

# Teatersport™

## TEKNIKKER I TEATERSPORT OG IMPRO

### Øvelser og teknikker deltakerne må ha kjennskap til.

---

Her følger en liste over improteknikker/øvelser som arrangørene mener er sentrale og som bør kunne for deltakelse i en hvilken som helst teatersportkonkurranse og spesielt da til Norgesmesterskapet. Denne listen bør være et minimum som lagen bør kjenne til. Denne listen er grei å ha når man skal møte de andre lagene, slik at man har en felles plattform, og noe å konkurrere ut i fra. Dessuten kan denne listen fungere som en huskeliste når dere trener/øver.

*Vi gjør oppmerksom på at 1) kurs, 2) oppfølging og trening er en forutsetning for å kunne improvisere på denne måten. Impro Teatersport er først og fremst en praktisk disiplin. Foruten å skissere en del øvelser dere må kunne, vil vi her si noe om gjennomføringen av en konkurranse inkludert konferansierens og dommernes oppgaver og ansvar.*

Dette er som sagt en kortfattet skisse over en del øvelser/teknikker. Et godt tips er å lese Keith Johnstones bok *Impro* (Keith Johnstone er teatersportens far, og verdens ledende på improvisasjonsteater generelt). Boka er ikke tørr og pedagogisk, men nyttig, inspirerende lesning, som setter impro-treningen i en større sammenheng.

*Vi har delt inn øvelsene i to hovedkategorier: Trenings- og konkurranseøvelser. Et slikt skille er ofte kunstig og unødvendig. Mange av dem kan og bør brukes om hverandre.*

*Deltakere i NM må ha kjennskap til alle disse øvelsene. Se dokumentet "2 øvingsteknikker" for treningsøvelser.*

### KONKURRANSETEKNIKKER

#### Hatter (Hat-game)

"En-mot-en-øvelse". Spilles som regel som stafett mellom to lag. En fra hvert lag starter en situasjon. Når kampløper gir avtalt tegn gjelder det å ta den andre spillerens hatt. Den som prøver å ta hatten, men bommer, har tapt. Den som taper, blir erstattet av nestemann på laget. Brukes som innlednings/oppvarmingsøvelse i konkurranse.

#### Pekehistorien - "Døøø-leken!" (Selvmordsleken)

Velegnet både til trening og konkurranser. Spillerne forteller en historie sammen (de er som en person) men bare med ord. Tema oppgis av publikum. Den konferansieren peker på, begynner. konferansier peker på en av de andre spillerne og vedkommende må fortsette nøyaktig der den andre slapp. Når en spiller står fast, nøler eller gjentar noe som allerede er sagt etc, skriker publikum: Døøøø! Han/hun får oppgitt et selvmordsredskap (helst ikke kniv o.l) og må finne en måte å dø på av denne gjenstanden. Denne øvelsen er egentlig en ekspertøvelse (s.d.) Denne teknikken kan brukes som innlednings-/oppvarmingsøvelse. Når likhaugen på gulvet omfatter alle spillerne

unntatt én, har laget til den spilleren som står igjen, vunnet f.eks. retten til å utfordre først, og den reelle turneringen begynner.

## **Dubbing**

Spillerne på scenen spiller situasjonen men stemmene "deres" leveres av lagspillerne på benken. Man kan for eksempel også dubbe en "stum" film som vises på et lerret.

## **En stemme for alle**

Spillerne spiller en situasjon. En på laget lager alle stemmene.

## **Synkronsnakk / en stemme**

En gruppe spillere utgjør til sammen et "jeg", og snakker i kor. Trener evnen til å lytte til hverandre og ikke planlegge. Brukes i konkurranser i flere variasjoner ( gjerne som oppvarmingsøvelse). En variasjon er å utfordre hele publikum til å være en stemme som svarer den ene stemmen på scenen

## **Statusskifte**

En spiller begynner scenen med lav status, partneren med høy status. I løpet av scenen finner de en anledning til å skifte status (en eller flere ganger).

## **Skrivemaskinen**

En av spillerne er forfatter som skriver en historie på sin skrivemaskin. De andre spillerne spiller det som "skrives". De skal utelukkende utføre handlingene som forfatteren gir dem, og så stanse til de får nye direktiver, men de kan selv bidra med direkte tale (replikker). (Be gjerne publikum om å gi genre og tittel for historien.)

