

**Ligita Smildziņa,**  
teātra pedagoģe, režisore,  
Teātra sports turnīru organizētāja,  
pedagogu profesionālās kompetences  
pilnveides kursu lektore

## **Improvizācijas teātra, spēles nozīme radošas personības attīstībā**

Sabiedrības ilgtspējības nodrošinājuma garants ir domāšanas elastīgums. Pārmaiņas sabiedrībā saistītas ar pārmaiņām cilvēku apziņā, viņu dzīvesveidā, darbības sfērās, viņu vērtību orientācijā un manifestācijā. Līdz ar valsts demokratizācijas procesiem būtiski mainījās cilvēka loma sabiedrībā, veidojās jauns priekšstats par cilvēka personību, sabiedrības locekli. Demokrātiskā sabiedrībā cilvēks apzinās savu vietu sociālā vidē, kultūrvērtību vidē, dabas vidē, izglītības vidē utt.

UNESCO, raksturojot 21.gadsimta izglītību, min četrus galvenos izglītības balstus jeb pīlārus: mācīšanās zināt, mācīšanās darīt, mācīšanās pašam būt un mācīšanās būt kopā. Arvien lielāku nozīmi iegūst arī radošums jeb kreativitāte.

Patērētāja dzīvesveids strauji attīstās makrovidē un līdz ar to būtiski ietekmē izglītības norises mikrovidē. Patērētāja dzīves formula,- to, kas es esmu, nosaka tas, kas man pieder un ko es patērēju. Ērika Froma pētījumā „Piederēt vai būt” (1976,1986) aplūkotas piederēt un būt izpausmes, tai skaitā izglītībā. Patērētājs (izpausme- piederēt) izglītības procesā uzvedas kā informācijas uzkrājējs, atkārtotājs, mācību stundās viņš neuzdod jautājumus, patstāvīgos darbus veido, kompilējot, kopējot tekstus no interneta. Izglītojamais, kuram raksturīga izpausme „Būt”, ierodoties uz nodarbību, ir jau iepriekš domājis par nodarbības tēmu, viņam ir radušies jautājumi, mācību stundā izglītojamais klausās un dzird, uztver un aktīvi reaģē uz saņemto informāciju, salīdzina dzirdēto ar paša novērojumiem, zināšanām, mainās nodarbību ietekmē.

21.gs. ir mainījusies izpratne par izglītību. Tieši tāds students, kurš aktīvi piedalās studiju kursa apgūvē, ir radošs. Radošumam jāklūst par pamatprincipu mācību procesā. Radošums- tā ir neatkarīga, nestandarta domāšana, kas ļauj noteiktu lietu, parādību, procesu ieraudzīt jaunā gaismā, jaunā aspektā. Tā ir domāšana, kas ir brīva no dažādiem priekšrakstiem, instrukcijām. Radošums nav šaurs jēdziens. Tas aptver arī ikdienas mērķus un problēmas, ir visaptverošs, izpaužas individuāli un sadarbībā. Radošums ir iespējams visās cilvēka intelekta sfērās. Patiess radošums izriet no zināšanām, kontroles un disciplīnas kombinācijā ar brīvību un uzdrošināšanos eksperimentēt. Radošums tiek skaidrots kā īpašība, spēja un visaptveroša jeb kopvesela parādība. Mūsdienu cilvēka domāšanai jābūt spējīgai būt diverģentai- tas nozīmē- jāspēj rast vienai problēmai dažādi un daudzi risinājumi, atzīstot tos par iespējamiem, pareiziem. Šāds domāšanas veids balstās uz iztēli un ir radošs.

Līdz ar tehnikas un jauno tehnoloģiju attīstības tempu kāpināšanos mūsdienu cilvēka ikdienā īpaša nozīmība un palielināta slodze ir kreisajai smadzeņu puslodei, bet labās puslodes vērtīgās potences tiek atstātas novārtā. Labās puslodes smadzeņu darbībai ir daudz kopīga ar radošu darbību. Par radošumu, ķermeņa izjūtu, kustību vadīšanu, ekspresiju atbild labā smadzeņu puslode. Māksla, mūzika, ritms, emocijas, tēli, veseluma izpratne un ķermeņa izjūta veicina radošuma un labās puslodes attīstību.

