

GUIDA ALLE TECNICHE DI IMPROVVISAZIONE









PARTNER

Liceul Teoretic Grigore Moisil Timisoara (Romania)

CPIP-Center for Promoting Lifelong Learning
(Timisoara, Romania)

C.E.I.P.E.S-Centro Internationale per la promozione dell'educazione e lo Svilluppo (Palermo, Italia)

BrainLog (Odense, Danimarca)

Directorate of primary education of western (Thessaloniki, Grecia)

Instruction and Formation (Dublino, Irlanda)

Smart Umbrella (Thessaloniki, Grecia)

De La Salle College (Dublino, Irlanda)



















INTRODUZIONE

L'improvvisazione teatrale, chiamata anche improvvisazione o, in inglese, "improv", è una forma di teatro, spesso una commedia, in cui la maggior parte o l'intera performance non è pianificata o scritta, ma è creata in modo spontaneo dagli attori.

L'improvvisazione è stata utilizzata come strumento di implementazione nella seconda parte del progetto tramite una serie di workshop focalizzati su tre aspetti: espressione **VISIVA**, **VERBALE** e **DEL CORPO**.

L'**obiettivo** dei workshop era applicare l'improvvisazione nelle classi come strumento educativo per sviluppare capacità di comunicazione, di problemsolving creativo e di supporto del team.

I partner hanno condotto insieme ai giovani tre diversi tipi di workshop, ai quali hanno partecipato più di **500 studenti e docenti** che hanno appreso le diverse tecniche di improvvisazione.

Questa guida alle tecniche di improvvisazione incentrata sui tre aspetti menzionati (espressione verbale, visiva e del corpo) comprende **80 diversi consigli** per lo sviluppo delle tecniche.







1.Thinking Corridor: dividi i bambini in 2 gruppi e, dopo aver fermato una storia ad un dato punto, fai in modo che ciascun gruppo pensi ad una diversa versione del sequel. Tutti i membri del gruppo devono prendere parte alla decisione, ponendo l'enfasi sul consenso e sulla soddisfazione di ognuno.

2. Guardati in video:

Qual è il modo migliore per visualizzare i tuoi punti di forza e di debolezza e migliorarti? Registrati e riguarda il video! Questo metodo è un must per gli oratori e dovrebbe esserlo anche per te. Non ti piace vederti in video? Supera questa paura! Se vuoi che altre persone ti guardino, devi riuscire a guardarti tu per primo. E' uno dei modi più efficaci per migliorare la propria performance in qualsiasi situazione!







3.Movimento "alla cieca"

Non sai cosa dire o cosa fare? Fai un movimento .
"alla cieca"!

Passa un oggetto invisibile a qualcuno che ti dirà di cosa si tratta. Il movimento è "cieco" perché non sai cos'hai in mano fino alla fine.

Puoi farlo anche da solo: prendi un oggetto immaginario senza sapere cosa sia, esegui alcuni gesti o movimenti e giustificali soltanto alla fine.

Tendi la mano per prendere qualcosa: può essere il guanto da baseball di quando avevi 7 anni, oppure le scarpe di un neonato inesistente, o la mappa del tesoro che ti hanno lasciato i tuoi genitori.



4.Indossa dei costumi:

Anche in questo caso puoi semplicemente fingere davanti agli altri di stare indossando un'armatura o qualsiasi altro indumento.

Ricordi quant'era divertente travestirsi da piccoli? Tutti i bambini lo fanno: è un gioco divertente, spiritoso e aggiunge un elemento di varietà.

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union





5.Progetto Rock Art:

Gli studenti sono stati invitati a ideare e realizzare un'immagine da dipingere su delle piccole pietre circolari.

Queste ultime sarebbero state poi utilizzate nel nostro Giardino del Benessere. Il tema era "celebrare la diversità e l'inclusione". Le pietre sono state inizialmente coperte con uno strato di acrilico; gli studenti hanno poi disegnato l'immagine con una matita e, una volta soddisfatti, l'hanno ridefinita con i colori acrilici.

6. Definizione:

Aiuta a mantenere i bambini attenti e promuove il processo immediato di decisionmaking. Leggi la storia e concedi ai bambini un lasso di tempo specifico per esprimere sé stessi e le loro opinioni.







7. Riconosci l'emozione:

Non è un gioco reale, ma un test di riconoscimento emotivo: vengono mostrate delle facce che esprimono diverse emozioni (anche le meno comuni, come disprezzo o angoscia) e i bambini devono commentarle esprimendo le loro opinioni a riguardo.



