

TARTU ÜLIKOOLI VILJANDI KULTUURIAKADEEMIA

Etenduskunstide osakond

Tantsukunsti õppekava

Kadri Sirel

INDIVIDUAALSE KEHATUNNETUSE ARENDAMINE GRUPIÜHTSUSE NIMEL

Tantsuõpetaja kutse lõputöö

Juhendaja: Raido Mägi

Kaitsmisele lubatud:.....

(juhendaja allkiri)

Viljandi 2015

## SISUKORD

SISUKORD.....	2
SISSEJUHATUS.....	3
1. TAUSTJUTUSTUS .....	5
2. INDIVIDUAALNE KEHATUNNETUS.....	8
2.1 Individuaalse kehatunnetuse loomismeetod.....	9
3. GRUPIÜHTSUS .....	12
3.1 Grupiühitsuse loomismeetod.....	13
4. TÖÖPROTSESSI ANALÜÜS.....	15
4.1 Tantsutundide ülesehitus liikumisproovide toetamise eesmärgil.....	15
4.2 Püstitatud eesmärgi saavutamine.....	17
5. MINU KOGEMUS ÕPETAJANA .....	19
KOKKUVÕTE.....	21
KASUTATUD KIRJANDUS .....	23
LISA 1.....	24
SUMMARY „Developing individual bodily knowledge for group unity“.....	25
Lihtlitsents lõputöö reprodutseerimiseks ja lõputöö üldsusele kättesaadavaks tegemiseks .....	27

## SISSEJUHATUS

2014. aasta septembrist kuni detsembri keskpaigani olin liikumisjuht Tartu Ülikooli Viljandi Kultuuriakadeemia (TÜ VKA) ja Ugala teatri ühisprojekti, milleks oli jõululavastus "Hiired on hiired". Lavastusprotsess algas septembrist, liikumisproovid oktoobri algusest. Protsess tipnes esietendusega 8. detsembril. Lavastajaks oli Oleg Titov ning laval löid kaasa TÜ VKA 11. lennu näitekunsti õppetooli üliõpilased ning lisaks kolm tantsutudengit. Tööprotsessi teatritudengitega valisin oma lõputööks eelkõige, kuna tegu ei olnud mitte tavapärase õpetamisolukorraga. Õnnestumis- või ebaõnnestumiskriteerium oli protsessi vältel kaasaskäiv ning jälgitav. Fookus oli selgelt suunatud lõpp-produktile ja selle täiusele, milleks oli perfektsuseni lihvitud tants laval ning eesmärgini jõudmiseks oli aega loetud kuud.

Käesolevas, lõputöö kirjaliku osa esimeses peatükis kirjeldan enda kui koreograafi tööd näitlejatega. Tutvustan ja põhjendan töömeetodit, mida liikumisjuhina näitekunsti tudengitega töötades kasutasin. Antud lõputöös tuginen Soili Hämäläineni artiklile „*The Meaning of Bodily Knowledge in a Creative Dance-Making Process*“, mille põhjal toon välja erinevuse teatrikunsti tudengite vahel, kes karakteriloomes töötavad psüühilise informatsiooniga (Stanislavski meetod) ning tantsukunsti tudengite vahel, kes töötavad liikumise füüsiliste põhjustega (somaatika). Tantsutundides tegelesin just näitlejate keha teadvuse arendamisega. Panin rõhku individuaalse keha- ja ruumitunnetuse ning füüsilise kohalolu praktiseerimisele, eeldades, et tundlik ning intelligentne keha on muutustele grupis reageerimis- ning kohanemisvõimelisem.

Töö teises peatükis seletan, mida täpsemalt pean silmas individuaalse kehatunnetuse all ning mida see grupi liikumiskvaliteedis muudab. Seejärel kirjeldan, missuguste harjutuste, ülesannete ja märksõnade abil seda näitlejates arendasin. Lõputöö kolmandas peatükis selgitan, mida grupiühitus ja selle loomine antud praktikas tähendas ja endast eeldas. Kirjeldan, missuguste harjutuste, ülesannete ning märksõnadega seda saavutada püüdsin ning põhjendan, kuidas individuaalne kehatunnetus siinjuures rolli mängis. Töö neljandas peatükis analüüsin tööprotsessi tervikuna, kirjeldan tundide ülesehitust ning põhjendan, kuidas tundide

säärane ülesehitus lõpp-produkti saavutamisele kaasa aitab. Selle tulemusena jõuan sünteesini, kas ja kuidas individuaalse kehatunnetuse arendamine grupiühitsuse saavutamist mõjutab. Töö viimases peatükis kirjeldan ja analüüsin iseenda kogemust ja arengut lavastus- ning õpetamisprotsessi juures.

Tantsuõpetaja kutse lõputöö on edasiarendus siinkirjutaja kaitstud seminaritööle „Kehaline individualism“, milles jõudsin järeldusele, et individueerunud tantsija on grupi suhtes empaatilisem. Antud lõputööga annan eelnevalt kirjutatud seminaritööle ka praktilise ning meetoodilise lisaväärtuse. Lõputööd kirjutades tuginen seminaritöös jõutud järeldustele ning kogemusele *Gaga* liikumiskeelega töötades. Samuti eelpool mainitud Soili Hämälaineni artiklile, Peggy Hackney raamatule „*Making Connections*“ ning lisaks Franco Ruffini Teater.Muusika.Kinos ilmunud artiklile „Stanislavski „Süsteem““.

## 1. TAUSTJUTUSTUS

Töötasin TÜ VKA teatrikunsti 11. lennu tudengitega, kelle ühine kokkupuude tantsuga on olnud TÜ VKA õpingute jooksul Raido Mägi juhendamisel kontaktimprovisatsiooniga, Paul Bobkovi juhendamisel rütmi- ja koordinatsiooniga ning Mall Noormetsa käe all lavalise liikumisega. Oli neid, kes enne ülikooli astumist tantsulise liikumisega ei olnud tegelema ning oli neid, kes varasemalt olid kokku puutunud kas rahvatantsu, kaasaegse tantsu või jazztantsuga. Grupi kõige suuremaks tugevuseks pidasin nende üleüldist nõudlikkust iseendi suhtes, samuti kokkuhoidvust ning uudishimulikkust. Motivatsiooniküsimus tuli esile küll pingerikastel perioodidel, kuid mitte nõnda dominantset, et siinjuures pikemalt peatuda.

Näitlejatel oli olemas küll varasem kogemus tantsulise liikumisega, kuid siiski ei olnud tegemist põhjaliku tantsijatreeninguga. Seetõttu otsisin töömeetodit, mis tantsude õppimisele lisaks töötaks ka koreograafia puhtuse, keha tunnetuslikkuse, grupiühitsuse ning muude esituskvalitatiivsete väärtustega. Selleks pidasin metoodiliselt kõige tulemuslikumaks jagada tööprotsessi tantsutundideks, mida viisin läbi kord nädalas ja kus töötasin kehatunnetuse, liikumistehnika ning füüsilise võimekusega, ning liikumisproovideks, kus tegelesin liikumisnumbrite õpetamise ja lihvimisega. Tantsutundide andmist alustasin oktoobri algusest korra nädalas kuni esietenduseni välja.

