacije: Določimo lahko tudi državo, iz katere prihajata trener in šport. Igramo se lahko tudi z manipulacijo posnetka - približamo posnetek, ga pohitrimo, upočasnimo, prevrtimo nazaj ali naprej, ipd..

5. Nasveti: Pri prizoru gre za dialog med nemim prikazom tega športa ter intervjujem, ki poteka istočasno. Cilj je ponuditi čim več informacij o novem športu, tako v obliki praktičnega prikaza, kot tudi v obliki verbalnih informacij ter informacije med seboj povezovati in nadgrajevati.

III. Pripovedovanje zgodb

Vse, kar nas obkroža, so zgodbe. Iz informacij, ki jih prejmemo iz okolja, si zgradimo smiselno razlago, ki je pogosto čustveno zaznamovana. Prav akcija, čustva in detajli so tisti elementi, ki so nujni za dobro zgodbo tudi v impru.

Ker je pripovedovanje zgodb zares široko samostojno področje, ga tukaj obravnavamo predvsem iz vidikov skupinskega pripovedovanja zgodb ter spontanega pripovedovanja, torej izmišljanja smiselnih in izvirnih zgodb. Zgodbe znamo pripovedovati vsi (vsakdanji pogovor je pravzaprav izmenjevanje zgodb), ko pa jo moramo povedati skupaj, pogosto zaradi različnih razlogov pretiravamo, ne sprejemamo, kar so v zgodbi vzpostavili drugi, pozabimo na usodo katerega od likov, ipd., zato je pri pripovedovanju zgodb pomembna predvsem vaja.

Na začetku malce spodbujamo hitrost pripovedovanja, tudi če se zgodbe zdijo nelogične, nezanimive ali zaidejo v svoje vode, saj se skozi napake lahko veliko naučimo. Pogosto je dovolj že to, da na koncu nepovezane zgodbe vprašamo, kaj se skupini zdi, da je šlo narobe, odgovori pa so večinoma zelo verodostojni in resnični. Improvizatorjem želimo skozi izkušnje pripovedovanja približati, da za dobro zgodbo zadošča že nekaj osnovnih informacij. Dobre zgodbe so večinoma precej predvidljive, tisto, kar nam najprej pade na pamet je navadno tudi najbolj smiselno, preprosto je vedno bolje kot zapleteno in da gre pravzaprav za kombiniranje različnih podrobnosti znotraj podobnih ogrodij.

Končni cilj pripovedovanja zgodb je predvsem obvladovanje različnih tehnik za bolj tekočo in živo pripoved, razvijanje domišljije, poslušanje in upoštevanje že vzpostavljenih elementov, bolj sproščeno in tekoče pripovedovanje in podobno.

3.1 Jaz sem...

1. Postavitev: stojimo v krogu
2. Cilj: asociacije, s pomočjo katerih gradimo zgodbo in zasnovo prizora
3. Potek igre: Vsi igralci stojijo v krogu. Eden začne in reče »Jaz sem (karkoli, npr. jabolko)« in se postavi v obliko tega predmeta ali osebe. Nekdo se mu pridruži in je nekaj, kar sodi zraven (npr. »Jaz sem črv«). Nato se pridruži še tretji in poskusi biti nekaj, kar povezuje oba prejšnja pojma (npr. »Jaz sem človek, ki bo ravnokar ugriznil v to jabolko.«). Nato prvi od trojice izbere enega, ki ga bo »vzel sabo« - npr. človeka, kar pomeni, da se prvi in tretji pridružita ostalim, ki stojijo v krogu, na sredini

pa ostane drugi, ki mora ponoviti: »Jaz sem črv.« Nato spet pride nekdo drug in reče npr. »Jaz sem ribič.« in se postavi v pozo, ki to označuje. Sliko spet dopolni tretji, ki je sicer lahko tudi »palica« ali »trnek«, vendar sčasoma spodbujamo vedno bolj zanimive zgodbe, zaplete in nadgradnje (tako lahko nekdo pokaže tudi kot npr. pojem ali čustvo).

4. Variacije: Namesto treh je lahko v sliki tudi drugačno število igralcev. Izhodiščno pravilo je lahko tudi drugačno - tri pojmi/stvari/elementi, ki sodijo skupaj, čeprav niso nujno najbolj očiten/logičen začetek zgodbe (npr. predsednik, predstojnik, predpražnik).

5. Nasveti: Igra je namenjena razigravanju ter domišljiji, bolj igrivi kot so igralci, bolj zanimivi začetki zgodb nastajajo. Nekaj pozornosti namenite tudi razliki med golim naštevanjem in detajlnimi opisi, ki ponujajo bogatejše izhodišče za začetek zgodbe (npr. kaj je razlika med »jaz sem jabolko, jaz sem hruška, jaz sem posoda« in »jaz sem zaljubljena hruška, jaz sem ljubosumno jabolko, jaz sem staromodna skleda«).

3.2 Iskanje skupne besede

1. Postavitev: stojimo v krogu, postavitev je odvisna od variacije
2. Cilj: dve osebi istočasno izrečeta enako besedo. Ko se to zgodi, člani skupine zamenjajo mesta.

3. Potek igre: Nekdo začne tako, da reče »ena«. Drug se odzove in reče »dva« in tako določimo, kdo igra igro. Osebi, ki sta rekli 1 in 2, se pogledata in skupaj naglas preštejeta do tri, potem pa naenkrat rečeta vsak svojo poljubno besedo (npr. sonce in zavesa). Cilj igre je, da dve osebi rečeta isto besedo, zato poskušamo najti besede, ki združujeta obe prej povedani besedi. Nekdo drug iz kroga tako reče »1«, drugi »2« (ker imata idejo, kaj združuje sonce in zaveso) in na »1, 2, 3« spet rečeta novi besedi (npr. tema in žaluzije). Igro igramo tako dolgo, dokler dve osebi ne rečeta iste besede naenkrat.

4. Variacije: Igra se lahko igra tudi v parih, lahko sedimo ali stojimo.

5. Nasveti: Igra včasih traja zelo dolgo časa, a je vredno. Zmagoslavje ob skupnem uspehu je zelo nagrajujoče, skupina pa takoj bolj povezana. Po vsakem uspehu lahko zamenjamo mesta v krogu, saj s tem razbijamo morebitne vzorce.