## **Sangimpro**

Sangimpro kan gjøres på mange måter. Man kan be publikum om en tittel og en sjanger (køntri, musikal, pop, Grand Prix slager, Svensktopp, Rock, Punk, Kveding osv), be musikanten spille, og syng en sang ut i fra det. En annen variant er å intervju en person i publikum om 4 sentrale ting i livet hennes (hennes navn, hva slags jobb hun har, hennes favorittmat, hvor hun helst vil reise på ferie), og ære henne ved å syng en sang til henne. En annen mulighet er at det blir en duett – der en annen spiller går inn og spiller intervjuobjektet. Eksempelvis: A: jeg var på ferie i Taiwan og da traff jeg deg, hvorpå B svarer: Jeg vandret ensom i et vakkert land – så traff jeg deg! Andre sangimproleker er rett og slett å be publikum om en tittel og spille en musikal eller en opera over temaet.

## **Flest scener på et minutt**

Konferansieren tar tiden – ett minutt. Lag A spiller så mange korte scener de kan på denne tiden, så forsøker lag B å slå antallet som lag A greide. Vinneren kan for eksempel begynne å utfordre.

## **Countdown**

Konferansier tar tiden. En scene spilles på et minutt (publikum avgjør hvor scenen spilles). Samme scenen spilles deretter om igjen på hhv. 30 sekunder, 15 sekunder, 5 sekunder og 1 sekund.

## Møte monsteret

A og B er en person (jeg), og møter et monster (dvs. noe farlig, livstruende) som de må forholde seg til (bekjempe?). De - A+B - snakker ett ord hver, annenhver gang. Husk å handle, ikke bare snakke!

## Sa han - sa hun

A sier en replikk. B sier "... sa han/hun", og legger til en verbal beskrivelse av en handling som A så utfører. Deretter sier B en replikk. A sier "...sa han/hun", og beskriver en handling verbalt som B så utfører osv. Trener historiefortelling og "slippe kontrollen".

## Frys/Space Jump!

To spillere starter en scene. Pass på å gå inn i fysiske bevegelser, ikke bare snakk. Kampleder (eller en annen spiller) roper "FRYS!" En ny spiller går inn og kopierer posisjonen. Start en ny scene, med utgangspunkt i posisjonen. Ansvaret for å definere den nye scenen/situasjonen ligger hos spilleren som (overtok) kom inn. Når situasjonen er definert, ropes det "FRYS!" på nytt osv. HUSK: Ikke tenk deg om - stup rett ut i det. Når du bare kopierer "forgjengerens" stilling nøyaktig nok, kommer ideen av seg selv. Denne øvelsen er fin som oppvarmingslek, gjerne som fellesøvelse med deltakere fra begge lag.

## Tidshopp (Space Jump)

A starter en scene, spiller B roper "FRYS", går opp og begynner en ny situasjon (som i forrige øvelse), så roper C "Frys" osv. (Det kan også være kamplederen som roper "Frys"). Siste spiller som går på, *avslutter* sin situasjon (den han startet i begynnelsen av øvelsen) og finner en grunn til å gå av scenen. Spilleren som gikk på før ham/henne *tar opp igjen* sin situasjon der den ble forlatt, og avslutter den ved å finne en grunn til å gå av scenen. Til slutt er A alene, og avslutter sin situasjon. Du må merke deg hvem som overtar situasjonen etter deg. Det er alle spillernes ansvar å raskt finne tilbake til den foregående situasjonen når det spoles bakover. En spesiell måte å gjøre denne øvelsen på kan være ved å lage 4 TV program om samme tema. Man ber om et tema av publikum, for eksempel "gressklipping". En spiller går ut på scenen og begynner et TV program om Gressklipping (for eksempel Antikviteter og snurrepipperier – viser verdens første gressklipper e.l). Når leklederen (konferansieren) sier frys (eller her kanskje: "svitsj") går neste spiller inn og starter et nytt program ("Derrick og gressklippermorderen" e.l) som også A inkluderes i. Slik fortsetter øvelsen som forklart over. Spacejump kan for eksempel også være mellom "historiske epoker" eller "verdensdeler" eller lignende.

