

TARTU ÜLIKOOLI VILJANDI KULTUURIAKADEEMIA

Etenduskunstide õppekava

Gretten Vaga

**TANTSUSTUUDIO NOORTE ETTEVALMISTAMINE LOOVPROTSESSIKS –
ARGISUSEL PÕHINEVAD IMPROVISATSIOONIHARJUTUSED NING
LIIKUMISE JA TANTSU MÕTESTAMINE**

Lõputöö

Juhendaja: Kai Valtna, MA, tantsuteooria lektor

Viljandi 2025

Resüme

Tantsustuudio noorte ettevalmistamine loovprotsessiks - argisusel põhinevad improvisatsiooniharjutused ning liikumise ja tantsu mõtestamine

Käesoleva loov-praktilise lõputöö eesmärk on uurida argisusel põhineva lähenemise mõju tantsustuudio õpilaste suhtumisele improvisatsioonilistes ülesannetes. Töö keskendub sellele, kuidas igapäevased tegevused võivad improvisatsioonis toimida noori toetava sisendina.

Praktiline osa keskendub loovprotsessi ettevalmistavale etapile, milles luuakse liikumismaterjal läbi juhendatud improvisatsiooni. Uurimisprotsess viidi läbi tegevusuuringuna, toetudes õpilaste päevikumärkmetele ja õpetaja vaatluspäevikule.

Tulemused näitavad, et argisuse kui kontseptuaalse lähtekoht aitas õpilasi improvisatsiooni süvenemisel. Samas oli esil sotsiaalse surve ja õpilaste enesekriitika tugev mõju soovile improviseerida eriti, kui ülesanne ise polnud piisavalt struktureeritud. Töö pakub sisendeid õpetajatele, kes soovivad toetada noorte loovust tantsuõppes.

Võtmesõnad: argisus, improvisatsioon, tantsuõpetus, teismelised, tegevusuuring, loovprotsess

Abstract

Preparing Dance Studio Youth for a Creative Process – Improvisation Exercises Based on Everydayness and Reflecting on Movement and Dance

This practice-based thesis explores how an everydayness-based approach influences dance studio students' attitudes toward improvisational tasks. The study focuses on how familiar, daily activities can serve as supportive input in improvisation. The practical part centers on the preparatory phase of a creative process, where movement material is developed through guided improvisation. The research was conducted as an action research project, based on students' reflective journals and the teacher's observation notes. Results indicate that everydayness as a conceptual starting point helped students engage more deeply with improvisation. However, social pressure and self-criticism significantly affected their willingness to participate, especially when tasks lacked clear structure. This work offers insights for dance educators aiming to support creativity in young learners.

Keywords: everydayness, improvisation, dance education, teenagers, action research, creative process

Sisukord

Sissejuhatus.....	4
1. Tantsustuudio õpilaste suhe improvisatsiooniga.....	7
1.1. Improvisatsioon tantsus.....	7
1.2. Improvisatsioon ja teismeliste enesekriitika.....	8
1.3. Argisuse kaudu lähenemine.....	10
2. Uurimuse metoodika.....	11
2.1. Tegevusuuring.....	12
2.2. Grupi ja väljundi valik.....	12
2.3. Tegevusplaan.....	13
3. Uurimisprotsess.....	15
3.1. Argiste tegevuste kaardistamine (17.03).....	16
3.2. Tantsu, koreograafia ja liikumise mõtestamine läbi videote vaatamise ja videotes väljenduva liikumise kirjeldamise (26.03 ja 02.04).....	16
3.3. Kolme punkti põhine improvisatsiooni harjutus (02.04).....	20
3.4. Argiste tegevuste lahterdamine liigutusteks, tegevusteks ja sündmusteks. Nende põhjal liikumisjadade loomine (11.04).....	21
3.5. Isikliku ruumi kujutamine (30.04).....	23
3.6. Liigutuste ja liikumiste kogumine avalikust ruumist (05.05).....	23
3.7. Isikliku ruumi taasloomine ja liikumise lihtsustamine (07.05).....	24
4. Järeldused.....	25
Kokkuvõte.....	27
Kasutatud kirjandus.....	28
Lisa 1. Õpilaste märkmed.....	29

Sissejuhatus

Olles tegelenud laste ja noorte õpetamisega pea 10 aastat, olen täheldanud, et erinevas vanuses tajutakse improvisatoorseid ülesandeid väga erinevalt. Selge erinevus ilmneb algkooliõpilaste ja põhikooli-gümnaasiumiastme õpilaste vahel. Algkooliõpilased on loominguiliselt ja kujutlusvõime poolest avatumad, samas kui vanemad tantsijad ootavad täpseid juhiseid, et mõista, kuidas harjutusi õigesti sooritada. Mingist hetkest vanemas vanuses loominguiline protsess justkui takerdub ning selle taaskäivitamine on mulle õpetajana osutunud päris keerukaks ülesandeks.

Teismeliste puhul mõjutavad improvisatsiooni vastuvõtmist tugevalt sotsiaalne surve ja hirm kaaslaste hinnangute ees. Hariduspsühholoog Owen Cogan on oma doktoritöös “A grounded theory study of the psychological and social processes apparent in the lives of contemporary 16–18 year olds” välja toonud, et teismelised tajuvad kaaslaste kriitikat ohuna oma sotsiaalsele staatusele ja minapildile, mistõttu võib spontaanset liikumist nõudev olukord, nagu improvisatsioon, tekitada neis ebakindlust. (Cogan, 2020)

Üks suurimaid probleeme, mida olen teismeliste juures täheldanud, on hirm selle ees, kuidas nad liikudes paistavad või näivad kaasõpilastele. Algkooli vanuses õpilased on palju julgemad ja altimad katsetama, sest nende eneseväljendus küll on teiste treeningkaaslaste arvamusest mõjutatud, kuid mitte veel nii tugevalt. Asendades tundi, kus olid näiteks põhikooli nooremas vanuses noored, ei teinud paljud õpilased mõningaid harjutusi kaasa. Kui uurisin, miks see nii oli, sain vastuseks: "Ei taha imelik välja näha", "Äkki teised vaatavad" või "Ma ei oska midagi teha."

Need repliigid tekitasid minus mingi äratundmise, sest teismelisena ei olnud ma ise ka improviseerimisega sõber ja pigem vältisin seda. Vanemaks saades sain aina enam kinnitust, et improviseerimine annab mulle tantsijana rohkelt vabadust, võimalust katsetada ning arendada oma liikumist ja loovust. Improviseerimise kaudu olen avastanud oma keha ja selle liikumisvõimalusi rohkem, kui kindlates stiililistes raamides püsites. See ei tähenda, et stiililised raamid oleks midagi, mida peaks tingimata vältima, sest ka need on tantsija liikumisele väga toetavad. Improvisatsioon on mulle ajapikku rohkem südamesse pugunud. Selles vormis peituv võimalus arendada noorte enesekindlust ja loovust läbi toetava õhkkonna on ajendanud mind nii lõputööga seoses kui ka üldisemalt õpetajatöös improvisatsiooniga rohkem tegelema – isegi, kui see tekitab õpilastes esialgu ebamugavust.

Sel hooajal (2024/2025) võtsin studios õpetades endale eesmärkideks luua

koreograafiat rohkem oma õpilastega koostöös ning käia ka meie koostöö tulemusel valminud koreograafiaga võistlemas. Kuigi võistluskultuurile on omane, et võistlevad omavahel pigem õpetajate või juhendajate koreograafilised teosed, tahtsin oma õpilastele pakkuda võimaluse anda suurem panus loomingulisesse protsessi. Tahtsin, et nad saaksid loodava materjaliga suhestuda teistmoodi ja veidi isiklikumalt kui tavapäraselt minu või mõne teise treeneri loodud koreograafiat õppides. Tänavatantsu õpetamisel on tavapäraseks meetodiks töötamine peegli ees, kus õpilased kopeerivad õpetaja loodud liikumist võimalikult täpselt. Harva olen andnud neile vabaduse liikuda ilma kindla liikumise ettenäitamiseta, sest olen näinud, kui ebamugavalt ja ebakindlalt õpilased end sellises olukorras tunnevad.

Soovisin kevadel koos õpilastega alustada protsessi, kus astume hetkeks välja tugevast stiililisest raamist ja läheneme tantsule veidi teise nurga alt. Eelkõige selleks, et laiendada nende arusaamu ja kogemust sellest, milline tants võib veel olla ning kuidas seda luua lisaks juba tuttavatele viisidele. Minu jaoks on koreograafia loomine tihedalt seotud improvisatsiooniga – kasutan seda ise põhilise vahendina jadade ja kombinatsioonide loomiseks. Antud loovprotsessi planeerimisel tekkis aga sellega seoses vastuolu: kui improvisatsioon tekitab õpilastes hirmu ja ebakindlust, ent samal ajal see on see minu jaoks põhiline vahend koreograafilise materjali loomiseks, siis kuidas uude loomeprotsessi koos õpilastega astuda?

Viisin end teemaga kurssi varasemalt sarnasel teemal kirjutatud lõputöid lugedes: näiteks Mareeta Ojasaare lõputöö *Noorte autentsuse esile toomine improvisatsiooni kaudu* (2022), milles uuris, kuidas noortega jõuda autentse improvisatsioonini loovliikumise kaudu; Johhanna Anett Toomeli lõputöö *Teekond haarava etenduskunstnikuni huvihariduses etenduskunsti laboratooriumi näitel* (2020), kus fookus oli laboratooriumi ülesehitusel suunatud noorte vaimsele tervisele ja Maarja Kukumägi lõputöö *Improvisatsiooni õpetamine 12 - 15 aastaste tüdrukute showtantsutunnis* (2015) keskendus showtantsu stiili viljeleva grupiga improvisatsiooniliste katsetuste läbiviimist.

Käesolev töö on edasiarendus minu seminaritööst “Argisus koreograafilises loomes – fenomen nüüdistantsu kontekstis”, kus uurisin argisust kui liikumiskvaliteeti ja selle avaldumist nüüdistantsus. Seminaritöö kirjutamise käigus määratlesin argisust kontseptuaalse esteetilise nähtusena (Vaga, 2024), millele toetun ka praeguses uurimuses. Töö praktilises osas tegelen argisusega kui kontseptuaalse esteetikaga, mis loob õpilastele äratuntava ja igapäevaelulise põhja, millele improvisatsiooniga seotud ülesannete sooritamisel toetuda.

Praktiline protsess keskendub tantsustuudio õpilaste ettevalmistamisele

loovprotsessiks, mille käigus luuakse koreograafilist liikumismaterjali improvisatoorsete ülesannete kaudu. Töö fookus ei ole lavastusprotsess ise, vaid selle ettevalmistav etapp ehk see, kuidas mõjutab argisusele toetuv lähenemine õpilaste suhestumist ja avatust improvisatsioonilistes ülesannetes.

Uurimist juhivad järgmised küsimused:

- Millega arvestada tantsustuudio õpilaste ettevalmistamisel kunstiliseks protsessiks?
- Kuidas mõjutab argiste liigutuste, tegevuste või sündmuste põhine lähenemine õpilaste julgust katsetada improvisatoorsetes harjutustes?

Töö uurimismeetodiks on tegevusuuring, mis sobib hästi praktilise osa uurimiseks. See koosneb planeerimise, tegutsemise, vaatlemise, andmete kogumise ja analüüsimise etappidest.

Käesolevas töös on dokumenteeritud ja analüüsitud vaid protsessi algus – ettevalmistusetapp. Eesmärgiks pole lavastuslik lõpptulemus, vaid uurida, kuidas mõjutab argisusest lähtuv lähenemine õpilaste valmisolekut improvisatsiooniks.

Olen jaotanud oma töö neljaks peatükiks. Esimene peatükk hõlmab endas tantsustuudio õpilaste suhte avamist improvisatsiooniga. Esimese alapeatükina avan improvisatsiooni olemust tantsus, siis toon välja kuidas võivad olla seotud improvisatsioon ja teismeliste enesekriitika ning viimaseks pakun, kuidas argisus võib olla hea vahend stuudio noorte hirmu pehmemdamiseks improvisatsiooni ees. Teises peatükis selgitan lahti oma uurimismetoodika - defineerin tegevusuuringu, põhjendan uuritava grupi ja väljundi valikut ning toon välja ka tegevusplaani. Kolmandas, kõige mahukamas peatükis tegelen uurimisprotsessiga. Toon välja ülesannete kirjeldused, millega olime noortega protsessi jooksul tegelenud ning analüüsin paralleelselt proovides toimunut enda ja õpilaste protsessipäevikute märkmete põhjal. Neljandas peatükis teen järeldused läbitud protsessi põhjal.

1. Tantsustuudio õpilaste suhe improvisatsiooniga

Hiljuti asendasin üht tundi, kus olid õpilasteks põhikooli nooremas vanuses noored. Tegemist oli kaasaegse tantsu stiilil põhineva grupiga ja tegin nendega juhendatud improvisatsioonil põhinevat soojendust. Harjutuse alguses sai iga õpilane valida endale sobiva koha ning suuna ruumis. Varasemate kogemuste põhjal, eriti esimesel kokkupuutel improvisatsiooniga, palun õpilastel tihti alustada harjutust silmad kinni. Nii ka sellel korral.

Esiailgu tundus, et kõik sujub, kuid peagi hakkasin kuulma erinevatest saali nurkadest aeg-ajalt kihistamist. Kuigi rõhutasin kogu soojenduse vältel suletud silmade olulisust, tundus sessiooni lõpuks, et õpilased ei võtnud juhist tõsiselt. Viimase soojendusharjutusena palusin noortel hüpata ja keha lödvestada, lastes jäsemetel ja ülakehal veidi kontrolli alt väljuda, et tekiks vaba liikumine lödvestuseks. Minu üllatuseks paljud õpilased seda kaasa ei teinud. Kui uurisin, mis neid takistas, sain vastuseks tavapärased: "Ei taha imelik välja näha", "Äkki teised vaatavad" või "Ma ei oska midagi teha".

1.1. Improvisatsioon tantsus

Eesti Keele Instituudi järgi tähendab improvisatsioon millegi tegemist ettevalmistamatult (Eesti Keele Instituut [EKI], s.a). Laiemalt võib seda käsitleda kui tugevate piiride ja reegliteta vaba vormi, kus tulemus tekib käigupealt. Ka tantsija ja koreograaf Shannon Dooling näeb tantsulist improvisatsiooni kui liikumise spontaanset loomist, kus tantsija tegutseb ilma eelnevalt ettevalmistatud koreograafiata (Dooling, 2018). Tartu Ülikooli Viljandi Kultuuriakadeemia kehatöö ja improvisatsiooni nooremlektor Merle Saarva leiab oma magistritöös "Kehateadlikkust ja visuaalkunsti harjutusi ühendav liikumisimprovisatsiooni õppe harjutustik üliõpilastele": "Improvisatsioon on märkimisväärselt mitmetahuline tegevus, mille kestel on vaja spontaanselt valida ja teostada tegevusi, mis on samal ajal nii uudsed kui ka konteksti sobivad" (Saarva, 2021).

