

Atelier Gratuit	Obiective
Introducere	Introducerea participanților, a trainerului, a școlii, familiarizarea cu formatul atelierului;
Samurai	Crearea unui mediu cald, relaxat, lucrativ;
Hep	Stimularea atenției distributive și a vitezei de reacție;
Sincron cu staff	Dezvoltarea coordonării în perechi și în grup;
Conexiune cu staff	Dezvoltarea încrederii în partenerul de joc;
Cursă pe obiect	Controlul stării de relaxare fizică și mentală;
Scândură în grup	Descoperirea comunicării profunde non-verbală;
Meditație ghidată	Exersarea spontaneității.
Oglindă	
Comunicare disjunctă	
Improv: Questions Only	
Feedback	

#### Observații:

- Obiectivele se ating gradual pe parcursul mai multor jocuri și exerciții – ele nu corespund în totalitate unui joc specific.
- Ordinea jocurilor asigură oportunitatea participanților să găsească resurse într-un joc pe care să le aplice în următorul.
- Agenda este influentată puternic de numărul și abilitățile naturale ale participanților. Exerciții și jocuri care riscă să fie redundante, prea dificile sau să dureze prea mult sunt înlocuite cu altele care adresează cel mai bine nevoile grupului.
- La finalul zilei, participanții pot opta să continue cu unul din cursurile Go!Bananas.

## Agenda Cursul de Sâmbătă

Sesiunea I	Obiective
Introducere	Familiarizarea cu formatul și valorile cursului;
Samurai	Conștientizarea memoriei corpului;
Freeze Tag	Exersarea spontaneității și a vitezei de reacție;
Silent Scream	Dezvoltarea încrederii în a-ți asculta instinctele;
Introducere în Relație, Situație	Introducerea conceptelor: Relație, Situație, Adevăr scenic;
Scene din 3 replici	Introducerea în improvizație cu partener;
Exersat Relație, Situație, lucru cu obiect imaginar	Introducerea în lucru cu obiect imaginar.
Șarpele și păunul	
Cadouri	
Limbă cu traducător	

### Observații:

- Feedback-ul este oferit după fiecare exercițiu / joc sau calup, în funcție de context. Există o sesiune de feedback la finalul fiecărei zile.
- Nu grăbim durata exercițiilor. Ne asigurăm că fiecare proces este explorat din plin și că parcurgem toți pașii.
- Jocurile și exercițiile nu reprezintă scop în sine, ci sunt abordate ca oportunități ale jucătorilor de a-și explora și dezvolta resursele.
- Jocurile și exercițiile sunt cumulative, nu liniare – resursele descoperite într-un joc sunt reinvestite în jocuri viitoare.

Sesiunea II	Obiective
Cowboy	Exersat elementele dobândite în sesiunea anterioară;
Freeze Tag	Explorarea și transformarea spațiului înconjurător;
Pătrunderea Mediului	Introducerea conceptelor: Punct de Concentrare, Investire, Re-creat versus repetat;
Punct de Concentrare, Flux	Conectarea profundă cu partenerii de joc;
Ai un Ochi	Exersat diferite ipostaze de proiectat pe partener;
Investire	Descoperit ascultarea scenică;
Oglindă	Exersat comunicarea în grup pe scenă;
Party cu status 1-10	Aplicat conceptele descoperite într-un dialog cu un pantof.
Numărat pe cerc	
Party cu status 1-10 avansat	
Căutat Obiect	
Relație cu pantof	

### Observații:

- Începând de acum, cursanții se familiarizează cu așa-numitele Concepte. Aceste concepte acționează ca spectre pe care cursanții aleg sau primesc variabile despre: identitatea lor, partener, spațiul din jur, circumstanțele în care se găsesc, dorințele și nevoile lor, trecutul recent, vremea de afară etc. Conceptele generează răspunsuri la întrebări de tipul: Unde, cine, ce, când, de ce, dar dacă.
- Cursanții descoperă treptat că abundența acestor tipuri de întrebări și răspunsurile pentru care optează construiesc schelele pe care apare adevărul scenic – de la veridicitatea acțiunilor simple diurne la crearea de personaje și realități complexe.
- Începând de acum, fiecare curs oferă atât concepte cât și spațiu în care să poată aplica, combina și exersa. Devine în schimb necesară participarea la Sesiuni de Amplificare, pentru a se asigura condiții ample de explorare și exersare. De aceea, în abonamentul cursului sunt incluse 2 Sesiuni de Amplificare gratuite.

