

Improvisaatioharjoituksia

Lämmittelyharjoitukset	Ohje
Aakkoset	Tehdään kaikki aakkoset omalla keholla liikuttamalla vartaloaan. Samalla voi hokea, mitä kirjainta on tekemässä.
Aakkostarinat/lauseet	Ollaan piirissä ja joku aloittaa lauseen/tarinan yhdellä sanalla. Seuraava jatkaa yhdellä sanalla, mutta tämän sanan täytyy alkaa samalla kirjaimella kuin ensimmäisen sanankin esim. koira -> kuorsasi -> kalliolla jne. Jokainen sanoo vain yhden sanan kerrallaan ja halutessaan voi sanoa välimerkin esim. piste tai pilkku oman sanansa jälkeen.
Askeleita erilaisilla alustoilla	Kävellään vapaasti tilassa avojaloin (ainakin mielikuva). Ohjaajan antaman mielikuvan mukaan eläydy ja kävele: Sametilla, hiekalla, soratiellä, lasinsiruilla, vedessä, lumihangessa, suossa... Hyvä harjoitus liikekielen kehittymiseen
Ei-tarina	Joku tai jotkut alkavat kertoa tarinaa. Yleisö saa huutaa "ei" kesken tarinan. Tällöin tarinankertojan on hylättävä ehdotuksensa ja keksittävä tilalle jotain muuta. Hänen ei tarvitse selittää, miksi vaihtoi ehdotuksensa. Ei-sanalla saa huutaa samassa kohdassa vain kolme kertaa.
Eri hahmot	Hajaannutaan ja liikutaan vaikkapa musiikin tahdissa. Joku huutaa, millaista hahmoa näytellään. Esimerkiksi: "Näyttele norsua!" Ja kaikki alkavat näytellä norsua omalla persoonallisella tavallaan.
Eri laisten tekstien luku eri tyyleillä	Esimerkkityylejä: <ul style="list-style-type: none"> • uutistenlukija • urheilutoimittaja • lapsi • sosiaalityöntekijä • lääkäri • tuomari • pelle • pappi • Kylli-täti • kenraali • poliitikko • hautajaispuhe
Formula	Ringissä matkitaan formula-auton ääntä vuoron perään. Yksi aloittaa ja formula

	lähtee liikkeelle kiihdyttäen vauhtiaan. Lisäksi voidaan ottaa mukaan jarrutus, jolloin formula vaihtaa suuntaa.
Hedelmäsalaatti	Tuolit asetetaan piiriin ja jokaiseen tuoliin istuu joku. Yksi jää keskelle. Määritellään piiristä, ketkä ovat omenia, banaaneja ja appelsiineja. Keskellä oleva huutaa jonkun hedelmän ja ne nousevat ylös ja etsivät itselleen uuden istumapaikan. Omalle paikalle ei saa palata. Keskellä oleva yrittää ryöstää vapaan paikan. Joka jää ilman paikkaa, jää huutajaksi. Hedelmän sijasta voi huutaa hedelmäsalaatti, jolloin kaikki joutuvat vaihtamaan paikkaa. Vaikeusastetta voi lisätä näin: viereisiin tuoleihin ei saa istua.
Ilmeet	Otetaan parit. Toinen pari nostaa lapun, jossa on jokin tunnetila (surullinen, viaton, huvittunut). Hän yrittää näytellä ilmeillään tunnetilaa ja toinen yrittää arvata, mikä tunnetila on kyseessä.
Joo-harjoitus	Liikutaan vapaasti tilassa. Vuoronperään huudetaan jotain ehdotuksia, kuten pompitaanko, jolloin kaikki huutavat joo ja alkavat toimia ehdotuksen mukaisesti.
Kalaparvi	Otetaan neljän hengen ryhmät. Mennään salmiakkikuvioon peräkkäin. Ensimmäinen alkaa liikehtiä hitaasti musiikin tahdissa ja muut toistavat perässä. Jos on tilaa, parvi voi liikkua ympäri tilaa. Vetäjän vuoro vaihtuu, kun joku muu kääntyy selin parveen päin.
Kaukosäädin	Harjoituksessa toinen henkilö on kaukosäädin ja toinen esittää jotain liikesuoritusta. Kaukosäätimellä voi ohjata liikettä pikakelauksella, taaksepäin kelauksella tai hidastuksella. Myös puhe muuttuu liikkeen kanssa.
Kielet	Liikutaan tilassa vapaasti. Kun kohtaat ihmisen, ala puhua venäjää, ranskaa, ruotsia, italiaa tai Teksasin murretta.
Kohtaaminen ja ilmeet	Liikutaan tilassa vapaasti. Kun kohtaat ihmisen, näytä mahdollisimman iloiselta tai vastaavasti laita naama niin ruttuun kuin saat.
Kohtaaminen ja tunteet	Laitetaan kaksi riviä vastakkain, niin että jokaisella on edessään toinen henkilö. Kävellään parin ohi ja näytellään hänelle tiettyä tunnetta, kuten mustasukkainen, ärtynyt tai onnellinen. Voidaan ottaa myös