9.Dove ti trovi?

In questa attività bisogna scegliere una persona che chiuderà gli occhi e un'altra che guiderà i movimenti del gruppo. Tutti schioccano le dita o scuotono la testa e, ad esempio, imitano ogni movimento successivo. Lo studente con gli occhi chiusi deve identificare il leader del gruppo. Questo esercizio facilita la coerenza e la cooperazione tra i partecipanti.

8.Musica e suoni:

Qualsiasi attività che includeva elementi musicali o sonori si è rivelata estremamente interessante per gli studenti e ha permesso loro di esprimersi personalmente, in modo sia divertente che serio.



10.Storia in playback

E' un'attività di improvvisazione in cui il narratore, il mimo/i mimi e il cantante/i cantanti collaborano per ricreare un momento della storia esaminata: il narratore inizia la narrativa. sequenza il mimo interpreta ciò che e il sente cantante accompagna con strumento a sua scelta, a seconda di ciò che sente e vede.





11.Canta! Canta! Canta!

Se fai improvvisazione, prima o poi finirai anche per cantare!

Tieni duro e canta! Inizia a fare pratica: puoi riprodurre brani musicali senza un testo e inventarlo tu, oppure iniziare a cantare e lasciare che gradualmente esca fuori una melodia.

Molte persone hanno una strana fobia nei confronti del canto: molte di loro si giustificheranno dicendo 'Non so cantare, non esiste una voce peggiore della mia!"

In realtà, magari, in passato hanno ricevuto commenti negativi sul loro modo di cantare e questo ha ferito i loro sentimenti. Potresti persino essere stato TU a fare un commento del genere! Non importa. E' tutta una questione di autostima.





12. Il corpo della conoscenza:

Alcune scene della fiaba sono state messe in atto in un teatro delle ombre tramite i corpi dei bambini: questi ultimi hanno descritto la storia utilizzando esclusivamente i loro corpi e le ombre.

Lascia che sia il tuo corpo a recitare!

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union



13.Grammelot:

Lo scopo del gioco è inventare un linguaggio completamente nuovo (ad esempio utilizzando fischi o suoni) e improvvisare una scena utilizzando questa lingua.

16. Riscrittura:

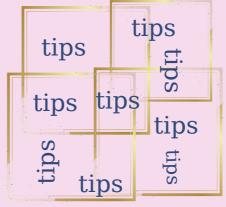
La riscrittura di una storia esclusivamente tramite aggettivi e avverbi si è dimostrata molto utile, poiché gli studenti hanno potuto includere tutti i sentimenti derivanti dalla scuola o dalla loro vita personale, e sono stati in grado di esprimerli attraverso i personaggi della storia.

18. Trova il ritmo:

Gli studenti usano degli strumenti musicali per esprimere le caratteristiche dei personaggi attraverso e il ritmo. musica L'insegnante produce dei suoni che αli studenti riproducono in base alle emozioni che ogni parte della storia potrebbe trasmettere.

14.Enigmi:

Gli studenti ricreano il dialogo dalle storie inventando degli enigmi. Ogni indovinello deve enfatizzare dei valori come amicizia, onore, accettazione, ecc. La reazione degli altri studenti deve avvenire anch'essa sotto forma di indovinello.



15.Storie personali:

L'azione di improvvisare e creare la propria storia è molto importante perché permette agli studenti di sprigionare la loro creatività senza seguire la stessa struttura.

17. Personaggio che danza
Gli studenti ascoltano un
estratto da una storia mentre

guardano l'immagine ritraente un personaggio. Ad un certo punto, l'insegnante riproduce un sottofondo musicale a suo piacimento, e il frammento/personaggio

inizia a ballare.

19. Il pupazzo e il marionettista:

Sul palco c'è un pupazzo: non può né muoversi né parlare, semplicemente deve seguire le parole del suo marionettista e interpretare una scena con ogni parte del corpo.

<u>20.Angeli e demoni</u>:

Due gruppi si affrontano: uno si trova al centro e cerca di intonare un canto corale, mentre l'altro prova a fermare il primo gruppo parlando ad alta voce o emettendo suoni e versi.







21.Il cubo dei sentimenti:

Ogni valore o sentimento aveva un colore specifico, e gli studenti hanno rappresentato nei loro cubi tutti i sentimenti estrapolati dalla storia e le emozioni provate sin dall'inizio.

