Печатное издание бюджетного учреждения
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Центр адаптивного спорта»

ПОВЕРЬ В СЕБЯ

сентябрь 2022

«Поверив в себя, ты перестанешь быть инвалидом» (Э. Исаков)

33 СПОРТСМЕНА ЮГРЫ ПРИМУТ УЧАСТИЕ В ЛЕТНИХ ИГРАХ «МЫ ВМЕСТЕ. СПОРТ»

ДЛЯ УЧАСТИЯ В СОСТЯЗАНИЯХ ЗАЯВКИ ПОДАЛИ ОКОЛО 1500 СПОРТСМЕНОВ ИЗ РОССИИ, РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ, СТРАН ШОС, БРИКС, СНГ, В ТОМ ЧИСЛЕ И КЛУБНАЯ КОМАНДА ИЗ ГЕРМАНИИ. В СПОРТИВНУЮ ПРОГРАММУ ИГР ВОЙДУТ ДЕВЯТЬ ДИСЦИПЛИН.

Со 2 по 9 октября именитые югорские спортсмены отправятся в Сочи. Здесь состоятся масштабные международные состязания — летние Игры Паралимпийцев под эгидой движения «Мы вместе. Спорт». В состязаниях смогут показать себя атлеты с поражением опорно-двигательного аппарата, представители спорта слепых и спорта лиц с интеллектуальными нарушениями.

Слева направо: Александр Александров, Замир Шкахов, Никита Облепов, Дмитрий Душкин.

Продолжение на 2 →

Алексей Ашапатов

33 СПОРТСМЕНА ЮГРЫ ПРИМУТ УЧАСТИЕ В ЛЕТНИХ ИГРАХ «МЫ ВМЕСТЕ. СПОРТ»

Для участия в состязаниях заявки подали уже около 1500 спортсменов из России, Республики Беларусь, стран ШОС, БРИКС, СНГ, в том числе и клубная команда из Германии. В спортивную программу Игр войдут девять дисциплин.

Югру представят 33 спортсмена. В плавании конкуренцию соперникам составят сургутянка Анастасия Гонтарь и Антон Балтачев из Урая. В шахматных баталиях выступит спортсмен из Ханты-Мансийска — Андрей Ободчук. Паратхэквондо представит нижневартовец Владимир Феофанов.

Слева направо: тренер Артур Загидуллин и атлет Иван Тетерин.

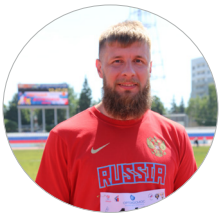
Слева направо: верхний ряд - Евгений Малых, Валерий Прохоров (тренер), Алексей Ашапатов, Александр Боровых (тренер). Нижний ряд - Дмитрий Душкин, Сергей Махов, Замир Шкахов.

За медали королевы спорта будут бороться: сургутяне Алексей Ашапатов, Александр Александров, Арина Аверкович, Алина Марковская, Александр Пятков, Аврора Аймашева, Александр Маликов, Александр Протопопов, Винс Иван, Виталий Телеш, Дмитрий Душкин, Светлана Байгулова, Ирина Летавина, Никита Облепов, Анна Пимуткина, Анастасия Романова, Замир Шкахов, нижневартовцы Олеся Байсарина, Евгений Малых, Сергей Махов, Вениамин Никитин, Анастасия Георгица, представители Югорска Ольга Сергиенко, Ринат Хабибрахманов и Иван Тетерин, Евгений Демин из Лангепаса, Анна Мокан и Никита Дубенчук из Излучинска Нижневартовского района и Екатерина Ветохина из Игрима Березовского района.

«Состязания такого уровня очень важны для всех спортсменов! Да, наших ребят отстранили от многих международных соревнований, но югорчане продолжают тренироваться и радовать нас отличными результатами! — говорит директор Центра адаптивного спорта Югры Михаил Вторушин. — Только за летний период атлеты Югры завоевали более 130 медалей на всероссийских стартах».