Tihti eeldatakse, et improvisatsioonis eelnimetatud spontaansus on suvaline eesmärgita liikumine, kuid tegelikult ei tähenda improvisatsioon täielikku struktuuritust.

Padova Ülikooli professor Michele Biasutti on oma artiklis "Improvisation in dance education: teacher views" toonud välja, et improvisatsiooni puhul on oluline roll õpetajal, kes suunab tantsijaid uurima näiteks erinevaid liikumiskvaliteete, ruumilisi suhteid või emotsionaalseid seisundeid läbi juhendatud ülesannete. See arendab ka refleksiooni oskust ja analüütilist mõtlemist, mis omakorda toetab ka koreograafilist loomet. (Biasutti, 2014)

Minu enda varasem improvisatsiooni kogemus õpilasena hõlmab hetki, kus õpetaja on tunnis pannud kas lihtsalt muusika mängima või koreograafia sees hõiganud: “Nüüd improviseeri midagi”. Just sellised olukorrad on ilmselt õpilased improvisatsiooni puhul juba eos ära hirmutanud, kui sisendit pole pakutud.

On mõistetav, miks improvisatsioon võib tantsustuudio noortes hirmu tekitada, kui nad on harjunud stiilipõhise ja reeglistatud õppevormiga, kus õpetaja juhendab või määrab liigutused ja tugevad raamid, milles tegutseda. Tuttava struktuuri kadumine, liikumise spontaanse loomise puhul, põhjustab arusaadavalt paanikat. Sellisel juhul otsitakse õpilaste seas lahendust ka kaaslastelt, lootes, et keegi teine oskab pakkuda vahendeid, millega improvisatsiooni ülesannet täita.

1.2. Improvisatsioon ja teismeliste enesekriitika

Põhikooli noorema vanuseastme õpilastega improvisatoorset soojendust läbi viies tekkis meil arutelu selle üle, miks tekib isegi suletud silmadega ülesande puhul tunne, et keegi jälgib, ning miks on õpilastel siiski soov piiluda, mida teised teevad. Selles hetkes tuli hästi esile, et teismeliste tahet, soovi ja vabadust improviseerida mõjutavad neid ümbritsevad inimesed.

2018. aastal viidi läbi Haridus- ja Teadusministeeriumi poolt tellitud uuring “19–26-aastaste noorte noorsootöös osalemise motivatsioon”, kus selgitatakse, et noored on erinevate huvide ja vajadustega rühm inimesi. Nende tegevusi ja valikuid mõjutavad nende päritolu ja taust, ümbritsev keskkond, varasemad elukogemused ning praktiline kogematus. (Espenberg et al., 2018) Kuigi uuring on tehtud noortest täiskasvanutest vanuses 19-26 aastat, siis pole 16-20 aastased nii erinevad, et sama mõtet ei saaks nende vanusele üle kanda. Ehk noorte enesekriitilisust mõjutavad väga subjektiivsed kogemused, mistõttu ei saa reeglina üldistada, millised aspektid just improvisatsioonis hirmu tekitavad.

Nagu Cogan eelnevalt selgitas tajuvad teismelised väga tugevalt eakaaslaste potentsiaalset negatiivset hinnangut. See kujutab ohtu nende sotsiaalsele staatusele ja minapildile, tekitades tugeva sisemise surve ning hirmu kriitika ees, mis omakorda tekitab ebakindlust. Seetõttu on noorte jaoks sõprus, aktsepteeritus ja kuuluvus psühholoogiliselt väga olulised. Madal sotsiaalne staatus põhjustab mõjutab nende vaimset heaolu ja toob kaasa tugeva enesekriitilisuse. (Cogan, 2020)

Tantsutundides tuleb esile sama kriitikahirmu probleem, mis esineb ilmselt stiilipõhise õppe “õige” ja “vale” raamide tõttu. Teoreetiliselt on sellises olukorras võimalik teha valesti, mis omakorda võib mõjutada treeningkaaslaste arvamust õpilastest endast. Improvisatsioon

on küll palju vabam ja ei oma tugevat õige-vale printsiipi, kuid stiilipõhise raamistatuse kogemus teeb noortel keeruliseks ka improvisatsiooniga tegelemise. Seetõttu pean Cogani käsitlust sotsiaalsest survest üheks oluliseks põhjuseks, miks noored tunnevad vabas vormis liikumise ees ebamugavust.

Tantsuõpetaja, koreograaf ja Ririe-Woodbury tantsukompanii kaasasutaja Shirley Ririe annab mõista Annelise Mertz'i esseede kogumikus *The body can speak: essays on creative movement education with emphasis on dance and drama* peatükis *Spontaneous Creation (Dance Improvisation)*, et isegi kogemusega tantsijana tunnetades improvisatsiooni väga hästi, tekib selle puhul tõrkeid või hirmu. Ta leiab, et nii kogemusega kui algaja tantsija vajavad motivatsiooni ja õiget atmosfääri improviseerimiseks. Tema essees tuleb välja, et õpetajal on improvisatsiooni ülesannete puhul oluline roll, sest improvisatsiooni delikaatsus nõuab õpetaja sensitiivsust selle osas, mis ruumis toimub. Tema jaoks on oskus suunata õpilasi ülesande sees väga oluline. (Ririe, 2002, lk 58-64) Nagu ka Biasutti välja toob on juhendajal improvisatsiooniga tegeledes oluline roll (Biasutti, 2014). Ta peab oskama luua improviseerimiseks mõnusa, vaba õhkkonna ja olema kohal ning valmis reageerima olukorrale vastavalt, sõltumata tantsijate vanusest või kogemustepagasist.

Tantsija ja tantsuõpetaja Johhanna Anett Toomel toob oma lõputöös "Teekond haarava etenduskunstnikuni huvihariduses etenduskunsti laboratooriumi näitel" välja mõtte, millega olen noortega töötamise puhul väga päri: "...alati pole tähtis kunsti ehk harjutuste tegemine, vaid noorte enestega tegelemine..., sest noor, kes ei tunne end piisavalt enesekindlalt ning mugavalt ei usalda ennast ka teiste ette mängima, ning selle asemel, et tegeleda harjutusega, tegeletakse valehääbist tingitud impulssidega." (Toomel, 2020). Ka oskus ülesandeid kohandada vastavalt noorte valmisolekule on oluline, et muuta tundmatum protsess neile turvaliseks ja positiivseks kogemuseks.

Uurimisprotsessis, mida oma loov-praktilise lõputöö raames läbi viisin, esitasin uuritavale grupile küsimuse eelinfo kogumiseks: milline on nende kogemus improvisatsiooniga, mis on neile meelde jäänud ja kuidas nad sellesse praegu suhtuvad. Kuuest vastanud õpilasest neljal oli varasemalt olnud sellega väga negatiivne kogemus.

Näiteks leidis õpilane nr 4, et vabaimproviseatsioon pole midagi tema jaoks, sest jälgitava tunne võtab temalt vabaduse ära. Õpilased nr 5 ja 6 toovad välja sarnased probleemid: nad ei oska oma keha sellises olukorras kasutada või kardavad teha "valesti". Õpilase nr 7 puhul pärineb vastumeelsus eelnevast negatiivsest kogemusest, kus lapsevanem andis kriitilise hinnangu. Õpilased nr 1 ja 8 mainisid, et pikk paus improvisatsioonist tekitaks

neil praegu ebamugavust. Samas toovad õpilased nr 4 ja 6 toovad välja, et nad naudivad improviseerimist siis, kui neil on olemas alusülesanne - näiteks ühele kehaosale keskendumine või silmad kinni liikumine (vt Lisa 1).

Uuritavate noorte tagasiside näitab selgelt, et hirm improvisatsiooni ees on endiselt väga aktuaalne. Samas tuuakse välja õpetajapoolse sisendi olulisust improvisatsioonile keskenduvates ülesannetes. Selle ja oma varasema seminaritöö põhjal otsustasin võtta uue tööprotsessi aluseks argisuse, et anda noortele mingi tuttav ja turvaline alguspunkt, mille kaudu liikuda improviseerivate ülesannete läbi koreograafilise materjali loomiseni.

1.3. Argisuse kaudu lähenemine

Noored on improvisatsiooni puhul sageli väga enesekriitilised ning vajavad juhendajalt selget ülesandelist sisendit, et leevendada möödapääsmatut ebamugavustunnet ja julgeda improvisatsioonis osaleda.

Teades, et noortel on keeruline tulla toime improvisatsiooni puudutavate ülesannetega, olen uuritava grupi puhul varasemalt lähenenud improvisatsioonile stiilipõhiste parameetrite kaudu. Näiteks olen palunud neil luua paarides või gruppides koreograafiat välja valitud muusikale. Olin ise sellele juba varem osaliselt koreograafia loonud ja neile ära õpetanud. Olen lähenenud ka läbi tänavatantsu baassammude andes neile ette 4–5 liikumist, mille põhjal nad loovad variatsioone ning koreograafilise jada. Kuna eelnevalt olen pakkunud nii liikumise struktuuri kui ka muusikalise raamistiku, pole nad pidanud alustama täiesti nullist ja see on juba andnud neile improviseerimise juures mingi kindlustunde.

Argisus (algvorm argine) on midagi igapäevast või tavalist (EKI, s.a). Oma seminaritöös määratlesin argisust kontseptuaalse esteetilise nähtusena (Vaga, 2024) ja otsustasin kasutada seda ka lõputöö protsessis kontseptuaalse ja esteetilise alusena. Kuna õpilased ootavad improvisatsiooni õpetamisel õpetajalt või juhendajalt sisendit ja suunamist, siis argiste sündmuste, tegevuste ja liigutuste kasutamine sisendiks on väga sobiv. Õpilased ei pea hakkama tegelema sellega, kuidas õhust genereerida improviseerimiseks vajalikku sisendit, vaid see sisend on nende kõigi igapäevast olemas.

Lähtudes sellest kasutan loovprotsessis sisendina argiseid liigutusi, tegevusi ja sündmusi, mis võivad pakkuda noortele turvalist lähtekohta improvisatsiooniga tegelemiseks. Argised teemad on õpilaste igapäevaelus tuttavad ja aktuaalsed, mistõttu loodan nende kaudu tekitada ülesannetesse äratundmisrõõmu – seda omakorda pean oluliseks liikumisjulguse ja

mugavustunde kasvatamisel. Tuginen siinjuures oma varasemale kogemusele ning seminaritööle *Argisus koreograafilises loomes – fenomen nüüdistantsu kontekstis*.

2. Uurimuse metoodika

Minu esmaseks eesmärgiks uurimisprotsessis oli pakkuda uuritavale grupile võimalust katsetada improviseerivate ülesannete täitmist tantsukunstile omasema kontseptuaalse lähenemise kaudu. Soovisin uurida, kuidas kontseptuaalne lähenemine stuudio õpilaste suhestumist improviseerimisprotsessidesse harjutustesse muutuda võib. Lootsin, et teistsugune lähenemine aitab õpilastel improviseerimise tajuda uuel viisil ja vähendab sellega seotud hirme. Tahtsin pakkuda õpilastele praktilisi tööriistu, mida edaspidi improviseerimise puhul rakendada.

Eesmärgi saavutamiseks kavatsesin alguses kasutada harjutusi, millega olen ise ülikooliõpingute jooksul kokku puutunud. Nägin ülesannetes potentsiaali läbi kontseptuaalse sisendi panna liikuma ka neid õpilasi, kellel puudub varasem kokkupuude sellise lähenemisega. Harjutused on lihtsasti mõistetavad ning pakuvad rohkelt võimalusi variatsioonideks ja katsetamiseks. Plaanisin kombineerida ülesandeid Sigrid Saviga läbitud ja seminaritöös käsitletud “Quote on quote ehk räägime sellest” lavastusprotsessist ja Liis Varesega läbitud kaasava tantsu- ja teatrihariduse aines kogetust.

Seda, et minu ja minu õpilaste lähtekoht eelseisvale protsessile on väga erinev minu ja kursusekaaslaste ning Savi või Varese lähtekohast ülikooli kontekstis, teadsin juba eelnevalt. Sain aru, et enne praktilise tööga alustamist pean rohkem keskenduma arutelule, et selgitada välja, kuivõrd teadlikud on õpilased argiste liikumiste ja tegevuste kasutamisest improviseerimise või tantsulise idee arendamisel.

Esialgse tegevusplaani koostamisel mõistsin, et argisusele keskendumine eeldab tugevat tähelepanu grupi üldisele eelhäälestusele ja ettevalmistusele. Kui hakkasin vaatlema harjutusi, millega olime protsessi raames tegelenud, sain aina enam aru, et olen juba tegelenud põhiliselt õpilaste eelhäälestusega pikemaks protsessiks. Seetõttu tundus ka, et pean muutma lõputöö fookuse improviseerivate harjutuste pagasi täiendamisest sellele, kuidas ette valmistada antud grupi plaanitud protsessiks.

Oma uurimismeetodiks valisin tegevusuuringu ning käsitlen selle meetodiga protsessi kahes tähenduses:

1. Protsessiks ettevalmistava faasi ülesehitus.

2. Kogu protsessi tervikvaade alates algsetest aruteludest kuni lõpptulemuseni (seda osa töö täielikult ei sisalda).

Lõputöös kajastub esimesena nimetatud osa – ettevalmistavad ülesanded, nende planeerimine, sooritus ja reflektiivne analüüs.

2.1. Tegevusuuring

Töö uurimismeetodiks on tegevusuuring, mis on praktikute poolt läbiviidav ja sotsiaalseid olukordi käsitlev uurimisprotsess. Eesmärgiks on mõista, parandada ja arendada omaenda erialast tegevust. Tegevusuuring võimalab kohest praktilist rakendatavust ning praktikutele on rakendamine juba mingis mõttes uuringu tulemus. See koosneb planeerimise, tegutsemise, vaatlemise ja analüüsimise etappidest ehk on loomult tsükliline. (Löfström, 2011)

Esmalt fikseeritakse probleem ja püstitatakse olukorra põhjal hüpoteesid. Järgnevalt kogutakse andmeid, et valitsevast olukorrast aru saada. Objektiivset tõde sellega küll taga ei aeta, vaid tahetakse näha erinevaid seisukohti ja vaatenurki, mis erinevate inimeste puhul võivad esineda. Seda on vaja realistliku tegevuskava koostamiseks ja edasi planeeritakse järgnev tegevus. Andmeid koguda ja tegevusi vaadelda on võimalik nii tegevuste läbiviimise ajal kui vahetult pärast neid. Kõik sõltub tegevuse iseloomust. Kui huvialaks on uue õpetamise meetodi mõju, võib andmeid koguda soorituste kohta nii eelnevalt kui pärast muudatust. Kui huvitatakse kogemustest, siis tegeletakse protsessi uurimisega ja kogutakse andmeid projekti käigus. Analüüsimisele tuginedes on võimalik midagi välja tuua tegevuste mõju ja tagajärgede kohta, mis võimaldab anda soovitusi teistele, kes sarnases kontekstis töötavad või sarnaste probleemidega tegelevad. (samas)

Minu lõputööga seotud protsessi puhul on eesmärgiks tuua esile õpilaste erinevad seisukohad ja vaatenurgad. Töö puhul huvitab mind nende kogemus, seega kogun andmeid projekti läbiviimise käigus. Analüüsi puhul toon välja tegevuse mõju ning ka võimalikud tagajärjed, et leida kohti, millele tähelepanu pöörata, kui sarnase teemaga tegeleda.