22.La statua

Esercizio da svolgere in coppie: una persona è lo scultore e l'altra è il blocco di argilla da modellare. Un facilitatore decide un tema e lo scultore deve riuscire a rappresentare la propria idea del tema nel blocco di argilla.







23. Piccoli cambiamenti nel linguaggio del corpo per grandi risultati
Diventare un ottimo improvvisatore significa essere anche un esperto di
linguaggio del corpo!

Quante volte sbatti le ciglia? Quanto gesticoli? I tuoi movimenti sono veloci o lenti? Parli di più ad alcune persone piuttosto che ad altre? Quanto è veloce la tua risposta a una domanda? Ridi spesso? Sei silenzioso o logorroico? Sorridi spesso? La tua postura è dritta o incurvata? Cammini molto o stai fermo?

Se modifichi uno di questi aspetti, cambieranno automaticamente anche gli altri. Modifica la tua postura e probabilmente cambierai anche il contatto visivo e la velocità dei movimenti. Modifica il numero di volte in cui sbatti le ciglia e cambierà anche il tuo modo di camminare.

Focalizzati su un aspetto specifico del linguaggio del corpo e scopri cos'altro cambia di conseguenza. Scopri gli effetti di tali cambiamenti.

Persino le cose più piccole possono avere un impatto enorme!

24. Fai progredire la storia:

Spesso, le scene si "bloccano" in un litigio, una conversazione o un gossip, evitando qualsiasi tipo di azione interessante.

Prima che ciò accada, cerca di far progredire la storia. Trova un cadavere, incontra un fantasma, scopri un segreto sul tuo amante. Minacce, ricerca, seduzione...qualsiasi cosa che possa mandare avanti la scena!

25.Sequenza immagini:

Questa tecnica utilizza una serie di frammenti di immagine messi insieme per esprimere emozioni o valori specifici che ciascun frammento rappresenta. Va notato che è possibile scegliere la sequenza seguendo un ordine, oppure, per un maggiore effetto ed enfasi sul valore finale, in modo casuale.







26.Brainstorming delle storie:

Nel lavoro con gruppi misti di bambini è stato utilizzato un "turbinio" di idee e parole per permettere loro di esprimere sentimenti di amicizia, ingiustizia/giustizia, fiducia, onestà e solidarietà, in modo che potessero interpretare e capire meglio tali concetti.

27.Dialoghi ChatterPix:

Gli studenti hanno creato dei pupazzi e hanno poi utilizzato l'app ChatterPix per dare loro voce e recitare le battute delle storie, il tutto registrando le proprie voci tramite l'applicazione.









28.Registra ed esprimiti:

Gli studenti sono liberi di creare la propria versione della storia e improvvisarla mentre si registrano. Con questa procedura non è necessario che seguano la trama della storia poiché possono crearne un'altra sul momento comunicando gli uni con gli altri e collaborando.

29.Creazione dei personaggi:

Un altro ottimo esercizio è permettere agli studenti di usare degli utensili per realizzare i propri personaggi. In tal modo, potranno identificarsi con i pupazzi creati e personalizzarli.







30.Cambia il tuo ritmo:

Alcune persone parlano e si muovono lentamente, altre parlano velocemente e gesticolano di continuo!

Se vuoi ritrarre diversi personaggi e personalità, ti conviene modificarne il "ritmo"! E' uno dei modi più semplici ed efficaci per creare una caratteristica diversa. Avere anche solo una camminata diversa da quella di un altro personaggio può essere un modo utile per far divertire il pubblico.

31. Crea la tua versione unica:

Gli studenti hanno creato la propria storia tramite la tecnica Gibberish e l'hanno narrata ai propri compagni utilizzando parole non convenzionali. Questo esercizio è servito a stimolare le emozioni degli studenti che cercavano di capire la storia e a creare forti legami all'interno del gruppo.

32.Poesie:

Inventa delle poesie a partire dalle storie ed esprimiti facendo pratica con gli esercizi sul contatto visivo e la gesticolazione.

33.La creatività è importante:

Permettere agli studenti di essere creativi per realizzare la propria presentazione visiva significa anche lasciare che trovino delle immagini che secondo loro sono rappresentative di determinati valori.

34.Collage dei sogni:

Basandoci sulla frase "Sono un'amica di Robin e mi sono addormentata nella foresta. Cosa sto sognando?", e facendo prima una sessione di brainstorming su emozioni, colori, volti, animali e luoghi del sogno, i bambini hanno espresso la propria versione del sogno tramite collage e discussioni, assumendo il ruolo di eroi della favola.

