

# Джем: Главы 1-2 UCB Improv Manual

---

**Дата:** 2024-11-14

**Длительность:** 3 часа (180 минут)

**Основа:** Upright Citizens Brigade Comedy Improvisation Manual, Главы 1-2

---

## ЧАСТЬ 1: ТЕОРИЯ

---

### ВВЕДЕНИЕ

---

Сегодня мы работаем с принципами Long Form импровизации в стиле UCB (Upright Citizens Brigade). Это не просто "что-то придумать на ходу" - это структурированный подход к созданию комедийных сцен без сценария.

**Ключевая идея:** Чтобы хорошо импровизировать, нужно серьезно относиться к комедии. Это искусство, требующее дисциплины и практики.

---

## ГЛАВА 1: ОСНОВЫ LONG FORM ИМПРОВИЗАЦИИ

---

### Два типа импровизации

**Short Form** - серия игр с заранее известными правилами. Например: "Два человека играют сцену, а третий кричит разные эмоции". Мы этим не занимаемся.

**Long Form** - создание сцен без сценария. Вы не знаете, где будет юмор, но создаете его в процессе. Это то, чем мы занимаемся.

## Ключевые концепции

### 1. Базовая реальность (Base Reality)

**Что это:** Фундамент сцены - реалистичный мир с ожидаемыми правилами и моделями поведения.

**Как создается:** - Устанавливается через **Кто, Что, Где** (Who, What, Where) - Кто - персонажи и их отношения - Что - что они делают - Где - место действия

**Важно:** Базовая реальность создается **реалистично**, без попыток быть смешным. Юмор строится **поверх** этого фундамента, а не вместо него.

**Пример:** "Два механика в гараже чинят машину" - это базовая реальность. Она реалистична, понятна, создает контекст.

### 2. "Да, и..." (Yes And)

**Что это:** Принцип принятия и развития предложений партнера.

**Как работает:** - Принимаете то, что сказал партнер (Yes) - Добавляете новую информацию (And) - Развиваете сцену вперед, а не блокируете

**Зачем:** Это способ строить базовую реальность вместе с партнером, не конфликтуя, а развивая.

**Пример:** - Партнер: "Джон, машина готова" - Вы: "Да, и клиент уже ждет у входа" (приняли + добавили)

### 3. Первая необычная вещь (First Unusual Thing)

**Что это:** Момент, когда действие отклоняется от ожидаемого шаблона базовой реальности.

**Зачем:** Это начало "игры" сцены, момент, когда появляется комедия.

**Как найти:** Слушайте внимательно. Когда что-то нарушает ожидания базовой реальности - это оно.

**Пример:** Два механика в гараже (базовая реальность). Один говорит: "Знаешь, я думаю, эта машина принадлежит инопланетянину" - это первая необычная вещь.

#### 4. "Игра" сцены (Game of the Scene)

**Что это:** Ключевая комическая идея сцены, которую нужно исследовать и развивать.

**Как работает:** - Находится через "первую необычную вещь" - Развивается через вопрос "Если это необычное верно, то что еще может быть верно?" (If-Then) - Усиливается и исследуется, а не просто повторяется

**Пример:** Если машина принадлежит инопланетянину (первая необычная вещь), то: - Если-то: Если инопланетянин, то может быть он оставил странные инструменты? - Если-то: Если инопланетянин, то может быть машина работает на другом топливе?

#### 5. "Если, то..." (If-Then)

**Что это:** Вопрос для развития "игры" сцены.

**Как использовать:** - Нашли первую необычную вещь - Спрашиваете: "Если это верно, то что еще может быть верно?" - Развиваете комедию логично, а не случайно

**Важно:** Это не случайный абсурд, а логичное развитие необычной идеи.

#### Структура Long Form сцены

1. **Начало:** Создание базовой реальности (Кто, Что, Где) через "Да, и..."
2. **Развитие:** Поиск первой необычной вещи
3. **Игра:** Развитие "игры" сцены через "Если, то..."
4. **Усиление:** Исследование и усиление комической идеи

#### Важные принципы

- **Не играйте базовую реальность для смеха** - она должна быть реалистичной
  - **Юмор приходит из развития "игры"**, а не из попыток быть смешным
  - **Слушайте партнера** - без этого невозможно "Да, и..."
  - **Приверженность** - верьте в то, что создаете
-

## ГЛАВА 2: СЛУШАНИЕ И ПРИВЕРЖЕННОСТЬ

---

### Слушание (Listening)

**Почему это важно:** - Начало сцены строится через "Да, и..." - Нельзя "Да, и..." то, чего не услышал - Последнее сказанное на сцене либо развивает базовую реальность, либо является первой необычной вещью - Если не слушаете, вы и партнер строите разные дома

**Как слушать:** - Активно, а не пассивно - С полным вниманием к партнеру - Готовность принять и развить то, что услышали

**Метафора:** Начало сцены как фундамент дома - должен быть достаточно крепким, чтобы выдержать все, что на нем построятся. Слушание нужно, чтобы вы и партнер строили один и тот же дом.

