

TARTU ÜLIKOOLI VILJANDI KULTUURIAKADEEMIA

Etenduskunstide osakond

Tantsukunsti õppekava

Evelyn Uisk

TANTSUÕPETAJA TÖÖ NÄITLEJAGA

Tantsuõpetaja kutse lõputöö

Juhendaja: Raido Mägi

Kaitsmisele lubatud

(juhendaja allkiri)

Viljandi 2013

SISUKORD

SISUKORD	2
SISSEJUHATUS	4
1. ÕPETAJA JA ÕPETAMINE	5
2. RÜHM JA NENDE EELNEV TANTSUALANE TAUST	7
2.1 Valiku põhjendus	7
3. KASUTATUD MEETODID	9
3.1 <i>Action</i> -teater	9
3.2 Kaasaegne tants	11
3.3 Pilates	13
4. TÖÖPROTSESSI KIRJELDUS	15
4.1 Proovi periood ja kestvus	15
4.2 Motivatsioon.....	16
4.3 Proovide ülesehitus	17
4.4 Töökeskond	18
5. ANALÜÜS	19
5.1 Saavutatud eesmärgid	19
5.1.1 Kehahoiak	19
5.1.2 Arusaamine liikumisest	20
5.1.3 Kehataju.....	20
5.2 Mida õpetajana õppisin?	21
5.2.1 Konkreetsus	21
5.2.2 Valmisolek ning kiire reageerimine	22
5.2.3 Sõber versus õpetaja	22
5.3 Probleemolukorrad	23
5.3.1 Grupiliikmete erinev motiveeritus	23

5.3.2 Õpilaste vähene kannatlikkus	24
5.3.3 Ebaselge väljendus	25
LÜHIKOKKUVÕTE	26
KASUTATUD KIRJANDUS	27
LISAD	28
Lisa 1 Action-teatri harjutused.....	28
SUMMARY	34

SISSEJUHATUS

Käesolevas töös kirjeldan ja analüüsin oma õpetamispraktikat, mille viisin läbi Tartu Ülikooli Viljandi Kultuuriakadeemia teatrikunsti 9. lennu näitleja tudengitega. Tööperiood algas 2012. aasta novembri keskel ning lõppes „UNISTA!TUD“ esietendusega 4. veebruaril 2013.

Käesolevas töös keskendun tantsuõpetaja tööprotsessi analüüsile ning jätan tahaplaanile samas projektis läbiviidud koreograafi ülesanded. Samuti jätan analüüsimata lavastuse struktuuri ning selle sisulised aspektid, kuid püüan välja tuua prooviperioodil püstitatud ning lavastuses rakendunud eesmärgid.

Koostöö näitlejatega pani mind otsima erinevaid meetodeid ja võimalusi, mis ühendaks teatri- ja tantsuvaldkonda ning annaks näitlejatele kindlustunde võõras süsteemis. Kolm põhilist meetodit, mis antud töö raames kasutust leidsid olid: *Action*-teater, kaasaegne tants ja Pilates.

Minu pedagoogiliseks eesmärgiks oli parandada näitlejate kehahoiakut ja täiustada nende arusaamist ning füüsilist kehataju tantsulises liikumises.

Antud töö koosneb viiest peatükist. Esimeses peatükis kirjeldan enda tõekspidamisi õpetajatest ja õpetamisest. Teises peatükis tutvustan lugejale oma õpilasi ja nende eelnevat tantsulist kogemust ning põhjendan oma valikut, miks tahtsin õpetamisprotsessi läbi viia näitlejatega. Kolmandas peatükis kirjeldan meetodeid, mida kasutasin näitlejate tantsulise/kehalise/improvisatsioonilise liikumise arendamisel ning neljandas ja viiendas peatükis kirjeldan tööprotsessi ja analüüsin töökulgu, iseennast ning tekkinud probleeme.

Töö lõpus on lühikokkuvõtte, kasutatud kirjanduse loetelu, lisad (kirjeldatud harjutuste ning videomaterjaliga) ja ingliskeelne kokkuvõtte.

1. ÕPETAJA JA ÕPETAMINE

Lapse arengule annavad mõõtnatult suure panuse kõik kasvatajad ja õpetajad ning tähtsaks teguriks on ka kasvukeskkond. Esmalt on lapse eeskujudeks tema vanemad ja lähedased. Seejärel kasvataja ning siis suunatakse laps mõnda haridusasutusse õppima ning võibolla ka huvitegevusringi järelejäänud vaba aega sisustama. Noor on suunatud õppima ning teadmisi omandama.

Enne haridusreformi („Eesti haridusstrateegia 2012-2020“) polnud üldhariduskooli noortel niivõrd lai vabadus endale sobiv õppesuund või õppekava valida. Praeguseks on see aga teisiti. Vanuse kasvades õppuri valikuvõimalused suurenevad (kutse- ja kõrghariduse näol), kuid konkreetsele erialale spetsialiseerumine omakorda kitsendab võimaluste spektrit ning toob esile vaid valitud valdkonna teadmised ja kogemused. See aitab õppijal hoida kindlat suunda seatud eesmärkide poole.

Enda kogemustest lähtuvalt arvan, et täiskasvanud, kes pärast gümnaasiumi või kutsekooli edasi õppima lähevad, lähtuvad eriala valikul peamiselt kahest kriteeriumist: huvist ja kasulikkusest. Need on märksõnad, millest võiksid õpetajad oma teadmiste/kogemuste jagamisel juhinduda, olenemata sellest, kas õpetaja töötab alg-, kesk-, üli- või huvihariduskoolis.

Usun, et iga õppur on suuteline kiiremini ning lihtsamalt omandama mõnda uut teadmist või oskust, kui temas on äratatud teadmishimu. Eriti oluline on õpetaja roll ja eeskuju nendele õpilastele, kes pole veel piisavalt vanad, et oma haridusete kulgemise üle otsustada. Kui täiskasvanud õppija on asunud enda valitud erialal õppima, siis on ta tõenäoliselt valmis ka palju iseseisvat tööd tegema. Õpilane on nõus otsima ka lisamaterjale, et tekkinud küsimuste korral end uute teemadega paremini kurssi viia. Seevastu nooruk, kes haridusastmelt lähtuvalt on sunnitud mõnda teadmist omandama, ei hakka iseseisvalt õppematerjaliga tutvuma, kui antud teema talle huvi ei paku või mille õppimisest ta kasutegurit ei taju. Seega kuiv ning tuim tuupimine ei ole tõenäoliselt kõige meeldivam moodus õppijale ega näita ka õpetaja head professionaalset taset.

Minu arvates ideaalseim viis, kuidas õpilasi õppimisele avada, on tekitada neis huvi, vajadust arutleda, spekuloida ning esitada küsimusi. Nii saavad neist mõtlejad ja kaalutlevad inimesed.

Õpetamise eesmärk ei saa olla vaid konkreetse aine edastamine, sest see on seotud veel õpilaste teiste teadmiste ja sotsiaalsete oskuste lihvimisest väärtushinnangute kujundamiseni. Õpetaja võiks olla eeskujuks nii algklassi õpilastele, kui ka täiskasvanud õppuritele ning kasutada oma õppeainet kui vahendit, mille kaudu õpilastele vajalikud oskused ja teadmised edasi anda, et iseseisvalt ning enesekindlalt elus hakkama saada.

Palju on vaieldud, kas õpetaja peaks tegelema õpilase kasvatamisega. Minu arvates ei ole õpetajal võimalik seda tegevust kuni õpilaste teatud vanusesse jõudmiseni vältida, sest ta teeb seda vähem või rohkem teadlikul või teadvustamata kujul niikuinii. Kasvatamisest loobumine või selle ignoreerimine tähendaks otsese suhtlemiskontakti kaotamist õpilaste ja õpetaja vahel. Näiteks õppeained sooritatakse internetikeskkonnas või õpetaja loeng on monotoonne monoloogi pidamine.