3.3 Čustvo, akcija, detajl

1. Postavitev: eden nasproti drugega - postavitev je odvisna od variacije
2. Cilj: pripoved s poudarki na različnih pripovednih elementih zgodbe
3. Potek igre: Dve osebi stojita/sedita eden nasproti drugega. Eden je pripovedovalec, drugi pa njegov pomočnik, ki mu pomaga usmerjati pripoved. Pomočnik predse položi tri predmete, ki označujejo tri kategorije - en predmet označuje čustva, eden akcijo in tretji detajl (npr. knjiga, svinčnik, šal). Pripovedovalec začne pripovedovati zgodbo (naslov mu lahko določi pomočnik), pomočnik pa posluša zgodbo in dviguje predmete glede na to, kateri pripovedni element pogrša (če si želi več dogajanja v zgodbi, potem dvigne predmet, ki označuje akcijo, če si želi več čustvenih poudarkov, predmet, ki označuje čustva, ipd.). Nato vlogi zamenjata.
4. Variacije: Igro lahko igramo tako, da je pripovedovalec eden, preostala skupina pa »pomočnik« - vsak član skupine se premika na tisto pozicijo (čustva, akcija, detajl), ki se mu zdi, da manjka. Tudi občinstvo namreč ni enotno, nekateri imajo raje akcijo, drugi detajle, tretji čustva, itd.. Ko večina skupine stoji na eni od pozicij, je precej jasno, čemu bi moral pripovedovalec nameniti več pozornosti.
Podobna igra je tudi ta, da nekdo govori zgodbo, drugi pa mu govori/jo poljubne besede, ki jih mora čim bolj smiselno uporabiti v nadaljevanju zgodbe.
5. Nasveti: Marsikateri udeleženec igro opiše kot zahtevno, a so zgodbe, ki nastajajo na tak način pogosto izjemno spontane, zanimive in nepričakovane, krepijo samozavest govorcev in so nasploh nekaj posebnega.

3.4 Beseda po besedo

1. Postavitev: sedimo v krogu ali stojimo v vrsti - postavitev je odvisna od variacije
2. Cilj: skupina/par skupaj pove zgodbo, s tem, da vsak prispeva samo po eno besedo naenkrat
3. Potek igre: Sedimo v krogu, vsak pove eno besedo, cilj pa je, da skupaj ustvarimo zgodbo. Potrebno se je dobro poslušati, delati relativno kratke stavke in biti pozoren tudi na stavčno strukturo stavka. (npr. 1: Nekoč, 2: Je, 3: Živel, 4: Kmet, 5: Ki, 6: Je, 7: Imel, 1: Lepo, 2: Hči, 3: Bila, 4: Je, ...). Na začetku lahko določimo tudi naslov, ali celo žanr zgodbe

(roman, kriminalni roman, basen, ...), ki se ju moramo skozi zgodbo držati in zavedati.

4. Variacije: Vajo lahko delamo v parih, kjer dodamo večji gibalni poudarek – če igralca zraven to, kar govorita, še igrata/nakazujeta, bosta lažje predvidela, kam cilja soigralec in zgodbo povesta hitreje in bolj tekoče. Ena od variacij je tudi variacija 1234321, kjer zgodbo v krogu govorimo tako, da v prvem krogu vsak pove eno besedo, v drugem krogu dve, v tretjem tri, nato štiri, spet tri, dve in na koncu eno. Pri tej verziji moramo biti pozorni na strukturo zgodbe ter dramski trikotnik, saj moramo, če se le da, zgodbo razplesti in končati tako, da se zadnji stavek konča natanko z zadnjim igralcem, ki zaključi s svojo besedo.

5. Nasveti: Gre za eno od osnovnih vaj, ki je izjemno koristna za spontano skupinsko pripovedovanje. Po igri se s skupino pogovorite, kako so se udeleženci počutili - nemalokrat namreč izrazijo frustracijo, ker soigralci peljejo zgodbo v svojo smer, vendar je prav to cilj. V trenutku imamo neko idejo, v katero smer bi zgodba šla, vendar jo moramo biti pripravljeni opustiti in se prilagoditi novi resničnosti zgodbe, ki jo vzpostavi/jo naš/i soigralec/ci. Pri igri ne smemo pozabiti na čustva in doživeto pripovedovanje!

3.5 Zgodba v vrsti

1. Postavitev: stojimo v vrsti, navadno 4-5 igralcev, lahko pa tudi več
2. Cilj: skupinsko pripovedovanje zgodbe tako, da mentor usmerja, kdo naj pripoveduje zgodbo
3. Potek igre: Skupina stoji v vrsti, mentor izbere predmet (metlo, svinčnik, dežnik, lahko uporabi tudi iztegnjeno roko, ipd.), s katerim bo usmerjal zgodbo. Mentor od občinstva pobere naslov zgodbe, lahko tudi žanr, nato pokaže na enega od pripovedovalcev - ta začne zgodbo in govori toliko časa, dokler je predmet usmerjen nanj. Ko mentor, pokaže na nekoga drugega, pripoved nadaljuje drugi. Ker ni potrebno izvajati akcij, se igralce spodbuja, da se igrajo z glasom, zvoki, atmosfero, da poslušajo in sledijo zgodbi, ki so jo vzpostavili in jo poskušajo pripeljati do smiselnega konca.
4. Variacije: Ena od variacij te igre je impro disciplina »Crkn«, kjer v primeru jecljanja/mašil/kakršnih koli drugih pomot ali motenj pri pripovedi, občinstvo veselo zakliče »Crkn!«. Občinstvo nato določi tudi predmet ali razlog za igralčevo smrt, ta pa nato odigra solo prizor, kjer mora na koncu umreti od izbranega predmeta/razloga (npr. znamke, preveč domače naloge/od ljubezni, ipd.). Ostali se potem postavijo nazaj v vrsto in nadaljujejo pripoved, dokler na koncu ne ostane eden, ki zaključi zgodbo (občinstvo ga ne more izločiti, četudi se zmoti).

5. Nasveti: Pripoved lahko usmerja kateri od igralcev, vendar je pomembno, da ta, ki kaže, pazi na ritem in tempo menjav. Pri menjavah bodimo natančni - če je eden od igralcev končal sredi stavka, naj ga naslednji nadaljuje. Izjemno koristna vaja za poslušanje.

