

Лиза ЩЕДРИНА, 16 лет, серебряная призерка Дельфийских игр-2012:

«Я привыкла много работать над собой»



«Комсомолка» рассказывает, чем живут и о чем думают известные жители нашего города. Выдающиеся воронежцы делятся с нашими читателями секретами своих успехов и рассказывают о своей философии жизни. ▼

Елизавета Щедрина - юная, но очень талантливая балерина. За ее хрупкими плечами уже есть опыт сольных выступлений и участия в международных конкурсах. Лиза - ученица хореографического училища, сейчас девушка занимается на третьем курсе.

ГРАНДИОЗНЫЙ ЮБИЛЕЙ

Кстати сказать, не так давно - 31 мая - хореографическое училище с размахом отметило свой 75-летний юбилей, который состоялся в Воронежском государственном театре оперы и балета. На юбилейном вечере также присутствовал первый заместитель председателя областного правительства Владимир Попов и супруга губернатора Татьяна Гордеева.

Правительство области в честь празднования вручило подарок училищу - сертификат на 5 миллионов рублей.

Надо сказать, что областное правительство постоянно оказывает значимую поддержку воронежскому хореографическому училищу.

- В стенах этого учебного заведения подготовили тысячи высокопрофессиональных артистов, что стало возможным благодаря подвижническому труду, самоотдаче и профессионализму преподавателей, - отмечает Татьяна Гордеева, которая также поддерживает хореографическое училище.

Многие наши выпускники хотели бы продолжить свою карьеру именно в воронежском театре оперы и балета. Однако на сегодняшний день этому величественному зданию - настоящему украшению нашего города - нужен серьезный ремонт. Руководство театра и артисты неоднократно обращались за помощью к губернатору.

- Мы действительно планируем грандиозную реконструкцию театра оперы и балета, возможно, она начнется уже в следующем году, - отметил Алексей Гордеев. - Сейчас мы решаем, как лучше подойти к этой задаче: можно все сломать и попытаться построить что-то принципиально новое, а можно пойти на реконструкцию-реставрацию, сохранив общий стиль театра, в котором есть свой шарм.

КЕФИР, ТРЕНИРОВКИ И РАННИЕ ПОДЪЕМЫ

Лизу Щедрина в воронежском мире культуры знают все: «Очень талантливая девушка, обладает потрясающей энергетикой!» - так о ней отзываются педагоги и одноклассники. В 2012 году Лиза участвовала в Дельфийских играх. В номинации «Классический танец» она завоевала «серебро». В этом году на международном конкурсе

во Франции стала лауреатом. О том, как это - быть балериной - и что заставляет двигаться дальше, даже когда не хватает сил, Лиза поделилась с читателями «КП».

- Я в балете с девяти лет. Так получилось, что и моя мама, и мой папа - артисты балета. Таким образом, все мое детство, сколько я себя помню, прошло в гримерках и в закулисы театра. Уже в восемь лет я точно осознала - хочу стать балериной.

По утрам я встаю рано, чтобы все успеть. Обычно в 6.15. Но все зависит от того, где именно проходят занятия. Если по расписанию - классика в хореографическом училище, то могу позволить себе поваляться чуть подольше в постели, потому что училище совсем рядом с моим домом.

Преимущественно мой завтрак - овсянка, заваренная кипятком. Но часто могу и не завтракать. Тут уже зависит от настроения.

На сборы - умыться, одеться, сделать прическу - уходит около 30 минут. Раньше не могла собраться менее чем за час. Сейчас, если нужно, могу уложиться в 20 минут. Рекорды пока, правда, не ставила.

Жесткие диеты для балерин? Нет, у меня не совсем так. Скорее я стараюсь питаться сбалансированно, нежели сидеть на какой-то определенной диете и во всем себя ограничивать. Фрукты, овощи, мясо, рыба, злаки, молочные продукты - ем все.

Кому-то повезло от природы, он может не соблюдать никакие нормы питания. Но подавляющее большинство, конечно же, следит за собой. Без этого, увы, никак. Набрала лишний вес? Будь готова сидеть несколько дней на кефире.

Чипсы, фастфуд, газировка - категорически нет. И не потому что я балерина и мне это как вредно. Просто я не люблю такую еду.