35.Modella personaggi di argilla:

Mentre l'insegnante legge la storia o un estratto, gli studenti modellano i personaggi di cui sentono parlare e li dispongono a loro piacimento.







36.Collage su carta e cartoncino:

Gli studenti hanno scelto il valore dell'amicizia e hanno estratto degli aspetti specifici dalla storia che ritenevano essere importanti per tale valore.

37.Replica:

Gli studenti cercano di rappresentare la storia originale nel modo più accurato possibile, seguendo la stessa idea, colori, contesti e messaggio generale.







CONSIGLI PER

L'IMPROVVISAZIONE

38.Impronte digitali:

Gli studenti sono stati invitati a segnare le loro impronte intorno alle parole "We are Salle".

Lo scopo è costruire un senso di inclusione e appartenenza. Materiali: inchiostro e carta.

39. Statue:

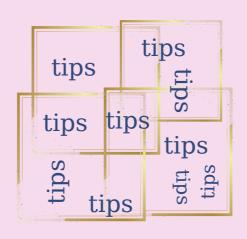
Gli studenti usano i propri corpi ed espressioni facciali per mostrare paura, coraggio, tolleranza, amicizia e altri valori che considerano importanti per la storia.

40.Interferenze nella lettura:

Una persona legge un testo mentre qualcun'altro cerca di disturbare parlando a voce alta.

41.Libera la tua creatività:

Promuovere la creatività e l'immaginazione tramite la realizzazione di pupazzi improvvisati per il teatro di figura con gli eroi della storia.



42.Lavoro in coppia:

Quando lavorate in coppia assicuratevi di scegliere un partner che abbia competenze che aiutino a migliorare l'autostima e la creatività – in questo modo avrete a disposizione diversi set di abilità e interessi.

43.Gioco di ruolo:

Sviluppo della cooperazione e delle abilità di scrittura la creazione del tramite personaggio principale su un cartoncino e la registrazione di aggettivi che lo caratterizzano e dei valori proiettati nella storia. Gli studenti hanno descritto e interpretato il personaggio principale in modi diversi.

44. Libertà:

Dire agli studenti di non usare parole o suoni ma soltanto i loro corpi per improvvisare le storie è molto utile, poiché permette loro di avere una sfida e capire al meglio la comunicazione non verbale e i suoi benefici.

45.Scenario in classe:

E' importante creare uno scenario in classe in cui nessuno studente si senta a disagio o prenda in giro le attività, poiché è possibile che alcuni studenti si sentano fuori luogo.







46.Usa oggetti di scena!

L'improvvisazione è incredibile perché ti permette di fare teatro e intrattenimento anche su un palco vuoto o persino senza un palco. Ciò non significa che dev'essere per forza così!

E se invece avessi a disposizione una serie di oggetti di scena? Potrebbe aprirti le porte a una maggiore inventiva e creatività rispetto a non averne proprio. Non hai certo bisogno di un divano magico: ti basterà qualche costume e oggetto per aggiungere più varietà e possibilità alla tua improvvisazione.

47.Usa il tuo corpo!

Hai mai sentito parlare della sindrome della testa parlante? E' quando la scena ha inizio e l'unica cosa che si muove è la bocca degli attori.

> "Blah, blah, blah!" Basta!

Usa il tuo corpo! Muoviti! Fai dei movimenti "alla cieca". Tocca qualcosa. Stenditi sul pavimento. Spostati nella stanza. Striscia. Siediti. Mettiti in piedi. Rotola. Fai il morto! Qualsiasi cosa, purché non resti fermo a parlare.









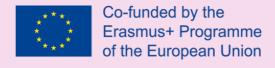
48.Espressione mimica:

Classico esercizio di mimo:
i partecipanti devono
improvvisare una scena in
base a un tema specifico
senza l'uso della parola, ma
soltanto tramite
espressioni e gesti.

49.Sotto pressione:

Dare un limite di tempo è utile in quanto lo studente non si limiterà a ricevere il materiale (foto, ecc.) e dedicare troppo tempo alla creazione della storyline. In questo modo potrà infatti focalizzarsi esclusivamente sull'improvvisazione, sulle espressioni e sulla creatività dei fattori visivi, piuttosto che sui materiali.







50. Disegna l'immaginazione

Questa è la prima e più immediata reazione dei bambini che, stimolati dall'ascolto della storia, esprimono in modo diretto e senza difficoltà la loro immaginazione, rappresentandola sulla carta con i loro utensili da disegno. Disegnando gli eroi delle storie a modo loro, i bambini si sentono liberi di esprimere le loro emozioni e la loro immaginazione.