3.6 Tap out

1. Prizor: polovica igralcev na eni strani odra, polovica na drugi
2. Cilj: improviziranje kratkih prizorov, ki so med seboj povezani z različnimi liki
3. Potek igre: Impro disciplina se začne tako, da dvema začetnima igralcema določimo nek odnos, onadva pa odigrata začetek neke zgodbe (npr. zdravnik in pacient, zdravnik pove pacientu, da ima usodno bolezen). Ostali igralci prizor spremljajo ob strani, nato pa eden od igralcev z dotikom zamenja enega od igralcev (npr. zdravnika), pacient ostane še vedno isti lik, le da sedaj ni v prizoru z zdravnikom, temveč npr. s svojo ženo, ki ji razlaga, kako je šlo pri zdravniku. Potem pacienta zamenja npr. ženin šef, ki ga zanima, zakaj je zadnje čase toliko odsotna z delovnega mesta, itd.. Igralec, ki ostane na odru torej ohrani svoj lik, novi igralec pa izbere nek lik, ki je na kakršen koli način povezan z njim. Zgodbo lahko nadaljujemo kronološko, jo razvejamo in peljemo na različne načine ter v različne smeri.
4. Variacije: Večinoma igro igramo brez prevzemanja telesnih poz (kot pri Stopu), jo otežimo in dodamo še ohranjanje poz ali določimo dodatna navodila/pravila (čustva, skrivnosti, cilj zgodbe, itd.).
5. Nasveti: Vaja je zelo koristna predvsem za razumevanje večplastnosti likov in sestavljanju daljše zgodbe (za začetek improvizirane, lahko pa iz tega naredite tudi scenarij). Spodbujamo menjavanje dogajalnih prostorov in jasne začetke prizorov, ki so igralcu omogočijo čim hitrejšo vživetje v situacijo. Prizori naj bodo različno dolgi, pazimo na ritem (če se v enem prizoru veliko govori, bo morda v naslednjem več akcije in manj govora, ipd.).

3.7 Ekspert ekspert

1. Prizor: navadno za štiri igralce; eden sedi posebej, ostali pa skupaj
2. Cilj: uprizoritev čim bolj običajnega in informativnega intervjuja, s tem da intervjuvanca/strokovnjaka igrajo trije igralci, ki govorijo vsak po eno besedo naenkrat

3. Potek igre: Eden od igralcev je novinar, ostali trije igrajo enega strokovnjaka za neko temo, ki jo določi občinstvo. Na vsako vprašanje novinarja odgovorijo vsak po eno besedo - navadno začne odgovarjati tisti, ki sedi najbliže novinarju. (1: Dober, 2: Dan, 3: Vam, 1: Želim!).

4. Variacije: Težja verzija je, da trije igralci, ki igrajo strokovnjaka, govorijo naenkrat (v en glas).

5. Nasveti: V vseh verzijah igre je najbolj pomembno, da igralci, ki igrajo strokovnjaka drug drugega ves čas posnemajo, da čim bolj ustvarijo iluzijo ene osebe. Ne pozabimo na geste in premike, ki naj bodo čim bolj usklajeni in enotni. Pri začetnikih lahko določimo »vodjo« (navadno je to ta, ki sedi najbliže novinarju, lahko pa je tudi sredinski), ki mu morata ostala dva slediti, nadgradnja igre pa je, da igralci to počnejo spontano brez vnaprej določenega vodje (vsi vodijo in vsi sledijo).

3.8 Pisalni stroj

1. Prizor: eden od igralcev (pripovedovalec) sedi na stolu na robu odra (včasih ima tudi mikrofona), sredina odra pa je prazna

2. Cilj: pripovedovalec govori zgodbo, medtem pa jo ostali igralci uprizarjajo

3. Potek igre: Eden izmed igralcev (pri mlajših otrocih je to pogosto mentor) igra pisatelja, navadno sedi in »piše« zgodbo. Ostali igralci se postavijo ob stran in ob pripovedi zgodbo igrajo s svojimi telesi.

4. Variacije: Lahko določimo tudi pripovedni žanr. Če prizor »razpada«, pripovedovalec to reši tako, da »iztrga strani« ali »zbríše«, kar je napisal, zgodbo pa malce prevrtimo nazaj in poskusimo znova.

5. Nasveti: Gre za sodelovanje med pripovedovalcem in ostalimi igralci, saj ne gre samo zato, da slednji sledijo povedanemu, temveč tudi pripovedovalec pušča prostor, da lahko tudi igralci kaj povedo in s tem morda speljejo zgodbo drugam, kot je nameraval pripovedovalec. Pripovedovalec se mora temu seveda prilagoditi, oziroma ga mu igrana zgodba da navdih za nadaljevanje. Igra je precej zahtevna, saj je hitro kaos, oziroma praznina na odru, zato si pomagamo z različnimi orodji: vzpostavljanje atmosfere (pripovedovalec najprej opiše prostor, ki ga ostali prikažejo s telesi - so predmeti, rože, živali, delajo zvoke itd.), vzpostavljanje množice, podrobno opisovanje likov, menjava množičnih in manjših prizorov (raziskovanje tempa in ritma prizorov) in drugih poljubnih elementov.

3.9 Od p do p

1. Prizor: običajno za dva igralca
2. Cilj: vse izrečene replike v prizoru po abecedi
3. Potek igre: Prizor je sestavljen iz 25 replik (ali npr. 26, če igro igramo v kakšnem drugem jeziku, ki ima 26 črk v abecedi). Prva beseda prve replike se mora začeti s črko, ki so jo določili gledalci (npr. »R«), gledalci pa določijo tudi prostor, kjer se prizor odvija ali odnos med likoma. Replika soigralca pa se mora začeti z naslednjo črko (torej »S«) in tako naprej, dokler ne uporabimo vseh črk v abecedi (po »Ž« sledi »A«). Prizor se konča z isto črko, kot se je začel - zadnja replika se torej začne na »R«.
4. Variacije: Replike so lahko različno dolge (A: Rokavi so predolgi, mi jih lahko skrajšate? B: Seveda! A: Še posebej tule pri ramenu me tišči. Veste, jutri se moja sestra poroči in je res pomembno, da je vse na svojem mestu, ipd.), lahko pa dodamo tudi pravilo, da vsak pove največ en stavek.
5. Nasveti: Replika je vse, kar pove en lik naenkrat. Na začetku si lahko pomagamo tudi s tem, da napišemo črke abecede na list, ki ga drži eden od članov občinstva v prvi vrsti. Kasneje soigralci pomagajo drug drugemu z zvoki (če je naslednja črka »Š« morda soigralec koga npr. utiša). Cilj je, da igralca prizor igrata brez zunanje pomoči. Tisti, ki govori repliko, ne sme pozabiti, da je lahko replika dolga, kolikor želi, zato v primeru, da se soigralcu zatakne, pove še kaj, poskuša rešiti situacijo in namigniti naslednjo črko.

3.10 Trimono

1. Prizor: trije igralci stojijo v vrsti sredi odra
2. Cilj: trije monologi treh različnih likov, ki so bili priča istemu dogodku in o katerem vsak pripoveduje iz svoje perspektive
3. Potek igre: Občinstvo določi nek dogodek ali situacijo. Eden od igralcev stopi naprej in začne svojo pripoved o tem dogodku (če je situacija npr. obisk zabaviščnega parka, je to lahko npr. otrok, ki začne vzhičeno pripoved o najboljšem dnevu v svojem življenju, ki ga je preživel tam). Nato stopi naprej eden od preostalih igralcev (tudi, če s tem prekine pripoved »otroka«) in začne svojo pripoved o dogodku (npr. starejša gospa, ki se je na svojem večernem sprehodu izgubila in zatavala v park). Nazadnje naprej stopi še tretji lik (npr. varnostnik) in nato se poljubno izmenjavajo ter nadaljujejo svoje pripovedi. Zgodbe niso nujno časovno usklajene, nujno pa je, da so med seboj povezane s skupnimi akcijami/dogodki/detajli, ki

pa jih različni liki različno dojemajo.