2.2. Grupi ja väljundi valik

Uuritavaks grupiks valisin Tantsukool Tantsutsooni gruppidest kõige vanemas vanuses tänavatantsu põhjaga grupi. Rühm koosneb üheksast tüdrukust, kellest viis oli protsessi alguses 15 aastased, kolm 16 aastased ja ka üks tudeng, kes oli 20 aastane. Tegemist on mu enda juhendatud grupiga, kes tantsib sellises koosseisus sel hooajal esimest aastat, kuid kõik

on varem tantsimisega ja enamuse tänavatantsuga mingil määral tegelenud. Grupis on neli õpilast, kes tantsivad Tantsutsoonis esimest aastat ja viis õpilast, kes on kaks-kolm aastat koos tantsinud. Valisin antud grupi, sest olime nende õpilastega varasemalt improviseerimise ja koos loomisega hooaja alguses tegelenud. Minu jaoks on tegemist grupiga, kes huvitub uuest ja juba julgeb veidi rohkem katsetada. Kuigi tegemist on just tänavatantsu põhise grupiga, näen, et just sellest stiilist vahepeal välja astumine arendab neid hetkel rohkem kui oma stiili raamides "istumine". Vabam liikumine pakub arengut kohtades, milleni stiilispetsiifilises raamistikus püsides ei pruugita kunagi jõuda. Minu jaoks on vabama liikumise võimaldamise puhul eriti oluline, et õpilased saaksid ise otsuseid langetada ja tunneksid end selles protsessis järjest mugavamalt.

Grupi väljundi osas on hetkel suunaks videoprojekt, mille sisuline temaatika on selginemisel. Väljundi materjaliks on protsessis läbitud improvisatsiooni põhised ülesanded ja nende kaudu loodud koreograafiad.

2.3. Tegevusplaan

Planeerimisel lähtusin esialgu eesmärgist uurida, kuidas kontseptuaalne lähenemine, mis on omane tantsukunstile, mõjutab teismeliste tantsukooli õpilaste suhestumist improvisatsiooni. Kuna uuritava grupil oli piiratud kogemus improvisatoorsete ülesannetega tegelemise osas, kujunes tähtsaks sobiva keskkonna loomine, et turvalisus ja loovuse esilekerkimine oleks toetatud.

Läbiviidavad ülesanded olid inspireeritud minu ülikoolis läbitud protsessidest või ainetundidest kunstniku ja tantsija Sigrid Savi ning tantsuõpetaja ja koreograafi Liis Varesega. Mõistsin, et minu ja ülikoolikaaslaste lähtekoht Savi või Varese juhendatud protsessides oli hoopis teine kui minu õpilastel. Ülikooli puhul oli meil teatud teadlikkus tantsukunstist ja kontseptuaalsest loomingust. Minu uuritavas grupis selline ettevalmistus puudus ja alustasin noortega esialgu lihtsate arutelude ja mõtlemisülesannetega. Need keskendusid sellele, kuidas argisus kontseptuaalse liikumisestetikana aitab noortel laiendada improvisatsioonioskusi ning avardab nende arusaamist koreograafilisest loomisest. Samuti suunasin õpilasi pidama isiklikku protsessipäevikut, kuhu nad said jäädvustada oma tähelepanekud ja vastused töö käigus esitatud küsimustele.

Harjutuste mõjust arusaamiseks kogusin reflektiivset ja analüütulust materjali kolmel viisil:

- Õpilaste kirjalikud refleksioonid ja päevikumärkmed
- Minu enda reflektiivne õpetajapäevik
- Vaatluspõhine jälgimine proovide jooksul

Refleksioonid toimusid ülesandepõhiselt peaaegu igas proovis. Õpilased väljendasid ennast nii nagu oskasid ja tõid välja raskused ning tähelepanekud, mis ülesandeid sooritades tekkisid. Töö käigus kasutasin õpilaste jaoks individuaalseid numberid (1–9), et tagada töös neile konfidentsiaalsus ja saaksin isikustamata analüüsida nende kirja pandut.

Olen praeguseks viinud lõputöö raames õpilastega läbi seitse kohtumist. Toon välja üldistatult proovide sisu koos kuupäevadega:

- **17.03:** kaardistasime argiseid tegevusi
- **26.03 ja 02.04:** tegelesime tantsu, koreograafia ja liikumise tähendusega läbi videote vaatamine ja nendes väljenduva liikumise kirjeldamise
- **02.04:** Tegime ka Liis Varese ainetunnist inspireeritult 3-punkti põhists improvisatsiooni harjutust.
- **11.04:** lahterdasime argised tegevused liigutusteks, tegevusteks ja sündmusteks ja lõime nende põhjal liikumisjadasid
- **30.04:** kujutasime läbi liikumise õpilaste välja valitud tuttavat isiklikku ruumi
- **05.05:** kogusime liikumist avalikust ruumist ja tegime neid kasutades kompositsioonilisi ülesandeid
- **07.05:** taaslõime eelnevalt valitud isikliku ruumi ja lihtsustasime sellega seotud liikumist

Peaaegu iga ülesandega kaasnes alati eneserefleksioon, mille kaudu sain parema pildi ette, kuidas õpilased kogesid protsessi ja millised tegurid mõjutasid nende avatust ja suhestumist erinevatesse ülesannetesse.

Analüüsi etapis töötlesin kogutud andmeid – õpilaste päevikumärkmeid ja enda õpetajapäevikut. Kuna töö keskendub ettevalmistavale faasile, siis ei hõlma analüüs kogu protsessi ja lõplikku lavastuslikku väljundit, vaid toob esile protsessi haridusliku ja

uurimusliku osa. Seetõttu ei keskendunud ma analüüsis tulemuse hindamisele või muutuste võrdlemisele enne ja pärast protsessi. Selle asemel uurisin:

- Kuidas õpilased võtsid vastu ülesandeid, mis lähtusid argisusest ja kontseptuaalsest lähenemisest
- Kuidas noored tajusid tantsu, koreograafia ja liikumise vahetõrget
- Kuidas nad end improvisatsioonilistes olukordades tundsid
- Millised olid argipäevaste liikumiste tõlgendused ja kasutus loovprotsessiks valmistumise kontekstis.

3. Uurimisprotsess

Esimesel kohtumisel õpilastega andsin neile teada, et ees ootab tavapärasest veidi teistsugune lähenemine koreograafia loomisele ning et lõpptulemus sünnib meie koostöö põhjal. Oma lõputöö eesmärki ma neile ei maininud, vaid rõhusin rohkem protsessi uurivale iseloomule. Kinnitasin ka, et uut karta pole põhjust, sest protsessis ei ole olemas õigeid ega valesid vastuseid ning minu roll on neid toetada sisendite andmise ning küsimustele vastamise näol. Minu eesmärk oli grupi puhul jälgida, kuidas nad mõtlevad ja tajuvad erinevaid olukordi ja harjutusi millega tegeleme.

Lähtuvalt tegevusuuringust kasutasin õpilastega protsessi jooksul mõttepäevikute ideed (Löfstrom, 2011). Antud grupp pole varasemate kogemuste põhjal olnud eriti verbaalselt väljendusrikas, mistõttu palusin neil võtta kasutusele märkmiku. Sinna palusin fikseerida oma mõttekäike, analüüsida harjutusi või vastata küsimustele, mida esitasin. Kasutasime spontaanse kirjutamise viisi (Löfstrom, 2011) ehk kirjutasime üles kõik mõtted täpselt nii ausalt ja toorelt nagu need pähe tulid. Selgitasin õpilastele, et mida ausamalt ja täpsemalt nemad oma tundeid, rõõme ja raskuseid ülesannetega seotult kirjeldavad, seda kasulikum on see nii minu töö raames kui meie koos läbitavas protsessis. Küsisin õpilastelt ka luba kasutada nende kirjutatud materjale oma lõputöös, rõhutades konfidentsiaalsust ja õpilased olid sellega nõus.

Järgnevalt toon kuupäevade kaupa välja, milliseid ülesandeid proovides kasutasin, selgitan, miks tegin teatud valikuid ja millist mõju ootas ülesannetest õpilastele. Ülesannete kirjelduse juures analüüsin paralleelselt proovis toimunut ka õpilaste ja enda päevikute põhjal.

3.1. Argiste tegevuste kaardistamine (17.03)

Esimene proov ei keskendunud täismahus ainult loovprotsessile. Ühe tavapärase tantsutunni lõpus palusin õpilastel mõelda oma igapäeva peale ja kirja panna kõik argised tegevused ja olukorrad, millega nad igapäevaselt silmitsi seisavad. See oli vajalik eelhäälestus ka mulle, et aru saada, kuidas nad mõistavad argist konteksti.

Esiialgu rääkisin argisuse vormis ja see tekitas õpilastes soovi küsida täpsustavaid küsimusi. Tõlgendasin argist õpilaste jaoks kui midagi igapäevast või tavalist nende jaoks, mis võib olla kitsalt mõistetud nagu “käte pesemine” või ka laiemalt nagu “koolis käimine”. Palusin kirjutada nii palju erinevaid tegevusi, kui neile pähe tuleb ja andsin selleks aega 8 minutit.

Hiljem hakkasin kasutama sõna “igapäevane”, mis tundus õpilaste jaoks arusaadavam.

3.2. Tantsu, koreograafia ja liikumise mõtestamine läbi videote vaatamise ja videotest väljenduva liikumise kirjeldamise (26.03 ja 02.04)

Järgnevad paar proovi mõtestasime õpilastega lahti erinevaid teemasid, et saaksin aimu sellest, millistest osadest koosneb õpilaste jaoks tants. Soovisin saada aimu sellest, milliseid kvaliteete peavad õpilased tantsu või tantsimise juures oluliseks ja äratuntavaks ning uurisin seda läbi kolme küsimuse:

- Milline peaks nende arvates olema tants?
- Kuidas tunnevad nad ära hea ja halva tantsu?
- Milliseid tegevusi näevad nad tantsimisena?

Õpilased leiavad, et tants peaks olema tantsijale positiivne kogemus, milles väljendub emotsioon ja mis soosib tunnetuslikkust ning vabadust. Rõhutatakse, et tants on eneseväljendusviis ja toob esile tantsija isikupära. Õpilased väärtustavad tantsu juures loovust ja nimetavad seda reegliteta kunstivormiks. Mitmed mainivad, et tants peaks olema jõukohane, kuid samas proovile panev, täpne ja enesekindlusele kaasa aitav. Hea tantsu puhul tantsijad naudivad esinemist ning saatmas on alati selge sõnum või mõte ja pakub nii tantsijale kui vaatajale elamust. Hea tantsu tunnusteks peavad õpilased tantsijate nähtavat kohalolu, emotsiooni ja enesekindlust, samuti täpsust, sünkroonsust ja läbimõeldust. Halb tants seondub emotsioonituse, energiapuudusega või nähtava ebakindlusega. (vt Lisa 1)

Õpilased toovad välja mitmeid kvaliteete, mis kattuvad ka improvisatsiooni iseloomustavate osistega (vt Lisa 1). Tuuakse välja tunnetuslikkust ja vabadust, mis on minu arust improvisatsiooni puhul ühed peamised märksõnad. Enesekindlusele kaasaaitamine on tantsu puhul iseloomulik ja see on minu jaoks üheks olulisemaks improvisatsiooni funktsiooniks. Märgitakse ära ka narratiivi olulisus ja tantsu elamust pakkuv kvaliteet, mida ka klassikaliselt soovitaksegi tantsu puhul näha ja kogeda. Siit joonistub välja ka, et hea tantsu tiitli annab tantsule väline mulje ja arvamus nende poolt, kes antud tantsuga seotud pole. Tahaks kohe õpetaja positsioonilt küsida, miks väline vastuvõtt või heakskiit nii oluline on, aga tulles tagasi Cogani teooria juurde teismeliste tundlikkusest eakaaslaste kriitika suhtes (Cogan, 2020), näen, et see on ka üleüldiselt tantsu puhul samamoodi. On mingil hetkel seotud parameetrid, mis tõendavad tantsu kvaliteeti ja hindajateks on invidiidid, kes pole ise võib-olla asja keskmeski.

Õpilaste arvates on tants väga laialt tõlgendatav ja võib hõlmata väga erinevaid liikumisi – nii muusikaga kui ilma, nii struktureeritult kui vabalt. Peaaegu igasugune liikumine, millel on teadlik ja väljenduslik siht võib olla tants. Tantsimiseks nimetatakse ka rahvatantsu, balletti, akrobaatikat, iluuisutamist, kuid rõhutatakse, et igal inimesel on viis tantsimiseks. Tegevusi, mida õpilased ei pea tantsuks seostuvad sportlike või mehaaniliste liigutustega, kus puudub isiklik väljendus või kunstiline mõõde. (vt Lisa 1)

Siit tuleb välja huvitav nüanss, miks argisus on antud protsessis hea vahend õpilaste silmaringi avardamiseks. Õpilased toovad välja, et peaaegu iga liikumist, mis omab mingit sihti võib kategoriseerida tantsuks, kuid samaaegselt välistavad nad spordimänge (vt Lisa 1), millel oma olemuselt on tegelikult vägagi tugevalt sihipärased ja funktsionaalsed liikumised. Nüüdistantsus omavad funktsionaalsed liikumised oma tooruses väga tugevat kunstilist väärtust. See mõttekäik andis mulle kinnitust, et just argiste liikumiste, tegevuste ja sündmustega töötamine on selles protsessis oluline, et tuua esile ka ebaharilike liikumiste mõju ja toimimise aspekt tantsus.

Seejärel analüüsisime õpilastega veel viite videot, mille olin eelnevalt välja valinud ning küsisin nende põhjal küsimusi. Videoteks valisin võimalikult erinevaid variante erinevatest liikumistest, mõned nendest rohkem tantsukunstiga seotud, kui teised:

- 1) CDK tantsukompanii videoprojekt, mis on Billie Eilishi laulu “Bittersuite” põhine. (2025)
- 2) Osa Sasha Waltzi lavastusest “noBody” (2002?)

- 3) William Forsythe teos “Nowhereand Everywhere at the Same Time No. 2” (2013)
- 4) Õpilaste enda võistlusteks valminud tants “Artemis” (2024/2025)
- 5) Maria Hassabi reaallajaline installatsioon “PLASTIC” (2016)

Palusin vaatamise ajal õpilastel kirjutada üles iga video kohta liikumist iseloomustavaid märksõnu. Peale videote vaatamist küsisin neilt, millised liikumised videotes protreerisid nende jaoks tantsu või koreograafiat, millised mitte ja miks nad nii otsustasid.