Hans-Georg Gadamer nimetab pedagoogilist kõnelust õpetaja raskeimaks ülesandeks, sest õpetaja peab säilitama endas võime kõneleda oma kuulajatega. Tihti kipub vestlus klassiga minema pigem monoloogiliseks, sest õpetaja teab, et ta peab ja tohib rääkida, ning tema jutt peab olema selge ja voolav, et teda mõistetakse. Nii kaob ära ka kõneluse funktsioon, läbi mille vestluskaaslased üksteist täiendaksid. (Gadamer 1994, lk 1193) Seega selline õpetaja ei suuda arendada õpilastes kriitilist mõtlemist ega analüüsivõimet ning ei õpi ka ise oma õpilastelt, kuidas paremini ainet läbi viia või arusaadavamaks teha.

Ideaallähedast õpetaja iseloomustavad minu kogemuse läbi: suunamine; ausus; piisav rangus; empaatia; tähelepanelikkus; julgustamine; huvi tekitamine; austus õpilaste vastu; analüüsivõime; emotsionaalne tasakaalukus; arvestamine; erapooletus, kuid eripärasusi arvestav; õppimine oma õpilastelt; pidev oskuste ja teadmiste täiendamine; paindlikkus; kohanemisvõime.

Heal õpetajal võiksid olla umbkaudu pooled eelnimetatud tunnustest. Reet Valgmaa ja Erle Nõmm on seisukohal, et: “õpetaja isik on väga oluline õpetamise vahend ning õpilased hindavad kõrgelt niisugust õpetajat, kes teeb oma asja huvitavalt, laseb sul endal selgusele jõuda ja respektierib sinu ideid, olles sõbralik ja abivalmis“ (2008, lk 63).

Minu eesmärgiks on saada õpetajaks, keda võiks pidada heaks või ideaallähedaseks.

2. RÜHM JA NENDE EELNEV TANTSUALANE TAUST

Minu õpilasteks olid TÜ VKA teatrikunsti 9. lennu kümme üliõpilast: Maaja Hallik, Katrin Kalma, Vallo Kirs, Kristian Põldma, Adeele Sepp, Jaanus Tepomees, Klaudia Tiitsmaa, Hendrik Vissel, Imre Õunapuu, Rait Õunapuu. Neli neidu ja kuus noormeest, kellega viisin läbi oma tantsuõpetaja lõputöö praktilise osa, mis oli tudengite jaoks osaliselt peidetuna lisatud nende diplomi lavastuse „UNISTA!TUD“ prooviperioodi sisse.

Õpilaste eelnev tantsualane kogemus on võrdlemisi sarnane, sest esimene suurem kokkupuude tantsimise või liikumisega tekkis paljudel tudengitel alles ülikooli ajal. Nende eriala õppeprogrammi kuulusid sellised liikumisained nagu: *fitness*, kontaktimprovisatsioon, lavaline plastika, lavaline liikumine ja tõstetehnika. Mitmed õpilased rühmast on tantsinud ka tantsukunsti eriala tudengite diplomi- ja/või kompositsioonitöödes.

2.1 Valiku põhjendus

Minu esimene tantsuline koostöökogemus näitlejatega oli 2010. aastal, kui kutsusin enda eriala kompositsioonitöösse „Tüür“ tantsima neli teatrikunsti tudengit. See koostöö avardas minu mõtteid õpetamises ning tõi mitmeid uusi kogemusi ja teadmisi, kuid jättis maha ka palju vastuseta jäänud küsimusi.

Põhiliselt küsisid näitlejad minult miks ja mis küsimusi: „Miks me liigume sinna? Miks see käsi peab liikuma nii? Mis see liikumine tähendab? Mis mõte sellel on?“ jne. Pärast esimest proovi tundus, et mul ei ole küsijatele vastuseid. Järgmises proovis üritasin neile võimalikult selgelt tutvustada tantsuseade ideed ja mõtet sellest, kuidas võiks etteaste pealtvaatajale mõjuda ning mida mina, koreograaf, neilt ootan. Kompositsiooniülesandest kujunes hoopiski minu pedagoogiliste oskuste proovilepanek, pärast mida jäid mind piirama küsimused: “Kuidas

õpetada näitlejale läbi kehaliikumise üht mõtet või lugu edasi andma, ilma, et ta saaks kasutada teksti või peita end rolli? Kuidas täiendada nende tantsukogemusi ning kuidas siduda liigutusi liikumiseks?“.

Pärast eelnevalt kirjeldatud kogemust leidsin, et töö näitlejatega võib olla küll keeruline, kuid minule, kui noorele tantsuõpetajale väljakutsuv kogemus. Seepärast olin ka koheselt nõus vastuvõtma pakkumist, mille Raido Mägi ja Jaanika Juhanson mulle tegid.

3. KASUTATUD MEETODID

Õpetamispraktikat alustades polnud ma kindlalt otsustanud, milliseid tantsutehnikaid ma näitlejatega kasutama hakkan. Teadsin vaid, et grupp ootab minult koreograafiat nende diplomilavastuse jaoks ning mina pean oma pedagoogilised eesmärgid teostama lavastuse prooviperioodi sees ning läbi harjutuste koreograafiani jõudma.

Esimeste proovide käigus, kui katsetasin vaid kaasaegse tantsu liikumisi sai mulle selgeks, et sellest üksi ei piisa. Märkasin sarnast tendentsi, mida oli varem täheldanud ka Triin Marts, kes samuti oli teostanud oma tantsuõpetaja kutse lõputöö teatrikunsti tudengitega – „nende lähenemine liikumisele ja tantsule oli liialt välisel vormil põhinev ja efektile orienteeritud.“ (Marts 2010, lk 5) Sellepärast võtsin kaasaegsele tantsule lisaks ka Pilatese süsteemi harjutusi, eesmärgil õpilaste kehatunnetust ning füüsilist vormi, tugevust ja venivust parandada ning *Action*-teatri harjutusi, mis osaliselt ühtiks nende erialaga ning aitaks paremini kohaneda tantsukunsti valdkonnaga.

Järgnevates alapeatükkides teen lühikokkuvõtte igast meetodist, mida kasutasin ning toon välja nende süsteemide plusse ja miinuseid, mis ilmsid antud praktikaperioodi käigus õpetades TÜ VKA 9. lennu teatrikunsti tudengeid. Meetodid on järjestatud minu subjektiivse arvamuse alusel nende meetodite tõhususe astme järgi: *Action*-teater (kõige mõjusam), kaasaegne tants (tõhus), Pilates (toetav süsteem).

3.1 *Action*-teater

Action-teatri looja Ruth Zaporah iseloomustab seda tehnikat kui treeninguprotsessi: „See on treening, mis arendab oskusi. Võiks öelda, et tegemist on harjutamisega. Harjutusi, mida

õpilased erinevate oskuste arendamiseks teevad, on palju. Põhiliselt on need esinemisega seotud oskused, füüsilised oskused. Kuidas ja mis eesmärgil oma liikumist korraldada, kui teadlik oled oma kehasse puutuvatest detailidest.“ (teater muusika kino 2008, lk 10)

Ruth Zaporahiga oli tantsija ja tantsuõpetaja, kes ühel eluetapil puutus kokku näitlejatega, kellele ta hakkas liikumistunde andma. Zaporah alustas oma harjutuste loomist nullist, sest puudus eelnev koostöökogemus draamanäitlejatega.(ibid, lk 7) Arvestades antud süsteemi tekkelugu, tundub see tantsuõpetajale kindel, läbikatsetatud meetod tegelemaks näitlejatega.