4. Variacije: V prizoru lahko nastopajo več kot trije igralci. Namesto treh igralcev, imamo lahko monolog iste osebe, pri kateri eden od igralcev govori samo o čustvih, eden o akciji in tretji o detajlih istega dogodka.

Lahko dodamo tudi pravilo, da so liki, ko ne igrajo, zamrznjeni v neki značilni pozi ali celo v tišini opravljajo eno zanje značilno opravilo. Pri tem pazimo le, da medtem ne pozabijo poslušati soigralcev, ki pripovedujejo, da bodo lahko delčke pripovedi vnesli tudi v svojo lastno pripoved.

5. Nasveti: Liki so lahko tudi živali ali predmeti, ki so bili prisotni na dogodku (npr. kako različne situacije dojema roža/rdeča preproga/muha). Zelo pomembno je, da se resničnosti, ki jo vzpostavi eden od likov ne zanika/blokira - lahko se jo nadgradi, nanjo drugače odreagira, celo drugače razume. Sprejeti moramo vse, kar so pred nami povedali predhodniki. Pazimo na tempo in ritem menjav in pripovedi.

3.11 Čajnziz boks

1. Prizor: navadno za dva ali tri igralce, odvisno tudi od variacije

2. Cilj: igralci odigrajo kratek prizor, ki ga nato večkrat ponovijo z različnimi spremembami – prizor odigrajo v različnih žanrih, čustvenih stanjih, v različnih igralskih tehnikah (tišina, džibriš, ipd.), zgodovinskih obdobjih ali na kakršen koli drug dogovorjeni način

3. Potek igre: Dva igralca odigrata kratek prizor (dolg približno eno minuto) glede na predlog gledalcev (prostor, odnos, karkoli). Nato prizor ponovita - če gre npr. za drugačen žanr, spremenita nekatere elemente v zgodbi, še vedno pa se držita okvirnega scenarija osnovnega prizora.

4. Variacije: Namesto, da vse prizore odigra en par, lahko različni pari odigrajo različne ponovitve/variacije prizora. Pred vsakim ponovljenim prizorom lahko dva od igralcev, ki ne nastopata v prizoru, prizor tudi napovesta z uvodnikom, ki napove žanr/način v katerem bo ta uprizorjen (lahko gre za poustvarjanje znanih scen tega žanra ali igranja kakšnega od tipičnih prizorov).

5. Nasveti: Glavni cilj vaje je ta, da poskušamo prepoznati ključne dogodke/akcije, ki ostajajo pretežno enaki, obenem pa se igramo z detajli, ki se lahko spreminjajo glede na izbran uprizoritven koncept.

3.12 Knjižni molj

1. Prizor: navadno za tri igralce
2. Cilj: odigrati prizor, pri katerem eden izmed igralcev uporablja samo besede in stavke iz izbrane knjige, ostala dva igralca pa poskušata prizor igrati kot običajno ter s svojimi reakcijami poskrbeti, da so replike prvega kar se da logično vključene v pripoved in dogajanje v prizoru
3. Potek igre: Trije igralci začnejo prizor - igralcu, ki ima v rokah knjigo, občinstvo določi številko strani iz katere bo lahko črpal svoje replike. Določimo še prostor/odnose/situacijo/karkoli in začnemo prizor. Bralec lahko uporabi samo posamezno besedo, del stavka ali pa daljši odlomek besedila - paziti je potrebno samo, da ne »kombinira« različnih besed med seboj v nove stavke, temveč uporabi to, kar je dejansko napisano.
4. Variacije: V prizoru lahko imamo tudi dva bralca, prizor pa igramo s tremi ali štirimi igralci.
5. Nasveti: Katero knjigo/besedilo izberete, je popolnoma vseeno, dokler ima dovolj materiala iz katerega lahko bralec črpa. Vajo smo sicer izvajali tudi s slikanicami, kar se je izkazalo za zelo zabavno, vendar smo uporabili vse strani slikanice (ker je bilo drugače premalo besedila). Zelo pomembno je, da bralec ne pozabi, da igra dejanski lik v prizoru, zato mora še vedno igrati, uporabljati telo, čustva, reagirati - in to vse medtem, ko bere in izbira, katera bo njegova naslednja replika.

IV. Čustva in oblikovanje karakterja

Raziskovanje čustev je eden izmed najbolj privlačnih in zanimivih elementov igranja na odru, tako za odrasle, kot tudi za otroke. Prepoznavanje, poimenovanje in razumevanje različnih čustvenih stanj je tako za odrsko, kot tudi za vsakdanje življenje nujno. S pomočjo vživljanja v različna čustva se improvizatorji urijo tudi v empatiji. Z otroki o čustvih govorimo s pomočjo primerov in poudarjamo pomembnost občutenja tako prijetnih kot neprijetnih čustev.

Prav tako spodbujamo raziskovanje različnih stopenj in načinov čustvovanja: od intenzivnih do blagih čustvenih stanj, igranje čustev brez besed, s pomočjo džibriša - izmišljenega jezika, ipd.. Čustva predstavljajo odlično osnovo za gradnjo karakterja in pripomorejo k večji vključenosti in živjetosti posameznikov v odrsko situacijo.

K poglavju čustev smo dodali nekaj vaj za raziskovanje družbenega statusa, ki zrcalijo družbene odnose in razmerja moči med njimi. Ker nam statusni odnosi skoraj vedno vzbuja določene občutke (nekateri se bolje znajdejo v višjih statusih in imajo celo nekakšen odpor do vživljanja v nižje statuse, spet drugi pa obratno), je smiselno, da jih obravnavamo skupaj.

Pri čustvih poudarjamo, da so reakcija na dražljaje iz okolja ter da so prav čustva ta, ki določajo stopnjo živjetosti v situacijo in lik. Slednje je pri kratkih improvizacijah včasih težje doseči, zato se poslužujemo orodij, kot sta npr. imaginacija in uporaba različnih telesnih položajev. Posebej pomembno je igranje čustev na različne načine - ne zgolj verbalno, temveč tudi z mimiko, gestami, celim telesom, ipd.. Cilji čustvenih vaj in iger so povečana občutljivost in pozornost, empatija - razumevanje atmosfere, čustev, stanj, energij, različnih izhodišč posameznikov ter njihovih motivov, odnosov in razmerij moči med liki, ipd.