51. Lo specchio:

Due giovani si guardano negli occhi e cercano di anticipare l'uno le mosse dell'altro, proprio come se si stessero guardando allo specchio. Devono imitare tutto: dai movimenti alle espressioni facciali.

52.Disegno digitale:

Usa applicazioni digitali per rappresentare le idee principali delle tue storie preferite. Ricrea dipinti importanti su Paint o Photoshoop.

53. Dialoghi improvvisati:

Rappresenta un personaggio o un gruppo, trasmetti le emozioni, i sentimenti e i valori necessari alla scena e improvvisa le battute (domande, risposte e discussioni).

54. Identifica la storia:

Fornisci ai bambini una storia o un tema centrale: alcuni di loro saranno liberi di esprimerla tramite il loro corpo, mentre gli altri dovranno identificare il tema o la storia improvvisati.

55. Emetti i versi delle emozioni:

Nella vita reale, tutti noi emettiamo versi di ogni tipo, come "Ah! Oh! Hmmm. Ooops! Argh! Ohhhh! Ummm hmmm!", senza neanche accorgercene. Eppure, non appena saliamo sul palco e iniziamo ad essere nervosi, entriamo in modalità "testa parlante" e non riusciamo più a fare quei versi che normalmente faremmo.

Quindi, anche se all'inizio potrà sembrarti innaturale, quando reciti cerca di aggiungere alcuni suoni e vedi come va!







56. Lingua dei segni:

Usa la lingua dei segni per mandare messaggi d'amore, felicità, tolleranza. Crea un dialogo "muto" in cui alcuni studenti scrivono le battute che un "traduttore" recita al posto loro.

57.Mix di scene e giochi diversi:

Quando crei uno spettacolo assicurati di includere abbastanza elementi di varietà per intrattenere sia te che gli altri. Se hai ripetuto sempre gli stessi tipi di scene e giochi fino a perdere l'interesse, cambiali e prova qualcosa di nuovo!

Combina scene con due persone, tre persone, sei persone o anche una sola.
Coinvolgi il pubblico. Accogli suggerimenti e poi rifiutali. Fai qualcosa di divertente e poi qualcosa di serio. Recita scene mute e poi scene con dialoghi.







CONSIGLI PER

L'IMPROVVISAZIONE

58. Produzione letteraria

Utilizzando il testo di una storia come punto di partenza, i ragazzi hanno sperimentato e giocato con gli schemi di parole risultati dalla lettura e dalla creazione di una nuova versione della storia tramite nuove parole e valori.

61.Improvvisazione "monca":

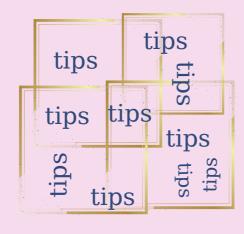
Vengono forniti un tema e una penalità legata al corpo (ad es. non puoi usare una gamba): gli attori devono interpretare l'intera scena senza utilizzare una data parte del corpo.

63. Gara di improvvisazione:

Gli studenti, divisi in squadre (ad es. ragazze vs. ragazzi) devono disegnare su un un valore della bialietto storia. A turni devono rappresentare aesti, a tramite euritmia, ciò che c'è scritto sui biglietti. giudice stabilirà la squadra vincente.

59.Drammatizza la tua opinione

Gli studenti esprimono la loro opinione su argomenti di valore e, divisi in squadre, la manifestano attraverso il loro corpo, con mosse, sentimenti ed espressioni diverse.



64.Improvvisazione libera:

Classico esercizio di improvvisazione teatrale: i partecipanti devono usare il proprio corpo, lo spazio e degli oggetti per ricreare una scena.

60. Immagine immobile:

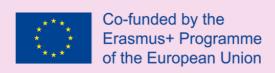
Cerca di creare delle immagini immobili utilizzando le storie per esprimere i sentimenti e i ruoli dei personaggi principali. Questo motiva gli studenti ad agire ed esprimere i loro sentimenti velocemente.

62.Body paint:

Dipingetevi i volti e i corpi con colori che rappresentino paura, felicità o coraggio. Create un arcobaleno sulla base delle emozioni estratte dalle storie. I corpi sono come tele o album di foto raffiguranti le emozioni della storia.

65.Improvvisazione emotiva:

Usa una storia specifica e crea un catalogo dei sentimenti dei protagonisti. Questo esercizio di "riscaldamento" mira a motivare gli studenti ad esprimere i loro sentimenti tramite i movimenti del corpo e l'espressività, senza parlare.