TÜ VKA teatrikunsti tudengid ehitavad karakteri Stanislavski meetodile omaselt, kus rolliloomes on oluline psüühiline informatsioon küsimustega miks ja mille pärast tegelane midagi teeb, mitte kuidas (vorm) ta seda teeb. Teater.Muusika.Kinos ilmunud Franco Ruffini artikkel „Stanislavski „süsteem““ seletab, kuidas näitleja otsib orgaanilist keha-meele suhet. Meele kaudu keha juhtimine. Artiklis väidab Ruffini, et keha-meele suhe laval on orgaaniline, kui keha ei reageeri meele nõuetele ”ülearuselt”, ”puudulikult” või ”seosetult”. Selleni jõudmiseks töötatakse meele nõudmiste esitamise tehnikaga. Meele treenimine toimub psüühilise informatsiooni põhjal karakteri psühholoogia mõistmise ja mõtestamise kaudu ning hästi treenitud näitleja on võimeline reageerima ka kõige väiksematele meeleliselt läbielatud impulssidele. (Ruffini 2005).

Küllap põhjus, miks antud lõputöö just sellise kursi võtab, oli osalt minu enda hirm jääda näitlejale arusaamatuks. Nelja aasta jooksul TÜ VKAs õppides ning teatrikunsti tudengitega koos töötades, on tulnud ilmsiks näitleja ja tantsija tööprotsessi erinevus. Tihti süüdistavad teatritudengid tantsuetendust üleliigses abstraktsuses, vaatajale arusaamatuks jäämises ning narratiivi puudumises. Kerkis esile küsimus, kuidas on võimalik liikumisele leida loogilisi põhjendusi, kui juba tantsu iseloomuks on abstraktsus ning sellel puudub Stanislavski süsteemipõhine keha-meele orgaanika. Siiski, keha-meele orgaanika tantsukunstis eksisteerib, kuid teise lähtepunkti ning töömeetodiga.

Seetõttu proovisin kahe etenduskunsti vahel leida mõlemale mõistetava ühisosa. Et näitleja jaoks tantsulisse liikumisse loogilist selgust tuua, hakkasin otsima põhjuseid, millest liikumine alguse saab. Taolist juuresandil tööd pidasin vajalikuks hoides silma lõpp-produktil – tantsul laval. Et tantsunumber lavastuse kontekstis ei jääks soorituse tasandile, vaid et see toimiks ka oma elavuses ja mängulisuses ning tegemisrõõmu kaudu võiks pakkuda vaatamisrõõmu. Selleks ühisosaks nägin olevat põhjuslikkuse: midagi juhtub millegi tõttu. Kui näitleja töötab Stanislavski meetodi põhjal meelelise täpsuse kaudu keha reaktsioonidega, siis tantsija töötab keha reaktsiooniga somaatilise informatsiooni kaudu.

Artiklis „*The Meaning of Bodily Knowledge in a Creative Dance-Making Process*“ autor Soili Hämäläinen tugineb somaatika defineerimises Thomas Hannale:

”Somaatika paneb inimest vaatama seestpoolt välja ning see teeb ta teadlikuks iseenda tunnetest, liikumistest ning kavatsustest, mitte otsima objektiivset ning väljastpoolt sisse saabuvat infot.” (Hämäläinen 2007, lk 59)

Säärane mõtteviis lisab liikumisele teatava isiklikkuse, mida pidasin tantsunumbrite puhul lavastuse kontekstis tähtsaks saavutada. Hämäläinen toob ka välja, et paljud koreograafid, tuues siinjuures näiteks William Forsythe'i, keskenduvad tantsuetenduse loomise juures just somaatilisele tööle tantsijaga, sest see tõstab koreograafia välja pelgalt representatsioonilisest kavatsusest ning annab sellele tantsija isikuga seotud personaalse lisaväärtuse. (*ibid*, lk 58)

Seetõttu arvasin kõige targemaks tööl liikumisega rõhutada selle füüsilist olemust ning läheneda kehale sellisena nagu ta on: liha, luu ja nahk. Liikumist alustavad põhjused leidsin hingamises, paarilise puudutuses, sisemistes impulssides, gravitatsioonis või kehaosa suhtes teiste kehaosadega. Samuti kasutasin *Gaga* liikumiskeelest inspireeritud kujutluspilte nagu tunnetas, et su keha liigub nagu vees, et su lihased krabavad su konte, et sa sikutad luid üksteisest eemale, et mingi kehaosa muutub raskeks jne. Eesmärgiks oli teatritudengitele luua

terviklik kujutluspilt oma kehast ja selle kavatsustest. Samuti leidsin, et individuaalse kehatunnetuse loomine ja selle delikaatsuse arendamine võiksid luua eeldused grupikoreograafia ühtsema, detailitäpsema ja küpsema soorituse jaoks. Järgnevas peatükis kirjeldan individuaalse kehatunnetuse arendamist kui valitud tööprotsessi, samuti harjutusi ja märksõnu, mida eesmärgi saavutamiseks kasutasin.

## 2. INDIVIDUAALNE KEHATUNNETUS

Järgnevalt selgitan, mida pean silmas individuaalse kehatunnetuse all ning miks pidasin selle saavutamist vajalikuks. Individuaalne kehatunnetus on seotud füüsilise maailmaga seotud suhete ja muutuste tunnetamisega. See ei ole seotud emotsionaalsusega, arvamuse kujundamise, õige või valega, seisukoha võtmisega, vaid somaatilise tunnetamise kaudu enda ja maailma vahel sidususe leidmisega. Vaadates tagasi praktikale näitlejatega ning selle põhjal sõnastades enda kui pedagoogi rõhuasetuse tööprotsessis, kirjeldaksin individuaalse kehatunnetuse arendamist kui fookuse toomist keha ja liikumisega seotud tajuprotsessidele hetkes. Samuti iseenda vormi ja piirjoonte tajumise kaudu keha kui terviku kogemist. Arusaamine sellest, et terve keha töötab ühe eesmärgi nimel (on see siis tõste, hüpe või minimaalne žest) loob liikumisele teatava vormilise puhtuse.

Tuginedes Hämäläinlile on individuaalne kehatunnetus seotud taju, aistingute ning tunnetuslikkusega, mis alati töötavad koos ning nõnda loovad keha teadvuse. Tajul on siinjuures keskne roll. Ta juhib tähelepanu asjaolule, et taju ei ole midagi, mis meiega juhtub, vaid midagi, mida me teeme. Seejärel toob ta välja aktiivse fokuseerimise termini, mis tähendab tajuinformatsiooni filtreerimist, modifitseerimist, vastuvõtmist, kõrvale jätmist ning väidab, et see loob meie sensoorse informatsiooni interpreteerimise mustrid. (Hämäläinen 2007, lk 60) Aktiivse fokuseerimisega töötasin näitlejate puhul näiteks partnertöö puhul, kus fookus oli suunatud kas partneri puudutusele, tema juhtimisele või muudele kontaktist saadud impulssidele.