4.1 Odpri/zapri, Potisni/objemi

1. Postavitev: hoja po prostoru
2. Cilj: izkusiti različne občutke, ki jih doživljamo glede na različne telesne položaje
3. Potek igre: Vsi hodijo po prostoru. Ko da mentor navodilo, npr. »Odpri!«, vsi hodijo »odprto«, kakorkoli si že predstavljajo, da naj bi to bilo. Večinoma se telesa naravno odprejo, pogled in glava sta dvignjena. Spodbujamo srečanja, kjer raziskujemo, kako se počutimo, ko koga srečamo, ko smo odprti (kakšno čustvo se nam sproži). Podobno ponovimo z »zaprti« hojo

- kako se počutimo, če je naše telo »zaprto« (pogled navadno usmerjen v tla, igralci se zaprejo vase, srečanje z drugimi navadno ni prijetno). Potem raziskujemo »potisni«, kjer najprej raziskujemo gesto potiska zraka, nato pa zgolj s pomočjo energij svojih teles drug drugega poskušamo odriniti stran (raziskujemo, kako se počutimo, ko odrivamo ali smo odrinjeni). Na koncu raziščemo še objem - najprej objemamo sami sebe, nato poskušamo »objeti« brez dejanskega objema, temveč samo z energijo sprejemamo ljudi, ki jih srečamo, na koncu pa vajo zaključimo z dejanskimi objemi med vsemi udeleženci.

4. Variacije: Igrci dodamo svoje geste ali čustvena stanja in raziskujemo kako se z njihovo pomočjo spreminja naša telesna energija, oziroma, kako se počutimo, ko se s temi energijami srečujemo med seboj. S pomočjo teh gest razmišljamo o gradnji konkretnih likov in karakterjev.

5. Nasveti: Vaja je dobra osnova za razumevanje telesne govornice in kako ta vpliva na naše počutje, ne zgolj obratno.

4.2 Vaje za imaginacijo/senzorično doživljanje

1. Postavitev: hoja po prostoru

2. Cilj: imaginacija različnih okoljskih elementov, ki pomagajo igralcem pri izkušanju različnih energijskih in čustvenih stanj ter občutkov, s katerimi si lahko pomagajo pri gradnji karakterja in v prizorih.

3. Potek igre: Igralci hodijo po prostoru, mentor jih vodi. Začnemo na primer z imaginacijo sonca: »Predstavljajte si, da na vas sije sonce.« Sonce je najprej prijetno, toplo, nam ugaja. Nato sveti vse močnejše, poskušamo si predstavljati kako bi se počutili, če bi res svetilo tako močno. Mentor sprašuje igralce, kako se počutijo - velikokrat so odgovori zelo zanimivi (dvema različnima osebam lahko isti dražljaj sproži ravno nasprotno občutke) Tehnika je uporabna kot »bližnjica« za čustvovanje, saj nam ta navodila pomagajo pri kasnejšem odrskem ustvarjanju in vživljanju v čustvena stanja.

4. Variacije: Poleg sonca, ki sije, lahko uporabimo tudi druge (okoljske) elemente: mraz, veter, voda, ipd..

5. Nasveti: Igralci lahko najprej hodijo, nato se ustavijo, stojijo, sedijo, menjajo položaje, izbirajo tiste, ki jim ustrezajo in nasploh raziskujejo, kako se počutijo v telesu, ko s pomočjo misli usmerjajo svojo energijo in domišljijo.

4.3 Krog zaupanja

1. Postavitev: stojimo v krogu
2. Cilj: podajanje enega od igralcev po krogu tako, da se ta počuti varno in sproščeno
3. Potek igre: Vsi igralci stojijo v krogu čim bližje skupaj, med seboj se dotikajo. Eden od igralcev stopi v sredino kroga, zapre oči in se počasi ter sproščeno, a s čvrstim in trdim telesom, nasloni nazaj, kjer ga ujamejo igralci, ki stojijo v krogu ter ga z lahnim potiskom usmerijo v drugo stran kroga. Nekaj časa si ga tako »podajajo« po krogu, nato pa se sredinski igralec umakne v krog, eden iz kroga pa stopi v sredino ter zapre oči.
4. Variacije: Skupina lahko sredinskega igralca tudi dvigne nad glavo, če je to mogoče in ga nosi naokrog.
5. Nasveti: Gre za vajo zaupanja, zato je posebno pomembno, da ustvarimo okolje, kjer se vsi udeleženi zavedajo, da skrbimo drug za drugega. Če je le mogoče naj se v sredini kroga zvrstijo vsi udeleženci.

4.4 Krogi pozornosti

1. Prizor: igro lahko začnemo v telesnem položaju, ki nam najbolj ustreza
2. Cilj: izkustvo različnih telesnih energij in usmerjanja pozornosti, ki spremeni naše telo in način, doživljanja samega sebe ter sveta okrog nas
3. Potek igre: Vsak igralec si izbere telesni položaj in pozicijo v prostoru, ki mu najbolj ustreza. Mentor najprej usmeri pozornost igralcev v prvi krog pozornosti, v igralce same. Pozornost je torej usmerjena navznoter, telo sproščeno, vsak se ukvarja samo s sabo. Nato mentor povabi igralce, da razširijo svojo pozornost na predmet v svoji bližini ali na najbližjega soigralca, s tem se torej krog pozornosti malce razširi. Nato mentor povabi udeležence v tretji krog pozornosti, ki zaobjema celoten prostor, v katerem se nahajamo. Zadnji krog pozornosti je največji, obsega cel svet, morda celo vesolje. Igralce torej spodbudimo, da usmerijo svojo pozornost v vesolje, v središče zemlje, do neba ...
4. Variacije: Na koncu lahko mentor stopnje pozornosti govori tudi poljubno (1, 3, 4, 2, 3, 1, 3, 4, itd.), igralci pa poskušajo menjati kroge pozornosti tudi bolj tekoče.
5. Nasveti: Mentor opazuje telesne spremembe, ki se igralcem zgodijo, ko preusmerjajo svojo pozornost v različne smeri in jih uporabi pri dramskih situacijah. Pri prvem krogu pozornosti smo večinoma telesno zelo zaprti, nato pa se z vsakim krogom pozornosti malce bolj odpremo. Vaja je

koristna za razumevanje različnih atmosfer, ki jih ustvarjamo s svojimi telesi ter usmerjanja odrske energije.

4.5 Bibiti bibiti bop

1. Postavitev: stojimo v krogu

2. Cilj: čim hitrejši odziv na naloge, ki jih igralcem postavlja tisti, ki stoji na sredini kroga. V kolikor kateremu od igralcev to ne uspe, zamenja tistega, ki stoji v sredini kroga in sedaj on postavlja naloge ostalim.