	eri hahmoilla, kuten humalainen tai koira.
Kuka, mitä, häh? Liikkeenmäärittelyä	Yksi menee piirin keskelle ja aloittaa ennalta määrittelemättömän toiminnan. Toinen tulee paikalle ja alkaa toimia ensimmäisen kanssa ja määrittelee sanoilla toiminnan.
Kuninkaan avaimet	Tarina itsekkästä kuninkaasta. Peilileikki voidaan ottaa ensin harjoitukseksi. Tehtävänä on hakea viljasiilon avaimet kuninkaan jalkojen välistä ja kuljettaa ne viljasiilon ovelle. Kuningas nukkuu, mutta heräilee vähän väliä, jolloin kukaan ei saa liikkua. Jos kuningas huomaa jonkun liikkuvan, laittaa hän henkilön tyrmään. Kuningas saattaa myös armahtaa tyrmässä olevat. Jos kuningas huomaa avaimet jonkun kädessä, kaikki kuolevat. Jos kuningas kysyy väärältä henkilöltä avaimia, pitenee hänen nukkumisaikansa.
Kuva kertoo	Sopii hyvin esim. tutustumiseen. Leikkaa lehdistä kuvia. Jokainen voi valita kuvan, joka kertoo itsestään jotain esim. muisto, kokemus tai mikä kuvassa viehättää. Kuvan pohjalta voi tehdä myös impron, siitä voi valita aiheen, tilanteen ja henkilöt.
Kättely	Kävellään vapaasti salissa. Kätellään vastaantulevaa ja keskustellaan sovitusta aiheesta tietyllä tyylillä.
Lahjan saaja	Mennään piiriin. Ensimmäinen ojentaa vierustoverille lahjan. Lahjan saaja määrittelee sanoilla, mitä sai. Esimerkiksi: "Kiitos, olen aina halunnut saada kilpikonnaa."
Lännen nopein	Mennään piiriin. Yksi menee keskelle lännen nopeimmaksi ja alkaa ampua piirissä olijoita. Ammuttu menee kyykkyyhin ja molemmilla puolilla olevat yrittävät ampua toisensa kyykkyyhin menneen pään yli. Hitain joutuu keskelle lännen nopeimmaksi.
Miljööharjoitus	Kävellään vapaasti tilassa. Harjoituksen ohjaaja esittelee ympärillä olevan miljöön, johon jokaisen on sopeuduttava. Miljöö voi olla esim. Helsingin keskusta ja jokaisella on kiire. Ihmiset katsovat toisiaan tylästi ja tönivät toisiaan. Sitten miljöö vaihtuu ja jokaisen sopeuduttava tilanteeseen.
Musiikkiharjoitus	Kuunnellaan pätkä musiikkia ja improillaan syntyneen tunnetilan pohjalta. Voidaan valita valmiiksi kaksi esittäjää tai sitten

