



Ghidul Artistului

Acest ghid a fost realizat cu ocazia proiectului *JazzUp Young* și conține informații utile pentru părinții și copiii care doresc să studieze una sau mai multe dintre următoarele ramuri artistice: *actorie de teatru, actorie de film, scriere dramatică, vioară, pian, canto, dans contemporan și beatbox.*

JazzUp Young este un proiect co-finanțat de Primăria Sectorului 6 al Municipiului București prin Centrul Cultural European Sector 6, în cadrul programului de finanțare Program Cultura 2023.

Conținutul acestui material nu reprezintă în mod necesar poziția oficială a autorității Finanțatoare.

www.primarie6.ro/cultura2023

Recomandări oferite de *Nicolae Dobrovicescu, Vlad Corb, Dragoș-Cristian Urețyan, Sas Marian Andrei Turcu, Sonia-Gabriela Mihăilescu, Răzvan Ștefan Gherasim și Iustin Danalache.*

Actorie de Teatru, Film și Scriere dramatică

Recomandări oferite de *Răzvan Ștefan Gherasim și Sonia-Gabriela Mihăilescu*

Răzvan este o tânăr actor de 20 de ani din București. În prezent, studiază actoria în cadrul Universității Naționale de Artă Teatrală și Cinematografică "I. L. Caragiale". A apărut în spectacolele: "Revizorul" de N. Gogol în rolul Hlestakov, "Steaua fara nume" de M. Sebastian în rolul Șeful gării, "Yolo" de Matthew Bulgo în rolul Luke și "Exploziv" de Elise Wilk în rolul Denis.

Sonia studiază la Liceul de Arte Plastice Nicolae Tonitza și la Școala de Teatru și actorie Brightside Drama. A participat la spectacolele: "Vrajitoarea Kera si cele 7 nestemate" ca acrobat, "Gaițele", "Cele două orfeline", "Dead Poets society" și la concursurile: Campionatul Național de Pole si Aerial Hoop și la Olimpiada Națională de Arte Vizuale, Arhitectura și Istoria Artei unde a câștigat locul 1.

Unde poți studia actoria în București?

În București există nenumărate cursuri de actorie. Este important să cauți până găsești locul potrivit în care să te exprimi liber. Câteva exemple de cursuri de actorie:

Unatc Junior, Academia Studiourile Buftea, Teatrul Arte dell'Anima, Acting up București, Cătălina Grama Studio – Becoming, InLight Center și Școala de Film „Teen Film” (14-18 ani).

Ce teatre pentru copiii există în București?

Centrul Replika, Teatrul Ion Creangă, Teatrul Țândărică, Opera Comică pentru Copii, Teatrul Vienez de Copii, Teatrul Excelsior, Teatrul Stela Popescu, Teatrul Național de Operetă și Musical "Ion Dacian", Improteca.

Unde poți vedea filme pentru copii?

Toate cinematografele rulează constant filme potrivite pentru copii. Un bun exemplu este *Cinema Elvire Popesco* prin programul „Filme pentru întreaga familie”.

Putem găsi conținut educațional pe internet?

Tzitzipoc oferă pe YouTube și Instagram programe de teatru educațional și educație emoțională prin teatru. Pentru cei mai mari, există nenumărate pagini pe rețelele de socializare care fac conținut dedicat teatrului și filmului în limba engleză. Spre exemplu, pe canalul de YouTube al *Crash Course* poate fi găsită seria *Theater and Drama*, care prezintă istoria teatrului atât pentru copii, cât și pentru adulți. Tot pe YouTube, *Pizzazz! Primary Performing Arts Program* prezintă mai multe jocuri de actorie care pot fi jucate cu prietenii sau

familia. Canalul de YouTube al *WatchMojo.com* prezintă nenumărate filme sub forma unor topuri din care poți învăța foarte multe despre film, regizori și actori.

Nu uita că poți descoperii mulți alți creatori de conținut care activează în zona artei, cu condiția să înveți algoritmul rețelelor de socializare că îți dorești să vezi acest tip de conținut. Pentru aceasta va trebuie să cauți, să urmărești/apreciezi pagini de socializare specializate în artă și să apreciezi postari cu conținut artistic până în momentul în care recomandările pe care le primești se vor schimba.

Ce spectacole de teatru putem viziona pe internet?