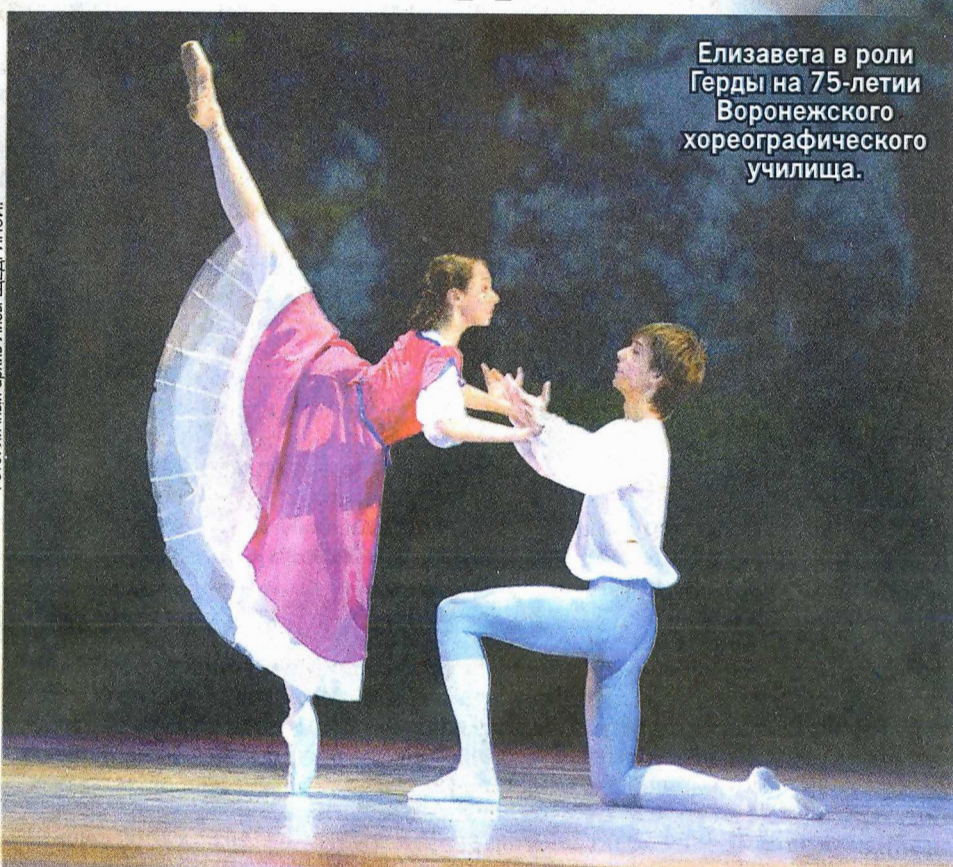
На занятия приходим минут за сорок до начала. Это нужно для того, чтобы размяться и разогреть мышцы. В противном случае растяжений или вывихов не избежать. К моменту, когда педагог приходит в зал, мы должны быть уже полностью готовы к тренировкам.

Обычно «классика» длится 1.40. А в целом я нахожусь в классах с восьми утра и до восьми вечера. Тут главное не пропустить обед. Потому что, если ты не позавтракала, при таких больших физических нагрузках к двум часам дня от тебя ничего не останется.

Затем идут занятия по специальности: дуэтный танец, где мы работаем в паре с мальчиками, актерское мастерство, где мы работаем над умением выражать эмоции телом и лицом. Народный характерный танец - так называется еще один предмет по специальности, он, как правило, завершает учебный день.

Не могу сказать, чтобы какой-то отдельный предмет мне давался легко. Я с детства привыкла много работать над собой.

Официальные мои оценки - пятерки.



Елизавета в роли Герды на 75-летию Воронежского хореографического училища.

Но я уверена, мне очень далеко до совершенства и есть еще над чем работать. Я это точно знаю.

После занятий я иду... домой. Нужно подготовиться к следующему дню, сделать какой-то список обязательных домашних дел. Выучить уроки. И, конечно, выспаться.

Есть дни, когда мы заканчиваем учебу очень рано: в четыре часа. Тогда да, мы с подругами можем немного позволить себе погулять. Обсудить предстоящие репетиции для отчетного концерта или как-то развлекаться - сходить в магазин, например.

Одна репетиция может длиться 3 часа. Потом занятия «классики» - 1.40, дуэтный танец - 1.40, народный танец - 1.40, актерское мастерство - 1.40... Нет, мне не надоедает. Знаете, когда чего-то хочешь, ты будешь это делать. И не через силу, а из всех сил! Потому что внутри тебя - целое пламя. Оно горит, и ты хочешь творить.

Были моменты, когда я была готова все бросить, когда я уставала так, что не было сил пошевелиться. И тогда я думала:

«Все...» Но мои друзья, мои родные меня поддерживают в трудные моменты. Поэтому мне удается справляться с временными трудностями.

Я люблю вышивать крестиком. По крайней мере, когда была помладше, вышивала. Очень люблю читать книги: от классики до современных авторов.

После училища я продолжу заниматься балетом. Но пока конкретных планов нет. Последний год - самый решающий. В мире балета все слишком быстро меняется. Либо завтра к нам приедут какие-то известные постановщики, либо я уеду на какой-либо конкурс. То есть сказать заранее ничего нельзя.

Фото: Марика СТАНКОВИЧ.



СПРАВКА «КП»

Воронежское хореографическое училище ведет свое начало от балетной студии, созданной в 20-х годах прошлого века. В самостоятельное учебное заведение студия была преобразована в 1938 году.