66. Azione che non progredisce:

Questa attività può essere molto divertente..

Immagina di essere in procinto di aprire l'anta del frigo. E' bloccata. Provi a tirare con più forza, ma non si apre. Ti fai aiutare da qualcuno. Non si muove. Provi anche un sistema "corda e carrucola", ma niente! Prendi una pistola e spari dritto all'anta. Niente da fare. Alla fine usi un esplosivo e riesci ad aprirlo! Maledetto frigo!

Questo è quello che succede quando svolgi sempre la stessa attività: non progredisci verso un'altra azione. Resti bloccato nell'atto di aprire il frigo. Più metodi nuovi sperimenti,

più la situazione diventa interessante!

67. Crea un motto:

Crea un motto insieme ai bambini sulla base di una storia.
Lascia che lo spieghino e vedi quante diverse versioni riescono a fornire. Non ponendo alcun limite e dando loro la libertà di usare qualsiasi parola, durante i workshop i bambini hanno creato il motto "Condividere è amare".









68. Sbaglia!

Ogni volta che proviamo a fare del nostro meglio, in realtà tendiamo a porci dei limiti. Non facciamo altro che modificare, cambiare e correggere!

Provate invece a sbagliare, a fare ERRORI!

E' così che a volte le persone riescono a fare uscire tutta l'energia che normalmente trattengono per cercare di essere perfette. Ci si diverte di più: si diventa più creativi, espressivi e piacevoli.

Inoltre, facendo la "cosa sbagliata", imparerete a riconoscere i vostri errori!

Senza prima conoscerli, non riuscirete ad evitarli.

Sentitevi liberi di commettere errori!

69.Crea dei pupazzi:

Realizzate dei pupazzi che impersonino i personaggi preferiti dagli studenti. Costruite i corpi e i volti dei modo pupazzi nel più creativo possibile, pensando alle loro qualità o difetti interiori, basandovi sulla vostra interpretazione personale del personaggio.







70. Gioca con i movimenti:

Il modo in cui ti muovi dice molto di te, molto più delle parole! Ognuno di noi ha un modo personale di camminare, gesticolare, sedersi e stare in piedi.

Osserva come cammini: sei veloce o lento? Quali parti del tuo corpo oscillano e si muovono? Quali parti del tuo corpo restano invece ferme? Cosa guardi e su cosa ti focalizzi mentre cammini?

Se di solito cammini velocemente, prova a rallentare. Se invece cammini in modo rilassato, prova a essere più rigido e dritto. Se le tue braccia dondolano, prova a tenerle ferme.

Questo non solo ti aiuterà a trasmettere un'impressione diversa al pubblico e renderti più interessante mentre reciti, ma cambierà radicalmente il tuo modo di parlare e rispondere agli altri.

I tuoi movimenti dicono tutto di te: prova a cambiarli!

71.Usa scene "basate sulle relazioni" vs. "basate sull'azione":

Una scena basata sulle relazioni è resa interessante dalle dinamiche tra i personaggi. Può anche trattarsi di una scena con una sola persona, incentrata sulla sua relazione con sé stessa o con le persone di cui parla.

Una scena basata sull'azione si focalizza invece sugli avvenimenti: la scoperta di un cadavere e il tentativo di occultarlo, sparatorie, squallidi scenari di bugie, avidità e vendetta.

Una scena o storia può includere elementi di entrambe le tipologie, ma è utile sceglierne una o capire l'inclinazione naturale della scena ed enfatizzarla. Noterai che tutti i libri, spettacoli o film hollywoodiani sono in genere incentrati o sull'azione (nella maggior parte dei casi) o sulle relazioni tra i personaggi.

Spesso sono le trame basate sulle relazioni a smuovere maggiormente il pubblico.





72. Non pensare a essere divertente:

Più ti concentri sull'essere divertente, più sarai guidato dalla necessità di compiacere gli altri e perderai la tua spontaneità, diventando niente più di un mero schiavo della risata. Come potrai aver notato, molti comici non sono sempre allegri anche nella loro vita reale.

La risata è una di quelle cose che tende ad essere "capricciosa", come l'amore: più la forzate, più si allontanerà.

Focalizzandosi su qualsiasi altra cosa otterrete molti più risultati.

73.Cerca di essere incoerente:

Nella vita reale, quando le persone parlano, spesso il loro corpo esprime qualcosa di completamente diverso. Succede molto di frequente.