### *Radošās aktivitātes daba*

Radošums, radošā darbība- tā vispirms ir spēja mērķi sasniegt ar saviem spēkiem, savām iespējām. Tā ir arī prasme būt empātiskam. Cilvēks ir radīts dialogam. Radošums, kreativitāte, kultūra, māksla - tas ir dialogs starp cilvēkiem. A.Maslovs (1954) izsaka atziņu, ka radošums potenciāli piemīt visiem cilvēkiem, šī potence tiek attīstīta pašam cilvēkam radoši darbojoties vai vērojot radošu darbību, mākslas produktu.

Radošā darbība saistīta vairāk ar labās smadzeņu puslodes funkcijām. Lai veidotu radošu personību, nepieciešams cilvēku iesaistīt darbībās, kuras veicina labās puslodes attīstību.

Smadzeņu pusložu funkcionālā specializācija.

<i>Kreisā puslode</i>	<i>Labā puslode</i>
Rakstīšana, lasīšana.	Krāsu jūtīgums, dziedāšana, mūzika.+
Simbolu izpratne.	Matemātiskie priekšstati.+
Valodas apguve, gramatika.	Telpiskā uztvere.+
Runāšana un deklamēšana.	Ekspresijas, ritma izjūta.+
Intelekts.	Emocionalitāte un jūtīgums.+
Faktu, detaļu konkretizēšana	Mākslinieciskums.+
Sekošana norādījumiem.	Veseluma izpratne.+
Klausīšanās, izskaitļošana.	Radošums.+
Piemērošanās auditorijai.	Vizualizēšana.+
Vārdiskā informācija.	Formas izjūta.+
Skaitļu, formulu uztvere un izpratne.	Ķermeņa izjūtas.+
Loģiskā un analītiskā domāšana.	Kustību vadīšana.+
Precīza un daudzveidīga runātā un rakstītā valoda.	Telpiski tēlainas informācijas uztvere un pārstrāde.+
Prognozes attiecībā uz notikumu secību laikā, atsevišķām detaļām.	Notikumu un situāciju emocionālās nozīmības izpēte.+
Krasi nošķir nākotni, tagadni un pagātni.	Telpiski tēlaina un intuitīva domāšana un iztēle.+
Sarežģītu darbu iemaņu apzināta izstrāde un kontrole.	Valodas vienkāršoti stereotipi, vairāk valodas sapratne nekā runātu un rakstītu frāžu veidošana.+
Spriedzes emocijas, kas saistītas ar intensīvu garīgu un fizisku piepūli un veiksmes nodrošināšanu.	Prognozes attiecībā uz situāciju kopsakarībām, pieredzes veselumu, kopainu.+
	Pārsvarā pārļaicīgs situāciju skatījums+
	Automatizētas iemaņas.+
	Pārlietu spēcīgas spriedzes emocijas, kas saistītas ar neveiksmēm vai konfliktsituācijām. Ar varbūtēju apdraudējumu saistītas trauksmes, šaubu un baiļu emocijas, bēdas un izmisums.+
	Mākslinieciskā, arī mūzikas jaunrade.+

Analizējot Improvizācijas teātra spēļu saturu un nodarbību treniņus, nākas secināt, ka šajos treniņos visaptverošāk tiek trenēta smadzeņu labā puslode. Mācību kurss ir praktisks un satur ķermeniskus treniņus (tie sevī ietver formas izjūtu, ķermeņa izjūtu, kustību vadīšanu), ritma treniņus, veido automatizētas iemaņas, attīsta spēju skatīt situāciju pārļaicīgi, trenē

iztēli, ietver sevī verbālas spēles, izpratni par telpas izmantošanu, apdzīvošanu, prognozē situācijas lomu spēlēs, pēta notikumu un situāciju emocionālo nozīmīgumu, attīsta emocionalitāti un jūtīgumu, attīsta spēju situāciju vizualizēt, veidot māksliniecisku veselumu, stāstu sacerot un to izspēlējot, attīsta spēju dziedāt, attīsta asociatīvo domāšanu.

