

#ЕКАТЕРИНА ВОЛКОВА – О КНИГАХ, «ВОРОНИНЫХ», УСПЕХЕ И ПАРИЖЕ



КАНАЛ СТС

Хотите узнать больше о личностях и интересах современных знаменитостей в кино, музыке, театре и других сферах? Тогда читайте материалы новой рубрики «СверхНовой» «10 вопросов звезде». Сегодня у нас – интервью с исполнительницей роли Веры в известном сериале «Воронины» и просто талантливой актрисой кино и театра **Екатериной ВОЛКОВОЙ**.

Досье

Екатерина ВОЛКОВА родилась 15 января 1982 года в Таллине. У неё два красных диплома – Высшего театрального училища имени Щепкина и Академии бюджета и казначейства Министерства финансов России. С 2005 года начала сниматься в сериалах, участвовать в разных шоу и программах на телевидении, играет и в театральных постановках. За мужем, есть дочь.

В театральной Екатерина Волкова пошла, несмотря на протесты родителей

привыкли, но я испытывала невероятное облегчение, когда пару раз забывала его дома.

– Какое у вас самое любимое место на земле и почему?

– Честно говоря, я пока не так много уроки и дочерью, иногда хожу на фитнес и сплю. Всё остальное время занимает работа: либо съёмки, либо гастроли.

– **О чём вы мечтаете?**
– Хочется принять участие в новых проектах на телевидении, но больше всего – сняться в военной картине.

– **Какой вы видите себя через десять лет?**
– Понятно, что чуть старше на вид, но такой же энергичной, бодрой, постоянно бегущей и многого не успевающей.

Наталья ДЮРЯГИНА, 21 год, факультет журналистики УрФУ

ХОЧУ СПРОСИТЬ

но скоро начать по-новому мыслить, при условии, если это будет регулярная практика. Главное – настроить себя и экспериментировать. Например, делать что-то привычное иным образом или находить необычное применение рядовым вещам. Не будет лишним и иногда возвращаться в состояние детской непосредственности за счёт игр и просто дурачиться с детьми, которые являются настоящими генераторами позитива и идей и легко передают всё это другим.

И конечно, важно записывать все пришедшие в голову необычные мысли и идеи. Причём не в телефон, а рукой в обычную тетрадь просто проводить мысленную игру «дай определение предмету». На первый взгляд это кажется легко, но на деле дать чёткое определение, отличающее одну вещь от другой, затруднительно. Ещё сложнее, но эффективнее для развития воображения, метод «картинки без запинки», когда нужно составить связный рассказ по изображению, додумав и закончив его сюжет.

Наталья ДЮРЯГИНА, 21 год, факультет журналистики УрФУ

#СВЕРХНовый взгляд

Каждый день в Свердловской области случается множество событий. Рассказываем, что заинтересовало нашу редакцию.

УРАЛЬСКИЕ СТРАШИЛКИ

Хеллоуин, конечно, уже прошёл, но мы всё равно предлагаем вам немного пощекотать нервы рассказами о самых зловещих местах на Урале. Обозреватель «Облазет» поведает о своих мистических путешествиях. Таинственные легенды, призраки, артефакты, оставшиеся после жертвоприношений, старинное кладбище – всё по закону жанра. Это вам не фильмы ужасов дома под одеялом смотреть. Внимание, во время походов ни один журналист не пострадал.



ЗАПРЕЩЕНА РЕКЛАМА ДИПЛОМОВ И КУРСОВЫХ РАБОТ НА ЗАКАЗ

Научные работы, сделанные на заказ, обычно качеством не отличаются: антиплагиат они пройты не могут, да и преподаватели легко распознают чужую работу. У нас в стране теперь запрещено рекламировать услуги по написанию дипломов, курсовых, диссертаций. Эксперты уверены, что мера осложнит труд «сочинителей», но, к сожалению, не поможет полностью ликвидировать написание «серых» работ. Исследование – это часть учебного процесса. Получается, заказывая курсовую, студент не только тратит деньги, но и лишается возможности получить полезные навыки.