### Фокус внимания (Give and Take Focus)

**Что это:** Умение передавать и принимать фокус внимания - когда говорить, когда слушать.

**Как работает:** - **Дать фокус (Give Focus):** Перестать говорить, дать партнеру добавить что-то в сцену - **Взять фокус (Take Focus):** Начать говорить, когда есть что добавить

**Почему важно:** - Один человек не должен делать всю работу - Разделяете бремя открытия и создания - Давать и брать одинаково важно - Нет ничего хуже, чем два импровизатора, борющиеся за фокус

**Как практиковать:** - Обращайте внимание на сигналы партнера - Не доминируйте в сцене - Не молчите, если есть что сказать - Баланс - ключ к успеху

### Приверженность (Commitment)

**Что это:** Полное погружение в выбранные обстоятельства и персонажей, чтобы зритель поверил в реальность сцены.

**Почему важно:** - Без приверженности зритель не поверит в реальность -  
Даже кратковременная потеря приверженности нарушает погружение -  
Приверженность делает сцену убедительной

**Как проявляется:** - Физическая работа с объектами (object work) - Внимание к деталям окружения - Погружение в персонажа - Вера в то, что происходит

## **Отстраненность (Detachment) - чего избегать**

**Два типа:**

**1. Непреднамеренная отстраненность:**

- 2. Следствие плохой актерской игры
- 3. Потеря приверженности из-за неуверенности
- 4. Нарушает реальность сцены

**5. Ироничная отстраненность:**

- 6. Намеренный выход из роли ради смеха
- 7. Комментирование происходящего со стороны
- 8. Может быть забавно, но разрушает реальность

**Важно:** Даже кратковременная потеря приверженности может нарушить погружение зрителя.

## **Физическая работа (Object Work)**

**Что это:** Работа с воображаемыми объектами в сцене.

**Почему важно:** - Помогает визуализировать окружение - Делает актерскую игру более реалистичной - Помогает поддерживать приверженность - Дает время подумать, не теряя фокуса

**Правила:** - Не используйте реальные объекты (кроме стульев) - Будьте конкретны в работе с объектами - Поддерживайте объекты на протяжении всей сцены - Используйте объекты для развития сцены

---

# КЛЮЧЕВЫЕ ПРИНЦИПЫ

---

## Что делать:

- ✓ **Слушайте** партнера активно
- ✓ **"Да, и..."** - принимайте и развивайте
- ✓ **Создавайте базовую реальность** реалистично
- ✓ **Ищите первую необычную вещь**
- ✓ **Развивайте "игру"** через "Если, то..."
- ✓ **Давайте и берите фокус**
- ✓ **Будьте привержены** персонажам и обстоятельствам
- ✓ **Работайте с объектами** физически

## Чего избегать:

- ✗ Не играйте базовую реальность для смеха
- ✗ Не блокируйте предложения партнера
- ✗ Не теряйте приверженность
- ✗ Не боритесь за фокус
- ✗ Не описывайте действия вместо диалога
- ✗ Не используйте реальные объекты (кроме стульев)

---

# ЧАСТЬ 2: ПЛАН ДЖЕМА

---

## 1. Разминка и основы (30 минут)

---

### 1.1. Физическая разминка (10 минут)

- Растяжка, разогрев тела
- Упражнения на координацию
- Энергетическая настройка группы

## 1.2. Дирижер истории (Conductor Story) - 20 минут

**Описание:** 3+ актеров стоят в линию. Дирижер указывает на одного, тот начинает рассказ. В произвольный момент дирижер переключается на другого, который подхватывает повествование с того же места. Цель - связный рассказ, как будто он придуман одним автором.

**Цель:** Тренировка умения быть в моменте, внимательно слушать, чтобы подхватить историю в любой момент с учетом всего сказанного ранее.