Esimeses, teises ja neljandas videos nähtud liikumist peeti kas tantsuks, koreograafiaks või mõlemaks. CDK kompanii ja “Artemise” videote puhul toodi välja sarnaseid jooni nagu sünkroonsus, täpsus, tugev tantsutehniline liikumine ja läbimõeldud koreograafia. “noBody” liikumist pidasid üsna mitmed õpilased koreograafiaks, üksikud ka tantsuks. Kuigi toodi välja, et liikumine pole traditsiooniliselt tantsuline, tõsteti esile sihipärast liikumise struktuuri ja lavastuslikku pingestatust. Nähti seost ka improvisatsiooniga. (vt Lisa 1)

Seda ma juba oletasin eelnevalt, et esimene video ja õpilaste enda tants tekitavad neile omavahel seoseid, sest selle eesmärgiga olid videod ka valitud. Need kaks olid just õpilastele kõige rohkem nõ klassikalised tantsulised liikumised. Sasha Waltzi puhul oli mulle üllatuslik, et noored seda nii palju koreograafiaga seostasid, sest meie vaatasime kogu lavastusest viieminutilist umbes osa (8:43-13:28), mis hõlmas endas liikumise poole pealt näiteks jooksmisi, suunavahetusi ja üksteise otsas ronimist. Mul on hea meel, et õpilased nägid antud klipi ülesehituses ikkagi mingit struktureeritust, et nimetada seda liikumist koreograafiliseks. Mulle tundub, et ka muusika või taustheli olemasolu suunas õpilasi mõtlema rohkem tantsulisest perspektiivist.

Kolmas ja viies video õpilastes tugevaid seoseid tantsu või koreograafiaga ei loonud. Forsythe'i puhul olid õpilaste jaoks esil kõndimine, millegi vältimine ja see tekitas neile põgenemise tunde. Tantsuks nimetati seda tinglikult, sest osade jaoks omas liikumine kindlat sihti või sõnumit, milles klassikalist tantsulist vormi nad ei näinud. Toodi välja selge koreograafilise ülesehituse puudumine ja argise liikumise (jalutamine, põgenemine) dominantsus. Hassabi teost peeti valdavalt mittetantsuliseks: märgati minimaalset liikumist ning tugevat füüsilist ja emotsionaalset raskust. Üksikud seostasid liikumist koreograafiaga, kuid tõid välja pigem kontseptuaalse või füüsilise uurimusliku poole. Minimaalne liikumine ja taustheli puudumine tekitas noortele teosest rohkem installatiivse või dokumentaalse tunde. (vt Lisa 1)

Forsythe' i ja Hasasbi videod olid valitud just väljendama liikumist, mille üle tekiks diskussioon, kas tegemist on tantsulise või koreograafilise liikumisega. Kohati läksid õpilaste arvamused huvitavalt lahku ja nägin, et erinevad inimesed tõid vastandlikke arvamusi välja. Näiteks tantsu ja koreograafia mõtestamise küsimuse juures tõi üks õpilane välja, et tants ei pea olema muusika või heliteosega seotud, samas Hassabi videot ei pidanud just helilise tausta puudumise tõttu üks õpilane tantsuks (vt Lisa 1). Minus tekkis ajaga aina suurem soov arutleda õpilastega reaalselt, mitte ainult kirjutades, mille põhjal nad otsuseid tegid. Võib olla tuleb see etapp ka mingil hetkel hiljem protsessi jooksul.

Järgnevalt palusin neil kirjeldada, millised on nende jaoks oma olemuselt koreograafia ja liikumine ning kas või kuidas need omavahel seotud on. Tõmbasin tantsu ja koreograafia mõisted üksteise küljest lahti, sest kuigi neid võidakse üheselt mõista, siis minu jaoks on tantsu puhul tegemist laiema katusmõistega ning koreograafia on selle sees midagi kitsamat ja konkreetsemat. Mõistan koreograafiat kui struktureerimisviisi, mis võib väljenduda ka muude meediumide kaudu või abil lisaks tantsule.

Õpilased näevad koreograafiat ja liikumist suuresti omavahel seotuna, kuigi neil on erinev struktuur ja eesmärk. Koreograafia puhul tuuakse välja varem fikseeritud, läbi mõeldud ja vahel ka korduvate liigutuste jada, mida õpitakse ja ka esitatakse kindlal viisil. Mõned õpilased näevad ka improvisatsioonil kohta koreograafilise jada sees ja liikumine seostub nende jaoks vaba, spontaanse kehalise väljendusega, mis ei pruugi olla seotud tantsuga, kuid õpilased ka ei välista seda. Liikumine on õpilaste jaoks seoses tunnetusliku isikliku tegevusega ja koreograafia on seoses struktureerituma vormiga. Kokkuvõttes märgitakse, et iga koreograafia on liikumine, kuid mitte iga liikumine ei ole koreograafia. (vt Lisa 1)

Õpilastele seostuvad liikumine ja koreograafia üsna palju. Koreograafia on rohkem fikseeritud liigutuste jada, mistõttu on põhjendatud ka, et koreograafia võib vabalt olla liikumine, kuid iga liikumine koreograafiline ei ole. Saan aru, et improvisatsioon tuuakse koreograafilisse jadasse, kuna varasemalt on treenerite poolt tulnud käsk õpilastel koreograafia sisse lavastatud improvisatsiooni põhised auke täita. Ka Forsythe ja Hassabi teoseid seostatakse pigem liikumispõhise kvaliteedi, kui kindla koreograafiaga.

Minu jaoks oli õpilaste tõlgendustes palju eeldatavaid seisukohti, kuid ka mõned üllatused. Näiteks tantsu seostamine ka vaikusega või tantsu defineerimine läbi sihipärase liikumise (vt Lisa 1). Argiseid liikumisi või sündmusi nagu spordimängud tantsu tiiva alla ei paigutata, kuigi tegemist on väga sihipärase tegevusega, mis tihti ei toimu teadlikult helilise

taustaga kooskõlas. Joonistus ka välja side teismeliste enesekriitilisuse ja tantsukriitika vahel: mõlemale annab hinnangu ja teeb kvaliteedikontrolli keegi väline.

3.3. Kolme punkti põhine improvisatsiooni harjutus (02.04)

Esimene füüsiline ülesanne keskendus harjutusele, mida olin eelnevalt praktiseerinud ülikoolis Liis Vareseaga “Kaasav tantsu- ja teatriharidus” aine raames. Ülesannet palusin õpilastel alustada pikali maas olles ning suletud silmadega. Esialgu suunasin neid oma keha raskust tunnetama ja hingamisele keskenduma. Ülesande struktuuriks oli valida kehas üks punkt ning esialgu kujutluses visualiseerida selle punkti liikumist ning seejärel seda füüsiliselt praktiseerida. Suunasin, et punkti liikumine võib olla juhtiv, mõjutada ülejäänud keha ja olla täpselt nii suur või väike, kui neile endale täna tundub hästi. Esialgu liigutasime keha punktikaupa ja viimaseks viisime fookuse punktide ühendamisele läbi kehalise liikumise. Soov oli näha, kuidas punktide liigutamine viib noored lõpuks ka ruumis liikuma.

Peale harjutust palusin märkmikusse reflekteerida kuidas õpilased end tundsid, millele nad mõtlesid ja mille järgi punktid valisid. Soovisin, et nad kirjutaksid, millistes hetkedes hakkas neil näiteks igav, mis oli nende jaoks ülesandes põnev ning mis oli harjutuses raske või kerge.

Enamik õpilasi koges harjutuses lõdvestumist, rahunemist ja tundsid kehatunnetuse suurenemist. Paar õpilast suunasid liigutavate punktide fookuse kehalistele pingete või valisid need sisetunde järgi. See aitas keskenduda ja oli aluseks heale enesetundele. Mõned tõid välja, et kuigi alguses oli veidi ebamugav muutus harjutus aja jooksul mõnusamaks ja turvalisemaks. Kogu keha liigutamise faasi jõudes toodi välja korduslikkuse ja igavuse, mistõttu eelistatud oli pigem üksikute kehaosade kasutamine. Ebamugavust väljendati ka õpetaja jälgitava tundega ja ühte õpilast häiris ka ruumi valgus. Samas tunnistati ka, et harjutuse kulgedes läks harjutus lihtsamaks ja tekkis keskendumine. Üldiselt toetas ülesanne enamike õpilaste puhul nende keskendumisvõimet ja kehatunnetuslikku liikumist, samas harjutuse kestus ja jälgitava tunne tõid esile ka mõningaid ebamugavusi. (vt Lisa 1)

Antud harjutus oli vajalik eelsamm järgnevatele juhendatud improvisatsiooniga seotud ülesannetele. Tegemist on piisavalt lihtsakoelise ja selgesti mõistetava struktuuriga, mis juba veidi toetas noorte jaoks vaba liikumise katsetuslikku printsiipi. Ebamugavus on uute kogemuste puhul paratamatu, kuid mul on hea meel, et harjutuse kulgedes muutus liikumine õpilaste jaoks mugavamaks ja lihtsamaks. Õpetaja pilgu põhisest ebamugavusest saan ka aru ja mulle tekib seos üldhariduskoolis õpetajate kahtleva ja teinekord ka süüdistava

pilgu osas. Edaspidi püüdsin ülesandeid andes rohkem õpilastele sisendada, et õpetajana pole harjutustes minu koht hinnanguid anda, vaid toetada ja aidata.

3.4. Argiste tegevuste lahterdamine liigutusteks, tegevusteks ja sündmusteks. Nende põhjal liikumisjadade loomine (11.04)

Andsin õpilastele ülesandeks lahterdada eelnevas proovis kirjutatud argised osised igapäevast kategooriatesse: liigutus, tegevus, sündmus. Julgustasin lisama sõnu juurde, kui nad soovivad. Selgitasin näidetega, mida ma enam-vähem mõtlen soovitud lahterdusega:

- hommikusöögi söömine - sündmus; söömine - tegevus; kahvli haaramine, käe tõstmine ja langetamine (toidu suhu panemiseks) - liigutused
- poeskäimine - sündmus; toidu valimine, maksmine - tegevus; taskust pangakaardi võtmine, kaardi terminali juurde asetamine, kaardi taskusse panemine - liigutused.

Järgmiseks jagasime ringis, kuidas keegi on jaotused teinud ja seejärel tegelesime edasi ülesande füüsilise poolega. Oli aru saada, et verbaalselt oma jaotuse väljendamine tekitas õpilastes ebamugavust. Ka arvamuse avaldamine on noorte jaoks tõenäoline kriitika koht, mis kehtib ka üldiselt arvamust avaldades olenemata, mis vanuses või milliste kogemustega inimene on. Teismelised tunduvad selle koha pealt mulle ülitundlikud just Cogan'i välja toodud sotsiaalse surve tõttu (Cogan, 2020). Lisaks mõjutab ikkagi ka vanusest tulenev kogenematus (Espenberg et al., 2018), mis ka mind 24-aastasena veel mõjutab, sest kuidas mina peaksin teadma rohkem, kui keegi, kes on minust vanem ja näiliselt teadlikum. Õpilastel võib tulla mulle ja kaasõpilastele oma mõtteid avaldades ebakindlus samast kohast, kuid kindlalt ma seda väita ei saa, sest ma ei ole selle kohta konkreetselt õpilastelt infot kogunud.

Järgnev osa oli inspireeritud Sigrid Saviga läbitud protsessist, kus lõime argiste liikumiste kaudu jadasid. Palusin ka oma õpilastel valida ühe kirjutatud sündmuse, mida ruumis kujutada koos selles sisalduvate tegevuste ja liigutustega. Ülesande mõte seisnes liikumisjada loomises, mida oleks vajadusel võimalik korrata. Õpilased valisid endale sobiva sündmuse ja lõid neist liikumiskombinatsioone, mida hiljem esitati üksteisele paari kaupa ette. Palusin õpilastel anda tagasisidet nii oma kogemusele kui ka teiste jälgimise kogemuse ja tekkinud tähelepanekute osas.

Jällegi tundsid mitmed õpilased ülesande täitmise alguses ebakindlust või pinget, mis

oli seotud tähelepanu keskpunktis olemisega ja teistele ette näitamise olukorraga. Märgiti, et liikumine ei tulnud realiseerides välja nii nagu ette kujutati. kuid samas rõhutasid kõik, et ülesanne oli siiski teostatav ja muutus protsessi jooksul meeldivamaks või isegi huvitavaks. Leiti, et tegevuste väljamõtlemine polnud keeruline, kuigi reaalseste esemete puudumine tegi ülesande keerukamaks. Üldiselt rõhutati lihtsuse ja mugava tegutsemise nüansse. (vt Lisa 1)

Ülesande ajal küsisid õpilased täiendavaid küsimusi. Näiteks “Kuidas ma magama minekut teen? Et kas ma lähen päriselt pikali või teen nagu läheks pikali?” Vastasin, et ma ei sea selle osas piire ja nad saavad läheneda täpselt nii, kuidas selles hetkes neile endale tundub vajalik. Jätsin ruumi sellele, et õpilased saaksid ise vastu võtta otsuseid, mitte mina ei teinud otsuseid nende eest ära. Ise mõtlesin samal ajal kui noored tegutsesid, et kuidas sellega sama printsibiiga edasi saaks töötada ja kuidas seda arendada. Algne ettevaatlikkus tundmatu või uue ees on vägagi põhjendatud, sest üldiselt on indiviidid igas elu aspektis sellise hoiakuga, mis tuleneb ilmselt mingist ürgsest ellujäämisinstinktist.

Viimaseks palusin õpilastel avada enda improvisatsiooni kogemust: milliseid tundeid improvisatsioon neis üldiselt tekitab ja millised on olnud isiklikud kokkupuuted, takistused või huvid improviseerimisega seoses.

Enamus õpilasi suhtuvad improvisatsiooni pigem ettevaatlikult või isegi negatiivselt ja toovad peamiseks põhjuseks ebamugavuse, hirmu hinnangute ees ning madala enesekindluse. Toodi välja improvisatsioon ebamugavus ja piinlikkus teiste ees, eriti kui puudub konkreetne raamistik või suunav ülesehitus (vt Lisa 1). Samas leevendab nende jaoks ebamugavust suunatud lähenemine (nt kindlad kehaosad, mida varasemas proovis oleme harjutustes kasutanud) või privaatsus (nagu silmade sulgemine) ja muudab tegevuse nauditavaks. Üks õpilane tõi välja ka emotsionaalse tõrke, mis on seotud varasema negatiivse kogemusega ning tugeva enesekriitikaga lapsevanema poolt (vt Lisa 1). Paar õpilast tõi välja, et pikk paus improviseerimisest on muutnud sellega tegelemise raskemaks.