ИСТОРИЯ В РЕЖИМЕ ОНЛАЙН

Для самообразования все средства хороши, в том числе и блоги. Интересный и полезный канал на Youtube ведёт учитель екатеринбургской гимназии №5 **Алексей Гончаров**. Популярность его страничка приобрела этой осенью: поскольку в школе был объявлен карантин по менингиту, школьники осваивали историю самостоятельно по видеоурокам педагога. «Облазета» опубликовала его лекцию о Дне народного единства, в ней Алексей объясняет, откуда взялся праздник и почему стоит быть патриотом. Почитайте, это очень интересно.



КУДА СХОДИТЬ?

5 стр. «СверхНовая Эра»

№21 (30) / 9 ноября 2018 года

#ФИТНЕС ДЛЯ МОЗГА

Почему стоит посетить литературный клуб?

Книги – отличный вариант на вечер, особенно если есть с кем о них поговорить после прочтения. Именно этим занимается участники литературного клуба «Лампа», который находится в библиотеке Белинского. В нём собираются люди, которые хотят обсудить свои тексты и творения других авторов в неформальной обстановке.

Свои встречи «Лампа» проводит уже четыре года. Появился клуб на филiaфе URPTU, там собирались студенты и другие любители литературы. Со временем «Лампа» стало тесно в стенах университета, и она перекочевала в библиотеку имени Белинского. Помогла школьница и доктор филологических наук в «Лампе» не редкость. В клуб вообще приходят разные люди – врачи, биологи, рабочие, но всех их объединяет любовь к слову.

– Несмотря на то, что ритм жизни ускоряется, обычно мы всегда находим время для себя. Мы ходим на фитнес, поддерживаем себя: тело в форме. Точно так же мы могли бы поддерживать «в форме» и свой мозг, литературу, в том числе по-прежнему, в этом плане лучшие помощники – расуждающие руководители клубов **Иван Дюминков**. – Мы являемся заложниками наших «профессиональных» взглядов, на работе и на автокатах используем один и тот же словарь, переставая осознавать их значение. Другие слова вообще забываются. Хорошая художественная литература в этом случае может являться своеобразным усмирением фитнесом. И душевным тоже.

На встречах говорят как о творчестве авторов, так и о современных героях, например о **Екатерине Леремковой**, **Лизе Чеджидзе** и других. Рассказы для обсуждения организаторы советуют приносить небольшие, чтобы все участники клуба успели прочитать текст за время встречи. Для поэтических вечеров обычно подбираются небольшие стихотворения. Кстати, разбирают любители литературы и исключительно те произведения,

Повесть

Наверная среди вас есть те, кто мечтает о собственной книге. Иван дал несколько советов начинающим авторам.

- 1) Читайте много. Читайте постоянно. Прямки и стихи, и прозу, пусть даже вы пишете только что-то одно. Русскую и зарубежную литературу. Со временем у вас сформируется свой вкус, вы сможете литературную традицию и определить свой путь.
- 2) Не пишите о том, что воспринимаете болезненно. Это не литература, это рефлексия в тактовой форме. Этого важно избегать, а с профессиональным воспитанием второе всегда будет по-близать.
- 3) Не гонитесь за актуальными формами. Например, если модно писать стихами в длинную строку или верлибром, необязательно делать так же. Всё как душе угодно (формы, темы) сменяются очень быстро, а в литературе остаются те, что вне времени.

– отличная площадка для начинающих авторов, чтобы показать себя, а главное, получить конструктивную критику от читателей.

– Мы стремимся к тому, чтобы молодые авторы понимали свой уровень мастерства в стихотворчестве или прозе, становились выходящими и грамотными читателями художественной литературы. – говорит Иван. – Хороший автор – это всегда хороший и вдумчивый читатель.



АЛЕКСЕЙ ГОНЧАРОВ

Попадения в «Лампу» никогда не обсуждаются по несколько раз, для каждой встречи организаторы стараются подобрать что-нибудь новое.

потому что собравших мы уделяем большое внимание нюансам и деталям прозаического или поэтического текста с надеждой, что наши авторы будут проявлять такое же внимание при написании своих текстов.

Кстати, среди участников «Лампы» есть авторы, чьи произведения публиковались в литературном журнале «Урал», среди них **Александра Волкова**, **Александр Цытов** и сам руководитель клуба.

