

критической оценки недостатков собственного телосложения. [2].

Физическая рекреация создает необходимые предпосылки и условия для здорового образа жизни.

Здоровый образ жизни - это повседневная ориентация человека, социальных групп в своей жизнедеятельности на такие модели поведения, которые позволяют преодолевать жизненные трудности без ущерба для личного и общественного здоровья, без разрушения благополучия нынешней, будущих поколений людей.

Здоровый образ жизни и физическая рекреация органически едины в своей гуманистической направленности и ориентированы на конкретную личность. Образ жизни включает в себя основную деятельность человека, куда входят: устойчивая система отношений человека с природой, с социальной средой, система представлений о нравственных и материальных ценностях, намерениях, поступках, стереотипах поведения, реализация стратегий, направленных на удовлетворение разнообразных потребностей, на основе адаптации к правилам, законам и традициям общества. Под образом жизни понимается деятельность личности, которая протекает в конкретных условиях жизни, реагирует на них и

зависит от них.

Таким образом, данные понятия объединены следующими категориями: экономическая - представлена уровнем жизни и указывает на ваше материальное положение; социальная - каково качество вашей жизни; социально - психологическая - каков стиль вашей жизни; социально - экономическая - каков ее уклад. Следовательно, физическая культура (физкультурное образование, спорт, физическая рекреация, двигательная реабилитация) становится важнейшим средством укрепления и сохранения здоровья, здорового образа и спортивного стиля жизни, природной и биологической основой для формирования личности.

#### **Список используемых источников информации**

1.М.Н. Мигунова, Г.М. Сикорская. Физическая рекреация как предпосылка к здоровому образу жизни студентов // Воронежский научно-технический вестник: 2015. № 1(11). С.2-4.

2.С.В. Сырова. Содержание физкультурной рекреации студентов в условиях ВУЗов не физкультурного профиля // Социально-экономические явления и процессы. 2013. №8(30). С.1-2.

---

### **О ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ТЕРМИНОЛОГИИ АКТЕРА**

---

#### **Из наблюдений театрального педагога**

DOI: [10.31618/ESU.2413-9335.2020.5.70.556](https://doi.org/10.31618/ESU.2413-9335.2020.5.70.556)

*Загуменнов Олег Николаевич,*

*Старший преподаватель кафедры мастерства актера  
театрального института*

*Саратовской государственной консерватории  
им. Л.В.Собинова.*

Основной задачей первого года обучения на актерском отделении театрального ВУЗа является работа студента над собой, над изучением необходимых навыков актерской техники. Первый курс – фундамент профессии, на котором в дальнейшем будет строиться прочное здание. Поэтому так важно понять самого себя, ощутить свою индивидуальность, свой темперамент, раскрыть плюсы и минусы своего актерского аппарата. Направить свой организм на разработку актерской психотехники, привести свое тело в активное рабочее состояние, чтобы обеспечить его готовность к выполнению сложных творческих задач – дело непростое, требующее колоссального перестроения всех прежних жизненных ритмов, предельной мобилизации всех «органов и чувств» на кропотливую и напряженную работу.

Профессиональная подготовка студентов нашего театрального института ведется на основе соединения методов К.С.Станиславского и Вл.И.Немировича-Данченко с практиками последующих представителей русской театральной школы и зарубежных школ: В.Мейерхольда, М.Чехова, Г.Товстоногова, Б.Брехта, Е.Грозовского и др. Театральная педагогика не

стоит на месте, органично сопрягаясь в своем развитии с новыми направлениями современного театра.

Театральная школа с самого начала погружает студентов в атмосферу единства практики с ее теоретическим осмыслением. «Нельзя передать то, чего не понимаешь, нельзя передать стихийную силу таланта, можно передать только школу» – эти слова Михаила Чехова можно противопоставить мнениям противников научных знаний в области воспитания и формирования будущего артиста. Термины и понятия системы Станиславского, рождавшиеся в живой театральной практике, в процессе проб и ошибок, экспериментирования, неоднократно уточнялись в театральной летописи XX столетия, переосмысливались, утрачивали свое первоначальное содержание, наполнялись новым звучанием. Шли годы, и уже в 70-х Г.А.Товстоногов с горечью констатировал: «Терминология превратилась в стертые, девальвированные, ученически затрепанные понятия, за которыми не встает ничего живого, чувственного и реального». А если это так, то и сама методология лишается смысла и, следовательно, становится чем-то необязательным

и бесполезным. Беда именно в том, что многими сегодняшними педагогами утеряна смысловая терминологическая точность в сфере театрального искусства. Общаясь в среде своих российских коллег на различных семинарах и конференциях, я очень часто замечаю, как терминология в современном образовательном процессе существует лишь в виде общих слов.