Sellest võib järeldada, et turvaline keskkond ja piisav oskuslik juhendatus mängivad suurt rolli selles, kuidas noored improvisatsiooni kogevad. Ehk õpetajal on õpilaste jaoks oluline olla kohal, valmis ja igati abistav, mistahes olukorrad ka proovis ei tekiks. Juhendaja roll on ka minu jaoks olnud improviseerimise juures väga oluline, sest kui juhendaja oskab väheste juhistega väga täpselt suunata avaldub improviseerimisel minu jaoks väga suur mõnu. See täpsus on omamoodi meisterlikkus, mis on oluline kvaliteet nii õpilase kui juhendaja vaatest. Õpilase jaoks lihtsustab see improviseerimist ja juhendaja poolelt suurendab ja arendab see tema erialast meisterlikkust. Minu eesmärk õpetajana oli suunamise abil olla

õpilastele toeks ja nende kirjutatud tagasisidest tuleb ka välja, et see on olnud neile abiks ja üldiselt positiivne kogemus.

3.5. Isikliku ruumi kujutamine (30.04)

Andsin noortele ülesandeks märkmikusse joonistada plaan ruumist, mida nad väga hästi teavad. Palusin ruumi joonistada pealtvaates ja realistliku ehk igapäevases olekus, milles leidub sellele iseloomulikke esemeid. Järgmisena lasin neil kirjutada üles tegevusi, mida nad selles ruumis tavaliselt teevad.

Füüsilise osa puhul tahtsin taas, et õpilased kujutaks või ehitaks isikliku ruumi meie prooviruumi, kasutades ainsa töövahendina oma keha. Peale esmaste juhiste andmist märkasin, et kujutamine käib enamjaolt läbi nimetissõrme suunamise, kasutades sõrme kui pliiaatsit. Seetõttu täiendasin ülesannet veelgi ja suunasin õpilasi kujutama ruumi läbi erinevate kehaosade. Tegime jälle ettenäitamise, aga seekord poole grupi, mitte kahe kaupa, et varem kogetud ebamugavust vähendada. Tahtsin õpilastel oleks võimalik ka kõrvaltvaatajatena ülesannet analüüsida kirjutades üles iseloomustavaid sõnu liikumisele, mida nad ruumis näevad.

Viimaks palusin, et nad leiaks ruumis toimunud liikumise ja eelnevates proovides vaadatud videomaterjalidest nähtud liikumisega sarnasusi. Sarnasusi tõid õpilased välja pea iga videoga, aga mitmekordselt tuli esile video nr. 2, milleks oli Sasha Waltzi lavastuse klipp. Kattuvate osistena märgiti näiteks liikuvust, kujundeid, kõndimist, jooksmist, vehkimist ja liigutuste sooritamisel tekkinud helisid (vt Lisa 1).

3.6. Liigutuste ja liikumiste kogumine avalikust ruumist (05.05)

Saatsin õpilased 45 minutiks õue ja palusin neil üles märkida umbes 10 liigutust või liikumist, mida nad tänavapildis näevad. Liikumisi leiti väga erinevaid, näiteks tõukamine, poekoti kandmine, tantsimine, jala lonkamine ja prillide pähe panemine (vt Lisa 1)

Kui õpilased tagasi jõudsid, jätsime korraks leitud liigutused kõrvale ja alustasime hoopis ettevalmistava kompositsioonilise ülesandega. Palusin kujutada prooviruumi kompositsioonilist pilti kasutades iseenda keha. Õpilastele nimetasin seda kompositsiooni ülesandeks ehk, kuidas ennast asetada või kombineerida ruumi teiste (ja ka ruumi) suhtes. Lubatud oli nii liituda teiste valitud kehaliste ja kujundlike piltidega kui ka neid eirata ja teha ise mingi uus otsus. Pilti võisid õpilased siseneda ükshaaval ja viimane, kes veel pildist välja

jäi pani tema ees olevale pildile pealkirja.

Järgnevalt võtsime taas kasutusse õuest leitud liigutused. Palusin õpilastel valida ja endale meelde jätta kõikidest leitud liigutustest viis. Katsetasin noorte leitud liikumisega süsteemi loomist, millele tegin jooksvalt spontaanseid lisandusi. Tekitasin ruumi esialgu 4 punkti, mille vahel noored liikuda said. Kõik alustasid koos ühes punktis ühe oma liigutusega ja kordasid seda. Järgnevalt sai üks õpilane grupist otsustada, et valib uue asukoha, ilma, et oleks teistega eelnevalt midagi kokku leppinud. Esimese otsustaja järgi liiguti ükshaaval tema valitud punkti. Uues asukohas alustatakse järgmise korduva liikumise motiivi. Tahtsin ülesande jooksul suunata õpilasi mõtlema suundade ja tasandite peale, kuid seda tegid mõned juba kohe intuiitiivselt. Mõne aja möödudes hõikasin välja, et juba on märgata tasandite ja suundadega tegelemist ja julgustasin õpilasi nendega rohkem katsetama. Lisasin jooksvalt veel uusi kihte.

Järgnev lisatud kiht hõlmas endas uue punkti valijas õigust määrata ka liigutus ehk kõik õpilased jäljendasid esimese valitud liigutust. Lisasin, et liikumine võib minna sünkrooni, aga ei pea. Lasin neil ülesannet teha umbes 10 minutit järjest.

Mulle tundus, et õpilastel endal on ülesandes huvitav olla, sest nad katsetasid lõpuks aina vabamalt, tasandite ja suundadega ning lisasid ise ka teiste suhtes distantsiga mängimise. Kuna sellel korral ununes mul õpilastelt tagasisidet küsida, siis nende vaadet ja mõtteid mul sellele ülesandele lisada kahjuks pole.

3.7. Isikliku ruumi taasloomine ja liikumise lihtsustamine (07.05)

Andsin õpilastele ülesandeks meelde tuletada oma isiklik ruum, mille nad varasemas proovis oma keha abil prooviruumi kujutasid. Järgneva sammuna palusin neil oma liikumised ja liigutused teha võimalikult lihtsaks ja pisidetallid kõrvale jätta. Suunasin õpilasi mõtlema ruumis olevate asjade puhul nende suurusele ja asukohale. Tõin näiteks ühe variandi ukse kujutamise: asetasin labakäed enda ette rinna kõrgusele, peopesad minust eemale suunatud ja justkui toetudes uksele laskusin põlvedest alla kükki. Julgustasin neid ruumi loomisega võtma täpselt nii palju aega, kui vaja ja lasin neil oma ruumiloome tsükli läbi teha kolm korda järjest ilma pausideta.

Üldiselt oli ruumi taasloomise ülesanne õpilaste jaoks väga mitmeid emotsioone pakkuv kogemus. Toodi välja keskendumise vajalikkust ja ülesande loovust soosivat külge. Mitmed õpilased tundsid, et said ülesande käigus mõtted eemale samal päeval toimunud riigieksamist. Üks õpilane täheldas, et tundis end ülesandes mugavamalt kui varem ja

väljendas harjumist teiste ees tegutsemise osas. Raskused olid õpilastel seoses riigieksami ja sellega kaasneva stressiga ja tundus, et pea ei võta selle tõttu enam väga hästi infot vastu. Üks õpilastest tundis end alguses veidi ebakindlalt, sest oli puudunud proovist, kus harjutust esimest korda tegime. (vt Lisa 1)

Nägin kuidas ülesanne mõnda õpilast päris tugevalt frustreris, sest üks õpilane oli visuaalselt veidi paanilises olekus, hoides kätega peast harjutuse ajal kinni. Nagu ka õpilased hiljem kirjeldasid, tundus mulle, et see on seotud eksamistressiga. Püüdsin rahustada õpilasi maha kinnitades, et nad võivad teha harjutust täpselt sellise aktiivsusega, kui neil täna jaksu on, ja et see on okei, kui täna pea ei tööta või kõik tundub olevat suur kaos. Õpilane, kes varasemalt oli puudunud tundus alguses olevat segaduses, kuid kui selgitasin talle eraldi lahti, millega ülesandes tegeleda, hakkas õpilane väga kiirelt ja kindlalt tegutsema.

4. Järeldused

Õpilaste tagasiside põhjal võib järeldada, et argisusel põhinev lähenemine tantsuõpetuses aitas noortel suhestuda improvisatsiooniliste ülesannetega positiivsemalt, kui varem. Kuigi esialgse sisseelamise puhul väljendati ebamugavust pakkus sisendiga ülesanne õpilastele küllaltki palju põnevust. Suur tegur, mis õpilasi proovides mõjutas oli riigieksamite periood, kuid antud ülesanded ja õpetaja juhised aitasid neil mõtteid viia mujale.

Improvisatsioonilisi olukordi oli läbitud protsessi jooksul küll vähe, kuid tagasiside kinnitast, et juhendaja sisendid (nt oma toa loomine või igapäevase sündmusega tegelemine) aitasid harjutuste sees fookust hoida. Toodi välja ka igavuse tekkimist motiivide korduse puhul, kuid see ei olnud liigseid tõrkeid tekitav.

Harjutustes kaldusid argipäevaste liikumiste tõlgendused illustratiivsuse ja teatraalsuse poole ja edasiarendused konkreetsemate suunitlustega olid teatud hetkedel vajalikud. Vajati aeg-ajal suuniseid, et püsida rohkem liikumiskvaliteedi raames.

Enamiku õpilaste jaoks on koreograafia midagi, mis on ettevalmistatud ja struktureeritud ning liikumine on oma iseloomult vabam. Ootused tantsule olid seotud muusikaline saate, hämmastamise ja tugeva emotsiooniga. Terminid olid õpilaste jaoks omavahel küllaltki seotud

Kirjalik väljendusviis osutus antud grupi puhul õigeks valikuks. Julgeti väljendada seda, kui nad millegagi nõustusid või ka seda, kui nad millegagi nõus polnud. Arvestades noorte tundlikkust eakaaslaste hinnangute suhtes, võib järeldada, et individuaalne kirjutamine võimaldas ausamat ja põhjalikumalt eneseanalüüsi kui suuline arutelu oleks võimaldanud.

Protsessi jooksul ilmnis ka vajadus ülesannete kohandamiseks vastavalt õpilaste reaktsioonidele. Näiteks ettenäitamise formaat suuremates rühmades oli mugavam ja lõi turvalisema keskkonna. Seda võib pidada oluliseks teguriks, mis toetas noorte osalust ja loovust.

Õpilaste ebastabiilne kohalkäimine mõjutas protsessis plaanitud kiirusel edasi liikumist. Tihti tuli samu harjutusi uuesti läbi teha ja korrata, et tagada kõigile õpilastele vajalik kogemuslik alus. See polnud küll ületamatu raskus ja ei takistanud harjutuste elluviimist ning järelduste tegemist argisusel põhineva lähenemise mõjust, kuid sellel oli siiski mõju protsessis läbitava ja lõputöös kajastuva mahu osas. Seetõttu oleks ajaline planeerimine protsessi puhul olla parem, et anda mõningatele harjutusele rohkem aega.

Edasiarendus antud tööst võiks hõlmata tantsustuudio noortega näiteks mahukama lavastusprotsessi läbimist, kasutades argist liikumist kontseptuaalse alusena. Lisaks oleks võimalik uurida noorte psühholoogilist enesekriitilisust veelgi põhjalikumalt tantsutunni kontekstis.

Antud töö oleks kasulik tantsuõpetajale, kes soovib luua õpilastele improviseerimiseks turvalist ruumi läbi millegi, mis on õpilastele tuttav. Argiste olukordade kaudu on võimalik luua keskkond, mis ei väldi ebamugavate kogemuste esinemist, kuid toetab nendega tegelemist ja nende läbitöötamist.

Kokkuvõte

Käesolev loov-praktiline lõputöö keskendub argisuse mõju uurimisele tantsustuudio teismeeas õpilaste suhtumisele improvisatsioonilistes ülesannetes. Töö lähtub autori varasemast seminaritööst, milles käsitleti argisust kui kontseptuaalset esteetilist nähtust. Uurimistöö praktiline osa on läbi viidud tegevusuuringu meetodi kaudu ning keskendutakse peamiselt lavastusprotsessi ettevalmistavale etapile. Loovprotsessi eesmärgiks on luua koreograafilist liikumismaterjali läbi argiste elementide põhiste improvisatsiooni ülesannete.

Töö eesmärgiks oli uurida, kuidas argised liigutused, tegevused ja sündmused võivad kontseptuaalse alusena mõjuda noorte ebamugavustundele ja loovusele improvisatsiooniliste harjutuste sooritamisel. Protsessi analüüsi aluseks olid õpilaste reflektiivsed päevikud ja juhendaja ülesmääratud tähelepanekud ning vaatlus.

Tulemused näitavad, et argisusel põhinev lähenemine suurendas õpilaste huvi ja avatust improvisatsioonis. Õpilased hindasid juhendaja pakutud sisendeid ja vabadust otsustamisel, mis aitas neil ülesandeid sooritades end turvalisemalt tunda. Improvisatsioonilised ülesanded kujunesid enamiku jaoks positiivseks kogemuseks, eriti juhul, kui õpetaja vastavalt grupi vajadustele reageeris ja ülesandeid kohandas. Samas ilmnes, et tugev sotsiaalne surve kaasõpilaste poolt ja sellest tulenev enesekriitika mõjutavad noorte suhtumist improvisatsiooni oluliselt. Liigne struktuuri puudumine võib põhjustada tõrkeid ning seda rohkem tõusis esile õpetaja suunava kohalolu olulisus.

Lõputöö praktiline väljund toetab arusaamist, et kontseptuaalselt raamitud ülesanded, mille lähtekohaks on argisted elemendid ja mida õpetaja oskuslikult juhib, loovad tugeva aluse teismeliste eneseväljenduse ja koreograafilise mõtlemise arendamiseks. Töö pakub väärtuslikke sisendeid tantsuõpetajatele, kes soovivad arendada noorte vabadust ja valmidust improvisatsiooniks ning luua õpilastele nii loovat ja turvalist õpikeskkonda.

Kasutatud kirjandus

- Biasutti, M. (2014). Improvisation in dance education: Teacher views. *ResearchGate*.
https://www.researchgate.net/publication/262969512_Improvisation_in_dance_education_teacher_views
- Cogan, O “A grounded theory study of the psychological and social processes apparent in the lives of contemporary 16–18 year olds” (2020)
- Dooling, S. (2018). Your Ultimate Guide to Dance Improvisation. *Shannon Dooling Dances*.
https://shannondoolingdances.com/2018/07/11/danceimprovisation/?srsltid=AfmBOorh_Wc0I7tmlX78R9wy-IrQ0hd36umrU97hvY0-5EvpRJudRTR0
- EKI. (s.a.) Eesti Keele Instituut. <https://arhiiv.eki.ee/dict/vsl/index.cgi?Q=improvisatsioon>
- EKI. (s.a.) Eesti Keele Instituut. <https://arhiiv.eki.ee/dict/qs/index.cgi?Q=argisus>
- Espenberg, K., Kiisel, M., Saarsen, K., Jaanits, J., Rajaveer, L., Nõmmela, K., & Aksen, M. (2018). *19–26-aastaste noorte noorsootöös osalemise motivatsioon: Uuringu lõpparuanne*. Tartu: Tartu Ülikool.
- Löfström, E. (2010). *Tegevusuuringu käsiraamat* [PDF]. Tartu Ülikooli Kirjastus.
<https://www.digar.ee/arhiiv/et/download/123456>
- Ririe, S. (2002). Spontaneous Creation (Dance Improvisation), A.Mertz (koost), The body can speak: essays on creative movement education with emphasis on dance and drama (lk 58-64). Southern Illinois University
- Saarva, M. (2021). *Kehateadlikkust ja visuaalkunsti harjutusi ühendav liikumisimprovisatsiooni õppe harjutustik üliõpilastele*. [Magistritöö, Tallinna Ülikool]. Etera.
<https://www.etera.ee/zoom/163493/view?page=1&p=separate&view=0,0,2523,3301>
- Toomel, J, A. (2020) *Teekond haarava etenduskunstnikuni huvihariduses etenduskunsti laboratooriumi näitel*. [Lõputöö, Tartu Ülikooli Viljandi Kultuuriakadeemia]. DSpace.
<https://dspace.ut.ee/server/api/core/bitstreams/324270e2-5b72-4cc6-bc62-47ebdf93d4a9/content>
- Vaga, G. (2024) *Argisus koreograafilises loomes – fenomen nüüdistantsu kontekstis*. [Seminaritöö, Tartu Ülikooli Viljandi Kultuuriakadeemia]

Lisa 1. Õpilaste märkmed

Õpilaste vastused on nummerdatud konfindentsiaalsuse eesmärgil ja puuduvad vastused on märgitud kriipsuga. Sissekanded tehtud vahemikus märts-mai 2025.