Aistingud on taju kaudu seotud närvisüsteemiga. Aistingute all eelkõige mõistetakse kuulmist, nägemist, maitsmist, haistmist ning puudutust. Samuti võib kõneleda sisemistest aistingutest, mis annavad informatsiooni näiteks tasakaalu, liigese liikuvuse või lihastugevuse kohta. (*ibid*, lk 61) Aistingutega töötasin samuti partneri puudutuse kaudu. Kasutasin ka näiteks kontakti põrandaga kui aistingulist informatsiooni, mida liikumise algimpulsina kasutasin. Sisemiste aistingutega töötasin märksõnade kaudu nagu sikuta oma luid kehast eemale, kraba lihastega oma skeletti, kujuta ette, et sa oled ainult skelett, tunneta, kuidas õhk



puudutab su nahka, kuidas ühe kehaosa liikumine mõjutab teisi.

Hämäläinen käsitleb tunded või tunnetuslikkust kogemuse lahutamatu osana. Tuginedes Antonio Damasiole lahutab ta emotsioonid tunnetest ning väidab, et tunded on kehaliste kogemuste mentaalsed representatsioonid. Näitena toob Damasio, kuidas leinamise emotsioon eelneb leina tundele ning kuidas leina tunne võib olla märkimisväärselt füüsiline. Damasio sõnul samastatakse tunne situatsiooniga, mis selle tootis ning ta väidab, et me tajume oma keha erinevalt, kui tunneme end rõõmsa või kurvana. (Hämäläinen 2007, lk 64)

Töös näitlejatega püüdsin eemalduda emotsionaalsusele rõhuvatest märksõnadest, selle asemel tõin fookusesse tunde ning selle kaja kehas. Näiteks partneritöös palusin keskenduda tundele, mida puudutus tekitab. Puudutuse juures toonitasin selle konkreetset, toetavat ning selget iseloomu ning selgitasin, et puudutuse andmise juures ei tööta aktiivsena vaid käsi, vaid terve keha kavatsus ja tähelepanu on tegevusse suunatud. Esiteks võimaldas selline ülesande püstitus töötada keha kui terviku mõistmisega, kavatsuse selguse ning lisaks partnerite vahel usaldus- ja turvatunde loomisega.

Somaatiline töö taju, aistingute ja tunnetuslikkusega eeldab ja loob nii füüsilist kui meelelist kohalolu, mida liikumise juures pean oluliseks faktoriks. Nimelt teeb füüsilisele kohalolekule vastav meelestatus võimalikuks orienteerituse liikumise protsessile. Selles avaldub liikuja valmisolek, tähelepanelikkus ja reageerimisvõime hetkes, mida pean oluliseks grupiühtsuse saavutamise juures. Seminaritöös „Kehaline individualism“ jõudsin järeldusele, et füüsilisest kohaolekust tulenevast tundlikkusest on tantsija lisaks enda kehas toimuvale teadlik ka ruumist ja teistest kehadest ruumis – nende kaugusest või lähedusest tema enese suhtes, nende liikumiskvaliteedist ja energiakasutusest. (Sirel 2015, lk 14)

## 2.1 Individuaalse kehatunnetuse loomismeetod

Järgnevas alapeatükis kirjeldan, kuidas ja missuguste harjutustega individuaalse kehatunnetuse loomisega töötasin. Individuaalse kehatunnetusega tegelesin tunni alguses soojendusimprovisatsiooni käigus. Tunni alguses palusin näitlejatel leida ruumis koht, võtta puusade laiune paralleelne harkseis, tunda jalalabade kokkupuudet põrandaga, keskenduda hingamisele ning skeleti joendamisele. Harjutuse eesmärgiks oli tundi sisseelamine ning nii meelelise kui füüsilise kohaloleku saavutamine. Pidasin oluliseks tundi alustada rahulikult, et anda neile aega päevaste murede, mõtete ja tegemiste kõrvale heitmiseks ning tunnisituatsiooniga kohanemiseks. Samuti skeletile ja selle joendamisele tähelepanu toomine

tõi tunni alguses fookuse rühvigade korrigeerimisele, mis optimaalse kehatöö juures kahtlemata vajalik on.

Antud ülesandele hakkasin järk-järgult kihte lisama, kuni sellest kasvas tantsuline improvisatsioon. Palusin neil näiteks kujutada keha ette vees. Eesmärk oli saavutada kehatunnetus, mis sarnaneks vees liikuva keha liikumiskvaliteedile. Taoliste kujutluspiltide andmine toob keha välja tavapärastest liikumisvalikutest ning töötab liikumiskvaliteetide erinevustega. Samuti oli oluline tunnetada oma nahka, nagu seda puudutaks vesi ja veenduda selles, et ükski keha piirkond ei jääks tähelepanuta. Säärane ülesande püstitus paneb liikuja küsima kehapiirkondade järgi, mis võiksid tähelepanuta jääda ning toob need siis fookusesse, et tundlikkus võiks kehtestada end terves kehas. Taoline harjutus töötab tervikliku kehapildi loomise ning liikumise delikaatsuse mõistmisega.

Andsin kujutluspiltidele tuginevaid märksõnu nagu sikuta oma luid kehast eemale (venitusmomendi loomiseks) või kujuta ette, et sa oled ainult skelett (optimaalse lihastöö tunnetamiseks). Kujutlusel on võim liikumismustreid ümber organiseerida. Liikumismuster saab alguse nende lihasgruppide tööst, mis tahetud liigutust sooritavad. Närvisüsteem edastab lihastele sõnumi ja organiseerib liikumismustri vastavalt sellele, kui selge on inimese kujutlus soovitud liikumisest. Kujutluse kaudu töötamine on viis, kuidas närvisüsteemi sõnumeid muuta ja nõnda vanade liikumismustrite asemel uusi luua. (Bernard, Steinmüller, Stricker 2006 lk 6)

Mõnel korral palusin neil tunni alguses paari võtta. Üks paarilistest seisis paralleelses puusalaiuses harkseisus ning teise ülesanne oli ta keha aktiivselt läbi kompida. Kerge massaaž tunni alguses äratas üles naha, mis näiteks aitas vormitunnetust luua. Iseenda piirjoonte tajumist pidasin tähtsaks tervikliku kehapildi kujunemise juures. Samuti võimaldas see puudutuse andja puhul töötada puudutuse kavatsusliku selgusega. Juhtisin tähelepanu sellele, et puudutuse andja ei keskenduks ainult kätele, vaid et terve keha oleks protsessi juures aktiivne. Keha ühtset eesmärgipüstistust ning liigutuse kavatsuslikku selgust pidasin oluliseks näiteks hiljem tõste- ja hüppetehnika omandamise juures.