Pe canalul de YouTube al *LumiLand - Kids Channel* puteți viziona mai multe spectacole de teatru pentru copii. *Teatrul Improbabil*, prezent pe YouTube și Spotify, precum și *Teatru Radiofonic RO* și *Povesti și Basme Romanesti*, pe YouTube, prezintă nenumărate spectacole audio pentru copii, adolescenți și adulți.

Câțiva dramaturgi cărora merită să le citești piesele de teatru:

Anton Pavlovici Cehov, William Shakespeare, Carlo Gozzi, Eugen Ionesco, Mihaela Michailov, Elise Wilk, Bogdan Georgescu, Mihaela Drăgan, Ștefan Peca, Alexa Băcanu, Alina Nelega, Ivan Vîrîpaev, Javier Malpica.

Câțiva actori de teatru pe care să îi urmărești:

Benedict Cumberbatch, Andrew Scott, Meryl Streep, Patrick J Adams, Ana Ularu, Ilona Brezoianu, Elvira Deatcu, Carmen Tănase, Marius Manole, George Albert Costea, Mihaela Velicu.

Câțiva actori de film pe care să îi urmărești:

Adjoa Andoh, Adrien Brody, Jessica Chastain, David Tennant, Anthony Hopkins, Serban Pavlu, Anamaria Marinca, Ana Ularu, Iulian Postelnicu, Ioana Bugarin, Maria Popistasu, Ștefan Iancu, Ilinca Manolache, Silvana Mihai și mulți alții.

Sfaturi pentru copii cei care își doresc să dezvolte abilități în zona de teatru - actorie:

Fii liber/ă. Joacă-te cât mai mult și nu-ți fie frică să greșești. Folosește-ți imaginația, fii curios.

Ai răbdare pentru a te pregăti bine. Socializează. Ascultă-ți instinctul. Distrează-te.

Ai o lume întreaga în tine, ai curaj să o descoperi.

Mergi la teatru. Teatrul este o artă care se întâmplă în moment.

În București există multe instituții cu spectacole diverse, deci ai de unde alege. Vorbește despre spectacole cu prietenii și familia. Oricine este avizat să aibă o părere, dezbateți împreună ce v-a plăcut și ce nu. Mergi la ateliere de toate felurile.

Sfaturi pentru copii care își doresc să dezvolte abilități în zona de dramaturgie :

Respiră. Începe orice activitate cu 3 respirații profunde. Scrie absolut orice îți trece prin minte timp de 3 minute. Nu trebuie să aibă sens, poți scrie cuvinte fără legătură între ele. La finalul celor 3 minute, vezi ce a ieșit. Inventează cea mai proastă variantă a unei povești. Propune-ți să fie scrisă așa cum nu vrei să fie, adică urât și fără noimă. Încearcă să copiezi structura unei povești care ți-a plăcut mult. Încearcă să inventezi o poveste în stilul acelei cărți/acei film care ți-a plăcut mult. Ai încredere în vocea ta.

Nimeni nu mai gândește ca tine, așa că absolut orice vei scrie e original.

Distrează-te!

Poți inventa orice, oricât de absurd ar părea. Scrie povești care te distrează pe tine.

Sfaturi pentru părinți:

Arta de orice fel este un domeniu pe cât de frumos, pe atât de greu! Cel mai important este ca cei mici să își dorească să facă asta. Aveți răbdare până găsiți cursul de teatru potrivit, nu vă fie frică să încercați mai multe variante. Nu puneți presiune pe cei mici și încurajați-i, mai ales în momentele dificile. Teatrul îi va ajuta pe copii să socializeze mai bine, să își dezvolte memoria, agilitatea și coordonarea. De asemenea, actoria este o foarte bună metodă de terapie și cunoaștere de sine.

Directori de casting români pe care părinții îi pot contacta pentru a-și înscrie copiii în baza lor de date pentru potențiale filme/seriale/reclame: *Domnica Circiumaru, Viorica Capdefier, Florentina Bratfanof, Cătălin Dordea, Oana Bucur, Liliana Toma;*

Agenții de casting: *RH Casting, Standard Casting, Saga Casting, StudioSet, Agenția de Casting, New Media, MRA Models, Saft Casting;*

Vioară, Pian și Canto

Recomandări oferite de Nicolae Dobrovicescu, Vlad Corb și Dragoș-Cristian Urețyan

Nicolae este un tânăr violonist în vârstă de 27 de ani, absolvent al Universității Naționale de Muzică din București. Este câștigător a peste 30 de concursuri naționale și internaționale obținute în România, Italia și Regatul Unit. Este concertmaestru al Orchestrei KamerArt și violonist al Orchestrei Române de Tineret. A susținut concerte în calitate de solist cu orchestre precum Camerata Regală și Filarmonica „Ion

Dumitrescu” din Râmnicu Vâlcea. De asemenea, a concertat în calitate de membru al orchestrelor din care a făcut parte în Franța, Germania, Austria, Spania, Singapore, Grecia, etc., având oportunitatea de a cânta pe scene precum Elbphilharmonie Hamburg, Philharmonie de Paris, Konzerthaus Berlin și Musikverein Wien.