Ülesanne: Kirjuta, milline peab sinu arust olema tants või tantsimine?

1. Tants peab olema meeldiv tantsijale. Tantsimine võiks olla natuke proovile panev, aga samas ikkagi ka tehtav.
2. Tants või tantsimine peab olema tunne, mis tuleb südamest ja mida meeldib sulle teha, mida tehes sa tunned end hästi ja ka mugavalt.
3. -
4. Tants peab olema ilus, nauditav, emotsiooniderohke, loominguline, isikupärane, tunnetuse rohke, jõukohane
5. Tants on ühtne tervik, kus pole reegleid, milline tants olema peab. Mida eriilmelisem, (sõna mida ma ei oska lugeda), silmapaistvam seda huvitavam on seda jälgida ja tantsijatel ka tantsida. Tants on eneseväljendusviis, kunst, mille põhimõtteks ongi loovus, seega ei saa öelda milline see olema peab. Arvan, et ainuke reegel oleks tantsita emotsiooniga, mõttega panna end tantsu sisse, teha seda enda jaoks, mitte kohustusest.
6. Tants peab olema täpne ja tantsimise ajal võiksid tunda end vabalt mitte täielikult pinges. Tantsus võiks näidata emotsiooni ja selleks, et seda näidata võib ka proovida tunda emotsiooni. Tantsimise ajal peaksid end hästi tundma ja olema väga enesekindel.
7. Tants peab olema selline asi mis tuleb seest ja hingest. Tants peab olema viis kuidas end väljendada, tants peaks koosnema vähemalt ühest inimesest, et viia rahvale edasi sõnum, tants peaks olema nauditav, lõbus ja vaba.
8. Tants peab olema loominguline, eriline, silmapaistev, omamoodi, liikuv. Tantsukaval peaks olema oma lugu. Tantsimine peaks viima sind selle koreo loo sisse.
9. -

Ülesanne: Kirjuta, kuidas saad aru, et tegemist on hea või halva tantsuga?

1. Kui tantsijale ei meeldi tants, siis ei tule sellest arvatavasti hea tants, kuna neil pole motivatsiooni või tahtmist seda tantsu mega poweriga tantsida. Tants on hea kui tantsijate emotsioonist ja liikumisest on aru saada, et nad naudivad selle tantsimist.

2. Hea tants - tantsijad tunnevad end mugavalt, oskavad end kuidagi väljendada tantsus, rahvas elab kaasa ja saad ka häid kommentaare teistelt tantsijatelt. Halb tants - tunded end ebamugavalt, kui ei saavuta midagi tantsuga, siis annab tunda, et tegemist on halva tantsuga.
3. -
4. Tantsijate kohalolust, emotsioonist energiast, teemast, muusikast, koreograafiast
5. Hea - täpsed liigutused, sünkroonsus, erinevad tasandid, emotsioon, ühtsus grupis, energia, tantsul on sõnum, midagi teistsugust. Halb - must üldpilt, vahepeal sättimine (juuksed, kostüüm), pole energiat, on näha, et tantsija ei naudi seda, mida teeb
6. Saan aru, et on hea tants, kui tantsija näeb välja nagu ta naudiks ja kogu grupp näeb enesekindel välja. Tants on hea kui see näeb välja, et on palju vaeva nähtud ja kui tantsijad on on beat. Tants on halb kui vaadatakse maha tantsu ajal ja kui inimene näeb välja nagu ta ei teaks, mis toimub. Kui tants on täiesti muusikast offbeat ja tantsijad ise ka.
7. Heas tantsus on sõnum, mõte, mida tantsijad viivad rahvale edasi, kui kõik annavad endast parima, kui kõik liigutused on samaaegsed, kus on näha mõtteid. Halb tants on see, kui tantsijad seda ise ei naudi ja seda on näha, see millel pole kindlat mõtet ja on kokku visatud, halvem tants on see, mis pole silmale ilus/huvitav/meeldiv.
8. Hea tantsuga on tegemist siis, kui on näha, et inimestele meeldib seda teha. Hea tants on läbimõeldud ja muidugi ka jätab suu ammuli. Halb tants on siis, kui on näha, et inimesed, kes seda tantsivad ei naudi tantsimist. Heal tantsul on sees looga kokkukäiv emotsioon. Halba kava vaadatakse tuima näoga ja see ei too mingit emotsiooni ja see ei näita välja mingit lugu.

Ülesanne: Kirjuta, milliseid tegevusi nimetaksid tantsimiseks, milliseid mitte?

1. Tantsimiseks nimetaksin muusika järgi või ka ilma muusikata liikumist (mitte lihtsalt kõndimine jne). Iga inimene näeb tantsimist ja tantsib erinevalt niiet minu arvates ei ole kindlaid tegevusi, mida nimetan tantsimiseks ja mida mitte. Ainukesed, mis ei läheks tantsimise alla on nt: okei ma tegelt ei tea, kõik valivad enda moodi tantsimise
2. Tantsimiseks nimetan tantsutunnis tantsimist, balletti, akrobaatikat, rahvatantsu, igasugust mis seostub kuidagimoodi tantsuga, iluuisutamist
3. -
4. Tantsimine - Keha liigutamist, vabadust, tunnetust, tantsimist, eri tantsuliike (rahvatants, akrobaatika, iluvõimlemine), kehaosade liigutamine, viipekeel?. Mitte - jalgpalli/ korvpalli mängimine jne, kus sa ei väljenda ennast

4. Tantsimine on liikumine muusika saatel/vaikuses/rütmis, oma keha viimine asenditesse, liikumistesse, mida me pole harjunud iga päev tegema. Tants võib olla igasugune liikumine, vahel ka paigalseis. See võib sisaldada liikumisi, mida leiab ka igapäevastes tegevustes, kuid need tegevused üksi pole veel tants.

5. Tantsimine on liigutuste tegemine ja muusikaga kaasa minemine, mitte lihtsalt ringi hüppamine muusika saatel (nt võimlemine ja akrobaatika)

6. Keha liigutamine, enda mõtete ja emotsioonide füüsiline väljendamine. Võimlemine, muusikaga ja iseendaga sideme loomine, kunst. Ei nimeta tantsimiseks sulgpalli, ringi jooksmist, klubis ringi hüppamist.

7. Nimetan tantsimiseks igasugust liikumist. Tantsu saab tuua igasuguseid liigutusi elust. ÜKSKÕIK MIDA!!! Tants ongi elu või elu ongi tants. Ma ei oska öelda, milliseid tegevusi ma tantsimiseks ei nimetaks, kõiki tegevusi saaks tantsuks nimetada.

Ülesanne: Kirjuta, mis on sinu jaoks koreograafia, mis liikumine? Kas need on omavahel seotud

1. -

2. Koreograafia on minu jaoks kellegi välja mõeldud tantsu jupp või terve tants. Liikumine on...

3. -

4. Omavahel seotud. Koreograafia on kindlad paika pandud liigutused. Liikumine on keha vaba olek ja tunnetus.

5. Koreograafia on paika pandud liikumine. Tantsija teab juba enne, mida, kuidas, kus ta tegema peab, liigutuste paika pandud kombinatsioon, mis võib sisaldada mõnes etapis/kohas ka improvisatsiooni. Liikumine on liigutuste tegemine kuulates, mida su keha teha tahab. Liigutuste tegemine/mõtlemine kohapeal - neid pole eelnevalt paika pandud (IMPROVISATSIOON). Ka koreograafia on liikumine. Liikumine on kõik liigutused, ka mitte tantsuga seotud.

6. Koreograafia on välja mõeldud liikumine, põhimõtteliselt liikumine, aga sulle on öeldud ja näidatud, kuidas seda teha. Liikumine võib olla jooksmine, kõndimine jne. See võib olla ka tantsimine, nii et need ei ole erinevad asjad, kuid koreograafia kõrval on liikumine vabam ja oma enda järgi.

7. Koreograafia on tantsu jupp, mida saab teha ükskõik millise lauluga (lugemise peale). Liikumine on enda keha positsioonide muutmine, tantsumaailmas on liikumine eneseväljendamine.
8. Koreo ja liikumine on imo sama asi, liikumise teel sa lood samamoodi lugu nagu koreot tantsides. Okei koreo on tavaliselt läbimõeldud rohkem, kui liikumine, kuid ikkagi koreot tehes sa liigud. Need saavad olla erinevad, aga need ühilduvad väga palju.
9. Koreograafia on kindel ja terviklik tantsu esitus. Sellel on tähendus, kuid võib olla ka vabam. Liikumine on vabam ja mitte struktureeritud. Inimesel ei ole seatud piire ja võin oma tunde järgi liikuda. Omavahel seotud.

Ülesanne: Kirjuta, mis on sinu jaoks liikumine vaadatud videotes ja kuidas kirjeldaksid seda? Millised omadus- või tegusõnad annaksid sellele liikumisele? Milline liikumine oli sinu jaoks tants või koreograafia ja milline ei olnud? Äkki mõni on mõlemat või mõni pole kumbagi?

CDK tantsukompanii videoprojekt "Bittersuite by Billie Eilish" (2025)

1. Emotsionaalne, sünkroonis, hästi läbi mõeldud, inimesed sarnased, sujuv. TANTS - terve video ajal liikumist ja kogu grupil samad liigutused
2. Emotsioonirikas, sünkroonis, sujuv liikumine, kujundid, täpne. TANTS ja KOREOGRAAFIA - sest kõik liigutused ja liikumine on rütmilised
3. Palju emotsioone, erinevad stiilid, grupis koos, väga heas sünkroonis. TANTS - palju erinevaid muusikaga seostuvaid liigutusi. Kõik on ilusti selge ja planeeritud
4. Sujuv, konkreetne, tugev, põhjalik, emotsiooniderohke, tõmbamine, bounce'imine, looklev, nurkade rohke, jõuline, detailne. TANTS ja KOREOGRAAFIA - kindel ja läbimõeldud liikumine
5. Pingeline, ühtne, terav, tugev tantsuline koreograafia, voolav, inimeste juhtimine, kõikumine, põrkamine, tugev emotsioon, koostöö, hirmutav, sümmeetriline. TANTS - liikumine, kindlad tantsulised liigutused rütmis muusikale, rohkem tantsu ja mingi tantsustiili elemente, kogu grupp teeb samu tantsulisi liigutusi, puudub muu liikumine (nt jooksmine, vajumine, improvisatsioon).
6. Mingi olukorra või emotsiooni järgi/põhjal tehtud. Väga palju emotsioone, suht tihti oli suur grupp ja üksikud kahe/kolmesed grupid. Tohutult smooth ja tantsijad olid nähtavalt enesekindlad.

7. Veider huvi tekitav tunne, liikumised olid vahel sujuvad, vahel konkreetseid ja vahel nurklikud, koostöö teistega, hea emotsiooni väljendamine. TANTS - seal oli koreograafia, keha liikumine tantsulises mõttes.

8. Väga jõuline, sünkroonis, andis sellist kontrollitud vibe'i, ei oska väga palju öelda, seda oli huvitav vaadata, kõik nägid väga sarnased välja ja see andis mõtte, et peavad kellegi moodi olema, palju efekti, ühendust, vaatavust. Natuke graatsilisust, kaanon? hullumeelsus? nukukesed. KOREOGRAAFIA - liigutused olid ühesugused ja korrektsed

9. Jõulisus, näoilmed on kaasahaaravad, sünkroonsus, hea kehakontroll, hea absurdus. KOREOGRAAFIA - looja on loonud kindla tantsulise süsteemi ja oli olemas temaatika, mida väljendada taheti (kostüüm, erinevad osad)

Sasha Waltz tantsulavastus "noBody" (2002)

1. Jooksmine, erilised liigutused, lainelised liigutused, üritasid kellegi eest ära joosta ja järjest inimesi sai haavata. KOREOGRAAFIA - Kogu aeg ei toimu liikumist. Inimesed vahepeal jooksevad, seisavad. Seal oli palju erinevat liikumist: laineline ja sujuv ning äkiline ja visatud liigutused

2. Väga liikuv, teistsugused kujundid, voolav, järsk. TANTS ja KOREOGRAAFIA? - sest seal on väga sihilik liikumine

3. Valgus vilgub, õuduse ja põnevuse tunne, muusikat pole ja on kuulda inimeste liigutusi, hirmutunne, sügava mõttega. KOREOGRAAFIA - otseselt ei tantsitud

4. Dramaatiline, kiire, ühtne, jooksmine, vajamine, tõstmine, sujuv, kõndimine, omapärane, erinev, palju nurki, kujundid, kulgev, loomulik, tugev. TANTS ja KOREOGRAAFIA - kindla sihi poole püüdlev liikumine, plaanitud liikumine

5. Pingeline, hirmutav, stressirohke, voolamine, sulamine, jooksmine, ühtne grupp, puudutus, teiste mõjutamine, viskamine, vehkimine, suur energia ja pinge, hirm, põgenemine, seismine, venimine, ronimine, teise süle võtmine, vajumine, trampimine, palju erinevat liikumist, impro osati, vähe tantsulist koreot, keerutamine, väänlemine, meenutab õudusfilmi.

LIIKUMINE ja KOREOGRAAFIA - liikumine, grupis, pole tantsulist liikumist ja tantsuliigutusi, rohkem jooks, kõndimine, vehkimine, pole klassikaline tants, paika pandud, millist liikumist (kõndimine, seismine, vajumine, vehkimine jne) kes, millal ja kus tegema peab. Tekib üldine tervik, millel on algus ja lõpp. Impro osaliselt.

6. Emotsioon näha, pigem kartlik ja päris palju tuima näoilmet. Joosti väga palju ja hüpati, roniti kas üksteise peal või lihtsalt oldi palju külgepidi koos. Meenutas nagu õudusfilmi, keegi jookseks kellegi eest või prooviks kuskilt põgeneda.