### *Cilvēka vajadzības un to veidi*

No kurienes nāk radošā aktivitāte? Bioloģiski cilvēkam ir raksturīgs dzīvības saglabāšanas instinkts un dzimtas turpināšanas instinkts, vajadzība orientēties ārējās vides jaunajos apstākļos. Vajadzība pēc brīvības. Vajadzība realizēt organismā ieliktos resursus. Šī pēdējā vajadzība izpaužas vēlmē spēlēties, spēlēt, rotaļāties (ne tikai bērniem, bet arī pieaugušajiem - humors, jokošanās, brīvā laika pavadīšanas dažādošana). Pieaugušam cilvēkam šī vēlme var pāraugt vajadzībā radīt, realizēt savas spējas. Tā ir vajadzība pašizteikties. Radošums pēc savas dabas ir sociāls – tas vērsts uz citu cilvēku labumu, vērsts uz cilvēkiem. Dialektiskā savienība – pašizpaušme, pašizteikšanās un atdarināšana (cita cilvēka uztvere, dabas parādību uztvere, sabiedriskās dzīves modeļu izpēte un izpratne) ir nepārtraukts radošās darbības virzītājspēks. Radošajā darbībā cilvēks apmierina savas sociālās vajadzības- katrs cilvēks grib būt sabiedrībai noderīgs. Radošajai darbībai ir īpaša kulturāla jēga un nozīme.

### *Radošās aktivitātes avoti*

Radošā nepieciešamība pašizteikties, aktualizēties, vēlēšanās apkārtējo pasauli izzināt, tieksme pēc mīlestības un skaistuma reālajā dzīvē tiek apmierināta par 10%. Šis apstāklis ir liels dzinulis cilvēku radošajai darbībai. Personība ir radoša, ja tā ir jūtīga, spējīga uz spontānu darbību, ir dabiska, atsaucoties uz ārējās dabas apstākļiem, spējīga uztvert sevi un pārējos cilvēkus tādu, kādi tie ir. Radošai personībai piemīt humors, spēja uztvert jauno un pieņemt dzīvi „šeit un tagad”, spējot sasaistīt vienā veselumā tagadni, pagātņi un nākotni. Bērni vienmēr ir radošā spēlē- 3-7 gadu vecumā bērna galvenā darbība ir spēle – tā bērni iepazīst pasauli. Šīs vajadzības realizācija veicina iniciatīvas attīstību un tiekšanos pēc darbības. Vajadzība spēlēt pāriet vajadzībā pašrealizēties (vajadzība atrast pielietojumu saviem spēkiem un iespējām).

Visa izglītības sistēma balstās uz kreisās puslodes attīstīšanu. Personības attīstība ar mākslu, ar radošām aktivitātēm veicina labās puslodes attīstību. Mākslinieciskā darbība (ietver sevī gan mākslas uztveri, gan mākslas radīšanu) audzina pašu personību. Attīsta radošu aktivitāti, spēju emocionāli atsaukties, reaģēt, attīsta iztēli un asociatīvo jeb radošo domāšanu. Mākslinieciskā darbība atbrīvo zemapziņu un ļauj uztvert pasauli bez aizspriedumiem, objektīvi. Šī darbība veido jūtu un saskarsmes kultūru. Ikdienas dzīve notiek lielā troksnī, pārslodzēs, steigā. Tas notrulina sīko, mazo vibrāciju uztveri. Mākslinieciskā darbība veicina pasaules uztveres jūtīgumu, spēju uztvert smalkas lietas.