	vasta musiikin kuuntelun jälkeen vapaasti joku aloittaa ja toinen yhtyy tekemiseen.
Musiikin tahdissa	Liiku musiikin tahtiin mielesi mukaan. Taustalla erilaisia ja erityylyisiä musiikkejä.
Numerot käytössä	Liikutaan tilassa vapaasti. Kun kohtaat ihmisen, ala keskustella hänen kanssaan, mutta sinulla on käytössäsi vain numeroita. Harjoitus voidaan ottaa myös eri tunnetiloilla kuten vihainen tai kauhistunut.
Pallottelu parin kanssa	<ol style="list-style-type: none"> 1. Anna pallon ilmalennolle ääni esim. poing, pang, tsuih. 2. Anna ilmalennolle puhallusääni. 3. Anna pallon ilmalennolle tunnetila esim. aggressio tai ihastus.
Paripatsaat ja ryhmäpatsaat	Toinen parista jähmettyy paikalleen patsaaksi ja toinen tekee patsaan valmiiksi liittämällä itsensä patsaan osaksi. Ensimmäinen lähtee pois patsaasta ja jatkaa toisena patsaaseen tulleen ideaa. Sama idea voidaan toteuttaa ryhmässä.
Peili	Parit menevät toisiaan vastakkain. Toinen tekee liikkeitä hitaasti musiikin tahdissa ja peili toistaa liikkeet samaan aikaan.
Peili vaakatasossa	Viisi henkilöä istuu rivissä, keskimäinen tekee hitaita selkeitä liikkeitä, joita muut seuraavat sivusilmällä katsoen.
Puheet	Valitaan puhuja ja tulkkaja. Yleisö päättää kuka puhuja on, puheen aihe ja kieli, jolla puhe pidetään. Tulkkaja tulkkaa parhaan kykynsä mukaan.
Rosvo, uhri, seriffi, lapsi	Jokaisessa ryhmässä on rosvo, uhri, seriffi ja lapsi. Kolmeen laskiessa ryhmä muodostaa patsaan, jossa on kaikki henkilöt. Rosvo ampuu uhria, uhri nostaa kädet ylös, seriffi näyttää virkamerkkiä rosvolle ja lapsi seisoo sormi suussa. Etukäteen ei päätetä rooleja, vaan yritetään saada kuva valmiiksi sopeutumalla toisten ideoihin.
Sana edellisen sanasta	Ollaan piirissä. Ensimmäinen sanoo minkä tahansa sanan. Seuraava sanoo sanan, joka tulee edellisen sanasta mieleen.
Sanatarina	Kerrotaan tarinaa sana kerrallaan. Voidaan toteuttaa esim. piirissä tai pariharjoituksena käsi kädessä liikkuen ja eläytyen tarinaan. Hyvä harjoitus opetella tarinan kertomista, jossa alku, keski ja loppukohta.
Svis, pang, poing	Mennään piiriin. Yksi aloittaa ja ampuu jotakuta "pang". Tämä vastaa siihen joko ampumalla jotain toista tai panee kädet