Ühe terve tunni pühendasin väikestes gruppides impulsside andmisele ja nendele reaktsiooni otsimisele. Palusin näitlejatel jaguneda kolmesteks gruppideks. Üks neist lamas selili põrandale, aetas silmad kinni ning proovis oma keha täielikult lõdvestada. Teised hakkasid tema kehale käsi asetama, esiteks manipuleerides tema nahka, seejärel rasvkude ning lõpuks lihast. Harjutuse jooksul maaslamaja muutus järk-järgult aktiivsemaks, hakkas manipulatsioonile reageerima, kuni jõudis liikumiseni. Harjutus on pärit 2013. aasta suve NoTaFe'lt Miguel Angel Punzano kontaktimprovisatsiooni töötoast.

Töö paarilisega on universaalne mitmel põhjusel. Esiteks esitab töö paarilise juhtimisega väljakutse saadud impulssidele võimalikult ausalt reageerida, mis omakorda loob kohaloleku aktiivse fokusseerimise kaudu. Samuti näen partneritöös võtit üksteise vastu tundlikkuse ja usalduse loomiseks, mis hiljem grupiühitsuse saavutamise juures rolli mängivad. Veel enam, ta asetab liikuja situatsiooni, kus keegi teine tema eest otsuseid vastu võtab. Allumine iseendast mittelähtuvatele otsustele toob ilmsiks kehas eksisteerivad pingekolled ning sisseharjutatud liikumismustrid. Liikumismustrite teadvustamine ja analüüsimine aitab liikumismustritest ning neist alguse saavatest pingekolletest teadlikuks saada, mis omakorda treenib keha funktsionaalset võimekust. (Hackney 2002, lk 13)

Peggy Hackney raamatus "*Making Connections*" kirjeldab Irmgard Bertenieffi Fundamentaalse teooriale tuginedes, kuidas neuromuskulaarsel süsteemil kujunevad harjumuspärased viisid keha organiseerimiseks ning sageli arendab ta välja kompensatoorsed muustrid, mis ei pruugi kehatööd korrektselt toetada. (*ibid*, lk 12,13) Harjutuse käigus ilmnisid nii mõnedki pinged ja liikumismustrid. Näiteks üks tütarlaps jätkuvalt hoidis oma paremat kätt krampis, kuid teadlikuks sai ta sellest alles siis, kui tal käe lõdvestada palusin. Samuti märkasin pingeid kaela- ja turjapiirkonnas või passiivsust vasakus käes ning jalgades. Antud liikumismustrite ilmsiks saamine lubas näitlejatel tulevastel tundidel oma nõrkadele või seni märkamata jäänud kehaaspektidele rohkem tähelepanu tuua.

Töötasin individuaalse kehatunnetuse arendamisega nii grupis, paarilisega kui individuaalse tantsulise improvisatsiooni kaudu, kus kujutluspiltide kaudu kasutasin tajule, aistingule ning tunnetuslikkusele rõhuvaid märksõnu. Tööl individuaalse kehatunnetusega pöörasin rõhku tervikliku kehapildi kujunemisele ning liigutuse kavatsuslikule puhtusele, et koreograafilise materjali õppimise juures oleks kergem vormilist puhtust saavutada.

Selline töömeetod võimaldas treenida näitlejate keha funktsionaalset võimekust ning tehnilist täpsust: nii liikumismustrite teadvustamise kaudu kui tantsulise improvisatsiooniga kehas nii venituse- kui pingutusmomente luues. Lisaks, töö väikestes gruppides või paarilisega tõi keskmesse usaldusküsimuse ning võimaldas tutvuda üksteise kehade, liikumiste ja reaktsioonidega kontaktile. Eelpool kirjeldatud töö eesmärgiks oli arendada individuaalset kehatunnetust, et see suunata grupiühitsuse saavutamise kasuks. Järgnevas peatükis räägin lähemalt, mida pean grupiühitsuse all silmas, miks selle eesmärgiks seadsin ning missuguste harjutuste, märksõnadega seda saavutada püüdsin.

### 3. GRUPIÜHTSUS

Töötasin grupiga, kes juba ligi üle aasta olid koos õppinud, erinevates projektides osalenud ning söönud, joonud, maganud. Juba nendega varem kokkupuutudes oli selge, et nad hoiavad kokku ja tunnevad ennast omakeskis mugavalt. Teatav ühes hingamine oli loodud ning tajutav. Seetõttu pean vajalikuks selgitada, mida grupiühtsuse saavutamist eesmärgiks seades silmas pidasin. Kuna minu ja näitlejate koostöö seisnes lavastuse tarvis tantsunumbrite tegemises, puhastamises ning harjutamises, taotlesin grupiühtsusega koreograafia esitamise juures kvalitatiivset väärtust. Grupiühtsusel käesoleva lõputöö kontekstis on liikumise sünkroniseeritust ning puhtust hõlmav tähendus.

Tööprotsessi alguses oli selge orienteeritus lõpp-produktile, milleks oli tants laval, täiuslikkusele: et see oleks täpne, energiline, karaktiseeritud ning sünkroniseeritud. Tantsutunnid valmistasin ette vastavalt, et nende parameetrite täitmine võimalikult põhjalik oleks. Kuna töötasin näitlejatega, kellel puudus põhjalik tantsijatreening, otsisin töömeetodit, mis ühelt poolt arendaks koreograafia ühtsuse nimel tehnilist sooritust, kuid ei jääks sinna pidama, vaid toonitaks ka liikumise mängulisust ja inimlikkust. Vaatajale ei lähe hinge mitte sooritus, vaid X-faktor selle juures. Seetõttu pidasin oluliseks õpetada näitlejaid ära tundma liikumises sügavamaid põhjuseid kui selle vormiline taotlus.

Liikumise X-faktor seisneb siinkirjutaja silmis sellele tantsijapoolse isiklikkuse andmises. Liigutuse isikliku väärtusega töötasin individuaalse kehatunnetuse loomise kaudu. Eelnevas peatükis kirjeldasin tööprotsessi individuaalse kehatunnetuse loomisega, mille kaudu töötasin liikumise delikaatsuse, vormilise puhtuse, korrektse kehatöö ning funktsionaalse võimekusega. Lisaks, somaatiline töö individuaalse kehatunnetuse arendamisega lõi vajaliku tundlikkuse reageerima teistele kehadele ja nende muutustele ruumis. Järgnevalt kirjeldan, missuguste harjutuste ja märksõnade kaudu grupiühtsuse loomisega tegelesin.

### 3.1 Grupiühtsuse loomismeetod

Käesoleva lõputöö eesmärgiks oli jõuda grupiühtsuse ni koreograafilise vormi täpsuse ning sünkroniseerituse tasandil. Kuid selle saavutamiseks kasutasin muid vahendeid, kui vaid õpitud tantse korduvalt läbi tehes. Et tants laval ei jääks koreograafilise materjali ühes rütmis sooritamiseks, soovisin töötada liikumise isikliku väärtusega. Lähenesin grupiühtsuse loomisele füüsilisest, kehalise teadvuse aspektist – keha, mis on teadlik teistest kehadest ruumis ning on võimeline nende liikumisele reageerima: nende liikumiskvaliteetide, energiakasutusega samastuma, neile vastanduma, nendega kaasa minema, nendesse suhtumist väljendama või nendega dialoogi otsima.