3. Potek igre: Eden izmed igralcev stoji v sredini kroga in svojim soigralcem »meče« izzive, ki jih morajo opraviti. Če se kateri izmed igralcev zmoti, gre sedaj on v sredino, prvi igralec pa se postavi v krog. »Izzivi« so lahko:

- bibiti bibiti bob (ko sredinski igralec to reče enemu, ki stoji v krogu, mora ta še preden sredinski konča z izgovarjanjem fraze, vskočiti in reči BOB!)

- bob (če sredinski igralec to reče enemu izmed igralcev v krogu, mora ta ostati tiho)

- anti-bob (ko reče sredinski igralec antibob, igralec v krogu počepne in z usti naredi zvok prdca).

Poleg treh osnovnih elementov, imamo tudi slike – vedno jih sestavljajo trije: ta, na katerega igralec v sredini kroga pokaže in njegov levi in desni sosed. Slike, ki jih lahko uporabimo so na primer (po internem dogovoru si skupina lahko izmisli tudi svoje ali vpelje pravilo, da si izzivalec po mili volji izmišljuje elemente, pri čemer treniramo predvsem hitre odzive tistih v krogu):

- Slon: sredinski igralec, ki soustvarja sliko, je rilec (z eno roko se prime za nos, drugo porine skozi luknjo, ki je nastala pri drugi roki in oponaša slonji rilec), njegova soseda sta njegovi ušesi (obstaja več variacij – soseda imata zunanjo roko v bok – ušesa; ali pa se z eno roko dotikata glave z drugo pa nog sredinskega in s tem naredita veliko uho na vsaki strani)

- Triglav: vsi trije sklenejo roki nad glavo, kot nekakšna strešica, sredinski je najvišji, soseda rahlo počepneta, da sta nižja od njega – imamo tri vrhove, ki predstavljajo Triglav

- Ulična svetilka: sredinski stoji in iztegne roko ter odpira in zapira pest (je svetilka, ki utripa), njegova soseda sta kužka, ki lulata nanj (lahko stojita, samo privzdigneta nogo)

- Tri neumne (glupe) opice: igralci si morajo med seboj razdeliti tri elemente, ena izmed »opic« ne vidi, zato si pokrije oči, druga ne sliši, si pokrije ušesa, tretja pa ne govori, pokrije si usta. Če skupina želi, si seveda lahko te elemente že vnaprej razdelimo (npr. sredinski igralec mora vedno

pokriti oči)

- Toaster: soseda se primeta za roke in s tem sredinskega igralca »ujameta« v nekakšno košaro – to je toaster, sredinski pa je toast in mora skočiti in reči: »Sem žel« ali narediti zvok »Ding!«
 - Mešalnik/mikser: zelo podobno toasterju; soseda se primeta za roke okrog sredinskega, ta pa se vrti in dela zvoke mešalnika.
 - Sadovnjak: element, pri katerem sodelujejo vsi krogu, vsi dajo roke nad glavo in so drevo, tisti, na katerega pa je sredinski pokazal, postane hruška in še napihne lica (poleg tega, da drži roke nad glavo)
 - Kamikaze: srednji naredi s prsti narobe obrnjena očala in si jih priglone na obraz, soseda pa se delata, da sta avion, mahata z rokami in spuščata avionske zvoke
 - JFK (džej ef kej): soseda streljata na sredinskega, ta pa z eno roko kaže, kako mu kri škropi iz glave
 - Tri sardine v vetru: vsi trije igralci se stisnejo skupaj, eden od sosedov pa se mora z zunanjo roko udarjati po boku (ker so v vetru)
 - Papež: sredinski igralec je papež in maha, soseda sta na kolenih in molita
 - James Bond: sredinski igralec je James Bond in drži namišljeno pištolo, soseda pa sta oboževalki, ki z rokami potujeta od glave do pete James Bonda in ob tem (običajno s poudarjeno cvilečim glasom) rečeta Ooooo, James!
4. Variacije: Nekateri elementi izhajajo iz popularne kulture, ki je današnji otroci morebiti ne poznajo več, npr. JFK. Zato si poljubno izmislite svoje, nič ni narobe, če se poslužujete starejših verzij igre, oziroma otrokom razložite kontekst izbranih elementov.
5. Nasveti: Igra se igra kar se da hitro. Cilj je, da govorimo razločno (bibiti bibiti bob je namreč tudi vaja za izgovorjavo) in naglas. Glavni cilji igre so sproščenost, igrivost in hitre reakcije.

4.6 Številke namesto besed

1. Prizor: navadno za dva igralca
2. Cilj: odigrati prizor v katerem igralci namesto besed uporabljajo številke, ki predstavljajo nekakšen džibriš - izmišljen jezik, ki pa mora s svojimi poudarki, intonacijo in zvenom ustrezati vsebini povedanega
3. Potek igre: Igralca, ki igrata prizor, lahko za komuniciranje uporabljata zgolj številke. Številke lahko govorimo po vrstnem redu, začeniši s številko 1 (npr. A: 1, 2, 3, 4, 5, 6!; B: 7, 8!; A: 9, 10, 11, 12..). Gledalci lahko kot izhodišče izberejo dogajalni prostor, odnos med igralcema, problem,

karkoli, igralca nato na izbrano temo odigrata prizor. Lahko si igralca zamislita situacijo, na koncu pa gledalci ugibajo, o čem naj bi prizor govoril. Zadnja možnost je, da igralca začneta brez izhodiščnega predloga ter se spontano odzivata drug na drugega in sproti odkrivata zgodbo. Po koncu prizora publiko vprašamo, o čem je po njihovem mnenju govorila zgodba, nazadnje pa svojo izkušnjo podelita še nastopajoča.

4. Variacije: Namesto zaporednih številk govorimo poljubne (in se morda igramo s ponavljanjem številk ipd.), ali npr. izberemo samo števila od 1 do 10.

5. Nasveti: Vaja spodbuja raziskovanje neverbalnega komuniciranja, uporabo telesa in raziskuje tudi pod tekst povedanega. Spodbujamo uporabo različnih čustev, razmislek o tem, kaj povemo, predvsem pa intuitivne odzive in raziskovanje neverbalnih elementov komunikacije.

4.7 Čuskok

1. Prizor: navadno za dva igralca

2. Cilj: odigrati prizor, pri katerem se igralci ustrezno odzivajo na čustvena stanja, ki jim jih med prizorom določa mentor

3. Potek igre: Dvema igralcema občinstvo določi izhodiščni predlog (npr. prostor, problem, dogodek, odnos, ipd.) ter 10 različnih čustvenih stanj, ki jih mentor zapiše na listek. Igralca začneta igrati prizor, vmes mentor poljubno govori posamezna čustvena stanja, ki jih morata igralca prevzeti ter tudi upravičiti nenadno menjavo čustva. Vseh 10 čustvenih stanj uporabimo vsaj enkrat, lahko pa nekatera uporabimo tudi večkrat.