	eteen ja sanoo poing, jolloin luoti palaa takaisin ampujalle. Kun sanoo svis ja heilauttaa käsiään jommallekummalle puolelle, niin vierustoveri saa luodin.
Sulava lumiukko	Lumiukko seisoo jämäkästi kädet koholla. Suojasää yllättää ja ukko alkaa vähitellen sulaa kunnes on pelkkä lätäkkö.
Sulava patsas	Museon ilmastointi on epäkunnossa kesä kuumalla. Vahtimestari koettaa pitää kunnossa vahapatsaita, jotka vähitellen alkavat sulaa.
Syömään	Syödään miimisesti: jotain pientä esim karkkia, hedelmää, jäätelöä. Päivällinen, keittoa, pihviä jne. Voi toteuttaa myös ruokapöytä kohtauksena, jossa 3-4 ryhmä syö. Toiset voi arvailla ruokalajeja.
Tarina esineiden avulla	Mennään piiriin. Tarinalle annetaan nimi. Keskellä on kasa esineitä, josta jokaisen on otettava yksi. Joku aloittaa tarinan. Esineen on sisällyttävä tarinaan.
Tarina lause kerrallaan	Kerrotaan tarinaa lause kerrallaan.
Tarina elää	Yksi alkaa kertoa tarinaa joko omasta päästään tai annetusta aiheesta. Kaksi tai kolme henkilöä näyttelee tarinan äännettömästi kertojan takana.
Toka tekee sitä mitä eka teki äsken	Piirissä hoetaan yhdessä: "Toka tekee sitä, mitä eka teki äsken.". Ensimmäinen aloittaa jollakin liikkeellä ja tekee sitä yhden värssyn ajan. Seuraavan värssyn ajan hän tekee toista liikettä ja niin edespäin. Vieressä oleva tekee aina sitä liikettä värssyn ajan, jota edellinen teki edellisellä kierroksella. Näin liike etenee dominona.
Tule	Seisotaan piirissä. Yksi menee keskelle. Joku piirissä oleva kutsuu keskellä olevaa sanalla, katseella tai eleellä. Keskellä oleva lähtee tätä kohti, jolloin kutsujan on itse saatava kutsu. Kutsun saatuaan hän lähtee etenemään ja vapauttaa paikkansa keskeltä tulleelle. Jatketaan samaan malliin. Ideana on se, että kun autan toista, joudun itse pulaan. Voinko luottaa siihen, että joku ryhmästä pelastaa minut?
Tunnetaan paremmin nimellä	Mennään piiriin. Yksi sanoo jonkun etunimen, toinen sanoo henkilön sukunimen, kolmas ammatin ja neljäs sanoo: "Tunnetaan paremmin nimellä...".
Tyrmäys ja hyväksyminen	Otetaan parit. Aletaan keskustella arkipäivän asioista. Toinen tyrmää jatkuvasti toisen, mutta keskustelua on

	jatettava. Seuraavaksi kokeillaan samaa ideaa, mutta toinen hyväksyy kaiken ja antaa potkua keskusteluun.
Tänään on tiistai	Kerrotaan tarinaa pareittain. Ideana on napata parin lauseesta joku sana, johon liittyy voimakas reaktio. Esim. "Tänään on tiistai", "Tiistai, minun pitäisi olla hammaslääkärissä", "Hammaslääkärissä, minä pelkään hammaslääkärinä". Tunteet saavat heitellä laidasta laitaan.
Vaikeita värssyjä	Yritä artikuloida värssy erityisen hyvin. Ota pari. Sovita värssy johonkin tuttuun säveleen, kuten ukkonooa, jänis istui maassa tai hämähämähäkki. Esimerkkejä värssiystä: <ul style="list-style-type: none"> - Vesihiisi sihihi hississä - Ärrän kierrän korren ympäri, ässän pistän taskuun - Appilan pappilan apupapin papupata pannulla kiehuu ja kuohuu
Vakuuta sanalla	Mennään parin kanssa vastakkain. Molemmilla on käytössään vain yksi sana, toisella esim. kukka ja toisella talo. Sanan avulla yritetään tyrmätä toinen. Vastaavasti toisen voi yrittää iskeä tai esittää tälle ihastunutta. Sanat voivat tällöin olla esim. vaniljakiisseli ja kermavaahto.
Valokuvaaja	Valokuvaaja pyörittää jokaista kädestä vuoronperään ja lopuksi irrottaa kätensä. Kädestä kiinni pitänyt sinkoaa jonnekin ja vauhdin pysähdyttyä jää siihen asentoon. Lopuksi valokuvaaja käy jokaisen henkilön luona ja kysyy: "Mitä kuva esittää?" Jokainen keksii vastauksen, mitä kuva esittää.
Vampyyri pimeässä huoneessa	Valitaan vampyyri. Jokainen liikkuu huoneessa silmät kiinni. Vampyyri iskee puristamalla uhria niskasta, jolloin uhri kiljaisee ja kaatuu lattialle. Uhri muuttuu vampyyriksi ja alkaa jahdata muita. Jos vampyyriä puristetaan niskasta, huokaisee hän helpotuksesta muuttuu taas ihmiseksi.
Väärät vastaukset	Mennään piiriin ja kysymysten esittäjä jää keskelle. Jokaiselle esitetään helppoja kysymyksiä, mutta niihin on aina pakko vastata väärin. Jos vastaa vahingossa oikein, joutuu tekemään lämmittelyliikkeitä. Vastaukset ovat pääasiassa muotoa kyllä tai ei.
Yhteispysähdys	Kävellään vapaasti ympäri tilaa.