Напомним, что Международный паралимпийский комитет (IPC) не допустил российских спортсменов до участия в зимних Паралимпийских играх 2022 в Пекине из-за спецоперации в Украине. Команда в экстренном порядке вернулась на Родину. За семь дней в Ханты-Мансийске организовали и провели альтернативные соревнования «Мы вместе. Спорт», чтобы спортсмены смогли показать результаты, к которым готовились четыре года. В стартах приняли участие более 140 атлетов России, Беларуси, Армении, Таджикистана и Казахстана.

Олеся Байсарина



Евгений Малых

Виталий Телеш

Арина Аверкович

Светлана Байгулова

Ирина Летавина

Сергей Махов

Анна Мокан

Андрей Ободчук

Анна Пимуткина

Анастасия Романова

Ольга Сергиенко

Александр Пятков

Владимир Феофанов

Анастасия Гонтарь

Антон Балтачев

Вениамин Никитин

Александр Маликов

Аврора Аймашева

Ринат Хабибрахманов

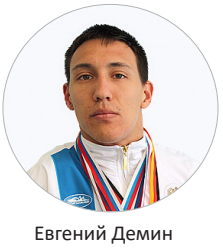
Иван Винс

Алина Марковская

Александр Протопопов

Анастасия Георгица

Никита Дубенчук



Евгений Демин

В мае Центр адаптивного спорта Югры начал реализацию проекта наставничества «Медиаштанга». Его участниками стали студенты журфака Югорского государственного университета. Будущие журналисты с радостью откликнулись на приглашение стать медиаволонтерами, чтобы освещать окружные соревнования по адаптивному спорту.

Весной студенты создавали видеоролики о спортсменах на чемпионате и первенстве по легкой атлетике. Впереди новый учебный год, участники проекта будут вовлечены во все этапы освещения окружных и российских соревнований среди спортсменов с инвалидностью, которые будут проходить в Ханты-Мансийске.

Во время летних каникул в рамках творческого задания «Живу мечтой» студенты готовили очерки о югорских паралимпийцах. Представляем их истории о легкоатлетах Никите Дубенчуке и Светлане Байгуловой.

Студентки журфака Югорского государственного университета

Пробы пера

В метре от мечты

Спортивная история Никиты Дубенчука из гп. Излучинск Нижневартовского района началась совершенно неожиданно. Его лучший друг занимался греко-римской борьбой, предложил пойти с ним посмотреть на тренировку. Но все пошло не по плану, и вместо простого созерцания процесса у нашего героя произошла судьбоносная встреча со своим тренером — Сергеем Гикстом.

Тренер заметил на трибунах паренька, который еще в детском саду посещал его занятия по ЛФК. В 2008 году Сергей Хрестьянович перешел на тренерскую работу и предложил Никите попробовать себя в адаптивном спорте.

Так наш герой оказался вовлеченным в легкую атлетику. В спортзале он загорелся мечтой о спортивном будущем. Какой моряк не мечтает стать капитаном? Так и любой паралимпиец желает стать чемпионом. С этим девизом Никита движется к своей цели.

В 2013 году спортсмен собрал коллекцию наград на первенстве России в Чебоксарах. Он завоевал золото и серебро в трековых дистанциях на 100 и 200 метров соответственно, стал вторым в метании копья и первым в метании диска. А это только начало! Уже через два года Никита побывает в Нидерландах и станет трехкратным чемпионом первенства мира: в толкании ядра, метании копья и диска.

В настоящее время Никита Дубенчук находится на третьем месте международного рейтинга в толкании ядра класса F34. Его лучший результат: 11 метров 43 сантиметра. Можно сказать, что отчасти его мечта уже исполнена, однако сейчас расслабляться рано, ведь в октябре Никита хочет улучшить свой рекорд на летних Играх Паралимпийцев «Мы вместе. Спорт», которые пройдут в Сочи.