Action-teatrisüsteemis on palju harjutusi, mis on suunatud erinevate eesmärkide saavutamiseks. On harjutusi, mida kasutatakse hääle ja hääleulatuse treenimiseks. Ülesandeid, kus õpitakse kuulama seda, kuidas räägitakse ning milles ei jälgita üksnes ideid, mida kõne edasi kannab, vaid ka seda, kuidas kõneleja füüsiliselt käitub. Zaporah on välja töötanud harjutusi, mis tegelevad inimese kujutlusvõimet stimuleeriva spontaansusega – et õpilase taju ja tema reaktsioonid tajutavale oleksid alati värsked. On mitmeid ülesandeid, mis õpetavad grupis või paarikaupa koos töötama ning improviseerides paarilisi kuulama ja palju teisi harjutusi, mis nõuavad iseseisvat tööd endaga. Ruth Zaporah on öelnud: „Kõik need oskused, mida õpitakse *action*-teatris, on sobivad mis tahes esinemise jaoks.“ (ibid, lk 10)

Praktika käigus lähtusin harjutuste valikul peamiselt kahest eesmärgist:

- arendada õpilaste oskust jälgida ja kuulata paarilist, gruppi ning iseendas toimuvat
- arendada õpilastes vahetut, spontaanset ning kiiret reageerimist mõjutajale

Valitud harjutused (Lisa 1) olid mulle ja õpilastele sillaks kahe erineva valdkonna vahel. Prooviperioodi alguses oli mul hirm, et õpilased ei saa minu juhendamise aru, sest räägin nende jaoks mõistmatus tantsukeeles. Mille sõnavarasse kuuluvad liikumist ja kehatunnetamist iseloomustavad terminid ning sellega puutuvad teatrikunsti tudengid kooliajal kokku tunduvalt vähem kui tantsukunsti tudengid. Sellepärast oligi vaja juurde süsteemi, mis aitaks minul ja õpilastel poolel teel kokku saada, et sealt siis edasi liikuda.

Minu jaoks on antud süsteemi iseloomulikumaks harjutuseks erinevate *frame*'ide (ingl k raam) vahetamine. *Action*-teatris tähendab *frame* üht kindlat raami, mille sees hoiab improviseerija oma liikumisel ja häälel kindlat tundeseisundit, kuid võib muuta liigutuse/hääle kiirust, tugevust kui ka pinget. Käsklusi *frame* vahetada annab improviseerija endale ise või teeb seda partner või hoopis keegi kolmas.

Ma ei saa väita, et antud õpetamispraktika käigus tutvustasin oma õpilastele stiilipuhast *Action-teatri* meetodit või harjutusi, sest nagu ka Zaporah ütleb, on igal õpetajal isemoodi nägemus ja lähenemine sellele süsteemile (teater muusika kino 2008, lk 14). Ma ei pea ennast *Action-teatri* õpetajaks vaid pigem katsetajaks ja huviliseks, kes on läbinud *action-teatri* õpitube ning salvestanud mõningaid harjutusi, mida olen mitmekülgsema improvisatsiooni eesmärgil kasutanud nii professionaalsete tantsijate kui ka harrastajate peal. Õpitubades läbikogetud harjutused on vundamendiks, millele oma soovidest ja eesmärkidest lähtuvalt olen uusi muudatusi või variatsioone peale ehitanud.

Action-teatri mõju näitlejale kirjeldab Silvia Soro ajalehes Sirp järgmiselt: „Minule kui näitlejale on väga vabastav tingimus *action-teatri* juures asjaolu, et miski, mida sa teed, pole ilus või inetu, õige või vale. Keegi ei arvusta sind ja sina ei pea arvustama ennast ega kedagi teist. Sa ei pea püüdma olla loominguuline, ei pea iga hinna eest olema andekas. Lihtsalt ole ja vaata, mis juhtub. See annab hoogu rõõmsalt tegutseda ja tegutsedes läheb parimal juhul negatiivne eneseanalüüs tõesti meelest.“ (Soro 2006)

3.2 Kaasaegne tants

Ühte ja ainust paika panevat seletust kaasaegse tantsu lahtimõtestamiseks pole, sest see on välja arenenud mitmest eri stiilist ning sellel puudub ka kindel tantsutehnika või esteetika. Seminaritöös „Kaasaegse tantsu määratlus Eestis“ püüdis Mari Lääne leida vastuseid küsimustele, mis on kaasaegne tants ja kuidas seda määratleda. Lääne jõudis järelduseni, et kaasaegne tants on selle stiiliga tegeleva tantsija nägu (Lääne 2012, lk 9). Iga õpetaja lähtub kaasaegse tantsu õpetamisel oma eelnevatest kogemustest ja sellest, mida talle on õpetatud kaasaegse tantsu nime all. Variatsioone on mitmeid. On tantsu õpetajaid, kes on saanud mõjutusi moderntantsust, võistluskunstide liikumisest, somaatilistest treeningutest, Pilatesest ja võibolla millestki veel. Negatiivse tooniga tooksin välja need õpetaja, kes õpetavad kaasaegse tantsu tundides vaid koreograafiat, millel puudub kindel eesmärk. Lihtsalt tantsimine võib olla küll meelelahutuslik, kuid ei arenda mitte-professionaalset tantsijat teadlikult, pigem võib tekkida vigastuste oht.

Minu jaoks iseloomustab kaasaegse tantsu tehnikat: lüüsimine on liikuvus, liikumiseks erinevate tasandite kasutamine ning oluliseks printsiibiks on tantsija keha tsentrumi tunnetus. Minu tööks on kujunenud Merle Saarva kaasaegse tantsu tundides TÜ VKA-s, kus esmakordselt selle tantsustiili tehnikaga kokku puutusin. Täiendavaid kogemusi sain ülikooli ajal Soomest, kui olin ERASMUSE üliõpilasvahetus programmiga Turu Kunstiakadeemias.

Kaasaegse tantsu liikumiste loomisel kasutasin palju improvisatsiooni, mis aitab kehalt nõu saada raputada kindlad, sisseharjunud liikumismustrid. Seejärel mõtlesin harjutuse eesmärgile, mida soovisin liikumisega saavutada, näiteks: parandada õpilaste tasakaalu, kiirust, venivust, koordineerimist jne.

Ka antud õpetamispraktikal proovisin liikumisjädade näitamisel suunata õpilaste tähelepanu püstitatud eesmärkidele. Olen veendumusel, et õpilastel peaks olema arusaamine harjutuse/liikumise/liigutuse ideest, eriti juhul, kui tegemist on tantsuharrastajatega, mitte professionaalsete tantsijatega. Koreograafia sees ei pruugi igal liigutusel kindlat tagamõtet olla, kuid see, millele on arendav eesmärk seatud, võiks olla välja toodud. Kuna algajal tantsijal puudub kõrgendatud kehateadlikkus ja tunnetus, siis võib harjutuste seletamisele läheneda isegi anatoomiliselt ning välja tuua lihased, mis peaksid töötama või pikinema. Tihti võivad õpilased öelda, et nad ei taju nimetatud lihaseid, kuid sellegipoolest on nad teadlikud keha piirkonnast kuhu harjutus on suunatud. Pärast mõneajalist treeningut muutuvad ka väikesed lihased liikujale tajutavaks.

Kaasaegse tantsu õpetamisel kasutasin otseselt õpetamise meetodit – Smith-Autardi loodud õpetamise meetod, mis tähendab, et õpetajana näitasin ette liikumisjädasid, mida õpilased pidid järgi tegema (Sööt 2012, järgi). See tingis olukorra, kus õpilaste suhe liikumisega polnud enam orgaaniline ega läbi tunnetatud (võrreldes *Action*-teatri harjutustega), vaid suunatud välise vormi saavutamisele liigutuse näitamisele. Tekkinud probleemi üritasin selgitada teatrikunsti tudengitele läbi nende eriala. Näiteks tõi teksti, lause ja sõna ning proovisin neid mõisteid võrduma panna tantsu, liikumise ja liigutusega. Et näitleja tekst oleks publikule mõistetav, peab diktsioon olema selge ning teksti sisu ja idee esitajale arusaadavad. Üksikuid sõnu öeldes ei ole tekst ladus ning mõte kaob. Sama on tantsus. Üksikuid hakitud liigutusi tehes, ei ole liikumine voolav ega kanna endas sõnumit, sest see tegevus mõjub tehnilikult või isegi soorituslikult. Judith A. Gray mõtestab ütluse „medium kui sõnum“ (ingl k *medium is the message*) tantsukeelde. Selgitades, et keha on meedium (vahendaja) ning liikumine sõnum (Gray 1989, lk

3). Sellepärast peab liikumine alguse saama mõttest, et edasi anda abstraktne sõnum/liikumine, mis kulgeks keha seest (tsentrumist) väljapoole.

