

Чемпионом

человека сегодня в России – пространства для более глубокой и эффективной инклюзии, чем образование. Неудивительно, что в школе, случается, даже не в курсе успехов подростка во внеклассных видах деятельности. Не принято это что ли в наших школах – радоваться проектам – находкам территорий дополнительного образования? Будто они не партнеры, а противники в борьбе за становление личности человека.

Лиза-старшеклассница в одну из прежних наших встреч говорила об этом, как о само собой разумеющемся:

– Десятый класс – сборный, в него вошли ученики из нескольких наших девятих. В школе не все и раньше знали, что я занимаюсь теннисом. Мои спортивные достижения мало кому интересны.

– А у нас единая команда, – рассказывал тренер Детско-юношеской спортивной школы «Олимп» Олег Кузякин. – В команде папа Александр, Елизавета и я. Отец занимается организационными делами, но ещё и сам игрок. В чемпионате России он занял девятое место. Перед соревнованиями мы тщательно готовимся к встрече с главными конкурентами, изучаем характер их подач, выстраиваем свою теорию и практику ударов.

Лиза готова проводить в спортивном зале все дни. И если вначале просила делать перерывы, то потом уже хотела работать без отдыха. В первые годы тренеру приходилось уговаривать спортсменов: «Поиграйте с Лизой». И не все соглашались, считали ее «слабым звеном». Со временем товарищи стали просить поставить их в пару именно с Лизой.

А она, не спеша, оттачивала сосредоточенность и настроенность на победу. Закаляла характер, хотя в отличие от многих, перед соревнованиями никогда особо не волновалась. Что ей терять?

Завоевав «золото», поняла кое-что другое: она раскрыла себя для соперников. Теперь все знали, против кого надо играть, кого оттеснять. В ее юной головке утвердилась мысль: буду больше тренироваться.

Правильно говорят: «Мало подняться на вершину, важнее на ней удержаться».

Постепенно теннис потеснил все другие интересы. Было время, Нижегородская общественная организация имени Александра Невского знала Лизу как голосистую звонкую соловушку. Про это, кстати, первая опубликованная о ней заметка в газете – мы наблюдаем за каждым растущим в нашем кругу молодым человеком.

Ученица музыкальной школы по классу вокала Елизавета Зайцева в одиннадцать лет уже была лауреатом городского фестиваля-конкурса детского и юношеского творчества «Автозаводская звездочка». И начала быстро набирать исполнительский статус. Дипломант Нижегородского городского, а затем областного фестиваля юных исполнителей, лауреат второго открытого интернет-конкурса вокалистов «Звездный олимп», лауреат Международного конкурса музыкально-художественного творчества «Зимняя Ривьера» в Сочи и так далее...

Кто серьезно занимался музыкой, тот понимает: навыки в этом виде творчества – итог колоссального труда над телом и духом. А вот девочка параллельно занималась ещё теннисом. Она уже тогда знала взрослое слово «перфекционистка». Несмотря на то, что в подростковом возрасте открытие того, что ты «не такой как все» вырастает в настоящие проблемы.

Но семья, которая уже не в первом поколении испытала, как непросто быть человеком с физическими особенностями, успела приучить ее трудиться над собой.

Какими бы мы ни пришли в эту жизнь, она дана нам не для того, чтобы ждать, пока стихнет ливень, она дана для того, чтобы научиться танцевать под дождем.

То, что музыке Лиза все же предпочла спорт, сложилось само собой. Самым трезвым образом – из практических соображений.

– В спорте все стало получаться, – просто и доступно объясняет она. – Чтобы зарабатывать музыкой, надо было открывать свой шоу-бизнес. А

я уже начала зарабатывать в спорте.

Это так. Кроме пенсии по инвалидности и финансового участия родителей в жизни Лизы есть собственный заработанный лично ей небольшой материальный источник. Она получает ежемесячные стипендии за победы в крупных соревнованиях. С осеннего чемпионата России 2020 года, в котором завоевала бронзу, до следующего чемпионата ей выплачивают 10 тысяч рублей в месяц. Столько же «зарабатывает» своей победой серебряный призер чемпионата России. Золотой – на треть побольше. Чем выше статус соревнования, тем серьезнее стипендия.

Разве это не стимул дальше работать над своим телом?

Лучший учитель нашей жизни – сама жизнь, ее уроки невозможно прогулять.

...Мы с Лизой сидели за чаем до глубокого вечера. Она рассказывала, что стала сторонником здорового питания, поэтому не пьет растворимого кофе. Показывала свое рукоделие, развивающее мелкую моторику. Делилась впечатлениями о поездках на соревнования в Италию и Финляндию. Выспрашивала особенности постановки звука в разных языках. Показывала, как серьезно занимается самообразованием: взялась изучать английский язык и информатику, чтобы комфортно чувствовать себя в зарубежных соревнованиях и в глобальной интернет-сети...