Vlad este un tânăr artist în vârstă de 20 de ani. În prezent, studiază actoria în cadrul Universității Naționale de Artă Teatrală și Cinematografică “I. L. Caragiale” și între 2021 – 2022 a studiat la Warsaw Film School, specializarea regie film, este pasionat de muzică și cântă la instrumentele pian, chitară, chitară- bass.

Dragoș este un tânăr artist în vârstă de 20 de ani. În prezent, studiază actoria în cadrul Universității Naționale de Artă Teatrală și Cinematografică “I. L. Caragiale”. De-a lungul timpului a participat la diferite momente comice și muzicale prezentate la balul absolvenților, zilele orașului și diferite evenimente culturale și în spectacolul “Compilație”, momente alese din scrierile lui Matei Vișniec legate și regizate de Rodica Păuna (prezentat la Teatrul Dramatic Elvire Godeanu din Tg-Jiu în martie 2022).

Unde poți studia muzică în București?

În București există mai multe instituții de învățământ de stat unde se predau diferite instrumente, inclusiv vioară, pian și canto. Principalele două instituții de învățământ sunt Colegiul Național de Muzică “George Enescu”, respectiv Colegiul Național de Muzică “Dinu Lipatti”. Pe lângă cele două licee de muzică din București, există Școlile de Arte nr. 1, 2, 3, 4 și 5. De asemenea, există foarte mulți tineri profesori care pot fi găsiți pe site-urile de meditații, precum și multe alte școli private de muzică. Îți recomandăm să cauți cu atenție și răbdare profesorul potrivit.

Există concerte dedicate copiilor în București?

Opera Comică Pentru Copii este singura instituție de muzică clasică dedicată exclusiv copiilor. Pe lângă aceasta, mai există seria de concerte și spectacole educaționale “*Clasic e Fantastic*”, ce se desfășoară de obicei în Teatrul Odeon și Ateneul Român. Cu toate că nu există prea multă diversitate în zona concertelor educaționale, nu trebuie să vă fie frică să mergeți de la cele mai fragede vârste la *Ateneu*, *Sala Radio* sau *Opera Națională București*. Important este să alegeți cu atenție concertele și spectacolele la care vreți să participați.

Putem găsi materiale educaționale pe internet?

Master-Class Moldo Crescendo și *Pavilion Muzical* sunt două proiecte muzicale dedicate copiilor pe care le puteți găsi cu ușurință pe YouTube. Tot pe YouTube, accesând canalul *ROvival*, vă veți putea bucura de cursuri de istoria muzicii. Mai există foarte de mult conținut educațional în limba engleză, un bun exemplu fiind *Cheryl Porter Vocal Coach*, care poate fi găsită pe YouTube, Instagram și TikTok. Un alt exemplu este *Daniel Kurganov, Violinist*, un canal de YouTube dedicat studiului viorii.

Nu uita că poți descoperii mulți alți creatori de conținut care activează în zona artei, cu condiția să înveți algoritmul rețelelor de socializare ce îți dorești. Pentru aceasta va trebuie să cauți, să urmărești/apreciezi pagini de socializare specializate în artă și să apreciezi postări cu conținut artistic până în momentul în care recomandările pe care le primești se vor schimba.

Câțiva compozitori a căror muzică merită să o asculți:

Frédéric Chopin, Erik Satie, Serghei Rahmaninov, Franz Liszt, Johann Sebastian Bach, Wolfgang Amadeus Mozart, John Cage, Pablo de Sarasate, Serghei Prokofiev, Igor Stravinski, Maurice Ravel, Dmitri Kourliandski, Claude Debussy, Antonio Vivaldi.