### *Personības attīstība un radošā darbība*

1. Visiem cilvēkiem pēc dabas ir dota tieksme radīt.
2. Radošais process dziedina.
3. Personības izaugsme un apziņas augstāko līmeņu sasniegšana iespējama sevis iepazīšanas un apzināšanās procesā un savas vietas dzīvē apzināšanās ceļā.
4. Emocionāli pārdzīvojumi- sāpes, naidis, prieks, iedvesma- ir procesi, kuriem izejot cauri, cilvēks sevi apzinās, izprot un izjūt kā veselumu.
5. Mūsu pārdzīvojumi, emocijas ir enerģijas avots. Šī enerģija var būt virzīta, atbrīvota un pārveidota ekspresīvā darbībā, radošā darbībā, mākslinieciskā darbībā.

6. Ekspresija- tā ir zemapziņas izpausme. Tā ļauj izgaismot, izpaust mūsu zemapziņas nezināmos, slēptos aspektus, saņemot jaunu informāciju par mums pašiem un sasniegt jaunu, augstāku apziņas līmeni un savas brīvības izpratni.
7. Mākslas veidi ir savā starpā saistīti, vienoti. Viens tās veids stimulē citu veidu, tuvinot mūs pie būtības - mūsu dzīvības enerģijas izlādes, izpausmes.
8. Eksistē cieša saite starp mūsu iekšējo pasauli un ārējo vidi. Pēc būtības mūsu pasaule ir vienota – pētot sevi, mēs apjaušam iekšējās un ārējās pasaules vienotību. Attiecībām ar ārējo pasauli jābūt dabiskām, siltām, iejūtīgām, atvērtām, bet cilvēkiem, kuri ir mums visapkārt,- saprotošiem un tādiem, kuri rūpējas viens par otru, cits par citu.
9. Liela nozīme sevis iepazīšanas procesā ir enerģijas avotam, tāpēc pasaulē arvien populārākas kļūst metodes, kuras atbrīvo enerģiju, kura slēpjas cilvēkā. Svarīga ir kognitīvās darbības radītā sasprindzinājuma, stresa atbrīvošana. Darbības procesā notiek enerģijas koncentrēšana radošai darbībai, enerģija tiek saņemta un atdota, sadarbojoties ar citiem spēles dalībniekiem. Enerģija nefunkcionē pārāk lielas paškontroles apstākļos, šāda kontrole bloķē zemapziņas impulsus, kuri ir pamatā radošai darbībai. Iesaistīšanās treniņš, kurš atbrīvo enerģiju, noņem rakstura bruņas, lieko paškontroli.
10. Radošajā treniņā cilvēks izseko saviem iekšējiem resursiem ar mērķi pamodināt sevi radošumu. Notiek fiziskā un psihiskā pašregulācija.

### *Spēle un personības pašizteikšanās*

Spēle pēc saviem psiholoģiskajiem aspektiem ir ļoti tuva radošā procesa mehānismiem, tāpēc var būt noderīga kreativitātes attīstīšanai cilvēkiem dažādos vecumos. Radošas personības veidošanās nav iespējama bez spēles. Spēle ir kultūras forma, un kultūra ir spēles veids. Dž. Moreno, kurš dibinājis savu psihoterapijas skolu, kura balstās uz teātra spēli, uzskata, ka spēle ir spēku izlīdzsvarošanās, kura ievieš cilvēku tiešā, atklātā, godīgā, dabiskā un tīrā paradīzē. Spēle atjauno pasaules veselumu. Spēle ļauj noteikt un nosaka personības attieksmi pret sevi, pret citiem, pret dažādām reālās dzīves norisēm. Radošumu un spēli raksturo enerģētika, kura raksturīga šai saskarsmes formai – nesavtīga enerģijas atdeve un spēja to saņemt no citiem spēles dalībniekiem (vai skatītājiem). Spēlei un radošajam procesam kopīga iezīme ir iekšējā atbrīvotība, vadošā loma šeit ir emocionalitātei, kura rodas procesā, augstajai uzmanības koncentrācijas pakāpei. Vēlēšanās kā impulss, kurš pamodina gribu un stimulē darbību. Vēlēšanās un iztēle, kura rosina veikt darbību,- tā ir pirmā pakāpe, lai veiktu kādu gribas darbību. Spēle, tāpat kā radošais process, notiek pozitīvā emocionālā gaisotnē. Tā ir brīvības izpausme, kurā cilvēks rada savu iztēloto pasauli un pats to arī vada. Cilvēks rada spēlē savu stāstu, savu mītu. Mīts, stāsts strukturalizē cilvēka iekšējo pieredzi, palīdz to pārdomāt un iedod tai enerģētisku piesātinājumu. Iztēlē realizējas cilvēka pašas aktuālākās vēlmes.