4. Variacije: Poleg čustev dodajamo stopnje čustvovanja ali pa dodamo določene karakteristike (ki niso čustva, a so lahko dober navdih za karakter/prizor, npr. šaljivec, redoljuben, pijan, ipd.).

5. Nasveti: To je predvsem vaja za razumevanje, kaj sproža čustvene odzive, saj morajo igralci v čim krajšem času najti razloge za nenadno spremembo čustvenega stanja. Obenem je to tudi vaja za odrsko akcijo ter zgodbo, saj ju je včasih ob čustvenem vrtiljaku pogosto težko ohranjati. Nenazadnje s to vajo raziskujemo karakter in njegove značilnosti znotraj različnih čustvenih stanj.

4.8 Statusne slike

1. Postavitev: dva igralca drug ob drugem na odru

2. Cilj: opazovanje enega od igralcev, kje in kako stoji ter kakšen je njegov

telesni položaj ter glede nanj zasesti višji ali nižji status - odvisno od dogovora

3. Potek igre: Eden od igralcev začne tako, da naredi pozo npr. nizkega statusa. Igralec ob njem si ga ogleda in poskuša s svojim telesom zasesti še nižji statusni položaj. Gledalci sodelujejo in potrdijo, če/ko to uspe, je na vrsti spet prvi igralec, ki zapusti prejšnji pozo in poskuša zasesti še nižji položaj in tako naprej dokler najdemo najnižjih/najvišjih statusnih poz.

4. Variacije: Slike so lahko izhodišče za prizor.

5. Nasveti: Posebno pomemben je pogovor z gledalci - kako vemo, ali ima nekdo visok ali nizek status, kaj sploh so statusi in družbena razmerja med posamezniki, kako svoje telo nosijo karakterji nizkega ali visokega statusa, ipd.

4.9 Podajanje predmeta v krogu s statusi

1. Postavitev: stojimo v krogu

2. Cilj: na preprost način raziskujemo statusne interakcije

3. Potek igre: Eden izmed igralcev v krogu poda namišljen predmet svojemu sosedu na način, kot bi ga podala oseba visokega ali nizkega statusa - naj bo zelo očitno. Tisti, ki predmet sprejema, ga mora sprejeti v nasprotnem statusu, kot ga prejema (primer: če mi sosod poda v visokem statusu, moram predmet sprejeti v nizkem statusu in obratno). Nato se počasi obrne proti naslednjemu sosedu in zamenja statusni položaj (če je sprejel v nizkem, torej poda naprej v visokem statusu, in tako do konca kroga).

4. Variacije: Igro igramo tako, da igralci statuse pri podaji izbirajo poljubno - zelo zabavno je namreč ugotavljati, kako si predmet izmenjata dva visoko ali dva nizko statusna karakterja.

5. Nasveti: Igra je lahko zelo zabavna, sploh če statuse poskušamo potencirati. Predstavlja odlično izhodišče za raziskovanje odnosov in dinamike med karakterji v prizoru ter tudi med različnimi posamezniki v vsakdanjem življenju. Pomembno je tudi to, da je nizek status prav tako pomemben kot visok, če ne še bolj (ni kralja brez služabnika).

4.10 Menjava statusov

1. Prizor: dva igralca na odru

2. Cilj: začeti prizor z jasnim statusnim odnosom, ki ga želimo do konca prizora obrniti (npr. šef konča prizor z nižjim statusom kot zaposleni)

3. Potek igre: Gledalci dvema igralcema določijo jasen statusni odnos (npr. učitelj in učenec) - jasno povemo, kdo ima višji in kdo nižji status. Nato igralca igrata prizor, njun cilj pa je, da najdeta smiselni preobrat v zgodbi, ki vpliva tudi na njun status - v prizoru se tako zgodi nekaj, kar obrne razmerja moči med njima. Tako mentor, kot gledalci, lahko prizor aktivno spremljajo in v primeru težav pri menjavi, predlagajo, kako lahko učitelj svoj status zniža, učenec pa zviša.
4. Variacije: Prizor lahko igramo tudi obratno, tako, da začnemo z netipičnimi statusnimi razmerji in jih potem obrnemo nazaj (učenec ima tako višji status kot učitelj, nato pa do konca prizora obrneta).
5. Nasveti: Vaja je namenjena predvsem razmisleku in raziskovanju načinov pridobivanja in izgubljanja družbene moči - s čim posamezniki opravičujejo svoj položaj, kako lahko drugemu pomagamo status zvišati/znižati, ipd.

4.11 Številke - statusi/čustva

1. Prizor: 3 do 5 igralcev na odru
2. Cilj: igranje statusov ali čustev na različnih stopnjah ter raziskovanje razmerij med karakterji
3. Potek igre: Igralci se postavijo na oder, vsak od njih dobi listek s številko, ki označuje njegov statusni položaj na odru in je ne pove nikomur - niti soigralcem, niti gledalcem. Gledalci določijo izhodiščno situacijo ali dogodek. Igralci odigrajo prizor, v katerem zgradijo karakter glede na določeno statusno številko. Obenem poskušajo ugotoviti statusne položaje drugih, saj se samo glede nanje, lahko tudi sami statusno umestijo. Na koncu poskušajo gledalci ugotoviti, kateri statusni položaj je kdo zasedal.
4. Variacije: Namesto statusnih položajev lahko številke označujejo stopnje čustev, ki jih morajo posamezniki igrati.
5. Nasveti: Ko je igralcev na odru več, kmalu ugotovijo, da ne morejo (in ne smejo) vsi hkrati govoriti, zato se morajo posluževati različnih telesnih položajev in neverbalne komunikacije. Vaja je zelo koristna tudi za prepoznavanje mehanizmov moči - na kakšen način nekdo kaže svoj višji/nižji položaj glede na druge, ipd.

4.12 Čustveni virus

1. Prizor: navadno za 4 igralce

2. Cilj: odigrati prizor, v katerem igralci drug drugega okužijo s svojimi čustvi
3. Potek igre: Trem igralcem gledalci določijo vsakemu svoje čustvo. Četrti igralec je gostitelj zabave (razlog zanjo lahko določi publika in je lahko neobičajen), ostali trije pa gostje. Gostitelj začne prizor v katerem koli čustvenem stanju. Prvi gost s svojim prihodom na oder okuži s svojim čustvom še gostitelja in prizor se nadaljuje v tem čustvu. Tudi drugi obiskovalec s svojim prihodom s svojim čustvenim stanjem okuži oba igralca na odru. Ko vstopi tretji, okuži vse zbrane. Ta, ki je prišel zadnji, odide prvi, s seboj pa odnese svoje čustvo - spet so vsi okuženi s čustvom drugega gosta. Igralci odhajajo iz odra v obratnem vrstnem redu prihodov, gostitelj navadno sam zaključi prizor.
4. Variacije: Namesto čustev, lahko igralci prinesejo tudi različne žanre ali igralske tehnike (igramo v tišini/džibrišu/pretiravamo/pojemo/plešemo, itd.).
5. Nasveti: Igramo se s čustvenimi stopnjami - ker ne moremo govoriti vsi naenkrat, moramo čustva igrati/čutiti s telesom, prav tako pa tudi tu iščemo razloge za nenadno menjavo čustev, ki se zgodi s prihodom/ odhodom enega od igralcev.