3.3 Pilates

Pilatese süsteemiga tutvusin alles kolmandal kursusel, vähem kui kaks aastat tagasi, kuid juba praeguseks olen mõistnud ja kogenud selle süsteemi kasulikkust. Pilatese harjutused on andnud mulle parema kehatunnetuse ning teadlikuma keha jõukeskme kasutamisoskuse.

Lähtudes töös püstitatud eesmärkidest on Pilatese süsteem kõikide nimetatud sihtide saavutamiseks kasulik meetod või abivahend (Isacowitz 2008, lk 3):

- Arendab füüsilise vormi kõiki aspekte: tugevust, painduvust, koordineerimist, kiirust, vastupidavust ja väledust.
- Tõstab füüsilist enesetaju.
- Suurendab kontrolli oma keha üle.
- Korrigeerib rühti ja kehahoidu.
- Parandab tasakaalu.
- Pakub võimalust arendada keskendumist ja tähelepanu koondamist.

Treeningut alustasin kõige lihtsamatest Pilatese harjutustest, sest paljud õpilased polnud selle süsteemiga varasemalt kokupuutunud, ega polnud teadlikud selle meetodi spetsiifilistest terminitest. Õpilaste üldine füüsiline tase oli keskmisel tasemel, kuid paindumus ja vastupidavus olid nõrgemad. Harjutusi tehes püüdsin kohendada õpilaste poose, et vältida valesti tegemist või vigastuste ohtu ning suunata nende tähelepanu täpsele sooritusele mitte kiirusele või efektsusele. Kuigi klassikalisel Pilatese süsteemil on kindel harjutuste jada, siis mina lähtusin oma kogemusest ning kombineerisin harjutusi vastavalt sellele.

Arvan, et see süsteem on kasulik erinevate valdkondade inimestele ning loodan, et pärast selle meetodi kasutamist näitlejatudengite peal, leidis nii mõnigi Pilatese süsteemi harjutus koha nende individuaalses treeningkavas.

Selle süsteemi projektipõhiseks ja toetava struktuurina kasutamise nõrgaks kohaks võib pidada seda, et õpilastel läheb kaua aega enne, kui nad mõistavad, kuidas harjutusi peaks sooritama. Õpetamisel tuleb olla kannatlik, ning teha pidevaid meeldetuletusi kehahoiakute kohta.

4. TÖÖPROTSESSI KIRJELDUS

Tantsuõpetaja kutse lõputöö praktilise osa viisin läbi TÜ VKA teatrikunsti 9. lennu kümne tudengiga ning üheks oluliseks koostöö eesmärgiks oli koos lavastajaga lavalaudadele tuua antud kursuse diplomilavastus „UNISTA!TUD“.

4.1 Tööperiood ja proovide kestvus

Tööperiood algas 2012. aasta novembri keskel ning lõppes 2013. aasta veebruari alguses. Esialgne ettekujutus tööprotsessist oli lootusrikas, kuid hiljem lisandus ka muret ja segadust. Novembri keskpaigast jõuludeni, toimusid proovid juhuslikult, kohati ootamatus: „Nüüd on tantsuproov!“ võttes. Proovide ajagraafiku üle otsustas lavastaja ning kaootilisus oli osaliselt tingitud näitejuhi ajapuudusest ning minu kogenumatusest ise lavastusproove korraldada, kuna mul puudus tol hetkel teadmised lavastuse ideest ja visioonist. Nendes olukordades tegelesin grupi võimekuse testimisega, et mõista õpilaste füüsilist taset ning tantsulisi oskusi. Need teadmised olid vajalikud selleks, et kiiresti kohaneda uue grupiga ning saada teada, mida nad juba oskavad ning kuidas antud tasemelt edasi areneda. Samuti oli esialgsete võimete mõõtmine oluline ka koreograafia loomise jaoks, et reaalselt töövõimet arvestades prognoosida nende võimalikku arengut nii lühikese perioodi vältel.

Enne uut aastat tuli 9. lennu teatrikunsti tudengite diplomitöö protsessis muudatus, kus plaanitud lavastuse „Seitse venda ja kolm õde“ asemel hakkas uut etüüdipõhist lavastust juhtima lennu noor lavastaja Marika Palm.

Jaauaris algas kõige pingelisem tööperiood, mis kestis kuni esietenduseni (04.02.2013). Proove tehti peaaegu iga päev, kella 11-st kuni 20-ni. Päeva sisse jäi ka tunniajane söögipaus ning lühikesed, kuid tihedad suitsupausid.

Tantsutunnid/proovid toimusid tavaliselt päeva esimeses osas. Kell 11 alustasime soojendus harjutustega ning vastavalt proovipäeva eesmärkidele kestis liikumistund 1,5 kuni 3 tundi. Pärast tantsutunde jälgisin ka ülejäänud rühma proove ning vahel isegi monoloogide teksti harjutamist. Tihti tekkis lavastajal mõtteid ja ideid, kuidas saaksin mõningate stseenide liikumist seada, kuid mitte alati ainult tantsuliselt vaid ka funktsionaalse-liikumise kujul. See andis võimaluse tantsuproovide väliselt oma ettepanekutest rääkida ning lavastusprotsessis kaasa lüüa.

4.2 Õpikeskkond ja motivatsioon

Töötasin koos üliõpilastega, kes olid ühisel kursusel tudeerinud ligi 3,5 aastat. See on piisav aeg, et kursusekaaslased üksteist piisavalt hästi tunneksid. Antud grupi puhul oli näha, et kõik teavad kõiki, kuid lähedust või ühtekuuluvustunnet polnud. Ka grupi liikmed on seda avalikult tunnistanud, seega pole minu tähelepanek suuremat sorti avastus. Teadmine grupisisestest pingetest muutis keerulisemaks minu õpetajatöö. Mul tekkis paratamatult soov, seda kursust ühtsemaks muuta. Hoolimata erinevatest katsetustest ja rühma koostöö harjutustest oli tööprotsessi lõpuks ikkagi selge, et suurt midagi ei muutunud.

Tugevaid arvamusiidreid rühmas ei esinenud. Pigem oli tegemist individualistide või paaris eraldujatega.

Õpikeskkonda häiris võibolla kõige enam see, et õpilased polnud ühiselt motiveeritud lavastusprotsessis osalema. Tantsuõpetamise praktika oli lavastusprotsessi osa, mis seeläbi ka natuke kannatada sai. Minu jaoks oli probleemiks õpilaste puudumine liikumistunnist või pidev hiline mine. Puuduti erinevatel põhjustel, kuid peamiselt siiski haiguse tõttu. See pärssis puudujate arengut ning lõpuks kogu grupi edasiminekut. Palju koreograafiat võtsin tantsutundide harjutustest, mis tuli puudujatele hiljem selgeks õpetada või neile mõni teine liikumine seada.

Hilineti kõige rohkem hommikuti. Kui kell 11 pidi proov algama, siis paljud jõudsid proovi toimumiskohta veidi enne proovi. Seega viibis proov, kas riiete vahetamise või kiire suitsupausi tõttu. Ootamine ärritas neid õpilasi, kes õigeaegselt kohale olid tulnud. Püüdsin hilinejatele märku anda, et selline käitumine ei ole sobilik, kuid tihti jõudis mõni ärritunud ootaja minust ette, üritades etteheidete või märkustega korda luua.

Et eelnimetatu kogu tööle negatiivset varju ei heidaks pean kindlasti rõhutama grupiliikmete jaksu ja tubliduse vastu pidada nii tihedale prooviperioodile, kus veel paar nädalat enne esietendust kestsid proovid kella 11-st kuni 22-ni. Ka virisemist oli üldiselt vähe, sest töötati ühise lavastuse nimel.

4.3 Tantsutundide/proovide ülesehitus

Liikumisproovi üldine ülesehitus oli:

1. soojendusharjutused
2. Pilatase süsteemi harjutused
3. *Action*-teatri harjutused
4. kaasaegse tantsu liikumine
5. venitamine

Esimesed kaks punkti viisin läbi peaaegu iga proovi alguses. Harva jätsin füüsilised jõuharjutused vahele ning piirdusin vaid soojendusega. Liigete soojenduseks kasutasin põrandal ringis lamades või püsti seistes, lihaste kergel läbimudumist ning kehapinna hõõrumist või patsutamist. Soojendus kestis 15 minutit, et kõik kohalolijad suudaksid argikohustustest ja mõtetest end ümber häälestada proovikeskkonda. Sellele järgnesid Pilatase harjutused, mille tegemiseks kulus umbkaudu 15-25 minutit.