Sul palco, gli attori risultano solitamente più coerenti: ad esempio, se un attore deve sedurre un altro personaggio, lo farà capire in modo esplicito e il suo linguaggio del corpo combacerà con questa intenzione.

Nella vita reale, invece, in questo stesso caso la persona potrebbe non dire nulla di esplicito, temere il rifiuto e non avere la possibilità di sedurre perché magari si tratta di una relazione nel luogo di lavoro. Possono verificarsi moltissime situazioni del genere: ad esempio, potresti non andare d'accordo con qualcuno, ma dover essere gentile a seconda del contesto. Anche se non potrai dire: "Fai schifo!", il tuo corpo trasmetterà comunque questa idea in modo velato. Questo tipo di situazione potrebbe essere molto interessante per un pubblico! Piuttosto che reagire in modo diretto rispetto alle tue intenzioni, desideri e pensieri, cerca di essere più indiretto. Esprimi l'idea verbalmente e respingila fisicamente, o viceversa. Potresti dire "No, non posso!" mentre ti avvicini alla persona da cui sei attratto: susciterai sicuramente l'interesse del pubblico!

74. Evita troppe domande

Spesso poniamo delle domande per evitare di dire troppo su noi stessi e per fare in modo che sia l'altra persona a creare contenuti, perché vogliamo che contribuisca alle idee. Poi, però, potremmo dover respingere proprio queste idee che abbiamo richiesto!

Prova invece a creare delle scene senza fare domande e vedi cosa succede. Fai più affermazioni o richieste! Se ti metti in gioco, la scena sarà più attiva.





75. Impara a stabilire il contatto visivo:

Il contatto visivo è uno dei vari aspetti del linguaggio del corpo e ha un impatto enorme.

Il primo step è essere consapevoli del contatto visivo: usalo come mezzo per trasmettere un messaggio sulla tua identità e sulle tue relazioni con gli altri.

In genere riesci a mantenere il contatto visivo? Distogli spesso lo sguardo? Sbatti le ciglia di frequente? Guardi di più una persona rispetto a un'altra? Cosa dice tutto questo di te?

Inoltre, quando interagisci con il pubblico, impara a stabilire il contatto visivo con esso in modo che le persone si sentano prese in considerazione.

Qualcuno ti ha mai guardato facendoti sentire come se in realtà non ti stesse realmente guardando? Dovresti imparare a combinare il contatto visivo con l'espressività facciale per far sentire la persona che stai guardando davvero presa in considerazione.

Dovresti riuscire a farlo con l'intero pubblico: se guardi soltanto alcune persone o parti del pubblico, gli altri si sentiranno strani e ignorati.

76. Inscena la tua morte!

Ci sono molte cose che un attore non improvviserebbe, ad esempio la sua morte.

Ciò significherebbe infatti uscire di scena. Andarsene prima che lo spettacolo sia finito? Mai!

In realtà, questo vale per qualsiasi azione forte. Morire, lasciarsi, uccidere o sparare a qualcuno: sono tutte azioni che andrebbero rimandate il più possibile.

Gli improvvisatori apprendono che, durante la scena, uno di loro dovrà morire. Passano i minuti e si minacciano a vicenda. Passano ore. Cala la notte e presto il sole inizia a sorgere a est. Sono ancora tutti vivi.

Come nella vita reale, è necessario intraprendere azioni forti. Potrebbe sembrare che fare qualcosa di intenso possa aggiungere del dramma. In realtà, serve ad allungare il tempo, le conversazioni, la noia. Raramente aggiunge del dramma, poiché è una via di fuga dall'incognito, dall'irreversibile. E' una presa di posizione forte.

Invece di menare il can per l'aia, datevi una mossa e fate qualcosa di diverso. In questo modo potrete capire se funziona. Fa un po' paura, ma la paura è interessante.







77.Manda tutto in "tilt":

Prendi il fantastico mondo che hai creato finora e capovolgilo!

- Stai parlando con la tua amata moglie e scopri che ti tradisce...
- Stai conversando con tuo figlio e finisci per scoprire che in realtà è morto e ti sta chiedendo di vendicarlo...
- Sei tra le braccia del tuo amore che ti rivela di essere un lupo mannaro...
 Dopo aver creato un colpo di scena, sarà ancora più interessante scoprire cosa succederà dopo!