4.13 Šizo randi

1. Prizor: navadno za 4 igralce
2. Cilj: trije igralci izmenično igrajo en karakter v različnih čustvenih stanjih, četrti pa skrbi, da prizor napreduje, se razvija in sprejema ter daje ponudbe
3. Potek igre: Štirje igralci igrajo dva različna karakterja. Gledalci trem igralcem določijo vsakemu svoje čustvo ter nek izhodiščni predlog za zmenek (npr. prostor). Četrti igralec in prvi od treh (ki tvorijo drug karakter), začneta prizor dveh oseb, ki gresta na zmenek. Med prizorom se trije, ki skupen karakter, menjajo z besedo »Stop!«. Karakter s prihodom novega igralca zamenja čustvo, obenem pa prevzame predhodni telesni položaj, nadaljuje stavek, če je to potrebno, skratka igra isti lik, le da ima drugo čustvo. Tri osebnosti se tako med prizorom večkrat zamenjajo, četrti igralec pa kljub »Stop-u!« ne zamrzne, temveč igra prizor neprekinjeno naprej.
4. Variacije: Namesto zmenka poznamo tudi variacijo "Šizo psihiater", kjer ima bolnik neko težavo, psihiater pa je sestavljen iz treh različnih osebnosti, ali pa izberemo poljuben šizo poklic.
5. Nasveti: Posebej pomembno je sprejemanje vsega, kar so vzpostavili predhodniki, dobro poslušanje in hitro odzivanje na dogajanje v prizoru.

Splošne smernice uporabe gledališke improvizacije v pedagoške namene:

- Igre/vaje so ljudsko gradivo - za lastne namene jih lahko priredite, spremenite, obrnete, zavijete, kaj dodate, odvezmete - gre za ustvarjalno gradivo, ki vabi k ustvarjalni uporabi.
- Zelo priporočljivo je začeti z igrami, ki spodbujajo uporabo telesa in zabavno delanje napak, navadno sta to področji, ki nam v šolskem okolju najbolj primanjkuje.
- Eden glavnih ciljev gledališke improvizacije, tako pri igrah, kot prizorih, je pomagati drugim, a zgolj v smislu njihovega podpiranja, ne pa tudi opravljanja nalog namesto njih.
- Tudi poučevanje improvizacije je igranje - spodbujamo igranje s statusi, raziskujemo in prevprašujemo vlogi učitelja in učenca in spodbujamo prevzemanje odgovornosti za situacije s strani mladih (so soustvarjalci in soodgovorni pri izkušnji, pogosto pa tudi sami učitelji) ter upoštevanje idej, predlogov, pobud in komentarjev mladih s strani učiteljev.

Impro je zabaven, energičen, pozdravlja tveganje, napake in neuspeh, spodbuja angažiranost, zavzetost, vključenost. Je poligon za nabiranje novih izkušenj, sodelovanja, spontanih odzivov, razvija samozavest, ustvarjalnost, zaupanje, domišljijo in ponuja za vsakogar nekaj. Je tudi oblika vaje čuječnosti tukaj in zdaj ter predstavlja odlično orodje za spodbujanje navdušenja nad gledališko umetnostjo nasploh.

Kakorkoli.

Impro je pogosto zelo podoben ljudskemu izročilu, ljudje pa eno igro na različnih delih sveta in v različnih skupinah, lahko igrajo na zelo različne načine, zato spodbujamo ustvarjalnost in inovativnost - do mere, da je igra v užitek in še sledi svojemu namenu.

SLOVARČEK

Impro proces: Aktivna izkušnja impro iger in impro filozofije, posebej primerna za nezavedno učenje

Impro igra: Igra z vnaprej določenimi pravili, ki navadno spodbuja različne impro vrednote

Ogrevalna igra: Igra, ki jo uporabljamo pred začetkom vaje za ogrevanje telesa, glasu in možganov

Ponudba: Kakršen koli navdih, ki se zgodi med nastopom - partnerjeve besede, gibanje, ideje, zvoki iz občinstva, morebitne pomote (karkoli lahko sprejmemo in vključimo v zgodbo prizora)

Asociacija: Prva beseda/stvar/pojem, ki pade posamezniku na misel, ko sliši/vidi/zavoha/izkusi nekaj

Predlog: Navadno podan s strani občinstva, navdih za prizor (dogajalni prostor, odnos med karakterji na odru, problem, zgodovinsko obdobje, čustvo, ipd.)

Mentor: Mentor je tukaj mišljen kot vodja skupine, ki izvaja impro proces. Včasih mentor nastopa tudi v vlogi moderatorja

Igralec ob strani: Pri nekaterih impro igrah in disciplinah je navada, da igralci stojijo/sedijo na obeh straneh odra, sredina odra pa je prazna. Igralec ob strani je torej ta, ki v danem trenutku ne igra v prizoru, a je pripravljen, da pomaga prizoru ali igri, če je to potrebno.

Moderator: Oseba, ki povezuje igralce in občinstvo - pobira predloge, razlaga pravila iger ali disciplin ter skrbi za potek impro dogodka ali predstave. Na vajah je to pogosto mentor.

Zakaj je tako pomembno in nujno potrebno vključiti impro proces v naše gledališko in pedagoško delo?

- Da se povežemo
- Da aktiviramo sebe in druge
- Da v sebi in drugih najdemo igrivost, sprostitev, odprtost in zabavo
- Da se opogumimo in preženemo tremo
- Da identificiramo in izražamo svoje vrednote
- Da iščemo nove vire navdiha
- Da navdihnemo mlade za pogostejše obiskovanje gledališč
- Da bolje poslušamo in slišimo sebe ter druge
- Da se naučimo popolnoma predati
- Da dobimo izkušnjo, da je neuspeh neizogiben del življenja ter hkrati tudi vir navdiha in priložnosti za učenje
- Da vzpostavimo dialog in utelesimo statusne razlike
- Da mladini damo njihov lasten glas
- Da se naučimo sprejemati sebe in druge
- Da spoznamo moč in podporo, ki nam jo daje skupina
- Da smo bolj prisotni
- Da smo svobodni
- Da živimo gledališče in se igramo življenje