Kui proovi tegemiseks oli aega rohkem kui 1,5h siis sain õpilastega teha nii kaasaegse tantsu liikumisi kui ka mõningaid *Action*-teatri harjutusi.

Venitamist tegime vaid siis, kui kasutasime tundides rohkem kaasaegse tantsu liikumisi. Tavaliselt läks kogu proovi liikumisjadade või harjutuste tegemisele ning venitamiseks jäi aega

vaid pausi ajal enne järgnevat proovi. Kindlasti oleks võinud rohkem rõhku pöörata lihaste venivuse parandamisele, kuid selleks aega kahjuks ei jäänud. Sellepärast üritasin nii kaasaegse tantsu liikumisi tehes, kui Pilatese harjutusi valides lähtuda painduvuse arendamisest.

4.4 Töökeskkond

Tantsu õpetamispraktika tunnid toimusid põhiliselt Ugala teatri suurel või väikesel laval. Mitmed proovid viisin läbi TÜ VKA mustas saalis või tantsuklassis 001 ning ka Sakala keskuse tantsusaalis. Kahes viimases nimetatud toimumiskohas olid ruumides ka peeglid, mis aitasid liikujatel kiiremini omandada konkreetseid ettenäidatud liikumisi, sest nad said peeglist kontrollida oma keha liikumist. Samas ei leia ma ka, et peeglite puudumine teistest ruumidest oleks kuidagi takistanud õpilaste arenemist, sest töötasime palju ka improvisatsiooni- ja kehatunnetusharjutustega, mille jaoks pole peeglite olemasolu tähtis. Tunni sisu ja eesmärgi seades püüdsin arvesse võtta proovi toimumiskoha eripärasid.

Prooviperioodi alguses tuli ette ka olukordi, kui liikumistunni tegemiseks polnud saadaval ühtegi teist ruumi, kui Ugala teatri keldri prooviruum. Selle põrandad polnud tantsutreeninguks sugugi sobilikud, sest vaipkatte all oli kõva betoonpõrand, mis oleks pikema prooviperioodil näitlejate jalgade tervisele halvasti mõjunud. Pärast seda võtsin tantsuruumide leidmise enda kanda.

Muusika ja helitehnika olemasolu eest vastutasid korraldustiimi liikmed. Enamasti oli proovialguseks kõik seadistatud ja valmis.

5. ANALÜÜS

5.1 Saavutatud eesmärgid

Lähtudes minu töös püstitatud eesmärkidest – parandada näitlejate kehahoiakut ja täiustada nende arusaamist ning füüsilist kehataju tantsulises liikumises, siis usun, et saavutasin oma praktikaga peaaegu kõik seatud eesmärgid ning sain tulemust rakendada „UNISTA!TUD“ etenduses. Paraku ei julge ma lubada, et õpitu kinnistus jäädavalt, kuid loodan, et õpilastes säilib teadlikkus kogetust isegi siis, kui keha enam nii hästi ei mäleta.

5.1.1 Kehahoiak

Eesmärk parandada õpilaste kehahoiakut oli võetud sihiks seetõttu, et nägin neid vabadel hetkedel seismas ja istumas veidi hooletutes poosides. Üheks peamiseks kehahoiaku veaks pidasin longus õlgu, mille põhjus võis olla tingitud väsimusest ning mugavusest. Teades isiklikust kogemusest õlavöötme probleemidest, siis oskasin näha näitlejate sarnaseid sümptomeid.

Keahoiaku parandamine on pikk protsess koos pideva enesedistsipliini ja meeldetuletusega. Usun, et suutsin õpilaste tähelepanu suunata sellele, milline oleks nende õige kehahoiak ning -joondumine.

5.1.2 Arusaamine liikumisest

Liikumisest arusaamiseks kasutasin võrdlust teksti ja tantsu vahel. Näitleja on harjunud enda väljendamiseks laval kasutama häält ning kõige tuttavam tööriist enda mõistetavaks tegemiseks on tekst/kõne, mis koosneb lausetest ning lause omakorda sõnadest. Tantsukunst tegeleb aga peamiselt sellega, et läbi kehaliikumise jõuaks sõnum vaatajani. Selleks peavad liigutused moodustama liikumise. Nii nagu üksikutest välja öeldud sõnadest ei teki loogilist mõtteühtsust, ei tekita ka hakitud liigutused ühtset tervikut, ehk liikumist. Läbi sellise mõttekäigu üritasin avardada nende arusaamist tantsust.

Eelkirjeldatud seletuse korral tekkis näitlejatel ootamatuid lingvistilisi küsimusi, sest iga sõna tähistab mingit kindlat objekti, subjekti või tegevust, kuid liigutus mitte. Seega kasutasin seletamiseks veel teist analoogiat, milles võrdlesin tantsu ja muusikat. Muusika koosneb muusikapala, meloodiast ja nootidest. Üksikuid klaveriklahve alla vajutates tekivad küll helid, kuid mitte muusika. Muusika võimalikuks saamisel on vaja noodivältused ja heli kõrgused järjestada, et tekiks meloodia. Tundus, et selline seletus andis vastused nende küsimustele ning arusaamise, mis peegeldus lõpuks ka tantsulises liikumises.

5.1.3 Kehataju

Selleks, et keha saaks liikuda on vaja koordineerimist, tasakaalu, lihaseid, mõistmist ja füüsilist tunnetust, kuidas nimetatud oskused kokku panna. Läbi kaasaegse tantsu erinevate liikumisjadadega ning Pilatose harjutustega, püüdsin arendada õpilaste kehatunnetust.

Harjutuse kindel eesmärk aitas mõõta õpilaste arengut (näiteks tasakaalu paranemine). Kõik õpilased arenesid erineva tempoga, siinkohal mängib olulist rolli ka kohalkäidud ning puudunud tundide arv, kuid ei saa väita, et grupis olid füüsiliselt tugevad ning nõrgad liikujad. Pigem jaotaksin nad tantsulise liikumise järgi kiireteks ning aeglasemateks kohanejateks. Oli neid, kes oskasid ettenäidatud liikumisi kiiresti enda kehasse sulatada, kuid oli ka neid, kes väitsid, et

mõtteliselt saavad nad aru, mida keha tegema peaks, kuid füüsiliselt ei jõua järele. Sellistel hetkedel püüdsin õpilastele liikumisi seletada ning näidata individuaalselt.

Mitmeid kordi sain õpilastelt tagasisidet, et pärast soojendust ja Pilatese harjutusi läks neil keha mõnusalt soojaks (paljud pisikesed süvalihased said koormust) ning see tekitas tunde, et nad tajuvad oma keha mõõtmeid ning toiminguid täpsemalt. Järelikult mõjus selline tunni ülesehitus kehataju arendamisele soosivalt.

5.2 Mida õpetajana õppisin?

Antud praktika oli mulle, kui noorele tantsuõpetajale suur väljakutse ning väärt kogemus. Õppisin palju iseendaks ning õpetajaks olemise kohta. Sain uusi mõtteid, kuidas ning millisel viisil oma teadmisi teistele jagada. Õppisin olema vastutulelikum ning tähelepanelikum, et näha, mis toimub väljaspool mind – minu õpilastega. Kuna töötasin koos teatrikunsti tudengitega, siis püüdsin juhendamisel lähtuda nende erialast, et muuta kahe kunsti vahel olev üleminek sujuvamaks.

5.2.1 Konkreetsus

Olen varasemalt tagasisidet saanud, et räägin harjutuse juhendamisel liiga palju, sest üritan võimalikult täpselt kõike lahti seletada ning kulutan selleks liiga palju tunni aega. Seekord üritasin luua tasakaalu seletamise ja ettenäitamise vahel.