**Варианты:** - Начать с простых тем (еда, путешествия) - Постепенно усложнять (эмоциональные истории, абсурдные ситуации)

---

## 2. Основные упражнения (90 минут)

---

### 2.1. Три строчки (Three Line Scenes) - 20 минут

**Описание:** Две линии актеров по разные стороны сцены. Выходят по двое: первый дает начальную фразу, второй отвечает, первый реагирует. После трех фраз меняются.

**Фокус:** - Быстро и четко задавать базовые обстоятельства (Кто, Что, Где) - Смелый выбор персонажей и ситуаций - Создание базовой реальности за 3 реплики

**Раунды:** 3-4 раунда, каждый раз новая пара

### 2.2. Практика сцен "Да, и..." (Yes And Scene Practice) - 25 минут

**Описание:** Два актера разыгрывают сцену, начиная каждую реплику со слов "Да, и...", повторяя сказанное партнером и добавляя новую информацию. Третий участник наблюдает.

**Правила:** - Избегать вопросов и императивов - Добавлять информацию о текущем моменте - Избегать отсылок в прошлое/будущее - Не говорить о персонажах вне сцены

**Цель:** Отработка навыка слушания партнера и развития его идей, избегая конфликта.

**Раунды:** 4-5 сцен по 3-4 минуты каждая, смена наблюдателей

## **2.3. Обмен фокусом (Give and Take) - 25 минут**

**Описание:** Три группы импровизаторов ведут параллельные разговоры. По сигналу ведущего одна из групп продолжает разговор вслух, остальные "замирают". Группы по очереди передают фокус. Затем группы начинают сами решать, когда взять/отдать фокус, интегрируя идеи из разговоров других групп в свой.

**Цель:** Практика передачи фокуса в групповых сценах, тренировка умения слушать.

**Этапы:** 1. Ведущий управляет фокусом (10 минут) 2. Группы сами решают, когда брать/отдавать фокус (15 минут)

## **2.4. Скетчи - практика коротких сцен (20 минут)**

**Формат:** Короткие сцены 2-3 минуты, фокус на: - Создание базовой реальности (Кто, Что, Где) - Поиск "игры" сцены (первая необычная вещь) - Развитие через "Если, то..." - Приверженность персонажам и обстоятельствам

**Структура:** - 5-6 сцен по 2-3 минуты - После каждой сцены - краткий фидбек (1 минута) - Фокус на применении принципов из глав 1-2

---

# **3. Длинная форма - финальная история (50 минут)**

---

## **3.1. Подготовка (5 минут)**

- Обсуждение структуры длинной формы
- Напоминание о принципах: базовая реальность, игра сцены, слушание
- Выбор предложения от группы



### 3.2. Длинная форма (40 минут)

**Структура:** Каролина или Моноскена (на выбор группы)

**Принципы для применения:** - **Базовая реальность:** Каждая сцена начинается с четкого Кто/Что/Где - "**Да, и...**": Принятие и развитие предложений - **Первая необычная вещь:** Поиск момента, когда реальность отклоняется - "**Игра**" **сцены:** Развитие комической идеи через "Если, то..." - **Слушание:** Внимание к партнерам, передача фокуса - **Приверженность:** Полное погружение в персонажей и ситуацию

**Формат:** - Начало с предложения от группы - Серия связанных сцен - Развитие персонажей и ситуаций - Поиск и развитие "игры" в каждой сцене

### 3.3. Рефлексия и обсуждение (5 минут)

- Что сработало?
- Где нашли "игру" сцены?
- Как работало слушание?
- Что можно улучшить?

---

## 4. Завершение (10 минут)

---

### 4.1. Общее обсуждение (7 минут)

- Обмен впечатлениями
- Что нового узнали?
- Какие принципы применили?
- Что хотите практиковать дальше?

### 4.2. Завершающий круг (3 минуты)

- Одна фраза от каждого участника
- Благодарности
- Планы на следующий джем

---

## СОВЕТЫ ДЛЯ ВЕДУЩЕГО

---

1. **В начале джема:** Напомните основные принципы из глав 1-2
2. **Во время упражнений:** Делайте акцент на конкретных навыках
3. **Во время длинной формы:** Минимальное вмешательство, дайте группе играть
4. **После сцен:** Краткий фидбек, фокус на применении принципов
5. **Поддерживайте энергию:** 3 часа - это долго, следите за усталостью группы

---

**Удачи на джеме! Играйте, слушайте, развивайте!** 🙌👂

Основано на *"The Upright Citizens Brigade Comedy Improvisation Manual"*, Главы 1-2