Sesiunea III	Obiective
Samurai	Exersarea atenției distributive și a concentrării;
Sensei	Exersarea sincronizării în grup;
Ritm pe cerc	Exersarea vizualizării în timp real a narațiunii povestite versus concentrare pe sine ca povestitor;
Detectiv fără fir	Aplicarea elementelor descoperite în scene de improvizație de grup;
Improvizație în 3 cu conceptele descoperite	Descoperirea diferențelor dintre o acțiune cu miză și una fără;
Introducere în Direcție Fizică	Introducerea conceptului Scop;
De unde vin, Unde mă duc	Naturalizarea deciziilor scenice prin corelarea elementelor folosite;
Introducere: Scop	Exersarea pantomimei.
Replică Contra Replică	

**Observații:**

- Această sesiune încurajează înlăturarea jocului fals, prin demonstrarea ușurinței cu care acțiuni motivate intrinsec sunt mai interesante pentru jucător și public.

Sesiunea IV	Obiective
Sensei	Exersarea gândirii scenice concrete;
Ocupație în Așteptare	Stimulare senzorială pe obiect imaginar în lucru cu partener: tras, învăluit, împins;
Dezvoltarea Simțurilor, Coordonare	Stimulare senzorială pe obiect real în lucru individual: densitate, temperatură, culoare;
Transmitere prin Obiect	Explorarea manifestării diferitelor elemente scenice în interacțiunea cu obiect real;
Animare Obiect	Autonomizarea unui obiect real sau imaginar;
Conflict pe Obiect	Introducerea conceptului: Necesitate acută;
Oglindă Americană	Exersarea atenției distributive și a prioritizării;
Amplificarea Narativei	Îmbogățirea unei narative simple prin transmiterea de informații senzoriale către audiență.

#### Observații:

- Cursanții experimentează cum să creeze realitățile care reies din diferite concepte prin interacțiunea cu obiecte.
- Sunt explorate diferite tipuri de obiecte cu diferite proprietăți pentru a extinde spectrele pe care jucătorii pot să ia decizii. Acest proces duce la îmbogățirea imaginației și multitudini de alegeri luate de particularitatea proceselor fiecărui jucător.

Sesiunea V	Obiective
Freeze Tag	Îmbogățirea improvizațiilor cu elementele descoperite;
Crimă cu Alibi	Îmbinarea unor tipuri de exerciții anterioare pentru a stimula autonomia jucătorului în a corela resurse cu nevoi;
Obstacol, Accident, Prag	Introducerea conceptelor: Obstacol, Accident, Prag;
Scene cu Obiecte Animate	Introducerea conceptului: Spațializare (Localizare);
Spațializare	Introducerea conceptului: Subtemă;
Subtemă	

#### Observații:

- În sesiunea această cursanților li se prezintă tipuri noi de spectre pe care pot alege variabile, pentru a adăuga noi niveluri de complexitate în jocul lor scenic.
- Cursanții sunt încurajați să își exerseze agenția proprie în deciziile scenice pe care le iau și în tipurile de elemente pe care le pot activa și combina pentru a da viață și veridicitate creației lor.