Но когда я попросила ее вспомнить что-нибудь, начав со слова «однажды», она... запела. Завела тихим голосом звенящую мелодию из лирического сериала. Сначала просто без слов, потом тихим «а-а-а-а...» И наконец: «Я хочу рассказать тебе, любимый, я так хочу рассказать, но мой голос дрожит...»

И обнажилась её душа. Трепетная и нежная. Жажущая понимания и сопричастности. Душа маленькой женщины мира, извечно готовой к высокому чувству и счастливым переменам в жизни.

Каждый закат оставляет нам луч надежды. И он называется «завтра».

Лариса АНДРЕЮШИНА

Давай побежим вместе!

Эта медаль мне особенно дорога. Она награда за участие в онлайн-забеге «Достигая цели», который прошёл в России в августе 2021 года.



– Он-лайн забег и подведение итогов с награждением в течение одного дня? – переспросили друзья и коллеги, которым я рассказала о предстоящем событии. – Такого не может быть в природе!

В самом деле, общение в вайбере уже привычно. Видеоконференции в зуме – повседневность. Но каким может быть всероссийский виртуальный забег в интернет-сети? Это же не игра в танчики!

Идея, реализованная создателями проекта «Достигая цели» Российских железных дорог, оказалась превосходной.

– Начнем с того, что вы скачиваете на смартфон любое приложение для тренировок, даже обычный шагомер, – сказали милые девушки в палатке, установленной на нижегородской улице Октябрьской революции около Управления Горьковской железной дороги. – В День железнодорожника вы включаете приложение, бежите дистанцию, фотографируетесь, посылаете файл и снимок с результатами организаторам. Имеет ваша работа отношение к железнодорожному транспорту или нет, неважно, все мы пассажиры и участвуем в перевозках.

Сколько километров нужно бежать? Где стайерская трасса? Есть ли нормативное время, начиная с которого будет засчитан результат? Очередь нижегородцев и гостей города разного возраста, статуса, профессий, выстроившаяся к яркой палатке, гудела вопросами.

Ответы оказались один удивительнее другого. Взрос-

лым нужно пробежать ровно 1 километр 520 сантиметров, это ширина железнодорожной колеи. Маршрут можно выбрать любой – тротуар вокруг собственного дома, пешеходную дорожку между двумя остановками трамвая, спортивную площадку ближайшего школьного двора. Главное уложиться в период с 10 до 13 часов и вовремя включить шагомер. Скорость передвижения значения не имеет, хоть быстрый шаг.

В день «Че» виртуальная сеть запестрела репортажами в реальном времени. В штаб онлайн – проекта сразу после торжественной церемонии открытия акции начали поступать сообщения из разных городов России. Дистанцию на территории Горьковской железной дороги бежали более 600 спорт-сменов-любителей. Самой старшей Раисе Крювченковой 72 года, самой юной Ане Олейник шесть лет.

Я сама вышла на беговую дорожку в автозаводском парке. А после того, как результаты были отправлены на сайт организаторов, в храме Николая Чудотворца вместе с несколькими другими участниками забега мы поставили свечи за здоровье ребятишек с онкологическими заболеваниями. Дело в том, что при регистрации на участие в благотворительном забеге каждый мог внести любую сумму пожертвования на лечение детей. Все собранные средства с забега этого года Горьковская железная дорога переводит в некоммерческую организацию «Нижегородский онкологический научный центр».



✓ Доступная среда

И детям, и взрослым

В этом году будет достроен новый детский сад на 240 мест в микрорайоне Красногорка на Бору. Это развивающийся микрорайон, где проживает много молодых семей. «Он будет адаптирован для детей с особенностями здоровья, здесь планируется открыть две инклюзивные группы и бассейн», – отметил заместитель губернатора Сергей Морозов, проверивший ход строительства.

В двух нижегородских театрах – «Преображение» и «Комедия» – в этом году было запланировано обустроить входные группы. Театр «Преображение», находящийся в жилом доме, в помещении бывшего кинотеатра «Искра», давно нуждался в крыльце с навесом. Здание включено в перечень объектов культурного наследия, поэтому при планировании нового строительства необходимо было, чтобы крыльцо вписалось в архитектурный стиль здания. На данный момент работы по устройству входной группы завершены. На колоннах крыльца будут размещены афиши и репертуар театра. Кроме того, входную группу оборудовали пандусом.