

Его девиз – побеждать!

Всероссийский проект "Классные встречи" Движения Первых – это общение с интересными людьми. Такой открытый диалог о карьере и профессиональных успехах гостя, о его личной жизни, необходимый всем нам. Встреча прошла в рамках наступающей декады инвалидов и Дня матери. В ней приняла участие целевая аудитория актива и членов Ковернинской районной организации «ВОИ», инвалиды с детства и колясочники, их родители.



О силе духа

28 ноября на площадке СОК "Рось" прошла встреча члена паралимпийской сборной России по плаванию Александра Молькова с инвалидами округа.

Александр Мольков – профессиональный пловец-паралимпиец, мастер спорта международного класса, трёхкратный чемпион России в эстафетном плавании, серебряный призёр Всемирных игр IWAS ("Международная спортивная федерация колясочников"). Победитель и двукратный серебряный призёр открытого чемпионата Мексики 2014 года.

Программу вели педагог дополнительного образования, волонтер поисково-спасательного отряда Ольга Сергеевна Шапкина и заведующий отделом по физической культуре и спорту администрации округа Алексей Валерьевич Коптелов. В начале Александр охотно отвечал на вопросы, он в людях больше всего ценит умор и жизнелюбие. "Сделай себя сам!" – такое жизненное кредо Александра Молькова, который достигает поставленных целей, каждый день непрерывно двигаясь вперёд.

На вопрос, как он выбрал плавание, Александр отвечает не задумываясь: "Это плавание выбрало меня". Тридцативосьмилетний молодой человек вспоминал события почти двадцатилетней давности. Родился и вырос он в селе Хохлома. В начале двухтысячных обу-

чался в Ковернинском профессиональном училище №85. Потом была служба в рядах Российской армии. Воздушно-десантные войска. Голубые береты, прыжки с парашютом (а их у Александра было 13), крепкая мужская дружба – всё это у механика-водителя боевой машины десанта внезапно оборвалось, когда в один из очередных отпусков парень попал в ДТП... Саша потерял возможность ходить и оказался в инвалидной коляске.

Однако, он не отчаялся, а нашёл в своей судьбе новый лучик света, который привёл его в большой спорт. В 2010 году увидел по телевизору, как проходила зимняя паралимпиада в Ванкувере. Увидел ребят с ограниченными физическими возможностями, соревнующихся и побеждающих. Подумал, а почему он не может? Саша серьёзно загорелся идеей заняться профессиональным спортом. Так он пришёл в ФОК "Олимпийский" города Балахны. В этот город в 2013 году переехали и родители. Кстати, в этом же году он получил среднее специальное образование, окончив Нижегородский радиотехнический колледж.

В бассейне Александра заметила тренер Ирина Николаевна Мальцева, которая поверила в амбициозного, настырного, безгранично трудолюбивого юношу. Профессиональным взглядом она увидела спортивный азарт, когда Саша каждый новый день хотел проплыть всё дальше и быстрее, чем в предыдущий...

Талант, помноженный на мужество

Результаты упорного кропотливого труда не заставили себя долго ждать. Первые соревнования прошли уже в мае 2014 года. Это был кубок России, на котором Саша занял пятое призовое место и выполнил норматив кандидата в мастера спорта по плаванию. Потом были соревнования мирового уровня. В ноябре 2014 года Александру Молькову посчастливилось участвовать в открытом чемпионате в Мексике, где принимали

участие девять стран. Первый вылет Александра за границу. Там он завоевал золотую медаль на дистанции 100 м на спине и две серебряные медали (50 м баттерфляй, 100 м брасс). А через год уже участвовал во Всемирных играх IWAS в Сочи среди представителей 36 стран. Боролся в условиях жёсткой конкуренции на дистанции 50 м в стиле баттерфляй. Из гостеприимного Сочи спортсмен привёз "серебро", а сборная России по плаванию заняла 1 место в командном зачёте. В мае 2015 года Александр Мольков, завоевав на чемпионате России серебряную и бронзовую медали, выполнил норматив мастера спорта.

Все эти годы он не останавливался на достигнутом, упорно шёл к новым победам. В 2018 году на чемпионате России выполнил норматив мастера спорта международного класса. В сентябре 2019 года состоялась вторая поездка за границу. На чемпионате мира в Лондоне в составе сборной России Александр занял почётное пятое место.

"Спорт - моя жизнь"

В Паралимпийских играх Александр участвовал один раз. XVI Паралимпийские летние игры в Токио в 2021 году из-за коронавирусной пандемии перенесли на год позднее. Там он стал четвёртым. На вопрос, какая медаль далась спортсмену нелегко? Александр признался – это была бронзовая медаль на чемпионате Европы по паралимпийскому плаванию в Португалии в 2024 году.

А вот чем Александр будет заниматься по завершении его спортивной карьеры, он не определился. Пока он конкурентен, дружба со спортом будет продолжаться. Это также прекрасная возможность посмотреть мир, обрести новых друзей, развиваться физически и, конечно, заработать: «Ведь плавание – это тяжёлая работа физически, но она приносит огромное моральное удовлетворение...»