Несмотря на то, что все силы легкоатлета сейчас сосредоточены на спортивных показателях, молодой человек мечтает о семье, собственном уютном гнездышке. Сердце юноши неожиданно оказалось в руках Аллы, девушки из логопедического центра. Это стало уже второй случайной, но чрезвычайно важной встречей в жизни Никиты. После завершения Игр в Сочи ребята сыграют свадьбу, как говорит сам спортсмен: «Попаду сразу с корабля на бал».

Сейчас жизнь Никиты наполнена разными событиями: тренировочный процесс, включающий частые выезды на сборы и соревнования, подготовка к свадьбе. Всего, что есть в его жизни, он достиг сам, а это значит, что инвалидность не может запретить людям мечтать и ставить перед собой большие цели. Мечтайте, творите, вдохновляйте, все в ваших руках!

Автор: Эвелина Тимирбаева, студентка 2 курса ЮГУ.

«После того, как мы окончательно потеряли из виду цель, мы удвоили свои усилия»

У каждого из нас есть мечта. Это сокровенное желание, которые испытывал каждый человек. Своей историей и мечтой поделилась с нами Светлана Байгурова — рекордсменка, многократная победительница и призер чемпионатов России по легкой атлетике среди спортсменов с поражением опорно-двигательного аппарата. Девушка выступает в классе F56.

Светлана поздно пришла в спорт — в возрасте 23 лет, когда только открылся в Сургуте легоатлетический манеж Центра адаптивного спорта. Светлане написал преподаватель из университета: «Иди в ЦАС на экскурсию». Девушка так и поступила. Оснащение спортивного учреждения произвело на нее хорошее впечатление, поэтому будущая спортсменка сразу же записалась на тренировки и начала регулярно посещать зал. До этого, она долго и упорно занималась реабилитацией. В 14 лет Светлану парализовало, но причину врачи не смогли выявить. Так, на плечи девочки-подростка легла сложная задача по восстановлению двигательной активности. Поддержку Светлане в то время оказали родители и брат.

В зале адаптивной физкультуры девушка встретила своего нынешнего тренера, Игоря Додонова, именно он предложил попробовать себя в легкой атлетике. Светлана долго отказывалась заниматься на профессиональном уровне, но под натиском уговоров решила попробовать. О своих первых турнирах спортсменка вспоминает с улыбкой:

«Помню, это была окружная Параспартакиада. В программе соревнований произошли изменения. Мне сообщили об этом поздно. Хорошо, что со мной приехал папа, вместе с ним буквально вылетели из дома, и, выходя из машины у стадиона, я села на станок, даже испугаться не успела, в итоге стала первой».

Основное направление рекордсменки — метание диска и толкание ядра, она многократно поднималась на пьедестал почета на всероссийских соревнованиях по этим дисциплинам. Помимо спорта Светлана работает в пенсионном фонде, а в свободное время любит читать книги: романы-антиутопии.

Сейчас спортсменка усиленно готовится к летним Играм Паралимпийцев «Мы вместе. Спорт»», которые пройдут в Сочи в октябре. Её главная мечта — попасть в состав сборной России и поехать на Паралимпиаду. Хочется пожелать Светлане новых побед, и, конечно же, звания чемпионки Паралимпийских игр!

Автор: Елизавета Петрова, студентка 2 курса ЮГУ.

Семьи Югры становятся спортивными

В апреле этого года Министерство спорта определило 36 регионов России модельными площадками по обобщению и распространению опыта по вовлечению различных категорий населения (фокус-групп) в занятия физической культурой и спортом. Югра стала модельной площадкой по направлению «Адаптивная физическая культура».

РЕГИОН С ОПЫТОМ

Наш округ имеет практику реализации экспериментальной площадки. В 2019 году в рамках федерального проекта «Спорт — норма жизни» Югра искала новые способы вовлечения людей с инвалидностью в физкультуру и спорт. Тогда Центр адаптивного спорта совместно с муниципалитетами разрабатывал и внедрял программы физкультурно-оздоровительной направленности.