Câțiva interpreți de muzică clasică pe care merită să îi asculți:

Vioară: Maxim Vengerov, Leonidas Kavakos, Janine Jansen, Isabelle Faust, Itzhak Perlman, Augustin Hadelich, Hilary Hahn, Patricia Kopacinskaia, Jonian Ilias Kadesha, Vilde Frang;

Pian: Dinu Lipatti, Clara Haskil, Silvia Șerbescu, Valentin Gheorghiu, Martha Argerich, Vladimir Horowitz, Arthur Rubinstein, Sviatoslav Richter, Claudio Arrau.

Câțiva interpreți vocali de muzică jazz pe care merită să îi asculți:

Ella Fitzgerald, Yebba, Tori Kelly, Etta James, Aura Urziceanu, Nadia Trohin, Bobby McFerrin, Esperanza Spalding, Maria Răducanu, Otis Redding, Louis Armstrong, Kurt Elling, Nina Simone.

Sfaturi pentru copii care își doresc să devină muzicieni:

Vei avea nevoie de multă răbdare și perseverență pentru a învăța un instrument. Cel mai important este să îți placă ceea ce faci. Nu te lăsa descurajat(ă) de nimeni și nimic. Studiază cât mai mult și cât mai des poți. Nu îți fie rușine să studiezi de față cu alții, chiar dacă încă nu sună totul așa cum ți-ai dori. Ascultă multă muzică și caută mereu cele mai frumoase interpretări ale lucrărilor tale preferate. Mergi să asculți concerte live! Lucrează cu cât mai mulți profesori și învață ce este mai bun de la fiecare.

Ai grijă de corpul tău, dar și de mintea ta.

Fii relaxat(ă) când cânti!

Împrietenește-te cu emoțiile!

Ține un jurnal de studiu.

Un zâmbet larg, precum și mișcarea liberă a corpului în timpul cântatului te vor ajuta să creezi un sunet mai relaxat și mai luminos, mai ales dacă instrumentul ales de tine este propria ta voce.

Sfaturi pentru părinții copiilor care își doresc să devină muzicieni:

Este bine ca încă de la început să ai un profesor bun care să te îndrume. Spre exemplu, vocea este, probabil, cel mai sensibil instrument muzical și, din acest motiv, poate fi grav afectată dacă nu există atenție. De asemenea, dacă copilul dumneavoastră vrea să studieze pianul, alegeți un profesor care a studiat pianul. Fiind un instrument mai facil pentru începători, de multe ori pianul este predat de profesori care au studiat alte instrumente și care, din neștiință, pot determina probleme kinetice și tehnice care cu greu vor putea fi remediate. De altfel, mulți muzicieni ajung să aibă probleme de sănătate datorită poziției din timpul cântatului, poziție care este învățată în primii ani de studiu.

Nu uitați că singura competiție pe care un muzician o are este cea cu sinele. În muzică, din păcate, există o competitivitate care se dovedește a fi foarte dăunătoare. Copiii se dezvoltă diferit și cel mai mare dușman al dezvoltării este lipsa plăcerii și a curiozității. Din acest motiv, este important să nu insistați continuarea studiilor muzicale dacă observați lipsa plăcerii. De asemenea, nu toți cei ce studiază muzica vor face din asta o profesie. Nu este nicio problemă ca muzica să fie un simplu hobby. Veți observa în timp că investiția de timp și bani în studiul muzicii a fost justificată, chiar și pentru cei ce nu ajung să facă performanță.

Dans Contemporan

Recomandări oferite de Andrei Turcu

Andrei este coregraf și interpret de dans contemporan. În prezent, studiază actoria în cadrul Universității Naționale de Artă Teatrală și Cinematografică "I. L. Caragiale". A participat la concursurile: Electro Fight Contest 7 din 2013, câștigător la categoria intermediary, Minicup X din 2014, câștigător la categoria avansați și la Life's Around Contest Paris din 2019, calificat top 16 mondial categoria avansați.

Unde poți studia dansul contemporan în București?

Școala performativă pentru copii este primul program autohton de formare și educație artistică în dans contemporan și arte performative, susținut de Centrul Național al Dansului București.

UNATC Junior este un alt program care include mai multe arte performative (teatru, dans, păpuși și marionete, etc.), unde studenții Universității Naționale de Artă Teatrală și Cinematografică I. I. Caragiale susțin ateliere sub supravegherea profesorilor.

Putem găsi materiale educaționale pe internet?