	Sattumanvaraisesti joku pysähtyy, jolloin kaikki pysähtyvät. Joku lähtee kävelemään, jolloin kaikki lähtevät jne.

Äänenkäyttöharjoitukset	Ohje
A-O-U-M	Tunne missä ääni resonoi: A soi rintakehässä, O soi aulan ja kurkun tienoilla, U soi poskissa ja nenäonteloissa ja M soi päässä ja resonoi myös huulissa. Käy tämä alue yhden hengityksen aikana. Tee useita kertoja, hengittele välillä. Voit kokeilla eri äänenkorkeuksia, mutta kuitenkin niin että ääni tulee helposti ja pakottamatta.
Haukotus	Pyritään saamaan haukotus. Huulet kevyesti yhdessä. Alaleukaa lasketaan alaspäin ja hengitetään voimakkaasti nenän kautta. Haukotellaan estottomasti. Harjoitus rentouttaa äänielimiä.
Hengitys	Oikeaoppinen hengitys: hengitettäessä nenän kautta sisäänpäin ensin täyttyvät keuhkojen alaosat (palleahengitys) ja sitten yläosat. Keskity hengittämään silmät kiinni seisten tai lattialla maaten polvet koukussa.
Hissi	Edell. perusasento. Kuvittele, että matala ääni tulee vatsanpohjasta ja se nousee päähän asti, jolloin myös äänen korkeus nousee. Hytkyttele samalla.
Huutoja	Huudetaan eri voimakkuuksilla "Mä rakastan sua" esim. viereiseen huoneeseen, ikkunasta pihalle, pellon toiselle puolelle, vastarannalle, aivan lähelle...
Hytinä	Seiso lantionleveyisessä haara-asennossa, polvet jousaen. Kädet roikkuvat rentoina vartalon sivulla. Hytkyttele ja anna tulla perusääntä.
Hyvä asento	Seiso tukevasti, jalat lantionleveydellä, polvet joustavat. Huoju eteen, taakse ja sivuille. Etsi sopiva kohta jossa seisot tukevasti jalat maassa.
Minun kultani kaunis on	Sopii äänenavaus lauluksi. Voidaan laulaa ryhmänä niin, että kävellään yhtä aikaa. Voidaan laulaa myös kaanonina, jolloin siihen voi lisätä jonkin liikkeen esim.

	taputuksen tai jalan noston.
Naurua	Hihitä, hohota, hähätä, huhuta, hahata...
Otsat soivat	Ota parin kanssa sama sävel, jota hyräillään huulet kiinni. Painetaan otsat kevyesti vastakkain. Tunne kuinka värinät sekoittuvat ja hakevat pian täsmälleen saman äänen.
Rento leuka	Anna leuan pudota rentona alas, läpsyttele sitä kämmenselällä niin, että hampaat kalisevat vähän yhteen.
Ruodonrullaus	Lantionlev. haara-asento. Laske pää alas, rullaa alemmas uloshengityksen rytmissä, polvet menevät koukkuun. Käsien viistäessä lattiaa, jää sinne hengittelemään ja jouta polvia. Nouse hitaasti ylös, pää viimeisenä.
Venyttely	Pyörittele hartioita, kurottele käsillä kattoon, venytä kyljet, pyörittele päätä, potki rennosti jaloilla.