Программы позволили объединять в спортивные группы людей с инвалидностью разных нозологий и возрастов. Благодаря новой системе количество занимающихся выросло в пять раз: с 255 до 1360 человек к концу работы проекта. На достигнутом не остановились, и сегодня в 45 спортивных и 11 некоммерческих организациях Югры проводятся занятия по 107 программам. Количество людей с инвалидностью, которые начали свой путь в спорте, с тех пор практически удвоилось и уже приближается к 2500.

НОВЫЙ ПОДХОД

Особенность площадки 2022 года заключается в том, что теперь создаются условия для занятий людей с инвалидностью вместе с членами их семей и сопровождающих.

«Реализуя программы физкультурно-оздоровительной направленности, мы увидели, что в части из них активно участвуют родители или другие близкие родственники. Они занимаются совместно или же оказывают помощь инструкторам. Деятельность модельной площадки направлена на то, чтобы урегулировать правовые и организационные механизмы сопровождения инвалидов и их семей при получении реабилитационных (абилитационных) услуг», — рассказал директор Центра адаптивного спорта Югры Михаил Вторушин.

С АПРЕЛЯ В ПРОЕКТ ВКЛЮЧИЛИСЬ 19 МУНИЦИПАЛИТЕТОВ ОКРУГА, ПО 31 ПРОГРАММЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ВМЕСТЕ СО СВОИМИ ДЕТЬМИ ЗАНИМАЮТСЯ 170 РОДИТЕЛЕЙ.

НЕ ТЕРЯЕТСЯ НИ МИНУТЫ

Как новые механизмы вовлечения семей в спорт работают на практике, можно увидеть уже сейчас.

С июня Центр адаптивного спорта Югры участвует в конкурсе ФизкультРАСС «Ни минуты не теряя, мы здоровье укрепляем!», который проводится в рамках федерального проекта «Спорт — норма жизни». Конкурс нацелен на привлечение к физкультуре лиц, сопровождающих детей к местам занятий спортом и ожидающих их во время тренировок.

По итогам конкурса организаторы проводят отбор самых перспективных в развитии этого направления регионов и тиражируют их опыт по стране.

До 31 октября у мам и пап, бабушек, дедушек и всех близких наших воспитанников есть возможность стать полноправными участниками тренировочного процесса, интересно и с пользой для здоровья провести время. Например, научиться кататься на роликах, попробовать свои силы в футболе или же настольном теннисе.

ЕДИНОЕ ДЕЛО СЕМЬИ

«Это очень хорошо, когда дети и родители привлечены к одному делу! Совместные занятия позволяют не только передать опыт, но и помогают лучше узнать друг друга, сближают и объединяют нас», — считает Оксана Михайлюк, мама воспитанника Регионального центра адаптивного спорта г. Сургута.

Мероприятия проводятся в структурных подразделениях Центра в Ханты-Мансийске, Сургуте, Нижневартовске, Нягани, Югорске и пгт. Пионерский Советского района.

«Несколько раз в неделю я привожу ребенка на тренировки. Сама не успевала посещать спортзал, — рассказывает Екатерина Морозова из Югорска. — Теперь, вместо ожидания с телефоном в руках, я иду в тренажерный зал! Раньше я никогда не слышала о том, чтобы занятия для детей и родителей проводились одновременно. Спасибо организаторам за такую возможность!»

Венцом, самым значимым и масштабным событием проекта, станет фестиваль спорта Дети Югры «Папа, мама, я — спортивная семья» среди семей с детьми с особенностями развития Ханты-Мансийского автономного округа — Югры, который пройдет в окружном центре в октябре этого года.

Печатное издание БУ ХМАО-Югры «Центр адаптивного спорта»
г. Ханты-Мансийск, ул. Студенческая, 21
Директор – М. П. Вторушин
тел. 8 (3467) 92-82-42; csi-hm@yandex.ru

Подготовлена в печать отделом инноваций и информационного обеспечения
тел. 8 (3467) 92-82-81, 92-82-85
csi-press@mail.ru www.csi-ugra.ru

Тираж — 250 экземпляров
Подписано в печать — 02.09.2022 г.
Дата выхода в свет — 02.09.2022 г.
Распространяется бесплатно.