## En dag i ditt liv

Lagleder får en blant publikum til å fortelle en enkel historie/episode fra sitt liv. Den blir så fremført av spillerne. Her kan man be om historier som "En drøm", "Første stevnemøte", "Første dag på jobben", "Det mest pinlige som har hendt meg eller lignende. Man kan også spørre publikummeren om i grove trekk fortelle om dagen sin (i dag) og så spille den (her kan man spille den som musikal eller lignende).

## Marionetter

Spillerne kan snakke, men ikke bevege seg. Bevegelsene blir manipulert av andre spillere eller av noen fra publikum. Tema eller spillested fåes fra publikum.

## **Versedrama**

En vanlig scene spilles, men all tale er på vers og eventuelt på rim.

## **Ett ord av gangen**

I denne øvelsen har hver spiller bare lov til å si ett ord av gangen (bruke ett ord i hver replikk).

## **Tre ord av gangen**

Her skal replikkene bestå av hverken mer eller mindre enn TRE ord av gangen. Man kan også bruke 5, 7, 13 ord eller hva man vil. Poenget er å holde seg knallhardt til forutsetningen.

## **En setning av gangen**

Som ovenfor, men her har spillerne bare lov til å si en setning av gangen.

## **Replikker fra publikum**

Spillerne må innpasse et utsagn (en replikk) de har fått fra publikum i salen (eller de kan åpne og avslutte situasjonen med setningen). En måte å gjøre dette på er at publikummere skriver en replikk hver på hver sin lapp før showet begynner. Konferansieren sier "lapp – Per", og da må Per ta en lapp og lese hva som står på den og passe replikken inn i handlingen. Litt senere i handlingen er skjer det samme igjen, men da er det Trine sin tur osv! Hver skuespiller kan ha opp til 5 lapper hver. Dette har dessuten en svært god effekt på publikum, da de kjenner igjen de lappene nettopp "jeg" skrev – hysterisk gøy og morsomt!

## **Beste stil- eller genre - scene**

Det spilles først en nøytral scene, så gjentas den i en bestemt stil/genre. 'For eksempel "Beste opera/western/skrekfilm/musikal osv." "Beste scene i langsom kino", "Beste scene i Shakespeare/Ibsen/Dagsrevy/Nationaltheater/Frigruppestil osv.", "Beste bygdscene/sports- scene" - osv osv.

## **Scener uten gags**

Her kan man få oppgaver som "Beste alvorlige/poetiske/tragiske osv. scene".

## **Ultrarapid**

Publikum oppgir en sportsgren som ikke eksisterer. To spillere skal utføre mesterskap i denne sporten i langsom kino ("ultrarapid"). En sportskommentator og gjerne også en spesialist kommenterer.

## **Armer**

A bidrar med å være Bs armer ved å gjemme seg bak B og stikke sine armer fram under Bs armhuler. B legger sine armer på ryggen. A snakker om (er ekspert i) et tema de får fra publikum.

## **Ekspert med bakmann I**

Publikum oppgir et emne, som en spiller skal holde foredrag over. En annen spiller er ekspertens armer (se over).

## **Ekspert med bakmann II**

Øvelsen spilles sittende foran et bord med et tilfeldig utvalg rekvisitter.

## **Ekspert med lysbildeforedrag**

Publikum oppgir emne. To-tre andre spillere lager tablåer i bakgrunnen. Hver gang foredragsholderen gir tegn, lager de et nytt "lysbilde". Det er viktig at spillerne som lager lysbildene ikke illustrerer det eksperten snakker om, og at eksperten snur seg bort (ikke forbereder seg) mens de lager et nytt bilde.

## **Gibberish (utenlandsk ekspert med tolk)**

Eksperten holder foredrag på gibberish (kaudervelsk - tullepråk). Tolken oversetter til norsk, det er tolken som bestemmer hva dette handler om (eller temaet kan være bestemt av publikum på forhånd). Dette fungerer best - hvis eksperten demonstrerer sitt foredrag med bevegelser, uten å tenke logisk i forhold til temaet. Gi lyder og bevegelser som tilbud til oversetteren.