Improvisaatioharjoitukset	Ohje
Ajatukset kertovat	Tarvitaan kaksi näyttelijää, ja niille kaksi henkilöä ajatusta kertomaan. On annettu tilanne ja roolihenkilöt. Kuten normaalielämässäkin usein sanomme toista kun ajattelemme, joten ajatukset kertovat totuuden.
Alias sanat	Yleisö määrittelee paikan, tilanteen ja henkilöt. Näyttelijöille jaetaan Alias-kortit. Kohtaus alkaa. Näyttelijöiden on käytettävä kohtauksessa kaikki Alias-kortissa olevat sanat järjestyksessä.
Alkukirjain sama	Yleisö määrittelee paikan, tilanteen ja henkilöt. Näyttelijät saavat käyttää puheessaan vain yhtä alkukirjainta. Se sovitaan etukäteen. Voidaan helpottaa siten, että vain jokaisen lauseen on alettava tietyllä alkukirjaimella.
Asiantuntija ja tulkki	Valitaan kaksi henkilöä. Toinen on mykkä tai vieraskielinen asiantuntija. Toinen on tulkki ja menee oven taakse. Yleisö päättää, mistä aiheesta asiantuntija pitää luennon. Tulkki ei saa tietää luennon aihetta etukäteen. Kun tulkki saapuu

	<p>huoneeseen, hän esittelee itsensä ja asiantuntijan. Sen jälkeen asiantuntija alkaa pitää luentoa pantomiimina ja tulkki kertoo samalla yleisölle, mistä on kysymys.</p> <p>Samaan harjoitukseen voidaan ottaa lisäksi reportteri, joka esittää tulkille kysymyksiä.</p>
Elokuvan dubbaus	<p>Valitaan joku elokuva tai TV-ohjelma, jossa ei ole tekstitystä (tai tekstitys peitetään). TV:stä laitetaan äänet pois. Dubbaajia otetaan yhtä monta kuin kohtauksessa on näyttelijöitä. Dubbaajat puhuvat näyttelijöiden päälle samaan aikaan, kun he aukovat suutaan.</p>
Hahmot treffipalvelukorteista	<p>Valitaan paika, tilanne ja henkilöt. Näyttelijöille annetaan Treffipalvelu-pelistä henkilökortit. Kortissa esitetty henkilö on näyttelijän roolihahmo. Esimerkiksi: Arto, tiskaaja, räväkkä, kiusallinen, harrastuksena junamatkat. Kaikkia kortissa esiintyviä asioita ei tarvitse tuoda esille.</p>
Haikurunoinpro	<p>Alussa käydään läpi haiku- ja tankarunojen perusidea ja luetaan vuorollaan joitakin runoja.</p> <p>Yleisö antaa aiheen. Esiintyjät lausuvat haikurunon värssy kerrallaan. Haikurunossa on tavut 5, 7 ja 5. Luetaan ensin muutama haikurunoesimerkki.</p> <p>Sama voidaan ottaa myös tankarunoilla, jolloin tavut ovat 5, 7, 5, 7 ja 7.</p>
Improruno tai -laulu	<p>Yleisö antaa aiheen. Esiintyjät lausuvat runon värssy kerrallaan tai laulavat laulun säkeistö kerrallaan.</p>
Istuu, seisoo, makaa	<p>Yleisö määrittelee näytelmälle paikan, tilanteen ja henkilöt. Koko näytelmän ajan joku istuu, seisoo ja makaa. Toisille voi tehdä haastavia tilanteita muuttamalla omaa asentoaan, jolloin siinä asennossa oleva joutuu vaihtamaan asentoaan.</p>
Kaikki näytellään	<p>Yleisö kertoo tarinaa. Kaikki asiat näytellään, kuten iso nenä, kissan häntä ja muurahaispesä.</p>
Keskeytys	<p>Yleisö määrittelee paikan, tilanteen ja henkilöt. Kohtaus alkaa. Yleisö saa milloin tahansa keskeyttää näytelmän huutamalla Ei ja kieltää jotakuta tekemästä tai sanomasta jotain. Näyttelijöiden on toteltava ja yritettävä keksiä tilalle jotain</p>