Spēlei raksturīgs kustīgums, virzība, nepieciešamība un iespēja reāli darboties nosacītā situācijā, t.i., dotajos apstākļos. Spēles dalībnieku (spēlētāju) uzvedība ir tipiska radošai personībai. “Spēle- tas ir nopietni”, “Viņas augstība Spēle”, “Spēle- astotais pasaules brīnums”, “Spēle- sociālo attiecību gramatika”- tā var raksturot spēles nozīmīgumu.

Domāšanas procesu pētnieks Žans Pižē ir teorētiski apskatījis spēļu treniņus un to nozīmi domāšanas procesu attīstībā. Viņš atzīst, ka spēle ir tiltiņš no konkrētās pieredzes uz abstrakto domāšanu. Īpaši svarīga ir spēles simboliskā funkcija. Spēle- tā ir iespēja apgūt to, ko neviens citādi otram iemācīt nevar. Tas ir ceļš, kā izpētīt reālo pasauli un spēt tajā orientēties, tā ir laika un telpas izpēte, lietu, cilvēku un dzīvnieku un to savstarpējo attiecību izpēte. Spēle dod iespēju pārstrādāt savu negatīvo pieredzi, to ieliekot spēles situācijā, kurā to iespējams mainīt un kontrolēt. Šis spēles aspekts svarīgs psihoterapijā.

Spēle ir improvizācija. Spēles virzībā, gaitā ir daudz negaidītu momentu, tas iedod tai īsti radošu nozīmi, attīsta radošumu. Spēlē veidojas, tiek izspēlēti dramatiski notikumi, šeit

liela nozīme ir tam, ka iespējams spēlēt lomu, iedzīvoties kādā personāžā, t.i., pārtapt par ko citu. Tā ir īstena saskarsme ar citu personu, uzliekot sev citas personas masku, eksistējot vienlaicīgi lomā „Es” un „Ne-es”. Šāda eksistence prasa īpašu spēju domāt asociatīvi. Staņislavskis ir atzinis, ka pārtapšana, lomu spēlējot, ir aktiera (spēlētāja) īpašību iekšēja pārveidošana. Notiek tēla veidošana, iztēlojoties, savienojot un sapludinot kopā iztēloto ar savām īpašībām.

Lai sagatavotu cilvēku spēlei, notiek sensorais treniņš (sensors- tāds, kas saistīts ar sajūtām, ar maņu orgāniem; sensorisks- tāds, kas pa nervu šķiedrām nonāk centrālajā nervu sistēmā).

Spēle attīsta personības radošo potenciālu- attīsta iztēli, intelekta spēju kombinēt, attīsta domāšanas elastību un spēju domāt asociatīvi, attīsta spēju aktīvi darboties un iesaistīties, būt izteismīgam, būt brīvam pašizpaušmē, piedāvāt idejas un akceptēt citu idejas.

### *Improvizācijas teātra psiholoģiskā daba*

Improvizācija tulkojumā nozīmē negaidītība.