78.Coinvolgi il pubblico:

Coinvolgi il pubblico in tutti i modi possibili:

- Chiedi loro dei suggerimenti personali sulle loro vite: rotture, incontri, decisioni importanti...
- Prendi in prestito dei loro oggetti.
- Fatti aiutare da alcuni di loro durante i giochi.
- Mettili "in pericolo" (se fallisci in una sfida, saranno loro a patire un'orribile destino!)
- Interagisci con loro durante le scene e i giochi.
- Chiedi loro di cantare o emettere effetti sonori.
- Fai in modo che formino un comitato.









79. Nelle scene serie ed emozionanti, concentrati sui personaggi e sulle relazioni:

Un lungo spettacolo di improvvisazione dovrebbe includere una varietà di scene. Alcune saranno emozionanti, altre più tese e altre divertenti. Il modo più semplice per creare una scena seria è focalizzarsi sulle relazioni tra i personaggi presenti sul palco. Altri modi per rendere una scena drammatica sono: fare pause, usare il silenzio e spostare i punti emotivi che

emergono man mano che la scena si sviluppa.

80.Dì di sì!Per costruire una storia, che sia breve

o lunga, gli attori devono concordare sulla situazione e sull'assetto di base.

Per fare in modo che una scena funzioni, è necessario sviluppare il "chi", il "come" e il "dove".

Dicendo di sì accettiamo la realtà creata dai nostri partner e iniziamo un processo di collaborazione sin dall'inizio della scena. Questa "mente collettiva" aiuta a trasformarci in giganti, animali, villani, santi e, cosa più importante, a metterci in situazioni che normalmente eviteremmo.







CONCLUSIONI

n generale, i ragazzi e le ragazze hanno apprezzato il processo e i workshop, così come le nuove tecniche utilizzate in fase di pianificazione e implementazione sotto i tre diversi temi: espressione del corpo, verbale e visiva.

I membri del gruppo e i docenti hanno notato con soddisfazione che, attraverso la procedura proposta, i giovani hanno acquisito maggiore familiarità con il significato dei valori e della loro importanza nella vita di tutti i giorni.

Al termine del progetto è stata effettuata una valutazione da cui è emerso che, a seguito di questa collaborazione, il comportamento dei giovani è cambiato.

"Gli studenti che avevano paura di essere esclusi hanno poi partecipato attivamente alle attività, riuscendo a creare forti legami con gli altri studenti"

I workshop si sono dimostrati un efficace strumento per mettere in pratica alcune tematiche della storia, come il **rispetto** per gli altri, la **collaborazione** e il **problem-solving**.

I giovani hanno partecipato attivamente con reattività ed entusiasmo. Un aspetto interessante è stato vedere la classe agire con impegno e spirito di squadra; al contempo, i workshop sono stati un'ulteriore opportunità per sviluppare le dinamiche di gruppo tra gli studenti.

Tutte le tecniche di improvvisazione sono il risultato di uno studio e di una rigorosa preparazione: alcuni esercizi (come il grammelot o l'improvvisazione "monca") hanno sollecitato particolarmente gli studenti, i quali, nonostante le difficoltà, non si sono arresi e hanno portato avanti gli esercizi con determinazione e buona volontà.





CONCLUSIONI

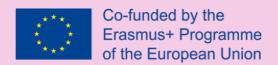
Sia i docenti che gli studenti hanno in generale concluso che tutte le attività svolte sono state un'importante fonte di divertimento e apprendimento per tutti. Alcune storie erano forse un po' troppo complesse, specialmente quando richiedevano di focalizzare l'attenzione sui valori e sui personaggi delle storie.

Tuttavia, gli studenti hanno confermato che l'improvvisazione è un ottimo strumento per esplorare la propria creatività, che permette al contempo di esprimere i propri sentimenti e concetti importanti della vita quotidiana. Le attività sono state particolarmente utili, poiché hanno permesso ai giovani di combinare i valori delle storie con la tecnologia moderna e con i propri interessi personali.

L'improvvisazione è anche un modo per dare ogni giorno agli studenti l'opportunità di "brillare" a modo loro. Ogni attività aveva focus diversi e richiedeva competenze diverse: non era quindi lo studente "più competente" a prevalere sugli altri, ma talvolta le persone più creative o spontanee riuscivano a completare meglio un dato compito e vice versa.

"Il mondo è oggi un posto leggermente migliore per fare improvvisazione rispetto a prima. C'è un qualcosa di positivo nello spirito umano, nel fatto che un gruppo di persone possa incontrarsi e, seguendo qualche semplice regola, creare dell'arte e intrattenere un pubblico, emozionandosi ed esaltandosi l'uno con l'altro."

DEL CLOSE





INCLUSIVE IMPRO THEATRE