Grupiühtsus nõuab tähelepanelikkust ning usaldust üksteise suhtes. Töötades individuaalse kehatunnetuse, selle taju, aistingute ning tundmustega, töötasin ühtaegu füüsilise tundlikkusega ümbritseva suhtes. Selle saavutamise ühe harjutusevariandina palusin näitlejatel ruumi liikuma minna, üksteist jälgida ning üksteise tempomuutustega kaasa minna. Siinjuures juhtisin nende uudishimu äärmuste vastu: kui minimaalseid muutusi nad on võimelised tajuma ning kui koheselt maksimaalsetele muutustele reageerima. Samuti palusin neil ruumis seistes üheskoos võtta vastu otsus kõndimise alustamiseks ning seejärel leida ühise otsusena sellele lõpp. Taoline harjutus toob tähelepanu üksteise kõige minimaalsematele liikumistele ning suunab otsima iseärasusi kaaslaste liikumises, mis kinnitaksid või lükkaksid ümber otsuse ühise iseloomu.

Esimene kord, kui harjutust näitlejatega tegin, tekkis moment, kus seismajäämise või kõndimise alustamise otsustas silmnähtavalt keegi kindel isik, teised läksid tema valikuga kaasa. Kuna ma tulemusega rahule ei jäänud, seletasin veelkord, et otsus peab tekkima grupiliikmete vahelise konsensusena ühtse arusaamise ning keemia pinnalt. Lasin neil harjutust korrata seni, kuni nende esialgne tormakus oli raugenud ning asendunud üksteist kuulavama õhkkonnaga. Järgmistes tundides harjutust korrates tuli liikumisele ühise alguse ja lõpu leidmine juba märkimisväärselt loomulikuna.

Usaldusharjutusena võtsin näiteks kasutusele Tine Damborgi tantsupedagoogika teemalisest töötoast õpitud harjutuse. Taaskord saatsin nad ruumi liikuma. Ruumis liikudes oli võimalus tõsta käed kõrvale ja hüüda: ”Ma kukun!” Lähedalolijate ülesandeks on reageerida ja kukkuja kinni püüda. Harjutuse juures pöörasin tähelepanu asjaolule, et kukkuja peab arvestama ka sellega, et temani ei pruugita jõuda. Seetõttu pidi ta olema valmis ka ise põranda vastuvõtmiseks. Harjutus töötab usalduse proovile panemise kaudu reaktsioonivõime arendamisega nii kukkujas kui püüdjates.

Usaldusega töötasin ka paarides erinevate kontaktimprovisatsiooniliste harjutuste kaudu: raskuse kandmine, raskuse võtmine, tasakaalu otsimine. Harjutuste puhul juhtisin tähelepanu situatsioonile, kus ühe paarilise puudumise korral teine kukuks. Raskuse kandmise ja võtmise juures palusin neil keskenduda pingutusele ning tundele, mida see kehas loob ja kuidas erinevates kehaosades kajab. Samuti viisin läbi harjutuse, kus üks paarilistest sulgeb silmad ning läheb selg ees ruumi kõndima. Teine juhib teda ruumis tal turvaliselt ühest randmest kinni hoides. Esiteks töötab harjutus ruumitunnetuse ning seljataguse taju arendamisega. Samuti usalduse ning tundlikkusega partneri juhtimise suhtes.

Grupiühitsuse loomiseks kasutasin harjutusi ja märksõnu, mis individuaalse kehatunnetuse suunaks informatsiooni otsima ruumist ja teistelt kehadelt ruumis. Nõnda töötasin reaktsioonivõime ja tähelepanelikkusega üksteise liikumisotsuste suhtes. Töö paarilisega või väiksemates gruppides oli püstitatud eesmärgi juures arendava tulemusega. Kontakti kaudu töötasin tähelepanu suunamisega teisele kehale ja tema mõjude tuvastamisele, tundmisele ning vastuvõtmisele enda kehas. Samuti, puudutuse aistinguline olemus suunab individuaalsele kehatunnetusele iseloomuliku tundlikkuse selle pinnalt teisega suhte loomisele. Grupiühitsuse loomisega töötasin ka ilma kontaktita, jälgides muutusi üksteise tempos või liikumiskvaliteedis ning harjutades valmisolekut neile reageerima.

Töötades individuaalse kehatunnetusega, arendasin näitlejate liigutuse kavatsuslikku kui vormilist puhtust, treenisin nende funktsionaalset võimekust ja selle kaudu füüsilist sooritusvõimet. Töötades grupiühitsusega tegelesin üksteise suhtes tundlikkuse ning reaktsioonivõime arendamisega. Järgnevas peatükis kirjeldan lähemalt tundide ülesehitust, missuguseid muutusi ja miks ma protsessi käigus pidasin vajalikuks vastu võtta ning analüüsin tantsutundide ja liikumisproovide kooskõla eesmärgi püstituse juures. Viimaks analüüsin seatud eesmärgi täitmist.

#### 4. TÖÖPROTSESSI ANALÜÜS

Eelnevalt olen käesolevas lõputöös kirjeldanud, analüüsinud ning põhjendanud seatud eesmärgi ning selle saavutamise meetodit – individuaalse kehatunnetuse kaudu grupiühtsuse saavutamist. Antud peatükis kirjeldan täpsemalt tantsutundide ülesehitust ning selle muutumist tööprotsessi käigus. Seejärel analüüsin, kuidas ja kas tantsutunnid ja liikumisproovid üksteise kasuks täiendavalt töötasid. Viimaks vastan, kas pean püstitatud eesmärgi täidetuks või mitte.

##### 4.1 Tantsutundide ülesehitus liikumisproovide toetamise eesmärgil

Tunde ettevalmistades pidasin silmas, kuidas kõige optimaalsemalt eesmärgini, milleks oli lõpp-produkt - tehniliselt sooritatud tants laval, jõuda ning missugused oskused selleks treenimist vajasisid. Tundide ülesehitamine oli tihedalt seotud koreograafia loomise ja õppimise protsessiga – missugused tehnikad, elemendid õppimise ja harjutamise tähelepanu parajasti vajasisid.

Esimese tunni valmistasin ette tutvumise eesmärgil, et tundma õppida kehasid, millega tööle pidin hakkama: nende võimekust, olemasolevaid oskusi ning liikumisloogikat. Soojenduseks saatsin nad ruumi liikuma ning andsin neile vastavaid juhiseid tempoga liikumiskiiruse skaalal 1-10 mängimiseks. Seejärel lasin neil paaridesse võtta ning jätkasime paarilisele raskust kandvate ning raskust võtvate harjutustega. Paarides töötasime ka paariliste vahel tasakaalu otsimisega oma raskuskeskme ärakandmise kaudu. Jätkasin harjutustele erinevate kihtide lisamisega ning tunni lõpetasin massaažiga.