Noteicošā loma improvizācijā ir neapzinātiem momentiem, kuri rodas momentā, notiek spontāna atsaukšanās uz ārējo impulsu. Improvizatoriem raksturīga īpaša pašsajūta. Laika sprādis starp ieceres rašanos un tās realizāciju ir ļoti īss. Realizācija (darbība, spēle) ir tik ātra, ka pārsteidz pašu tās autoru (spēlētāju). Spēles gaitā ir īpaša radoša pašsajūta, ļoti radniecīga iedvesmas stāvoklim. Liela uzmanības koncentrēšana, zemapziņas aktivizēšana, iztēles pamodināšana, asociatīvās domāšanas intensitāte, paškontroles samazināšanās. Liela loma psihikas neapzinātiem procesiem- darbība laika deficītā, intuitīvie procesi mirklīgajos novērtējumos, aizsteigšanās priekšā nākotnes notikumiem. Spēlētājiem piemītošās īpašības- augsta aktivitāte, enerģētika, emocionāla uzbudinātība, iekairinātība, impulsivitāte, dinamika. Skatītājam tiek radīta klātbūtnes un ticamības sajūta. Improvizatora pašsajūta balstās uz attīstītu ticamības izjūtu. Noticēt spēlei kā realitātei! Improvizatora pašsajūtā- sakarība starp apzināto un neapzināto, izzinošo un emocionālo komponenti. Improvizētā darbība notiek, spēlētājam neapzināti reaģējot uz iztēloto situāciju, spēlētājs nepārtraukti reaģē uz jauniem apstākļiem, veic negaidītus uzdevumus, kuri uzplaiksnī viņa iztēlē vai tiek piedāvāti no partnera. Spēlētājs (aktieris) apzināti izsauc organisku, impulsīvu, ar apziņu kontrolētu darbību un attīsta to atbilstoši skatuves loģikai un tiem likumiem, kuri noteikti rādāmajam priekšnesumam (spēlei). Spēju izsaukt neapzinātu (apziņas nekontrolētu un nešķirotu) impulsīvu reakciju uz iztēlojamo situāciju un objektu, produktīvas darbības rašanos, kura atbilst šai reakcijai, sauc par dabiskumu, atklātību, tiešumu jeb spontānu reakciju. Spontanitāti var attīstīt mācību procesā, attiecīgā treniņā. Dabiskums stimulē, iedarbina vairākus psihotehnikas elementus- intuīciju, uztveri, iztēli.

Improvizācijas teātra aktiera (spēlētāja) kreativitātes saturs un īpašības.

1. Empātija vai spēja emocionāli, psihofiziski atsaukties uz tēloto situāciju. Līdzjušana, spēja iespaidoties. Spēja iedzīvoties partnera piedāvātajos spēles apstākļos un spēja iedzīvoties lomā (tēlā).
2. Paškontrolē un pašregulācija- tā ir uzmanības koncentrācija šai momentā. Nepārtraukta sadarbība ar partneri.
3. Iztēle. Radīt domās un pēc tam attēlot darbībā cilvēku rīcību, uzvedību. Tēlainās domāšanas elastība doto uzdevumu noteikumos.
4. Dabiskums, tiešums, impulsivitāte, spontanitāte, naivums, atklātums, spēja aizrauties ar darbību, tēlu. Impulsivitāte- spēja radīt dabisku reakciju iedomātos apstākļos, visi iedomātie psihiskie procesi notiek mirklī un dabiski.
5. Plastiskums. Plastiskums saistīts ar artistiskumu un iedarbību uz publiku. Komplekss radošo spēju savienojums, kas ļauj ieceri realizēt attiecīgajā formā.

6. Psihomotorais komponents- muskuļu atbrīvotība, reakcijas ātrums, kustību harmoniskums, spēja kustību apzināti vadīt, paškontroles samazināšanās.

Improvizācija kā spontāna mākslinieciska darbība ietver sevī idejas rašanās procesu un tās iedzīvināšanu. Improvizācijai raksturīga ir spēja aizsteigties notikumiem priekšā, jaunu hipotēžu, tēlu, izteiksmes līdzekļu meklēšana un īpaša improvizācijas pašsajūta.