7. Osad inimesed olid tihti tugeva kehahoiakuga, teised pehmed, video tekitas mulle uudishimuliku tunde, väga palju tegevust oli ühel ajal, kõik oli enamus ajast päris kiire. EI OLE TANTS - nägin seda rohkem kunstina, tähtis on ka kunst, aga see oli natuke erinev.

8. Hullumaja moodi veidi, nad kõik tunduvad hullud, kogu aeg üksteise küljes, meenutas nagu nad oleksid aines olnud või proovivad mingist sõltuvusest lahti saada, natuke hirmus oli, aga põnev ka. Liigutused polnud konkreetsed, aga see ei tähenda, et see halb oli. Palju segaseid liigutusi, vajusid tihti maha, nad olid üksteise vastu. TANTSIMINE, KOREOGRAAFIA, IMPRO - liikumine päris ühtlaselt olemas.

9. Ühine tunnetus, kasvamine ja kahanemine, kogu ruumi kasutamine, vaba liikumine, karakteris olemine, põrandal liikumine. KOREOGRAAFIA - vabamas vormis. Etenduses etendajad/tantsijad teavad, mida tegema peavad, aga liikumine oli enda teha.

William Forsythe "NOWHERE AND EVERYWHERE AT THE SAME TIME, NO.2"

1. meenutas millegi pärast Stranger Things' ist haiglat. Inimesed nagu oleksid üks haaval järjest ära põgenenud sealt. Segadus, põgenemine pendlite eest, pendlitel ühtlane liikumine. POLE TANTS - meenutab pigem filmi, ainult jooksmine ja kõndimine

2. Liikuv, salalik, ei oska väga kirjeldada seda, põgenemine, üritavad mitte vastu minna(TANTS, seal on väga sihilik liikumine)

3. suur, tühi, kõle, valge ruum. MITTE KUMBKI - inimesed lihtsalt olid ja tegutsesid omas mullis

4. erinev, põgenemine, jalutamine, huvitav, tavaline, rahulik. TANTS - vabadus

5. Vältimine, kiikumine, vaibumine, jooksmine, keskendumine, siht, kõndimine, inimesed liiguvad vähe, sõnumiga, tantsuline koreo puudub. LIIKUMINE - liikumine, grupis, pole tantsulist liikumist ja tantsuliigutusi, rohkem jooks, kõndimine, vajumine, vehkimine, pole klassikaline tants. Inimesed väldivad pendleid, polnud kindlat lõppu, polnud paika pandud liigutusi.

6. Creepy, müstiline. Palju tantsu ei olnud, aga liikumist oli. Hoidsid eemale, ühtlane. Segadust tekitav, veidi ei saanud aru, mis toimub.

7. Sõnum oli minu jaoks see, et kõik inimesed elavad samu/sarnaseid asju läbi (lendavad terad/pendlid) ja ükskõik, mis vanuses sa oled ei tähenda see, et olukord oleks raskem,

kergem või vähem tähtis. LIIKUMINE ja EI OLNUD TANTS - sain sealt rohkem välja lugeda eesmärki, sõnumit ehk mitte tantsu

8. Nad jooksid mingitest metallist rippuvate asjade vahel ringi, päris igav oli, aga samas need metallist asjad liikusid päris ilusalt. Ei oska rohkem midagi öelda. Jooksmine, väike liikumine. POLE KOREOGRAAFIA ja TANTSIMINE - seda saaks ikkagi nimetada tantsuks ja koreograafiasse sisse tuua, segane jah...

9. Püüdlikkus mitte kokku puutude objektidega, objektid liikusid ühtselt, väike liikumine. EI TEA - see on dilemma

Noorte enda võistluskava "Artemis" videojäädvustus

1. voolav, mets, sünkroonis. TANTS - Kogu liikumise kestvus on erinevad liigutused. Kogu grupp teeb enamasti sama asja

2. sujuv, liikuv, kujundid, mõnus vaadata ja jälgida(TANTS ja KOREOGRAAFIA, seal on väga sihilik liikumine)

3. väga hea ja mõnus muusika, hästi sünkroonis, rahva lemmik muidugi ning super tants. TANTS - konkreetne

4. sünkroonne, tugev, jõuline, nurgeline, looklev, sammumine, omapärane, sujuv, detailne, konkreetne, põhjalik. TANTS ja KOREOGRAAFIA - paika pandud kindlad liigutused

5. Põrkav, voolav, täpne tugev koreograafia, impro puudub, lahe üldpilt, terve grupp teeb samu täpseid liigutusi üheaegselt, sünkroonsus, ühtsus, juhtimine, agressiivsus, kaanon, koreograafiast/grupist välja astumised, üllatus, ülbus. TANTS - liikumine, kindlad tantsulised liigutused rütmis muusikale, rohkem tantsu ja mingi tantsustiili elemente, kogu grupp teeb samu tantsulisi liigutusi, puudub muu liikumine (nt jooksmine, vajumine, improvisatsioon).

6. Laineline ja terav, palju vabu liigutusi, kiire. Meeleolu vahetus, tugev ja vihasem keset tantsu. Tõsine, voolav, sünkroonis.

7. Video andis mulle koduse tunde, tants oli powerful ja mul oli vahest tunne nagu kõik tuleks mulle kallale. TANTS - seal oli koreograafia, tantsuline liikumine

8. No mis ma öelda oskan, selline jõuline, lahe, müstiline...ma nii harjunud sellega, ei oska midagi öelda. Järsk, erinevad tasandid, kujundid, kaanon, kätetehnika, üksikud inimesed eraldusid ja tegid teisi liigutusi. KOREOGRAAFIA ja TANTSIMINE - Kuna ma ise olen seal

9. Sünkroonne, voolav, täpne, graatsiline, tõsidus. KOREOGRAAFIA - Kindel temaatika, samasugune kostüüm, ühtne liikumine.

Maria Hassabi reaalajaline installatsioon "PLASTIC"

1. kurb, nagu üritaks uuesti püsti saada, kui elus on järjest asju halvasti läinud, vähe liikumist. POLE TANTS - väga vähe liikumist
2. masendav, tõsine, huvitavad kujundid, väike liikumine (TANTS, seal on väga sihilik liikumine)
3. aeglane liikumine tunde ja emotsioonide järgi. MITTE KUMBKI - puudub muusika
4. rahulik, väike, üksluine, sujuv, roomamine, lamamine, omapärane, nõrk, julge. KOREOGRAAFIA - siht trepist alla jõuda
5. Voolav, kukkumine, detailid, minimaalne liikumine, hirm, ebakindlus, füüsiline raskus, sügavamõtteline, vajumine, lamamine, roomamine, improvisatsioon, puudub tantsuline koreograafia.. LIIKUMINE - liikumine, grupis, pole tantsulist liikumist ja tantsuliigutusi, pole klassikaline tants. Liikumisel polnud kindlat algust ja lõppu, üks kindel liikumine mitte kokku pandud üldpilt kindlatest liikumistest/liigutustest.
6. Tundub raske ja sellel on väga palju mõtet sisse pandud. Väikesed peaaegu olematud liigutused, füüsiline.
7. Suure mõttega/sõnumiga, see andis mulle tahtmise edasi vaadata ja rohkem analüüsida, väike liikumine. EI OLE TANTS - see oli lwk nagu õppimiseks dokumentaal.
8. Polnudki kava, naine rääkis liikumisest ja mingi teine naine voolas trepist alla, mis on ka movement. väike liikumine, voolavus, edasi kukkumine, raske olek, võimalus läbi kukkuda. MÕLEMAD NII JA NAA - saab jällegi tuua koreograafiasse, aga otseselt pole seda.
9. Väike ja rahulik liikumine, loogiline, paigal olemine, treppide kasutus. POLE TANTS

Ülesanne: Kirjuta, kuidas end tundsid peale harjutust? Millele mõtlesid? Kuidas punktid valisid? Millal hakkas igav, kui hakkas? Mis osa oli põnev? Mis oli raske või kerge sinu jaoks?

1. Tundsin end lõõgastununa ning nagu oleksin unenäos või hõljuksin taevas pilvede peal. Punkte valisin selle järgi, mis kohad mul pinges on või mida ma soovisin rohkem liigutada. Punkte ei olnud minu jaoks raske valida. Mulle meeldis see harjutus väga, kuna sain mõelda ainult sellele mida ma saan eri punktidega enda kehas teha. Ainukesed kaks miinust, mis ma oskan välja tuua on, et mul oli pissi häda ja natuke külm hakkas. Kui see välja jätta oli väga tore.

2. Mõtlesin seda tehes, mida ma tol hetkel tunnen ja tunnetan, miuke kehaosa tahtis rohkem liikuda, ma tundsin end hästi ja mugavalt seda tehes, viis mõtted eemale ja lasi end nii vabalt tunda, valisin kehaosi selle järgi, milline kehaosa tahtis kõige rohkem vabaks ja liikuma saada
3. Järjest vabam tunne tuli, alguses oli natuke veider lihtsalt olla ja maas aaleda aga lõpu poole oli palju mõnusam juba. Tuli rohkem julgust keha liigutada ning hakkas mõnus. Nii venitada vahel on täitsa mõnus. Vahepeal hakkas küll natuke igav ja uni hakkas peale tulema
4. Tundsin ennast vabalt. Vahepeal oli natuke ebamugav, tundus nagu keegi jälgiks. Alguses oli huvitav, aga kui kogu keha liikus juba pikemat aega, siis said ideed otsa ja tundus nagu ma oleks terve aeg samamoodi liikunud (samad liigutused kordusid) Mulle meeldis rohkem üksikuid kehaosi liigutada kui tervet keha, sest see muutus lõpuks igavaks.
5. Keeruline. Alguses ebakindel, veider ebamugav, harjusin aina rohkem, liigutused hakkasid korduma, muutus igavaks. Lõpus olin julgem ennast liigutama ja ruumi kasutama ja ülesanne muutus kergemaks, olin rahulikum, siis oli ka juba põnev, huvitav. Olin lõpuks omas mullis, ei mõelnud inimestele mu ümber. Pärast oli väga rahulik.
6. -
7. Alguses oli ebamugav teades, et treener kõndis ringi. Mõtlesin vahel enda elule, kuid üritasin keskenduda, kuidas mu keha liigub ja mis kehaosa mida mõjutab. Raske oli leida uusi punkte, mida kontrollida, vahepeal laetuli segas
8. Alguses maas oli lihtsalt pikali olla väga imelik, millegipärast. Ausalt öeldes ei saa aru miks, aga tunne ei olnud meeldiv. Kui hakkasin mõtlema esimese punkti peale läks halb tunne ära??? ma ei saa isegi aru. Ma muutusin rahulikuks, ei pidanud mõtlema teiste peale, kuna kõigil olid silmad kinni. Keha juhtis mind.
9. Esimesed 2 punkti valisin katsetuse meetodil. Kuna mulle väga meeldib katsetada kehaosadega improt, siis tundsin, et leidsin uusi kohti, aga ei leidnud ka. 3. punkti valisin piiramise järgi. Sellel kehaosal on kõige rohkem pinget, seega otsustasin, et lasen sellel lõdvemalt liikuda. Muidu harjutuses tundsin end mugavalt ja pingevabalt.

Ülesanne: Kirjuta, kuidas ülesande täitmine tundus? Kuidas sa ennast tundsid? Mis oli keeruline? Mis oli lihtne? Mis oli mugav? Mis oli ebamugav?

1. Tegevuste väljamõtlemine polnud eriti raske, kuna valisin ühe sündmustest. Ilma asjadeta, mis mul kodus on oli seda natuke raske teha, aga ikkagi väga tehtav. Ettenäitamine oli lõbus, aga samas ka oli väike pinge peal. Üldiselt meeldis mulle seda teha.

2. -

3. -

4. Tundsin ennast natuke ebamugavalt, et kõik pilgud olid minu peal. Mõtetes nägi see parem välja, kui tehes. Vahepe ununesid mingid asjad ära

5. Ülesannet täita oli hirmus, alguses polnud ideid, pärast oli rohkem. Kartsin ette näidata, päris out of my comfort zone. Kui juba näitasin polnud hirmus, vaid pigem huvitav. Proovisin mõndasid asju, mis IRL võtavad rohkem aega, teha ka ülesandes pikemalt.

6. Tundsin end suhteliselt ebamugavalt, sest mulle ei meeldi rahva ees üksinda/kahekesi esineda, kuid see ei olnud väga hull ja isegi päris lõbus mõelda ja välja näidelda.

7. Tunne oli suht okei, vahel oli ebamugav eriti siis, kui jäin üksinda saali peale tegema. Kui alguses Gretten sellest "näidendist" rääkis, siis oli väike hirm, aga kuna kõik on omad atp, siis polnud hullu midagi. Seda oli pigem natuke naljakas teha, mõtted millest teha ja kuidas teha tulid lihtsalt ja kiiresti.

8. Ülesannet polnud teha üldse nii hull, kui alguses tundus. Ausalt öeldes tahtsin küsida, kas võin keelduda sellest ülesandest, muidugi tegin seda enda peas hullemaks. Mulle isegi meeldis seda teha, näitasin oma õhtust rutiini. lõpuks läks veidi pingelisemaks, kui jäin üksinda seda näitama. Igatahes polnud midagi hullu!

9. -

Ülesanne: Kirjuta, kuidas oli teisi vaadata? Kuidas nemad võisid ennast tunda? Mida märkasid? Kas said aru, millega keegi tegeles?

1. Teiste tegevust oli väga huvitav jälgida. Sain mõelda, mis tegevusi nad võiksid ette näidata. See meeldis mulle väga, sest teiste tegevusi oli kuidagi väga satisfying vaadata.

2. -

3. -

4. Teisi oli väga huvitav vaadata. Kõik olid omapärased ja loomingulised. Oli väga põnev teisi jälgida. Õhturutiin. Väga detailsed ja hästi lähenetud teemale. Läbimõeldud.

5. Teised tegid vist oma night routine' i, nägin nt näo pesemist, duši all käimist, riiete vahetamist, telos scrollimist, keegi tegi vist ka hommikurutiini. Nägin koera paitamist, uste avamist, kirjutamist, lugemist, kodutööde tegemist. Väga huvitav oli teisi jälgida ja proovida mõista nende tegevusi/liigutusi/olukordi. Raske oli kahte korraga jälgida.

6. Teisi vaadata veidi awkward, sest ei oska kedagi vaadata ja kartsin, et nad arvavad, et ma judgesin neid, kuid mõnedel oli päris lihtne arvate, mis nad tegid, lõbus mõelda ja jälgida, millised nende rutiinid on.
7. Teisi oli vaadata keerukas, ei teadnud keda vaadata, aga lõpuks jäi pilk rohkem nende peale kellega suhtlen tihedamini, muidu oli tore vaadata, kuidas kõik võtsid julguse kokku ja tegid selle ära.
8. Teisi oli vaadata põnev, nagu filmi vaataks. Kõik tegid nii hästi ja huvitavalt. Mõtlesin kogu aeg, et huvitav, mis ta järgmisena teeb. Sain vist kõikide puhul aru, mida nad tegid. Tore oli!
9. -

Ülesanne: Mõtle oma improvisatsiooni kogemuse peale. Milliseid ülesandeid näiteks oled teinud? Kuidas sa suhtud sellesse? Mis meeldib või ei meeldi? Miks?