Tunnist järeldasin, et töötama peab koordineerimise ning liikumiste omavahelise seotuse – neile tantsulise kvaliteedi andmisega. Paarilise raskuskeset ära andvates momentides puudus sujuv üleminek järgmisesse vormi. Liikumiste nii õelda juhtuda laskmise asemel leppisid näitlejad omavahel järgmise elemendi kokku. Samuti nägin, et teise keha on kontaktimprovisatsiooni voolavuse jaoks võõras. Tõstetehnika puhtuse saavutamise eesmärgil

pidasin vajalikuks töötada tunnetusega, mis aktsepteeriks teise keha kui iseenda keha osa – selle loomulikku jätku või pikendust. Samuti pidasin ühise alguse, lõpu ning ülemineku leidmist tõstetehnika puhul oluliseks. Tahtsin jõuda selleni, et tõste algaks hingamisest, pliést ja vaikimisest, mitte kokkuleppides: ”NÜÜD!”.

Samuti nägin, et näitlejatel on raske minu ülesande püstitusest aru saada. Pidin harjutusi korduvalt seletama. Nõnda erinevaid detaile analüüsid ja harjutuse üle arutades tundsin, kuidas harjutuse rõhuasetus paigast langeb. Sellest tulenevalt mõistsin, et mis minu jaoks on juba olemasolev ja loogiline, on nende jaoks tundmatu ja võõras. Esiteks pani see tähelepanek mind harjutuste kirjeldust läbi mõtlema ning samas küsima kehaloogika erinevuse kohta. Jõudsin järeldusele, et erinevus seisneb kehatunnetuses, mille leidsin olevat kõige baasiks – nii liikumise tehnilise puhtuse, grupiühitsuse kui ka õpitud liikumiste omandamise juures. Sellest tulenevalt jõudsingi individuaalse kehatunnetuse arendamise vajalikkuseni.

Pärast esimest tundi hakkasingi otsima meetodit, mis näitlejal liikumist isegi selle abstraktsuses mõista aitaks. Jõudmine liikumise füüsilis-somaatiliste põhjusteni muutis harjutuste kirjeldust, rõhuasetust, kuid ühtlasi muutis see harjutused vastuvõetavamaks, sest andis liikumisele isiklikust kohalolekust tuleneva lisateguri. Kui järgmine kord analoogseid partnertööl põhinevaid liikumisülesandeid käsitlesime, oli liikumine seotum, sujuvam ja mitmekülgsem.

Liikumiste vahel sidususe leidmisega, selle abstraktsuse omaksvõtmise ning samal ajal teatud meditatiivsusega töötamiseks hakkasin tunde sageli improvisatsiooniga alustama. Samuti, esimesel tunnil tõestasid näitlejad end olevat lõbusad, jutukad ning avatud. Et nende ekstravertsust veidi vaigistada - selleks, et töötada tunnetuslike kvaliteetidega, sai selgeks, et tunni algus peab nad vastavalt meelestama. Seetõttu oli individuaalsel kehatunnetusel põhinev tantsuline improvisatsioon lahendus, milleni jõudsin.

Tundides õpetasin erinevaid tõsteid, mida hiljem kasutasin koreograafias. Tõstetehnika õpetamise juures panin tähele, et paljudel näitlejate seast on rühiprobleemide tõttu raskusi tehnika loogika mõistmisega. Seetõttu sidusin järgnevasse tundidesse lihasharjutused, mis tegelesid just selja- ja korsetilihaste treenimisega. Koordinaatsiooniga töötasin tunni lõpus üle saali *jazzi*-kõndide, ristisammu ja selle erinevate variatsioonide, hüpete ning nendest elementidest koosnevate lühikeste kombinatsioonidega. Kombinatsioonide õpetamine oli ka hea soojendus liikumisproovides õpitud sammude ja koreograafia meeldejätmise ja omandamise jaoks.



## 4.2 Püstitatud eesmärgi saavutamine

Eesmärgi saavutamise analüüsi seisukohalt võtan eelneva tööprotsessi kokku selle veel korra sõnastades. Minu tantsuõpetaja kutse lõputöö, mille raames töötasin TÜ VKA näitekunsti õppetooli 11. lennu tudengitega, eesmärgiks oli tehnika lihvimine puhta koreograafilise soorituse nimel laval ilma, et tants jääks pelgalt soorituse tasandile, vaid püsiks värske ja mängulisena ka viimasel etendusel. Olles tunnistanud tööprotsessi algust, näitlejate arengut selle käigus kuni lõppfaasini välja, näinud esietendust, etendust etendusperioodi keskpaigast ning samuti viimast etendust, pean oma eesmärgi saavutatuks.

Pean õnnestumist tantsutundide ja liikumisproovide omavahelise dünaamika, teineteise toetamise ning sellest alguse saava mitmekülgsuse arvele. Kartsin küll, et lähenen protsessile liiga suuremahulisena, mistõttu teemakäsitlused jäävad laialivalguvaks ning üksteisest fragmenteerituks, kuid esietendusel saalist lõpptulemust vaadates tajusin, kuidas valitud põhjalikkus end ära tasus.

Fragmenteeritust pelgasin, kuna ühte tundi mahutasin ära improvisatsiooni, partneritöö, lihaste seeria, tõstete õppimise, koordineeritud põhinevad lühikesed liikumisjadad ning grupi ühtset dünaamikat taotlevad harjutused. Töötasin ühtaegu liigutuse kavatsusega, kehatunnetusega, aga teadsin, et lõpuks nõuan puhtast vormisooritust. Protsessi jooksul pidin korduvalt läbi mõtlema ja mõtestama oma rõhuasetuse ning mida eelkõige tähtsustan. Töötasin küll paljude aspektidega korraga, kuid siiski olid need omavahel seotud. Just märksõnade läbivus oli see, mis tõi üpriski paljudeks erinevateks osadeks jaotatud tantsutundi terviklikkuse.

Improvisatsiooni käigus töötasin somaatilise informatsiooni kaudu nii tervikliku kehapildi loomisega, liigutuse kavatsuse ning delikaatse kehatunnetuse ja protsessile orienteerituse kaudu liikumise tehnilise puhtusega. Koordineeritud treenivates harjutustes töötasin tehnilise puhtuse ning tervikliku kehatunnetusega. Tervikliku kehatunnetusega töötasin ka tõstetehnika juures. Tõstetehnika puhul sai oluliseks ka keha kui terviku kavatsuse selgus. Kavatsuse selgusega töötasin ka partneritöö puhul puudutuse andmise ja sellest alguse saavale impulsile reageerimisega. Läbivalt julgustasin neid liikudes otsuseid vastu võtma ning vastuvõetud otsustega lõpuni välja minema. Rõhutasin liigutuse alguse ja lõpu selguse olulisust, kohaloleku ning üksteise märkamise tähtsust.