Sesiunea VI	Obiective
Personaj - Profil Facebook	Identificarea și folosirea idiosincraziilor (manierisme) pentru a crea personaje;
Grilă, Concept	Sintetizarea valorilor principale ale unui individ pentru a dezvolta personaje;
Personaj - Replică	Identificarea nuanțelor de intenție și livrare a unei replici pentru a servi teme și subteme;
Improvizație în 2 cu conceptele descoperite	
Intenție- Voce	

**Observații:**

- Până în punctul acesta cursanții tind să vadă conceptele ca spectre distincte din care pot alege variabile pentru a crea realități și personaje. De acum, ei încep mai întâi să identifice variabile existente și apoi să descopere ce implicații au ele pe diferite spectre.

Sesiunea VII	Obiective
Energizer	Introducerea conceptului: Monolog Interior Verbalizat
Monolog Interior Verbalizat	Retrăirea unei amintiri private, cu punct de concentrare pe detaliile concrete ale amintirii;
Dezvăluire	Identificarea ramificațiilor manifestărilor fizice, psihice și emoționale pe parcursul povestirii;
Adevăr și Minciună	Aplicarea descoperirilor anterioare în retrăirea autentică a unei povești parțial reală, parțial inventată pe loc;
Pregătire Improvizație Complexă	Aplicarea tuturor descoperirilor de până acum într-o improvizație de grup, în care fiecare jucător are o multitudine de variabile individuale și comune cu grupul.
Improvizație Complexă	

#### Observații:

- Din punctul acesta, cursanții obțin o cunoaștere rațională a elementelor principale pe care le pot folosi pentru a crea pe scenă. Următorii pași vor fi mențiți să îi ajute să descopere în practică stilul lor unic.
- Începând cu acest moment, cursanții sunt încurajați puternic să își identifice nevoile, punctele forte, lipsurile, ariile în care își doresc să se dezvolte. Raportarea lor la exerciții și jocuri devine în mod fundamental una creatoare – ei încep să își direcționeze acțiunile scenice încât să își exerseze aptitudinile. Dialogul cu trainerului despre aceste procese este o resursă la care se poate face apel în permanență, pentru a ghida această parte delicată a procesului de autodescoperire și dezvoltare.



Sesiunea VIII	Obiective
Necesitatea Replicii	Naturalizarea proceselor scenice prin improvizații în perechi și în grup;
Improvizație Complexă	Integrarea textului prestabilit în improvizații;

**Observații:**

- Acest punct marchează trecerea de la lumea improvizațiilor create spontan cu elemente date la lumea textului scris. Se pune accent pe valoarea creației improvizate, pentru a se asigura că descoperirile anterioare sunt active în contextul scenelor cu text.
- Exercițiile de Necesitatea Replicii vor fi folosite în modalități variate pe parcursul pregătirii spectacolului.
- Improvizațiile Complexe reprezintă apogeul creației libere de grup – sunt o unealta excelentă pentru exersat performanța cursanților pe toate planurile.

Sesiunea IX	Obiective
Sesiune misterioasă	Obiective misterioase

**Observații:**

- Cunoașterea în avans a acestei sesiuni scade semnificativ impactul ei.

Sesiunea X	Obiective
Lectură Albă	Începerea pregătirii de spectacol prin distribuirea inițială a rolurilor și prima lectură albă de grup.

#### Observații:

- Din acest punct, pregătirea cursanților merge mână în mână cu lucrul la spectacol.
- Cursanții descoperă diferite posibilități ale scenelor de grup, cuplu sau solo prin exerciții de improvizație familiare. Se prioritizează stimularea abilității de a crea versiuni personalizate și veridice ale scenelor stabilite. Găsirea unei versiuni relativ fixe ale unei scene este secundară.
- Pe parcursul repetițiilor, trainerul și cursanții explorează zone de antrenament adițional, individual sau de grup.
- Forma finală a spectacolului are cursanții în calitate de actori. Ei iau decizii scenice autonome, acționează relativ imprevizibil și spontan (în spectrul personajului), pe linile dintre punctele fixe necesare pentru spectacol. În cel mai legitim sens, ei descoperă și creează spectacolul în fața publicului. Cu fiecare reprezentație, spectacolul este fundamental același dar detaliile lui sunt decise de actori în timp real.