## **Ekspert i TV-studio**

En intervjuer og en ekspert. Eksperten ut. Intervjueren får oppgitt fra publikum hva eksperten er ekspert i. Han ønsker så eksperten velkommen til studio, og begynner å intervju. Partneren vet altså ennå ikke hva han/ hun er ekspert i. Intervjueren skal gjennom måten det spørres på, gi eksperten hint om hvilket fagområde det dreier seg om - men uten å si det direkte. Eksperten må hive seg utpå og forklare. gjerne gi demonstrasjoner når spørsmålene kommer. Etter en stund bør eksperten ha forstått hva han/hun er ekspert i, og avslører det så raskt som mulig. Se opp for grøting her. Ellers gjelder vanlige regler om akseptering/blokkering.

## **Morderleken**

En stafettøvelse. 3-5 på laget. Hele laget unntatt 1 spiller (A) går ut. A får oppgitt fra publikum 1) et yrke, 2) et (å)sted og 3) et mordvåpen - i den rekkefølgen. B kalles inn på scenen. Ved hjelp av mime og gibberish skal A meddele B først yrke, så sted, så mordvåpen. Husk rekkefølge Når B har forstått hver enkelt ting gir han tegn, og A går videre til neste ting. Når B til slutt har forstått mordvåpenet "myrder" han A med det. C kommer inn, B gjentar hele prosedyren osv. Når alle har gjort hele greia, stiller de opp på rekke, og forteller publikum hva de har oppfattet, sistemann først. Her snakkes altså bare gibberish, og husk å gjøre det. Prøv å unngå bruk av onomatopoietika (lydmalende ord). Den som blir mimet for, kopierer bevegelsene/deltar i handlingene med begeistring.

## **Lyter**

Scenen spilles med en eller flere lyter.

## **Følelser**

Publikum oppgir forskjellige følelser. En vanlig scene spilles (til å begynne med følelsesmessig nøytralt). Når kampleder/lagleder roper inn en av de oppgitte følelser, legger deltakerne denne følelsen på spillet, mens de fortsetter å utvikle situasjonen.

Kan også spilles ved at deltakerne på forhånd får hvert sitt sett av f.eks. 3 følelser, og skifter følelse når lag/kampleder roper "Skift" Eventuelt kan de skifte på eget initiativ.

## **Tre genre**

Først spilles en kort, nokså ordinær scene. Gjør publikum oppmerksom på at denne scenen ikke skal være spesielt underholdende. Så bes publikum om å oppgi tre forskjellige genre, og scenen gjentas i disse genrene.

## **Den lille stemmen**

A går på scenen og starter en situasjon. B sitter på side- linjen og iakttar, men deltar bare med replikker: Han/hun er stemmen til et lite vesen som får identitet (ikke nødvendigvis noe realistisk) i løpet av scenen. A: Se opp for grøting. B: Se opp for blokkering. Scenen kan også gjøres med flere skuespillere på scenen.

## **Og så gikk det ti år**

I løpet av denne øvelsen finner spillerne et passende sted, fryser, og en av dem (til nød lagleder/kampleder) sier "Og så gikk det ti år." De fortsetter så scenen, men nå er det altså gått ti år.

## **Reserve**

I løpet av øvelsen går en spiller på scenen, klapper en av spillerne på ryggen, og overtar kollegaens plass i situasjonen, som fortsetter "som før".

## **Baklengs**

En scene/historie spilles baklengs. Det første publikum får se er altså slutten på historien. Ellers er alt normalt!!! Kan spilles a) med alle bevegelser framstilt baklengs (gange, entreer og sortier osv.) eller b) med forlengse bevegelser og baklengs dramaturgi.

## **Debatt**

Et TV studio. En oppfinner, en programleder og to gjester. Oppfinner er i debattprogrammet fordi har funnet opp en ny ting – som publikum bestemmer hva er. Dette bør være en kombinasjon av to ting (for eksempel kombinert bananskreller og skoknyter). Programlederen intervjuer oppfinneren som legger ut om oppfinnelsen (fint hvis han bruker en rekvisitt som han viser med – og kroppen sin). En av de to gjestene har positive erfaringer med oppfinnelsen og den andre har negative referanser i forhold til den – og de får anledning til å fremføre sine synspunkt..

## **Uten S**

Stafett der to og to spiller scene hvor de snakker uten å bruke bokstaven S. Bruker de den, er de ute av leken, og neste mann på laget går inn. Siste mann som står igjen er vinner.