Kõikides tehnikates üritasin anda konkreetseid käsklusi, kuid mitte muutuda rangeks või sundivaks. Arvan, et selged märksõnad aitasid neil kiiremini mõista, mida ma neilt ootan. Konkreetsuse juures on oht muutuda diktaatorlikuks õpetajaks, kuid üritasin seda vältida, olles samaaegselt viisakas ning lugupidav oma õpilaste suhtes.

Action-teatri ülesannete juures seletasin lahti vaid harjutuse ega näidanud ette variante, sest selles süsteemis puudub õigesti või valesti tegemise võimalus. Tähtis on mõista ülesannet ning sellest lähtuvalt tegutseda.

Ka märkuste ja kiituste tegemisel püüdin olla otsekohene ning anda tagasisidet neile õpilastele, keda see puudutas. Üldist tagasisidet andsin vaid juhtudel, kui sõnum puudutas kogu gruppi.

5.2.2 Valmisolek ning kiire reageerimine

Käesolevas töös eelnevalt kirjeldatud ootamatused (alapeatükis 4.1 ja 4.2), kasvatasid minus valmisolekut igaks uueks olukorraks. Peamiselt tegin plaanides muudatusi seetõttu, et keegi õpilastest puudus või ei olnud võimeline tantsutunnis kaasa liikuma. Pärast esimesi tantsuproove, hakkasin tundide ettevalmistamisel mõtlema ka lisa variatsioonidele - prognoosides erinevaid võimalusi, mis võiksid segada algse plaani järgi tegutsemist.

Samuti pidin jälgima õpilaste energiat ja tähelepanuvõimet. Kui üks neist kahest hakkas hajuma, siis proovisin neid mõne harjutuse või mänguga taas üles äratada ning positiivset energiat anda. Juhul, kui liikumisproov toimus õhtul, pidin arvestama ka nende väsimuse ning kurnatusega. Vahel lubasin nad varem koju puhkama, eesmärgil, et järgmisel päeval toimuv tantsutund võiks olla tõhusam.

Protsessi käigus tekkisid mul mõned tagavara harjutused, mida erinevatel puhkudel kasutada, seega ei pidanud ma enam lisaharjutuste ettevalmistamisele suuremat tähelepanu pöörama.

5.2.3 Sõber versus õpetaja

Minu jaoks on olnud varasemalt keeruline luua õpilaste ja enda vahel sõprussuhet. Olen kartnud, et selle tekkimisel väheneb tunnidistsipliin ning minu käitumine pole enam objektiivne.

Varasemalt olen tunnikorda hoidnud pigem neutraalsena. Arvatavasti ka seetõttu, et väljaspool tantsutunde ühiseid kokkupuuted puudusid, sest kõik õpilased on olnud minust tunduvalt nooremad.

Võrreldes varasemate kogemustega oli seekordne olukord vastupidine. Olin oma õpilastele enne tuttav ja sõber ning seejärel neile õpetaja.

See õpetamispraktika lükkas ümber minu eelnevad hirmud. Avastasin, et oskan ka tuttavate inimeste õpetamisel piisavat korda ja austust enda, kui õpetaja vastu hoida ning ei muutu sealjuures teistsuguseks inimeseks. Olin endiselt Evelyn, kes õpetas tantsulist liikumist – seda, mida näitlejad/sõbrad/tuttavad minult õppida soovisid. Õhkkond oli vaba ning ka naerule ja naljadele jäi tunnis ruumi.

Tõdesin, et arvatavasti olen alati samasugune õpetaja olnud, lihtsalt mul pole olnud võimalust enda õpetajaks olemist mõne teise olukorraga võrrelda.

Õppisin õpetaja rolli vabamalt ning kergemalt võtma, kuid siiski meelespidama selle töö vastutust.

5.3 Probleemolukorrad

Põhilised probleemid, mis mulle, kui tantsuõpetajale muret tekitasid olid: grupiliikmete erinev motiveeritus lavastusprotsessis kaasalüüa, õpilaste vähene kannatlikkus ning minu hirm jääda mõistmatuks.

5.3.1 Grupiliikmete erinev motiveeritus

Antud töös olen korduvalt seda probleemi nimetanud, sest see segas nii üldist lavastusprotsessi, kui ka liikumistundide läbiviimist. Põhiliselt väljendus motiveerituse puudumine õpilaste

suhtumises. Kohati tundus, et negatiivselt meelestatud grupiliikmed võivad kogu protsessi raskemaks muuta.

Lahenduse leidmine oleks olnud raske (võibolla võimatu), sest juba kinnistunud suhtumisi ja omavahelisi suhteid on kõrvalseisjal raske muuta. Seega püüdsin aksepteerida kõigi arvamust ning suhtuda neisse, kui professionaalidesse, kes olenemata olukorrast ja isiklikest suhetest peavad tulemuse nimel koos töötama.

5.3.2 Õpilaste vähene kannatlikkus

Järgmine probleem, mis mul õpilastega tekkis oli nende vähene kannatlikkus. Võimalik, et nad on harjunud töötama kiiresti ning pideva tempoga. Ka tantsutundides püüdsin tempot hoida, et ei tekiks väga pikki joogipause või niisama istumist, kuid alati polnud see võimalik. Tihti, kui keegi puudus või pärast puudumist uuesti proovi tuli, oli vaja teha ümberarvestusi – muuta ettenähtud plaani. Minu, kui õpetaja reaktsioon pidi olema kiire, sest vastasel juhul tekkis õpilaste seas ärevus ning kannatamatus. „Kas nüüd on suitsupaus või?“ küsis keegi, kui üritasin kiirelt uut süsteemi välja mõelda. Oleksin küsimust mõistetavalt võtnud, kui mõttepausile oleks kulunud rohkem kui paar minutit. Tagantjärei arvan, et oleksin võinud õpilastele sellisel hetkel mõne tagavara ülesande anda (näiteks venitamine või eelmise harjutuse kordamine).

Pärast mõttepausi üritasin neile selgitada, et ootamatute olukordade lahendusi pole võimalik ette planeerida ning iga alustatud tantsuproov kestab ilma pausita vähemalt tund aega.

Kuna sellisel protsessil puudub kindel ajagraafik ning pisikesi pause tehakse tunde järgi, siis ei saa võtta nende küsimust pilkamisena, nagu see too hetk võibolla tundus. Samas tuleb tunnistada ka asjaolu, et minu õpilased olid samaaegselt ka minu ülikooliõed ja -vennad, kellega olin varasemalt suhelnud ning lävinud teises kontekstis ja suhtes. Võimalik, et nad lubasid endale ka suuremat vabadust, kui mistahes teise lavastaja või õppejõuga.

5.3.3 Ebaselgus väljendus

Harjutuste seletamisel või juhendamisel tekkis kartus, et minu juhised on õpilastele ebaselged, sest ma ei pruugi rääkida piisavalt täpselt ja arusaadavalt. Varasematest kogemustest lähtuvalt tundsin, et minu probleemiks on õigete sõnade leidmine, läbi mille enda mõtteid arusaadavaks teha.

Antud praktika käigus üritasin oma tähelepanu suunata sellele, kuidas ma räägin. Seadsin eesmärgiks arendada endas konkreetset ja sõnalist täpsust. Juhendades püüdsin välja tuua vaid olulise ning vähem tähtsama kõrvale jätta, et see ei tekitaks õpilastes segadust. Lisaks kulutab liialt pikk seletus niigi vähest väärtuslikku aega.

Oli olukord, kus püüsin *action*-teatri harjutust eelmisest proovist puudujatele seletada, aga alustasin liiga detailse kirjeldusega, mis omakorda tekitas õpilastes lisaküsimusi. Konkreetsest situatsioonist aitas mind välja üks eelmises proovis kohalolnud õpilane, kes võtis harjutuse tuuma kokku paari lausega ning siis täiendas seda lisäülesannetega. Antud olukord õpetas mind harjutuse seletamisel alustama kõige olulisemast ning seejärel keskenduma pisidetailidele. Lisaks mõistsin, et mida vähem üldist informatsiooni ning rohkem täpsust seletamisel, seda vähem tekib õpilastel ebaselgust või küsimusi.

Küsimuste tekkimine pole kindlasti ainult negatiivset laadi, sest need võivad olla mõne uue idee või mõtte sütitajaks. Kui taaskord näide tuua loovate harjutuste kohta, siis vahel palusin õpilastel ise küsimustele vastata või sooritada harjutust täpselt nii nagu nemad sellest aru said.