	muuta.
Kosketuspuhe	Yleisö määrittelee paikan, tilanteen ja henkilöt. Sovitaan, että näyttelijät saavat puhua vain kun koskettavat toista tai kun toinen koskettaa häntä.
Laulun sanat	Laitetaan taustalle soimaan vieraskielinen laulu hiljaisella. Samaan aikaan improvisoija laulaa kappaleen päälle käännetyn version. Käännös voi mennä päin mäntyä. Sillä ei ole väliä ja sitä parempi. Käännöksen voi myös puhua, eli ei ole pakko laulaa. Sama idea onnistuu myös tutun kappaleen kanssa, jolloin kuunnellaan pelkkä taustamusiikki ja lauletaan päälle. Esimerkkikappale: rekkamies
Liiku nopeasti, puhu hitaasti	Ensin harjoitellaan yksin salissa ideaa: liiku nopeasti, puhu hitaasti ja päinvastoin. Sen jälkeen valitaan kaksi henkilöä. Yleisö valitsee tilanteen ja henkilöt, esim. <ul style="list-style-type: none"> - hammaslääkäri ja potilas - autokoulun opettaja ja oppilas - lihakauppias ja asiakas - kampaaja ja asiakas Toinen näyttelijä liikkuu hitaasti ja puhuu nopeasti ja toinen päinvastoin. Voidaan kokeilla myös niin, että molemmat liikkuvat ja puhuvat samalla nopeudella.
Musiikkikappaleen näytteleminen	Musiikkikappaleeksi sopii sellainen, jossa on selkeä tarina.
Näytelmä lähtee musiikista	Taustalle laitetaan soimaan musiikkia. Joku näyttelijä nousee ylös ja aloittaa kohtauksen mielikuvasta, jonka on saanut musiikista.
Näytelmä lähtee runosta	Lausutaan ääneen runo. Joku näyttelijä aloittaa kohtauksen runon päätyttyä. Runo rakentaa näyttelijöille miljöön. Koko runoa ei tarvitse näytellä, vaan yksittäinen lause tai sana voi virittää oikeaan tunnelmaan.
Näytelmä lähtee tarinasta tai sadusta	Joku lukee tarinan ääneen. Näyttelijä aloittaa kohtauksen tarinan päätyttyä. Tarina rakentaa näyttelijöille miljöön ja ehkäpä määrittelee henkilöitä. Tarinaa ei ole tarkoitus näytellä, vaan saada siitä oikeanlainen tunnelma, tai keskenjäänyttä tarinaa voi näytelmässä jatkaa.
Näytelmä lähtee äänestä	Kasetille on nauhoitettu erilaisia ääniä (kissan naukaisu, kellot, rapina). Näytelmä