1. Ma olen improvisatsiooniga nooremana rohkem kokku puutunud. Olen käinud võistlustel impro kategoorias. Nüüd lähiajal pole ma sellega nii tugevalt enam kokku puutunud. Nooremana meeldis see mulle väga, kuid nüüd, kui pole sellega ammu tegelenud pole ka huvi selle vastu väga suur. Mulle meeldib vahepeal kodus lihtsalt tantsida ehk improda, kuid ei tahaks kindlasti võistleva minna.
2. -
3. -
4. Mulle ei meeldi impro, kuna tunnen ennast ebamugavalt nagu keegi jälgiks mind ja mul ei oleks vabadust. Olen sellega rohkem harjunud kui varem ja leian, et kui antakse kindlad kehaosad ette, siis naudin seda rohkem, mitte, et muusika pannakse mängima ja tantsi nüüd. Olen üpris palju improga kokku puutunud. Eelmises tantsukoolis pandi muusika tööle ja öeldi, et tantsi, aga ka nüüd. Iga aasta vähemalt 2 korda. Viimasel ajal on rohkem keskendunud kindlatele ja teadlikele kehaosade improle. Üksinda peegli ees mulle meeldib improda, kuna olen üksi ja tunnen vabadust, saan nautida.
5. Mulle ei meeldi improviseerida, sest eriti teiste ees on see ebamugav, ma ei oska midagi oma kehaga teha. Mingil tagasihoidlikul tasemel saan sellega hakkama. Olen improga kokku puutunud varasemalt trennides, kus peame kas ise impro kaudu tantsu mõtlema või mingi osa treeneri koreograafiast improviseerima/lihtsalt harjutama improt erinevate muusikastiilide saatel (laagrites/töötubades). Olen ka ise kodus niisama proovinud improviseerida.

6. Ei ole tegelenud väga, võib olla ainult tantsus. Vihkan improvisatsiooni, sest mul on piinlik, et teen valesti või lihtsalt ei oska mõelda midagi. Mulle meeldis see impro ülesanne, mis me üks tund silmad kinni tegime, see oli juba okei. Hea meelega ei tegeleks sellega.

7. I hate it! Mulle ei meeldi impro, sest ma hakkan liialt mõtlema, kas midagi näeb halb välja ja mis liigutust ma järgmisena tegema peaks. Ma kardan, et inimesed judgevad mind ja siis ma hakkan üle mõtlema ja freez'in ära ja siis ma lwk tahaks nutta. Mul on improga kogemust olnud, vahel mulle meeldib kodus niisama tantsida ja trennides on antud ülesandeid, et improt teha või ainult ühte kehaosa erinevalt liigutada. Väiksenä võtsin osa Kuldse Karika improst, aga mu ema kritiseeris mind ja I hate it since.

8. Ma pole sellega väga palju enam tegelenud võrreldes varasemalt. Kui hakata improt praegu tegema, siis ma ei tunneks end kõige mugavamalt, aga harjuksin ära. Kunagi oli mingi impro võistlus ja ma sain vanemas kategoorias I koha. Võistlus nägi välja selline, et grupp inimesi tegi improt ja sealt valiti parim. Kardan, et ei oska nii nagu varem.

9. -

Ülesanne: Joonista realistlik pealtvaade ruumist, mida sa väga hästi tead. Realistlik ehk ruum igapäevases olukorras, mitte läikima löödud, kui see pole sinu puhul tavaline. Pane kirja, kõik tegevused, mida sa seal ruumis tavaliselt teed.

1. Magan, õpin, tantsin, laman, laulan, istun, vahetan riideid, kammin juukseid, mängin kassiga, passin telefonis

2. Magan, vaatan telekat, söön, mängin, õpin, vahetan riideid, puhkan, olen telefonis, koristan

3. Magan, kuulan muusikat, õpin, snäkin, koristan, vaatan filme, loen raamatuid, sätin end valmis

3. Magan, söön, joon, õpin, teen meiki, laen telefoni, pikutan, koristan, olen telefonis, valmistun välja minekuks, nutan, saadan sõbrannale vloge, vaatan ennast peeglist, teen patsi

4. Söön, laon asju, ootan, panen nõusid kappi, viin nõusid, toon nõusid, ostan, koristan, suhtlen, õpin, teen teed, joon, abistan

5. Magan, meigin, söön, joon, puhkan, istun telefonis, riietun, vaatan telekat, õpin, kuulan muusikat, tantsin, kõnnin, hingan, nutan, kreemitan, võtan meiki maha.

6. Magan, söön, teen meiki, olen telos, joon, koristan, vahetan riideid, ärkan, kuulan muusikat, laen telefoni, imetlen ennast, olen peikaga, õpin, nutan, saadan sõbrannale vloge, teen patsi

7. -

8. Söön, magan, vahetan riideid, teen koolitöid, impron, (sõna millest ma aru ei saa), istun, kastan lilli, laen elektroonikat, kütan kaminat, joonistan, loen raamatut, vaatan netflixi/go3, koristan, kõnnin, vaatan aknast välja, teen voodi korda, otsin asju, kukutan asju, põletan viirukeid ja küünlaid.

Ülesanne: Kirjutage üles iseloomustavaid sõnu sellest, mida näed. Kui tekitab mingi tunne, kui näed sarnasusi, kõik, mida märkad pane kirja!

1. Sujuv, tasandeid muutev, sarnaseid liigutusi kasutati, suured liigutused, nurklik
2. Terav, segane, pehme, väike, suur, arusaadav, liikuv
3. Segadust tekitab, aga loov, mõned kohad on loogilised.
4. Nurgeline, aeglane, kiire, mitmekesine, suur, põnev, huvitav, arusaadav, väike, sujuv, ühtne, omapärane, detailne
5. Sihikindel, joon, küünarnukk, varvas, kummardamine, lained, nurgad, seis, tasandid, rullimine, maalimine, jooks, ebakindlus mõnes kohas, keskendunud, kükitamine, pea, nina, keha kallutus, kõik kasutasid palju jalgu, lehvitamine, vehkimine
6. Terav, järsk, kiiret ja ka aeglast, palju venitusi, erinevad tasandid, palju jalgadega liigutusi, tõsine.
7. Pehme, tugev, kiire, terav, huvitav, nurklik, erinevad tasandid, korduv, suur, väike, detailne
8. -
9. Nurgeline, ringjas, madal, kaugel, mull, (sõna, millest ma aru ei saa) sünkroonsus, keksimine, rahulik, väike, avar

Ülesanne: Kirjuta, kas leiad sarnasusi varem kirjeldatud või iseloomustatud videotega?

Mis need on? Kirjuta välja!

1. Sujuv.
2. Kattuvus nr.2 videoga - liikuv, kujundid ja nr.3 videoga - liikuv
3. Sarnane 5nda videoga - pigem aeglane, tunde järgi liikumine, 3ndaga - tühi ruum, 2ga - inimeste liigutusi on kuulda
4. sujuv (1, 2, 4, 5), nurgeline (4), aeglane/rahulik (3, 5), kiire (2), huvitav (3), ühtne (2), omapärane (2, 4, 5), detailne (1, 4)
5. nr 2. - seismine, kõndimine, vehkimine, palju erinevat liikumist, jooks, tasandid
6. nt nr. 4 - vabad liigutused, nr. 5 - on vaeva nähtud, nr. 1 - korduv

7. nr. 1 - nurklik, nr. 2 - tugev, pehme, kiire, nr. 3 - korduv, nr. 4 - suur, detailne, nr. 5 - huvitav

8. -

9. sünkroonsus (4, 1), rahulik (5), väike (3)

Ülesanne: Õues otsida liikumisi/liigutusi. Saatsin noored õue otsima 8-10 liigutust tänavatelt. Andsin neile 45 minutit selleks. Märgiti üles selliseid tegevusi:

1. -

2. keerlemine, tõukamine, lükkamine, raputamine, kõndimine, jooksmine, tõstmine, lonkamine, hüppamine, kummardamine, hammustamine, sügamine, tantsimine, ulatamine, keeramine, vajumine, astumine, suitsetamine

3. -

4. keerlemine, tõukamine, raputamine, kõndimine, matsutamine, tõstmine, jooksmine, jala tõstmine, hüppamine, kummardamine, keeramine, koeraga jalutamine, sügamine, ulatamine, vajutamine, scrollimine, põrkamine, kukkumine, suitsetamine

5. ukse avamine, kiirustamine, käru lükkamine, jala trampimine/tatsamine, noogutamine, jala lonkamine, söömine, poekoti kandmine

6. kiikumine, tõukamine, lükkamine, raputamine, lonkamine, tõstmine, kummardamine, hüppamine, jala tõstmine, vajutamine, tantsimine

7. pöörlamine, tõukamine, lükkamine, raputamine, lonkamine, pea pööramine, huule hammustamine, sügamine, tõstmine, jooksmine, hüppamine, kummardamine, jala tõstmine, käe tõstmine, koeraga jalutamine, ulatamine, keeramine, suitsetamine, suu avamine, vajutamine, pööramine, astumine, tantsimine, suu sulgemine.

8. tõukeratta tõukamine, telefoniga rääkimine, kõndimine, ringi vaatamine, autorooli keeramine, käru tõukamine, jala tatsutamine, prillide pähe panemine, telefonis kirjutamine.

9. -

Ülesanne: Oma ruumi loomine. Detailne liikumine oma ruumis (tuletasime meelde) Lihtsustada liikumine. Suunamiseks tuletasin meelde tasandid ja lihtsustamise osas selgitasin, et unustada pisidetailid ja nii lihtsalt kui oskad kujutada ruumi osi. Näiteks: üks võib vabalt olla liigutus, kus libistan labakäed nagu uksele poetudes alla ja muud midagi. Ruumi võib ehitamiseks võtta nii palju kui vaja. Tee kogu tsükkel 3 korda järjest läbi. Kirjuta, kuidas end tundsid ülesandes?

1. Mulle meeldis seda harjutust teha, sest see polnud eriti raske, aga samas pidi ka mõtlema erinevatele viisidele kuidas enda kehaga asju kujutada. See harjutus aitas mul mõtted eksamist eemale viia. Ma arvan, et sain sellega täitsa hästi hakkama, aga alati saab paremaid ja huvitavamaid liigutusi välja mõelda

2. Alguses oli selline mõtteid loov tunne ja tundsin põnevust, aga lõpupoole läks veidi igavaks (3. korda tehes), kuna asjad tulid juba kohe välja ja olid peas. Huvitav oli tuua oma ruum kuhugi mujale ja veel ise neid asju luua siia ruumi. Uus kogemus oli teha oma kehaosadega esemeid oma peas ja kujutada seda ruumi oma peas.

3. Tegelikult alguses palju ei mõelnudki, kui tuba oli juba selge tulid mõtted mate eksamist - see ei läinud hästi. Tundsin pettumust iseendas, aga ka igavust. Ebameeldiv tunne oli ka sees, aga natuke ainult. Kõht ka mega tühi, sest stressi tõttu pole täna olnud isu toidu järgi. Praegu tahaks lihtsalt minna oma voodisse, kõrvaklapid kõrva ja oma mullis olla. Okei, aga toa kujundamine oli pigem lihtne, kuigi eriti loominguline ma ei olnud. Eriti ei meeldinud kah...

4. -

5. Raske oli meelde tuletada, mida ma eelmisel korral tegin. Proovisin toa ehitamisesse võimalikult palju erinevaid liikumisi lisada, pidin mõtlema, mida, millal ja kus ma täpselt teen ja ka selle meelde jätma. Järjekord ja see, millise kehaosaga millist objekti maalima pidin kippus meelest ära minema... Lõpuks kui sain oma kindla raja selgeks oli mõnus ja huvitav seda teha, sest sain ennast ka selle ülesandega kuidagi väljendada. Kui pidime oma rada lihtsamaks tegema jooksin ma täiesti kokku, sest pidin kõik ringi muutma, millega juba harjunud olin. Mul polnud eriti ideid, sest mul oli juba enne suht lihtne rada, sest ma eriti detaile ei maalinud. Läksin suht närvi vahepeal, sest olen juba kurnatud tänasest. Lõpuks sain ikka hakkama ja siis oli chill.

6. -

7. Minu jaoks polnud toa ehitamine väga hull, sest 1) ma olen tantsija ja olen harjunud, et inimesed mind vaatavad ja 2) ega ma enda vaatamist elu jooksul ära ei saa keelata, nii et ma

ei pööra sellele palju tähelepanu. Vahel läks meelest ära, mida ma järgmisena kujutama pean, sest tegin seda nii palju, et pea läks sassi. Selle esitamine oli okei, vahel oli tüütu mitu korda läbi teha, aga sellest pole midagi. Trennis kuidagi väga hästi mälu töötab ja pani rohkem kehaosadele mõtlema, et mida järgmisena kasutada.

8. Alguses ma ei osanud millestki pihta hakata, sest puudusin, kui teised trennis seda ülesannet varem tegid, olin natuke segaduses. Seda polnud üldse raske teha, huvitav oli, aga mulle ei oleks meeldinud seda üksi või kellegagi koos teistele ette näidata. Kujutan ette, et see oleks olnud ebamugav. Teistega koos oli seda teha tore, kuigi alguses ma mõtlesin, et väga ei soovi seda teha. See oli kasulik mulle, sain eksamitelt mõtted eemale mõneks hetkeks.

9. -

Lihtlitsents

Mina, Gretten Vaga,

1. annan Tartu Ülikoolile tasuta loa (lihtlitsentsi) minu loodud teose, “Tantsustuudio noorte ettevalmistamine loovprotsessiks: argisusel põhinevad improvisatsiooniharjutused ning liikumise ja tantsu mõtestamine”, mille juhendaja on Kai Valtna, reprodutseerimiseks eesmärgiga seda säilitada, sealhulgas lisada Tartu Ülikooli digitaalarhiivi kuni autoriõiguse kehtivuse lõppemiseni;

2. annan Tartu Ülikoolile loa teha punktis 1 nimetatud teos üldsusele kättesaadavaks Tartu Ülikooli veebikeskkonna, sealhulgas digitaalarhiivi kaudu Creative Commons'i litsentsiga CC BY NC ND 4.0, mis lubab autorile viidates teost reprodutseerida, levitada ja üldsusele suunata ning keelab luua tuletatud teost ja kasutada teost ärieesmärgil, kuni autoriõiguse kehtivuse lõppemiseni;

3. olen teadlik, et punktides 1 ja 2 nimetatud õigused jäävad alles ka autorile;

4. kinnitan, et lihtlitsentsi andmisega ei riku ma teiste isikute intellektuaalomandi ega isikuandmete kaitse õigusaktidest tulenevaid õigusi.

Gretten Vaga

13.05.2025