Usun, et olen pärast seda kogemust muutunud enesekindlamaks juhendajaks ning märgatavalt arendanud enda väljendusoskust.

LÜHIKOKKUVÕTE

Mõeldes tagasi tantsuõpetaja praktikaperioodile, siis tekib hea ja kohati ka vapper tunne. Arvan, et olen oma oskusi ületanud või varasemalt end alahinnanud. Ma pole päris kindel, kas alguses üldse taipasin, missugune kogemus mind ees ootab. Olin varem teatritudengitega tantsulavastustes küll kokkupuutunud, kuid selle projekti ulatus oli tunduvalt suurem ning põhjalikum.

Antud praktika pani proovile minu teadmised ja oskused, kuidas õpetada ning kuidas olla õpetaja. Võrdleksin seda kogemust mõne praktika eksamiga, millega testitakse eksamisooritaja kõik varasemad kogemused ning koolist õpitud tarkused. Testijateks olid minu õpilased, teatrikunsti tudengid, kes ei kartnud esitada ühtegi küsimust ega rahuldunud poolikute vastustega.

Loodan, et minu õpilased õppisid minult samapalju, kui mina neilt. Isegi, kui nad mitte kunagi enam tantsimisega ei tegele (mis loodetavasti on võimatu), siis vähemalt on neil kogemus ning arusaamine sellest. Samuti püüdsin arendada nende kehahoiakut ning koordineerimist, mis näitleja ametis kindlasti kahjuks ei tule. Kuna tegemist on lavaliste inimestega, siis oskus oma keha vallata on nende töös peaaegu sama oluline kui hääle kasutamine. Arvan, et neid kahte ei saa eraldada ning nende koosmõju annab näitlejale professionaalsuse.

Ehk on käesolevas töös kasutatud meetodites ja tähelepanekutest abi ka tulevasele tantsuõpetajale või juhendajale, kes sooviks töötada koos näitlejatega. Kindlasti on see uurimusvaldkond, kus on palju avastada.

Olen tänulik oma õpilastele, kes muutsid selle kogemuse minu jaoks ühteaegu pingeliseks, kuid ka suurepäraseks kogemuseks, millel on mõõtnatu väärtus. Mul tekkis huvi ja soov ka tulevikus tantsu- ja teatrivaldkonda omavahel siduda.

KASUTATUD KIRJANDUS

1. **Gadamer, H-G.** 1994. *Võimetus kõneluseks*. – Akadeemia, nr 6, lk 1188-1198
2. **Gray, J.** 1989. *Dance instruction: science applied to the art of movement*. Champaign: Human kinetics books
3. **Isacowitz, R.** 2008. *Pilates*. Ersen
4. **Lääne, M.** 2012. *Kaasaegse tantsu määratlus Eestis*. Tartu Ülikooli Viljandi Kultuuriakadeemia. [Seminaritöö]. Viljandi
5. **Marts, T.** 2010. *Lõputöö tantsuõpetaja kutsele*. Tartu Ülikooli Viljandi Kultuuriakadeemia. [Diplomitöö] Viljandi
6. **Valgmaa, R & Nõmm, E.** 2008. *Õpetamisest: eesmärgist teostuseni*. Eesti Vabaharidusliit.
7. **Sööt, A.** 2012. Didaktika VI ja V loeng. Loengukonspekt.
8. **Soro, S.** 2006. *Action – teater – miski pole ilus või inetu, õige või vale*. – Sirp. 10.11. http://www.sirp.ee/index.php?option=com_content&view=article&id=4087:action-teater-miski-pole-ilus-v-i-inetu-ige-v-i-vale&catid=3:teater&Itemid=2&issue=3134 (22.05.2013)
9. teater muusika kino. 2008. *Vastab Ruth Zaporah*. <http://www.temuki.ee/numbers/2008/3/article4618.pdf>, (22.05.2013).
10. **Õunapuu, L.** 2010. *Üliõpilaste kirjalikud tööd - Metoodiline juhend magistritöö, seminaritöö, lõputööde, referaadi ja essee koostamiseks ning vormistamiseks*. <http://www.kultuur.ut.ee/sites/default/files/vka/juhend.pdf> (22.05.2013)

LISAD

Lisa 1 Action-teatri harjutused

1. Harjutus „UNENÄGU“

Selle harjutuse sain A-teatrist, mis osaliselt baseerus *action*-teatrile, kus minu juhendajateks olid Erni Kask, Tarmo Tagamets ja Anti Kobin.

Seletus:

1. õpilased vahetavad liikumist (*frame*'i) pärast igat juhendaja märguannet. Märkuandeks võib olla käteplaks või mõni sõna, nt. „muuda, vaheta“. Mina kasutasin märksõnu nagu lumi, naer, pinge, tuli, kuumus, kõrb jne ning seejuures rõhutasin, et õpilased ei lähtuks sõna tähendusest vaid peegeldaks kehaga esimest mõtet/liigutust, mis neile antud sõnaga tekib.

Kestvus umbes 10 minutit.

NB! Märksõna kasutamise miinus on see, et õpilased võivad hakkavad sõnu otseselt liikumisse tõlgendama. Näiteks märksõna „tagurpidi tiiger“ peale hakkavad õpilased imiteerima tagurpidi liikuvat tiigrit.

2. õpilased meenutavad kogu eelnevast tegevusest 3-5 liikumist (*frame*'i).
3. prooviruumis määratakse kindlaks ala/lava, millel järgnev tegevus toimuma hakkab.
4. alale/tegevuskohta siseneb õpilane juba omal vabalvalikul valitud liikumisega ning võib 3-5 valitud liigutust enda sisemise käskluse peale muuta.
5. tegevuskohas peab olema vähemalt 2 liikujat või rohkem.
6. liikujad märkavad ruumis teisi liikujaid ning võivad nendega läbi oma liikumise suhestuda.
7. võib ülevõtta/peegeldada kellegi teise liikuja liikumist (*frame*'i), kuid ainult siis kui liikumist on võimalik teha koos liigutuse autoriga.
8. *frame*'i sees võib vahetada liikumise kiirust, pinget, jõudu, kuid ei tohi muuta kogu liigutuse iseloomu või seda edasi arendada.

Video: unenägu1, unenägu2

Variatsioonid:

9. aktiivsed liikujad võivad muutuda passiivseteks ehk „postiks“- seista sirgelt, liigutamata.
10. passiivsed võivad aktiivsetele märksõnu öelda, millest liikujad peavad impulssi võtma.
11. aktiivsed liikujad on iseendale impulsi andjateks.

Reeglites lepitakse kokku enne harjutuse alustamist.

Eesmärk: muuta õpilasi loovamalt kasutama oma piiratud võimalusi. Arendada õpilaste oskust tervikut kõrvalseisja pilguga näha ning sama aegselt ise terviku moodustamisele kaasa aidata.

Video: uni+postid

2. Harjutus „JUHT“

Harjutus on minu enda tuletatud, kuid lähtub ühest *action*-teatri printsiibist, milleks on peegeldus.

Seletus:

1. viiakse läbi „UNENÄO“ harjutuse esimesed kaks etappi, et igal liikujal oleks oma 3-5 *frame*'i.
2. seejärel määrab juhendaja grupist ühe liikme juhiks.
3. kõik ülejäänud grupiliikmed koonduvad juhi seljataha ning üritavad peegeldada kõike „mida juht teeb“.
4. peegeldus võib toimuda lainena, seetähendab, et iga liige peegeldab enda ees olevat liikujat (va juht, kellest lähtuvad tema ümber olevad inimesed).
5. juht liigub ruumis ringi ning muudab liikumise suunda.
6. ülejäänud rühmaliikmed peavad jääma juhi seljataha.

Eesmärk: parandada õpilaste reageerimis kiirust ning ühtsuse tunnetamist.

Video: juht

3. Harjutus „Kontrastsed *frame*’d“

Harjutus pärineb 2011a notafe *action*-teatri õpitoast, õpetajaks oli Sten Rudström, *action*-teatri looja Ruth Zaporah õpilane.