Märksõnad nagu terviklik kehatunnetus, liigutuse kavatsus, füüsiline ja meeleline kohalolek on tähelepanu aktiivselt iseenda kehale ja liikumisele suunavad. Kuid üksikisikus nende omaduste arendamine võimaldab tal saavutatud ärksuse kanaliseerida ruumi ja teiste

kehadega ruumis ühtsuse saavutamisele. Sellest tulenevalt loob individuaalse kehatunnetus grupiühtsuse saavutamiseks vajamineva tähelepanelikkuse, reaktsiooni ning liikumistehnilised ja tunnetuslikud eeldused.

## 5. MINU KOGEMUS ÕPETAJANA

Minu rolli õpetajana muutis keeruliseks asjaolu, et olin tudeng nagu näitlejadki, keda juhendasin. Tegemist oli kooliprojektiga ning seetõttu mõlemakülgse õppimisprotsessiga. Ometigi olin asetatud positsiooni, kus minu ülesandeks oli nende ees seista juhtiva, teadliku ning sihi- ja enesekindlana. Seda taotlust õõnestas ehk kõige enam mu oma ebakindlus töötada grupiga, kes on minuvanused või isegi vanemad. Olime tuttavad üksteisele nii koolist kui pidudelt. See faktor pani mind otsima pedagoogilisi meetodeid, millega familiaarsus tunnisituatsioonis võimalikult minimaalsena hoida, et töökeskkond püsiks professionaalse ning kompromissituna. Samuti puutusin mingil määral kokku motivatsiooniküsimusega ning hakkasin enda kui õpetaja/juhendaja puhul otsima tasakaalu leebuse ning nõudlikkuse vahel.

Tööprotsessi alguses tundsin end näitlejatega pigem samal pulgal, kui neist lavastushierarhiat silmas pidades kõrgemalseisvamana. Leidsin, et kuna me kõik oleme täiskasvanud inimesed, teame miks ja mille nimel töötame ning oskame ennast selles motiveerida, siis ma ei pidanud vajalikuks motivatsiooni eraldi meelde tuletada. Pidasin iseenesest mõistetavaks, et igauks tunneb oma piire, põhjuseid ja enesetunnet, mistõttu leidsin, et kellegi käskimine on ülearune. Täpsustuseks lisan, et näitlejad osalesid tantsutundides korralikult, andsid alati puudumistest märku ning küsisid luba, kui varem lahkuma pidid. Pean silmas kohalolu ning nõudlikkust iseenda suhtes, mis pikkade päevade tõttu mõnikord kannatasid. Kuna ma näitlejate koolipoolset koormust ja sellest tulenevat väsimust mõistsin, siis olin nende suhtes pigem vastutulelik ja järeleandev.

Tööprotsessi keskel hakkasin tundma, kuidas mu senine hoiak koreograafias kajab. Tajusin, kuidas mitmed märkused, parandused siiani realiseerunud ei olnud ning tantsunumbrite kvaliteediarengus muutust ei olnud toimunud. Mõistsin, et liigne vastutulelikkus on lõppkokkuvõttes pigem negatiivsete tagajärgedega ning hakkasin nõudma täpsust ning sajabrotsendilist pühendumist. Mulle olid siinjuures eeskujudeks lavastaja Oleg Titov ning muusikaline juht Peeter Konovalov, kelle juhendamismeetodeid jälgisin ja imetlema hakkasin. Just end nendega võrreldes ja neilt õppides hakkasin ranguse ja nõudlikkuse olulisust mõistma.

Titovi ja Konovalovi puhul oli ilmselge kiring teatri ning lavastuse mängulisuse, kuid samas perfektsuse vastu. See muutis nad nõudlikuks, oma ütlemites otsekoheks, sageli karmiks. Kuid karmi otsekoheuse ja nõudlikkuse taga kumas kohalolevana tegemisrõõm. Seda märgates sain aru, et me kõik töötame ühise eesmärgi nimel ja see mis meid ühendab, on kiring tantsu ja teatri vastu. Hakkasin üha enam rõhuma nõudlikkuse olulisust iseenda suhtes ning uudishimu vajalikkust tegevuse vastu. Hakkasin otsima viise, kuidas parandusi konkreetselt sõnastada ning proovides lasin näitlejatel liikumisi korrata, kuni märkasin muutust soorituse kvaliteedi juures.

Otsisin viisi, kuidas ennast kurjustamata, käskimata – säärase meetodite kaudu autoriteediks maskeerimata kehtestada. Parima meetodina avastasin põhjalikkuse ja pühendumuse, mille tundide ja proovide ettevalmistamiseks panustasin. Oluline oli selgus, miks ma midagi teen. Seetõttu pidasin vajalikuks näitlejatele lühidalt sõnastada, milleks antud harjutus vajalik on. Samuti oli oluline konkreetsus, ükskõik missugusest aspektist: kas võttes vastu otsust liikuda järgmise harjutuse juurde, parandusi sõnastades, harjutusi kirjeldades, kedagi keelates või korrale kutsudes. Lisaks avastasin tagasiside ringide olulisuse. Mõnikord pärast kindlat harjutust, teinekord tunni lõpus kogusin näitlejad kokku ja palusin kirjeldada, mis mõtteid, tundeid, tähelepanekuid nad kogesid. Esiteks aitas see neil oma liikumiskogemust või õpitud sõnastada ning teiseks andis see mulle ülevaate, kuidas nad midagi vastu võtavad ja millele on tarvis veel tähelepanu pöörata.

Õpetajana otsisin viisi, kuidas tuua õpilastes välja motiveeritus ja huvi tegevuse vastu ilma nende peale häält tõstmata. Antud kogemuse põhjal selgus parima meetodina põhjalikkus ja professionaalsus, mida protsessi tuua üritasin. Eeskujuna sünnib eelkõige tegudest ja mitte sõnadest ning seetõttu astusin tundi või proovisaali ettevalmistatu ja läbimõelduna. See võimaldas mul olla konkreetne ja täpne oma nõudmiste osas. Mõistsin, et liigne vastutulelikkus ja leebus on õpilase arengus pigem stagnatsiooni põhjustav. Jälgides lavastaja Oleg Titovi ja muusikalise juhi Peeter Konovalovi juhendamismeetodit, õppisin näitlejatelt nõudma täpselt nii palju, kui nad on võimelised andma ja siis pisut veel rohkem.

## KOKKUVÕTE

Antud lõputöö kirjalikus osas kirjeldasin, põhjendasin ja analüüsisin oma tööprotsessi ja -meetodit TÜ VKA näitekunsti 11. lennu tudengitega TÜ VKA ja Ugala teatri ühisprojektis – jõululavastuses „Hiired on hiired“. Nimetatud lavastusprotsessis osalesin liikumisjuhina. Lõputöö esimeses peatükis tutvustasin ja põhjendasin töömeetodi valikut, mida näitlejate juhendamisel kasutama hakkasin. Eesmärgiks oli oktoobri algusest kuni detsembri esimese nädala sisse mahtuva perioodi jooksul näitlejad lavavalmiks treenida: et tantsunumbrid lavastuses oleksid vormiliselt puhtad, grupi soorituse seisukohalt sünkroniseeritud, samas mängulised ja energilised. Otsustasin jagada tööprotsessi kaheks: liikumisproovidele lisaks andsin näitlejatele korra nädalas tantsutunni, mille eesmärgiks oli arendada nende individuaalset kehatunnetust.