*STEEZY Studio - Online Dance Classes este o platformă online de dans care oferă tutoriale de dans create de profesioniști din domeniu. Îi puteți găsi pe YouTube, Instagram și pe platforma <https://www.steezy.co/>. Un alt ghid de dans contemporan pentru copii puteți găsi pe pagina de YouTube a Melton City Council Learning Directory, căutând *Contemporary Dance for 5-8 Years | At Home Dance for Kids*.*

Unde putem vedea dans contemporan pe internet?

Pe YouTube puteți găsi mai multe producții de dans contemporan dedicate copiilor. Printre paginile pe care le puteți urmări se numără *We Are Oxygen X Jennifer Roman, Christian Dance Force și ADTC Dance Camps*.

Nu uita că poți descoperii mulți alți creatori de conținut care activează în zona artei, cu condiția să înveți algoritmul rețelelor de socializare ce îți dorești. Pentru aceasta va trebuie să cauți, să urmărești/apreciezi pagini de socializare specializate în artă și să apreciezi postări cu conținut artistic până în momentul în care recomandările pe care le primești se vor schimba.

Câțiva interpreți de dans contemporan pe care merită să îi urmărești:

Fabian Wixe, Lali Ayguade, Valentina De Piante, Andreea Vălean, Vittoria De Ferrari, Pina Bausch, Ioana Marchidan, Maria Beatrice Tudor, Teodora Tudose, Daniel Alexandru Dragomir, Anca Stoica.

Câteva sfaturi dacă vă doriți să urmați această cale:

Atunci când simți că nu mai poți sau nu mai vrei să faci un exercițiu, mai fă-l încă 5-10 secunde. Așa vei dezvolta treptat disciplina față de activitatea pe care o faci. Nu renunța doar pentru că ai fost dezamăgit după o ora de antrenament, este perfect normal să nu iasă totul din prima. Exercițiile complicate de care nu ești sigur să nu le faci niciodată singur(ă), ci în sală, cu antrenorul sau coregraful. Nu îți fie frică să ceri ajutor antrenorului sau coregrafului! Înainte de a începe să dansezi încălzește-te cel puțin 10-15 minute. Trebuie să îți pregătești corpul înainte pentru a te putea bucura de capacitatea lui maximă.

Beatbox

Recomandări oferite de Iustin Danalache

***Iustin** este un tânăr actor de 21 de ani, născut în Suceava. În prezent, studiază actoria în cadrul Universității Naționale de Artă Teatrală și Cinematografică "I.L. Caragiale". Fiind un artist versatil, Iustin s-a făcut remarcat și în alte ramuri artistice precum street dance, dans sportiv și beatbox. În prezent îl puteți vedea performând în spectacolele „Palace Escape aka Opturi Supranaturale”, regizat de Andrea Gavrilu și „Cine l-a ucis pe tata?”, în regia lui Andrei Măjeri.*

Putem găsi materiale educaționale pe internet?

Există nenumărați creatori de content educațional pe rețelele de socializare de la care poți învăța cum să faci beatbox. Important este să cauți! Două exemple potrivite sunt canalele de YouTube *TylaDubya* și *Swissbeatbox*.

Câțiva interpreți de beatbox pe care merită să îi urmărești:

Reeps One (UK), MB14 (FR), Robin CAVAILLÈS (FR), D-Low (UK), Cosmin Agache (RO), Dub FX (AU), NaPoM (US), Wing (KR), Codfish (AU);

Sfaturi pentru cei ce vor să învețe beatbox:

Fie că îți plac niște sunete speciale sau ai vrea să folosești beatbox-ul ca pe un instrument, e important să îți placă ceea ce înveți. Găsește plăcerea în a învăța să imiți ceea ce auzi și după ceva timp o să sune așa cum vrei. Ascultă cât de multă muzică poți. De prin toate genurile. Vezi cum se simte să imiți piesele tale preferate. Ai grijă de corpul tău! Dacă simți că te doare gâtul sau îți obosesc mușchii feței, ia o pauză și bea multă apă. Exersează oricând poți. Instrumentul îți este la îndemână mereu. Să nu îți fie jenă de lumea din jur care te aude exersând. Dacă se întâmplă, totuși, să îți fie rușine, exersează când ești singur(ă) acasă.

Sfaturi pentru părinți:

Dacă vrea să facă beatbox, înseamnă că îi place mult muzica. Ar fi util să învețe beatbox concomitent cu încă cel puțin un instrument. Dacă nu vă place cum sună, aveți puțină răbdare. Poate nici lui/ei nu îi va plăcea la început, dar ar fi bine să aibă curajul de a vă face demonstrații ocazionale.