«Вместо точного и практически бесценного метода, данного нам Станиславским, вместо использования его как подлинно профессионального оружия, мы превращаем его в режиссерский комментарий по поводу, оснащая для убедительности набором терминов» – писал Г.А.Товстоногов. Его беспокойство вполне обосновано, ведь практически все понятия учения Станиславского и его последователей весьма разнообразно и порой совершенно произвольно трактуются в повседневной театральной практике. Как часто артисты, режиссеры и театральные педагоги используют одни и те же слова (например, «действие», «конфликт», «событие»), но вкладывают в эти термины совершенно различный смысл. Кажется, что, употребляя общую терминологию, люди театра говорят на одном языке, но на деле (когда узнаешь, каким содержанием они наделяют то или иное понятие) становится ясно, что они думают совершенно о разном и не понимают друг друга. Общность профессиональных слов – еще не общность творческого языка. Выработка четкого и ясного терминологического языка в рамках единой театральной школы помогает общению профессионалов, сокращает время и путь к их взаимопониманию. Станиславский стремился создать актерскую «таблицу умножения», профессиональную азбуку человека театральной профессии. Ведь без подобной азбуки не обходятся ни живописцы, ни поэты, ни композиторы. Театральные же деятели зачастую открыто свою профессиональную азбуку высмеивают и презирают. До сих пор среди многих из них распространено отвращение к терминам, типологии, классификации, так как они носят характер общего, а не индивидуального. Но ведь именно общие свойства позволяют познать явление в контексте многообразных связей. Школа учит не путать свободу и произвол. Свобода – вознаграждение за знания, а произвол – следствие пренебрежения к знаниям, он сродни невежеству, дилетантству. Умение, основанное на знании, – предпосылка к профессиональной состоятельности актера и режиссера; его и должна дать школа. Но именно знания законов и закономерностей ценны в нашем деле, а не рецепты, шаблоны и штампы, которыми порой мы, «мастеровитые» педагоги, обильно пичкаем наших студентов. Вслед за нами они игнорируют и механизмы управления своей психотехникой, и законы, по которым строятся сценические произведения. А ведь именно с этой целью и создавалась когда-то профессиональная теория актерского мастерства. Освоение

студентами теоретической базы и профессионального языка театральной школы должно органически сочетаться с практическими занятиями, тренингами по мастерству актера.

В современной театральной практике существует множество методик и авторских курсов с набором многочисленных упражнений и тренингов. Как правило, они не разделены по темам и не подкреплены существующей теоретической базой, а цели и задачи тех или иных тренингов не изложены даже в обобщенном, схематичном виде. Мол, зачем заново перебирать «навязшие на зубы» термины и понятия? И так всем все ясно...

В такой позиции мне видится немалая опасность, ведущая к односторонности профессионального развития будущего актера. Я считаю, что студент должен ясно понимать перспективные цели каждого упражнения тренинга или блока упражнений. Он должен знать, что конкретно тренирует в тренинге, будь то внимание, воображение, общение и т.д.

Творческая активность студентов в процессе постижения теории актерского мастерства – важнейшее условие продуктивности обучения. Она может быть достигнута особым способом построения лекций, которые должны иметь форму бесед, семинарских занятий, где доля участия студентов весьма значительна. Преподаватель не может преподносить ученикам всегда готовые формулировки. Они должны рождаться каждый раз как бы заново, совместным трудом. Лучшая модель, применимая к студенческой аудитории в актерской школе, на мой взгляд, – это руководитель-творец, руководящий творцами.

Лекции на актерских курсах не могут носить академического характера. Это всегда должен быть диалог. Конечно, он потребует от студентов достаточно высокого интеллекта, чтобы равноправно вступать в беседу с педагогом. Истина, как известно, рождается в споре. Она по сути своей не монологична и возникает на пересечении идей участников диалога. Важно оставить право каждому студенту на его слово в беседе, более того, провоцировать спор. Максимализм и искренность суждений, свежесть взглядов на искусство и окружающий мир – важнейшие качества, создающие особую среду, в которой должен развиваться диалог учителя и его учеников.

Таким образом, на первом курсе актерского отделения нам, педагогам, необходимо раскрывать и развивать студента, проходя через все элементы школы с неперенным их теоретическим обоснованием для ребят. Соединять практический тренинг с лекциями-беседами, прививая с первых дней вкус к четкому профессиональному языку. Это обеспечит более требовательное отношение студента к себе и партнерам, задаст более профессиональный уровень общения внутри коллектива, сделает творческий процесс на уроках и репетициях осознанным и продуктивным.