Seletus:

1. liikuja annab endale käsklusi *frame* muuta ise.
2. iga järgnev *frame* peab olema kontrastne eelmisega.

Eesmärk: seada piirid, kuid lasta liikuja mõte vabaks. Hea soojendus improvisatsiooniliseks liikumiseks.

Video: puudub

4. Harjutus „Peegeldamine“

Samuti pärineb Sten Rudströmi õpitoast. Peegeldatakse miimikat, häält, rütmi, liikumist, häält + liikumist jne.

Seletus:

1. õpilased jagatakse paaridesse
2. paarilistest üks teeb mõne miimika ning teine üritab sama järgi teha
3. kui miimika peegel oli täpne siis originaali esitaja noogutab, kui mitte, kordab paariline uuesti sama miimikat. Tegevus kestab seni, kuni originaal tunnistab peegelduse õigeks.
4. seejärel vahetavad paarilised rollid. Alustab paariline, kes viimati kordas ning teeb uue näomiimika.
5. kõik kordub mitukorda, kuni juhendaja annab uue ülesande.
6. järgmiseks hakatakse peegeldama häält, rütmi, liikumist, häält+liikumist jne.

Eesmärk: harjutada täpset hääle ja liikumise kordust, imiteerimist. Katsetada keha ja hääle mitmekülgset ning arendada improvisatsiooni.

Video: puudub

5. Harjutus „Rääkija ja liikuja“

Harjutus pärineb Sten Rudströmi õpitoast. Antud harjutuse juures on oluline paariliste koostöö ning tähelepanu. Rääkija peaks olema mitmekülgne ning mängima häälekasutuse erinevate võimalustega ning kasutama rääkimises stoppe.

Seletus:

1. harjutust sooritatakse paarides. Üks on rääkija teine liikuja.
2. rääkija võib rääkida ükskõik mida, sest tekstil ja selle sõnumil ei ole tähtsust.
3. liikuja peab kuulama rääkija hääle tooni, tugevust, kiirust ja iseloomu ning selle liikumisse panema.
4. harjutus võiks kesta 3-5 minutit ning siis võiksid paarilised rollid vahetada.

Eesmärk: koostöö ja improvisatsiooni arendamine.

Video: puudub

6. Harjutus „Lause moodustamine“

Pole kindel, aga arvan, et sain selle harjutuse A-teatri projektist. Peegli harjutuse edasiarendus.

Seletus:

1. harjutust tehakse paarides.
2. paariline nr1 teeb mingisugust häält ning paariline nr2 kordab seda, kuid lisab juurde ka enda edasiarenduse.
3. seejärel paariline nr1 kordab taas uuthäält ning lisab ka omalt poolt mingisuguse uuenduse.
4. niimoodi toimub pidev täiendamine nagu „lumepalli efekt“.

Variatsioonid:

- võib kasutada liikumist ja häält koos, peegeldades ja täiendades mõlemat.
- Võib proovida moodustada sõnu või lauseid täht tähe järgi.

Eesmärk: arendada partneritunnetust ning improvisatsiooni.

Video: lause moodustamine

Videos on Vallo ja Kristian, kelle lauseks oli: „sokis on auk“. Lause said improviseerijad ise valida, kuid ei saanud seda eelnevalt läbiharjutada. Pealtvaatajate ülesandeks oli lause ära arvata.

7. Harjutus „Oma liigutuste tants“

Antud harjutus leidis kasutust „UNISTA!TUD“ etenduses ning on põhitegevustelt sarnane „unenäo“ harjutusega.

Seletus:

1. igal liikul on 3-5 liigutust, mida ta vabal valikul kasutab.
2. passiivne liikuja istub toolil, ning võib ükskõik millisel hetkel aktiivseks muutuda.
3. liikujad võivad üksteise liikumist kopeerida.
4. liikuja võib teha omaliigutust tooli peal seistes.
5. harjutuse käigus tuleb kolm korda toolide suunda muuta. Suunad ning nende muutmise järjekord on varasemalt kokkulepitud.

Eesmärk: Arendada koostööd võimet ning improviseerida kitsastes piirides. Jälgida üldist pilti, et vaatajal ei tekiks infoküllust.

Video: oma liigutuste tants

8. Harjutus „liikumisjada improvisatsioon“

Õpetasin õpilastele selgeks kaks lühikest liikumisjada. Esimene koosnes ette ja taga suunas liikumisest ning teine jooksusammust ning pöörlemisest. Palusin, et nad liiguksid ruumi ühest seinast teise kasutades vaid esimest kombinatsiooni. Lisaks võisid nad mängida liikumise kiiruse, tempo ja intensiivsusega, kuid pidid suutma kogu grupi tegevust tervikuna jälgida.

Esimene, kes vastas seinani jõudis, pidi võtma kokkulepitud asendi, mis oli ka teistele liikujatele märguandeks, et hakkab harjutuse II osa. Seejärel seisis kõik liikujad ühes kindlas kokkulepitud asendis ning alustasid uut improviseerimist teise liikumisjadaga.

Alguses oli kõik v.a liikumisjada improvisatsiooniline, kuid etenduse jaoks fiktseerisin mitmed momendid, mis mulle läbi improvisatsiooni huvitavad tundusid.

„Unista!tud“ etenduses leidis see harjutus koha etenduse viimases tantsukavas.

Eesmärk: arendada liikuja tervik pildi tajumist ning mõistmist, et tema tegevus on osa tervikust. Samuti oli eesmärgiks luua läbi harjutuse etenduse jaoks koreograafiat.

Video proovist: mum1

SUMMARY

I have a good and somehow a brave feeling while thinking back to my whole dance instructor practice period. I think that I have surpassed my skills or underestimated them previously. I am not entirely certain if I even realized at first what kind of experience awaits me. I had been previously introduced to drama students in my dancing, but the scope of this project was much greater and more comprehensive.

The current practice put my knowledge and skills to the test – how to teach and how to be a teacher. I would like to compare this experience to some kind of a practice examination, where all previously learned experience and wisdom from school is being tested through test subjects. I was tested by my students – drama students, who did not hesitate to ask various questions and who did not satisfy with incomplete response.

I hope my students learned from me as much as I learned from them. Even if they will never again engage with dancing (which hopefully is impossible), then at least they have the experience and understanding of it. My aim was also to develop their physical posture and coordination, which is certainly beneficial in their acting career. Since they are people who are acting on a stage, the skill to control one's body is almost as important as to control one's voice in their work. I believe that these two cannot be separated and together they give professionalism to an actor.

The methods and observations used in the present thesis may be beneficial to future dance instructor or a tutor, who would like to work with actors. This is certainly a research area where is much to discover.

I am grateful to my students who made this period at the same time tense but also a wonderful experience, which has immense value. I would like to combine dancing and acting field again in the future.

Lihtlitsents lõputöö reprodutseerimiseks ja lõputöö üldsusele kättesaadavaks tegemiseks

Mina Evelyn Uisk
(*autori nimi*)

(sünnikuupäev: 25.02.1988)

1. annan Tartu Ülikoolile tasuta loa (lihtlitsentsi) enda loodud teose

TANTSUÕPETAJA TÖÖ NÄITLEJAGA ,
(*lõputöö pealkiri*)

mille juhendaja on Raido Mägi,
(*juhendaja nimi*)

- 1.1.reprodutseerimiseks säilitamise ja üldsusele kättesaadavaks tegemise eesmärgil, sealhulgas digitaalarhiivi DSpace-is lisamise eesmärgil kuni autoriõiguse kehtivuse tähtaja lõppemiseni;
 - 1.2.üldsusele kättesaadavaks tegemiseks Tartu Ülikooli veebikeskkonna kaudu, sealhulgas digitaalarhiivi DSpace'i kaudu kuni autoriõiguse kehtivuse tähtaja lõppemiseni.
2. olen teadlik, et punktis 1 nimetatud õigused jäävad alles ka autorile.
 3. kinnitan, et lihtlitsentsi andmisega ei rikuta teiste isikute intellektuaalomandi ega isikuandmete kaitse seadusest tulenevaid õigusi.

Viljandis, **22.05.2013**