– Я пишу стихи. Сложно сказать, что подготовлю к этому. Сейчас я понимаю, что в начале творческого пути никто точно не знает, что на самом деле есть поэзия и литература. Людям управляют некие нереальные побуждения: терапия, самовыражение... Не поэзия и искусство как таковые. Думаю, и со мной было примерно так же.

Кристина Савенцова, 17 лет, Екатеринбург, школа №17, 11-й класс

#КРЕАТИВНОСТЬ В СЕБЕ МОЖЕТ РАЗВИТЬ КАЖДЫЙ

«СверхНовая Эра» продолжает проект «Хочу спросить»

Способность генерирования необычных идей и решений сегодня требуется во многих профессиях. И потребность в этом растёт, поэтому стать креативным хочется многим. В этот раз к нам обратилась 18-летняя школьница из Екатеринбурга **Полина**.

– Как развить в себе креативность?



Отвечает **Ольга КАТАЕВА**, организационный консультант, коуч, директор Уральской школы тренинга:

– Для начала нужно понять, что креативность – способность рождать необычные идеи и идти нестандартным путём. И это качество не является врождённым, поэтому развить его может каждый, чтобы быть успешным в современном мире. Но чтобы придумать что-то нестандартное, нужно работать над собой и своим мышлением.

В первую очередь важно освоить практики успокоения собственных мыслей, то есть отключения от окружающего мира и усмирения внутреннего голоса. Надо научиться хотя бы несколько минут в день ни о чём не думать, и тогда новые оригинальные идеи не заставят себя ждать. Для этого хорошо помогает медитация под

звуки природы, ветра и других успокаивающих мелодий без слов. У нас есть два полушария головного мозга: левое отвечает за логику, структурирование, правое – за творческое и образное мышление. Но чтобы мозг работал в полной мере и выдавал креативные идеи, нужно научиться связывать в деятельности оба полушария. Для этого есть масса упражнений, входящих в систему Задания решения изобретательских задач (ТРИЗ). Их можно выполнять как в группах на тренингах, так и в одиночку дома и взрослым, и детям.

Так, хороша практика концентрирования, когда человек, например, видит слово «синий», но буквы – красные, и ему нужно назвать именно тот цвет, которым слово написано. Эффективен и метод аналогий, когда предлагается представить себя в качестве какого-то предмета в проблемной ситуации. Или просто придумать новые способы использования той же кофейной ложечки.

Есть вопрос?

Смело спрашивайте обо всём, что не можете решить самостоятельно и обсудить с родными и друзьями. Присылайте нам свои письма на почту ne@oblgazeta.ru, в сообщения нашей группы во «ВКонтакте» (vk.com/novera) или по адресу ГБУ СО «Редакция газеты «Областная газета», 620004, Екатеринбург, ул. Малышева, 101, 3-й этаж.

Для развития креативности и нахождения ассоциативных и различающих связей между объектами в повседневной жизни рекомендуется просто проводить мысленную игру «дай определение предмету». На первый взгляд это кажется легко, но на деле дать чёткое определение, отличающее одну вещь от другой, затруднительно. Ещё сложнее, но эффективнее для развития воображения, метод «картинки без запинки», когда нужно составить связный рассказ по изображению, додумав и закончив его сюжет.

Проводя такие незамысловатые упражнения-игры, можно доволь-

«СВЕРХНОВАЯ ЭРА» ПРИЛОЖЕНИЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

Купите приложение
Yuh Beronovskaya

Областная газета
Александра Куминова

Встретьте
Татьяна Минкина

Адрес:
г. Екатеринбург,
ул. Малышева, 101, офис 355

Областная газета
e-mail: ne@oblgazeta.ru

Областная газета
VK.com/novera

ОБЛАСТНАЯ ГАЗЕТА

СВЕРХНОВАЯ ЭРА

Новая Эра

Молодёжный слесарь «Ор»
Матвиюк, 9 ноября 2018 года.
№21 (30)

В ПЕРЕКЛЮЧЕНИИ

#Как изменится школьный курс по литературе? 4 стр.

#Топ-5 приложений для любителей чтения 4 стр.

#Почему стоит посетить литературный клуб? 5 стр.