Lõputöö teises peatükis kirjeldasin põhjalikumalt, mida pean individuaalse kehatunnetuse all silmas ja miks antud lavastuse kontekstis pidasin seda vajalikuks treenida. Samuti kirjeldasin harjutusi ja märksõnu, mida selle arendamise juures kasutasin. Jõudsin järeldusele, et individuaalse kehatunnetuse arendamine aitab kaasa grupiühitsuse loomisele, sest see loob tantsijas vajaliku tundlikkuse, mis teeb ta lisaks enda kehas toimuvale teadlikuks ka ruumist ja teistest kehadest ruumis – nende kaugusest või lähedusest tema enese suhtes, nende liikumiskvaliteedist ja energiakasutusest.

Kolmandas peatükis seletasin, mida tähendas grupiühitsuse saavutamine lavastusprotsessi kontekstis. Kuna minu ja näitlejate koostöö seisnes lavastuse tarvis tantsunumbrite tegemises, puhastamises ning harjutamises, taotlesin grupiühitsusega koreograafia esitamise juures kvalitatiivset väärtust. Grupiühitsusel käesoleva lõputöö kontekstis oli liikumise sünkroniseeritust ning puhtust hõlmav tähendus. Tutvustasin harjutusi ja märksõnu, mida nimetatud eesmärgi saavutamisel kasutasin ning analüüsisin, kuidas individuaalse kehatunnetuse arendamine siinjuures kaasa aitab.

Lõputöö neljandas peatükis analüüsisin tööprotsessi tervikuna. Tutvustasin tantsutunni ülesehitust ning kirjeldasin ja põhjendasin, miks ja kuidas tunni ülesehitus protsessi vältel muutus. Samuti analüüsisin, kuidas tantsutunnid liikumisproovides õpitut toetasid ja

koreograafilist materjali puhastada ning omandada aitasid. Peatüki lõpus jõudsin tõdemuseni, et pean oma püstitatud eesmärgi täidetuks. Kirjeldatud töömeetod – individuaalse kehatunnetuse arendamine grupiühitsuse saavutamise nimel viis vajalike tulemusteni. Näitlejate esituses olid tantsunumbrid vormiliselt puhtad, sünkroniseeritud, samas mängulised ja energilised.

Töö viimases peatükis analüüsisin enda kogemust ja arengut juhendajana. Tõin välja omadused, mida juhendamise puhul hindan ja millele seetõttu eraldi tähelepanu pöörasin. Samuti kirjeldasin probleeme, mida enda kui õpetaja puhul nägin vajaka jäävat ning mida parandada soovisin. Rääkisin, kuidas pingerikkal perioodil lähenesin näitlejate keskendumispuudulikkusele ning kuidas lavastaja Oleg Titov ja muusikaline juht Peeter Konovalov mulle eeskujuks olid, leidmaks tasakaalu nõudlikkuse ja leebuse vahel.

## KASUTATUD KIRJANDUS

**Bernard, A.; Steinmüller, W.; Stricker, U.** 2006. „*Ideokinesis: A Creative Approach to Human Movement & Body Alignment*“. North Atlantic Books. Berkley, California.

**Hackney, P.** 2002. „*Making Connections. Total Body Integration Through Bartieneff Fundamentals*“. OPA (Overseas Publishers Association). New York

**Hämäläinen, S.** 2007. „*The Meaning of Bodily Knowledge in a Creative Dance making Process*“. Theatre Academy.

**Ruffini, F.** 2005. „Stanislavski „süsteem““. Teater.Muusika.Kino., nr 7, lk 42-47.

**Sirel, K.** 2015. „Kehaline individualism.“ [Seminaritöö]. Viljandi Kultuuriakadeemia. Viljandi.

LISA 1

DVD 27. 11. 14 toimunud tunniga



## SUMMARY

„Developing individual bodily knowledge for group unity“

From September until the first week of December 2014 I was a choreographer in a collaborative project between University of Tartu Viljandi Culture Academy (UT VCA) and Ugala Theater. The project was a childrens Christmas musical „Mice Are Mice“. The work process started in September, movement rehearsals in the beginning of October. The process culminated with a premier on the 8th of December. The director was Oleg Titov and the second year theater department students of UT VCA and also three dance department students participated in the process.

The reason why I chose the work process with actors as my pedagogical diploma was the unconventionality of this teaching situation. The factor of success/unsucces was present throughout the process. The focus was clearly on the final product – perfect, synchronized dance on stage and there were only a few months to reach this goal. In this present, written part of my pedagogical diploma I describe my work process with the actors and introduce and explain the work method that I chose.

In this paper I explain the purpose of my pedagogical diploma that was to develop individual bodily knowledge for group unity. Therefore, I chose to divide my work process with the actors into dance classes and movement rehearsals. The goal of the dance classes was to work with their individual bodily knowledge and the practice of physical presence, assuming that sensitive and intelligent body is more capable to react to and adapt with changes within the group.

Following this, I explain my definition for group unity in this production-specific context. As the aim of my work with the actors was on teaching, rehearsing and polishing the dance numbers to be clear in form, synchronized in group performance, yet alive and playful, then group unity stands for the synchronized quality of performance. I introduce exercises and key-words that I used when working with group unity and analyze what how developing individual bodily knowledge influenced reaching this goal.

Then I analyze the work process as a whole. I introduce the structure of dance classes

and describe and explain why and how it changed throughout the process. I analyze how the dance classes helped with learning choreographed movement material. I come to the finding that I succeeded in my goal and that the work method I chose – developing individual bodily knowledge for group unity brought the necessary results. The dance numbers were clear in form, synchronized in group performance, but alive and playful. Last but not least, I analyze my experience as a teacher, I explain my viewpoints, introduce some problems I faced and most importantly, what I learned during the process.

Lihtlitsents lõputöö reprodutseerimiseks ja lõputöö üldsusele kättesaadavaks tegemiseks

Mina, Kadri Sirel (09.02.1992)

1. annan Tartu Ülikoolile tasuta loa (lihtlitsentsi) enda loodud teose „Individuaalse kehatunnetuse arendamine grupiühtuse nimel“,

Mille juhendaja on Raido Mägi,

1.1 reprodutseerimiseks säilitamise ja üldsusele kättesaadavaks tegemise eesmärgil, sealhulgas digitaalarhiivi Dspace-is lisamise eesmärgil kuni autoriõiguste kehtivuse tähtaja lõppemiseni;

1.2 üldsusele kättesaadavaks tegemiseks Tartu Ülikooli veebikeskkonna kaudu, sealhulgas digitaalarhiivi Dspace'i kaudu kuni autoriõiguste 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, 25.05.2015