	alkaa yhdestä äänestä. Ääni voi määritellä paikan, jossa ollaan, esimerkiksi kellot määrittelevät, että ollaan kirkossa.
Näytelmän dubbaus	Valitaan näyttelijät ja dubbaajat. Jokaisella näyttelijällä on oma dubbaajansa. Kohtaus alkaa. Näyttelijät näyttelevät pantomiimina. Dubbaajat puhuvat näyttelijöiden päälle samaan aikaan, kun he aukovat suutaan. Etukäteen on päätettävä kenestä impulssi lähtee, näyttelijöistä vai dubbaajista.
Näytelmät eri tyyleillä	Yleisö määrittelee paikan, tilanteen ja henkilöt. Ensimmäinen näytelmä etenee neutraalisti. Seuraavaksi näytellään sama näytelmä, mutta eri tyyleillä. Yleisö määrittelee tyylit esimerkiksi kauhu, draama, komedia, salkkarit.
Näyttelijän liipaisin	Näyttelijä tulee lavalle tai poistuu lavalta jonkun sanan esiintyessä.
Roolivaatteet säkissä	Näyttelijät nostavat säkistä roolivaatteita silmät kiinni. Yleisö voi halutessaan määritellä, missä kohtaus tapahtuu. Roolivaatteet puetaan päälle ja näytelmä alkaa. Roolivaatteet määrittelevät henkilöt jollakin tasolla, mutta näyttelijöiden on kuitenkin määriteltävä toisensa vielä kohtauksen alussa.
Sanontojen keksiminen	Mennään piiriin. Ensimmäinen sanoo jonkun sanan. Seuraavan on keksittävä aivan uusi sanonta, joka sisältää kyseisen sanan. Sanonnan keksijä ottaa sanonnastaan yhden sanan ja antaa sen seuraavalle. Seuraava taas keksii uuden sanonnan, joka sisältää kyseisen sanonnan.
Statusharjoitukset	Valitaan paikka, tilanne ja henkilöt. Jokaisella henkilöllä on eri status näytelmän alkaessa. Voidaan sopia, että joillakin näyttelijöillä status muuttuu kohtauksen loppua kohden.
Tekoliipaisin	Näyttelijät saavat käteensä lapun, jossa viisi verbiä. Ehdotetaan paikka ja henkilöt. Näyttelijät aloittavat näytelmän. Jokaisen on käytettävä verbit järjestyksessä siten, että jokainen verbi on toteutettava. Esim. tähyilee – näyttelijän jossain vaiheessa näytelmää tähyiltävä.
Tunneimpro	Lattiaan tai seinille on kirjoitettu eri kohtiin erilaisia tunteita. Yleisö määrittelee paikan, tilanteen ja henkilöt. Näyttelijöiden on näyteltävä sen tunteen pohjalta, jonka

	kohdalla seisoo. Kun näyttelijä liikkuu eri tunteen kohdalle, tunne vaihtuu.
Valehtelevat professorit	Mennään piiriin. Joku ottaa pussista tuntemattoman esineen. Hän määrittelee esineelle nimen. Seuraava keksii esineelle tekniset käyttötiedot ja kolmas käyttöympäristön.
Valmiit esineet	Yleisö määrittelee paikan, tilanteen ja henkilöt, jonka jälkeen pöydälle tai lattialle laitetaan joitakin esineitä. Näyttelijöiden on käytettävä jokaista esinettä kohtauksen aikana ainakin kerran.
Valmiit lauseet	Yleisöä pyydetään kirjoittamaan paperille erilaisia lyhyitä lauseita. Sitten yleisö määrittelee paikan, tilanteen ja henkilöt. Näyttelijöille jaetaan lauselaput. Kohtaus alkaa. Näyttelijöiden on käytettävä kohtauksessa kaikki lauseet, joita yleisö on heille antanut.
Vieraat kädet	Toinen henkilö tulee yleisölle pitämään puhetta jostakin aiheesta, jota yleisö ehdottaa. Hän laittaa kädet selän taakse ja toinen henkilö laittaa omat kätensä puhujan kainaloista siten, että vieraat kädet näyttävät olevan puhujan omat kädet. Puhuja aloittaa puheen ja kädet alkavat toimia. Pöydällä voi olla erilaisia esineitä, joita vieraat kädet voivat käsitellä esim. vesilasi, pipareita, lehtiä. Puhuja pyrkii siihen, että käsien tekemät liikkeet kuuluvat esitykseen.
Yleisön liipaisin	Yleisö hurraa, taputtaa tai itkee, kun joku ennalta sovittu sana esiintyy näytelmässä.
Yleisö huutaa sanoja	Yleisö huutaa sanoja kesken näytelmän. Se joka parhaillaan puhuu, joutuu sisällyttämään sanan repliikkinsä sisään.

Rentoutusharjoitukset	Ohje
Mielikuvat musiikin soidessa	Mennään lattialle mieleiseen asentoon. Silmät laitetaan kiinni. Taustalle laitetaan rauhoittavaa musiikkia. Käsketään ajatella jotain mieluista asiaa tai sovitaan että jokainen ajattelee esim. kesäpäivää tai veneilyä.
Musiikki ja joogaliikkeet	Taustalle laitetaan rauhallista musiikkia.