В разговоре Александр отметил, что в Ковернинском округе за последние годы создана прекрасная база для занятий спортом и призвал ребят с ограниченными возможностями здоровья



не заикливаться на своих болезнях. А приходиться в спортивные залы, на спортивные площадки и стадионы, находить себе занятия по душе. Не зря же говорят: «дорогу осилит идущий». Жизнь и судьба Александра Молькова хоть и непростая, но как нельзя лучше вдохновляет всех окружающих на занятия физкультурой и спортом. Встреча с таким именитым спортсменом стала настоящим уроком мужества для каждого, кто пришёл в этот день в спортивно-оздоровительный комплекс "Рось". От имени всех собравшихся в зале дорогого земляка поблагодарила директор «Управление социальной защиты местного фонда муниципального округа» Наталья Николаевна Глухова. Генеральный директор БФ "Рось" Евгений Владимирович Сарминский рассказал о поддержке фондом людей с ограниченными возможностями здоровья и о перспективах работы по различным направлениям, в том числе касающихся занятий физкультурой и спортом.

Квиз и настольные игры

А завершилось мероприятие спортивной викториной, в которой участвовали несколько команд. Интеллектуальную игру провела советник директора по воспитанию Анисимовской основной школы В.В. Затеева.

Потом все желающие соревновались в настольных играх джакколо и гольф-бильярд, спортивной игре дартс. Председатель Ковернинской организации ВОИ Татьяна Владимировна Веселова наградила ребят медалями; правда, сладкими, шоколадными...

Татьяна ЦВЕТКОВА

✓ К дню инвалидов



«Мы вместе можем сделать очень много, чтобы остаться на земле людьми. И выбрать нашу верную дорогу, и это можем сделать только мы. Несчастья нас сломать не могут, Не стынет на морозе наша кровь! Приходят вовремя нам на подмогу: Надежда, вера, мудрость и любовь!»
Сергей Ольгин

Принять судьбу и побороться с ней

Люди с ограниченными возможностями, нарушенными важными функциями организма нуждаются в помощи и поддержке здоровых людей. Обучение в центрах социального обслуживания бытовым навыкам и занятия творчеством важны для адаптации к окружающему миру и социализации в обществе.

Инвалидами порой становятся по трагической случайности. Забота о таких людях, а особенно о детях требует много сил, времени, внимания и терпения. Зачастую в таких случаях родители не могут работать в полную силу, появляются материальные проблемы. Но всегда надо помнить: диагноз – это не приговор. Главное – верить в себя и не бояться трудностей. Ведь именно особенные дети учат всех нас быть добрее, терпеливее и ценить каждый момент жизни. Мамам таких детей приходится очень тяжело в жизни. На хрупкие женские плечи ложится гораздо больше хлопот по уходу, чем у мам здоровых ребят. Я уверена в том, что относиться к детям с

ограниченными возможностями нужно максимально просто и обычно. Чтобы они чувствовали себя не хуже других. А в ответ всегда обязательно получим неподдельную благодарность и искренность.

Дима Белов живёт в Богородске. Каждое утро, вот уже несколько месяцев подряд он посещает центр социальной помощи инвалидов. В их группе все дети особенные. Здесь в рамках программы сопровождаемого обучения, дети с ментальными нарушениями здоровья учатся элементарным бытовым навыкам. Кроме всего прочего педагоги обучают, как правильно очистить и порезать овощи, как помочь родителям с уборкой квартиры: правильно поль-

зоваться пылесосом, аккуратно застелить свою постель.

Дима научился здесь готовить вкусные салаты. Искренность и доброта притягивает к нему других ребят – подростков. Он с удовольствием участвует в мероприятиях центра социального обслуживания. Хотя иногда ему требуется помощь. Важное место в жизни Димы занимает творчество. Мальчик любит собирать картины из алмазной мозаики. А больше всего – старается делать композиции из природных материалов. Создаёт поделки из цветов – сухоцветов, из шишек и листьев. Ведь шишки представляют собой прекрасный материал для изготовления объёмных поделок своими руками. Такое обучающее занятие вырабатывает тягу к познанию окружающего мира. А ещё развивает фантазию, память и внимание. Помогает в коррекции связной речи, улучшает мелкую моторику, восприятие форм и цветов.

На одном мастер-классе

участники вместе со специалистом по социальной работе Светланой Шалановой изготавливали новогоднюю коллекцию. Работа Димы, как все отметили, отличалась от других особым взглядом на мир и необыкновенной красотой.

В центре социального обслуживания для детей проводятся творческие занятия. Педагоги используют нетрадиционные формы работы, аппликации (мозаика из круп, обрывная мозаика). Занятие и общение в центре необходимы детям для успешной интеграции в коллектив здоровых сверстников и в общество в целом.

Несмотря на трудности, Дима не унывает и стремится жить полной жизнью. Парень занимается спортом. В деревне Сохтанка, где проживает бабушка Руфина Ивановна, недалеко от дома смонтированы футбольные ворота. Летом Дима с ребятами любит играть в футбол.

Марина ВОРОБЬЕВА,
член Богородской РО ВОИ