### *Noteikumi un pedagoģiskās darbības principi, lai dalībniekos attīstītu prasmi improvizēt teātra spēlē*

1. Pamodināt katrā spēlētājā individuālās brīvības sajūtu (kopā ar ķermeņa un psihisko brīvību).
2. Nemēģināt būt oriģinālam, tādējādi bloķējot savas iztēles procesu (jāļaujas iztēlei).
3. Noņemt no sevis jebkādu atbildību par iztēles darba rezultātu (kontroles atslābināšana).
4. Draudzīgs atbalsts, radošs atbalsts partnerim- tas dod brīvu iespēju partnerim iztēloties.
5. „Blokš”- tā ir psiholoģiska aizsardzība agresijas formā. Kad sakām „Nē” –gribam apstādināt darbību vai pilnībā no tās atteikties. Spēlētājam jāpieņem jebkuri jauni piedāvājumi un jāiekļaujas tie skatuviskā darbībā.
6. Spēlētājs drīkst kļūdīties!
7. Spēles tehniskie paņēmieni jānovēd līdz iemaņu līmenim, t.i., līdz zemapziņas līmenim.
8. Svarīga ir spēlētāja (dalībnieka) patstāvība un aktivitāte. Spēlētāja personībai pedagoga acīs jābūt svētai. Pedagoģis radoši darbojas līdz dalībniekam. Pedagoģam ir 100 veidu, kā risināt problēmu, bet dalībnieks var piedāvāt simtu pirmo. Pedagoģam jāspēj šis 101. variants pieņemt.
9. Plastiskums. Pats svarīgākais, kas notiek mūsu gara dzīvē, ietver personāža gara un ķermeņa dzīvi. Psihofiziskās atklātības, formas izjūtas, domāšanas, intelekta, muskuļu atbrīvotības un kustīguma attīstība. Spēja uz apzinātu plastisku domāšanu – tā jau ir mākslinieciska darbība.
10. Svarīga ir visas sensorās sistēmas darba koordinācija, kura ir avots darbības impulsiem. Plastiskais treniņš vērsts uz aktīva radoša sākuma meklēšanu. Plastiskās izteiksmības precizitāte, loģika.
11. Humora izjūtas nepieciešamība. Humora izjūta saistīta ar domāšanas elastību un paradoksālītāti. Spēles laikā rodas komiskas nesakrītības.

Improvizācijas teātra nodarbībās izglītojamais var attīstīt ķermeņa valodu, runas prasmi, spēju improvizēt neverbāli un verbāli, spontāni sacerēt stāstus un tos izspēlēt. Apgūstot improvizācijas teātra spēles, izglītojamie var veidot visdažādākā satura un garuma improvizācijas teātra priekšnesumus, izrādes. Apgūstot teātra sporta spēles (tehnikas), ir iespējams piedalīties turnīrā Teātra sports.

### *Informācija par Teātra sports turnīru Latvijā*

Turnīrs “Teātra sports” ir improvizācijas teātra forma, kurā vienā saspēlē sacenšas vienlaicīgi divas komandas, izspēlējot teatrālas ainas (spēles, tehnikas), un kuru saturu nosaka publika. Saspēlei ir vadītājs, un to vērtē 3 tiesneši (galvenais, darbības un emociju) un publika. Turnīrā var būt vairākas saspēles.

Biedrība “Teātris un izglītība” ir teātra sports licences turētāja Latvijā, tā organizē Teātra sports turnīrus, kā arī īsteno pedagoģu profesionālās kompetences pilnveides programmu “Improvizācijas teātra pamatnostādnes. Teātra sports.”

Teātra sports turnīrus var organizēt un tajos var piedalīties:

1. Izglītības un kultūras iestāžu pedagogi un audzēkņi, kuri konkrētajā mācību gadā ir ieguvuši Teātra sporta licences lietošanas tiesības.
2. Teātra sports komandas dalībnieki praktiskās nodarbībās pedagoga vadībā ir apguvuši improvizācijas teātra pamatnostādnes.
3. Teātra sports komandas turnīros spēlē biedrības “Teātris un izglītība” nolikumā apstiprinātās teātra sports spēles/tehnikas. Nepieciešamības gadījumā turnīra vadītājs vai tiesneši izskaidro konkrētās tehnikas noteikumus.

(Metodiskajā materiālā izmantots  
N.V. Roždestvenskas, A.V. Tolišina darbs  
„Radošums: attīstības ceļi un treniņi”)