

ПРЕОДОЛЕНИЕ

Недавно мы писали о «солнечных детях» – людях, которые рождаются с синдромом Дауна. Речь шла и о том, что они с детства отличаются не самым крепким здоровьем, нередко имея еще и ментальные нарушения. Но не все так однозначно...

Родителям и медикам приходится прилагать огромные усилия, чтобы такие дети не слышком отставали от сверстников в развитии – а в дальнейшем хотя бы отчасти социализировались и получили надежду существовать самостоятельно. Но вера в своего ребенка делает возможными любые чудеса.

ВЫПЛЫВАЯ ИЗ «РОДНИЧКА»

В семье Велиодинских пятеро детей. Трое – ранних, двое – поздних. Варвара как раз из этих двоих. О том, что на сей раз теория вероятности сыграла против их семьи, родители узнали уже после появления дочери на свет. И сразу решили: воспитываем ребенка так, как если бы он ничем не отличался от остальных.

Касалось это как интеллектуального, так и физического аспектов жизни дочери. Так Варвара оказалась в числе воспитанников группы спортивной подготовки детского комбината №112 «Родничок» города Рыбинска. Именно преподаватель

дальнейшее течение. Известно, как бы сложились отношения девочки, ее семьи и плавания, если бы одновременно с переходом Варвары в школу Ирина Седякина сама не решила на важный шаг в своей карьере, сменив бассейн детского сада на дорожки водного стадиона «Са-турн».

Второе важное обстоятельство – она так же отно-



Анатолий КОНОПЦ
Фото из архива семьи ВЕЛИОДИНСКИХ

кую программу для людей с ментальными нарушениями. Павел Константинович отметил, что главное условие успеха таких спортсменов – вовлеченность их родителей в занятия и прогресс детей. Именно поэтому тренер и пошел на такой эксперимент – заниматься со спортсменом, живущим за сотню километров от базы. Но результаты превзошли самые смелые ожидания.

– Мама Варвары сама занималась плаванием, причем базовый ее стиль – брасс, – рассказал тренер. – Кроме того, у девушки был неплохой поставлен кроль на спине. После начала нашего сотрудничества нам пришлось

Варвара
плывет
за мечтой

ские тренировки по плаванию проходят в здании комплекса «СпортЛайн» – там же, где базируются ярославские гимнасты. И чтобы развивать некоторые качества, жизненно необходимые пловцу, девушка занялась еще и спортивной гимнастикой.

Причем все это проходит в режиме, который выдержал бы не каждый взрослый

существенно поработать над кролем и баттерфляем. Сегодня она одна из наиболее перспективных спортсменов в комплексном плавании, что говорит само за себя.

Но даже это не самое главное. Спорт жизненно необходим таким людям в принципе. Спорт – особенно его виды, связанные с выносливостью, – наиболее системно развивает сердце и сосуды.





го аспектов жизни дочери. Так Варвара оказалась в числе воспитанников группы спортивной подготовки детского комбината №112 «Родничок» города Рыбинска.

Именно преподаватель физической культуры Ирина Алексеевна Седякина сделала вместе с девочкой первые шаги в направлении бассейна. И вдруг оказалось, что Варя, не слишком хорошо двигающаяся на суше, совсем не боится воды. И даже более того: в воде она была куда активнее, чем вне этой среды.

— Когда дочь родилась, мы были ошеломлены ее диагнозом, — вспоминает мама Варвары Галина Анатольевна. — Но при этом сразу же решили растить ее и воспитывать как нормального, обычного ребенка. Мы и инвалидность-то для нее оформили, когда ей исполнилось 8 лет. Варя начала учиться с восьмью месяцами — в частной детской школе. Начали мы с мелкой моторики, с простейших движений, а сегодня занимаемся помимо плавания еще и верховой ездой, спортивной гимнастикой, танцами... Мы сами искали единомышленников, семья с такими же детьми, но даже персонал методических учреждений стался такой информацией не делиться. Это уже сейчас, с развитием информационных технологий, стало возможным помогать друг другу хотя бы советом.

В любой истории есть точка, которая определяет ее

тва, жизненно необходимые пловцу, девушка занялась еще и спортивной гимнастикой.

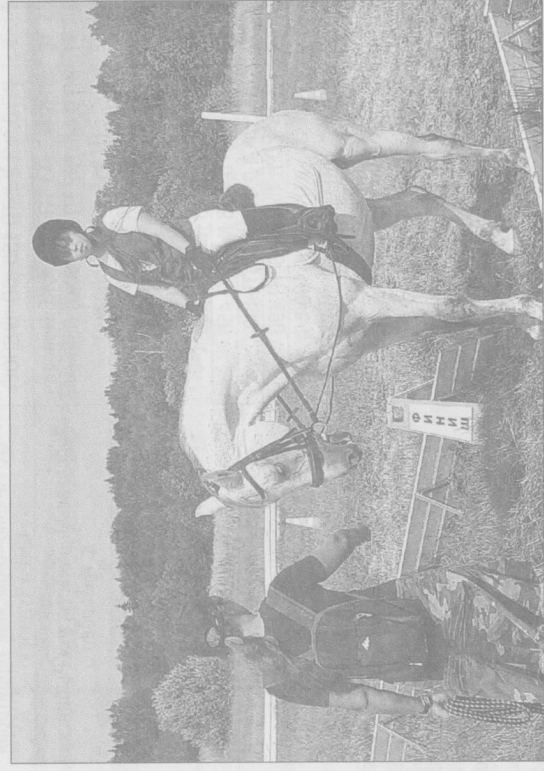
Причем все это происходит в режиме, который выдержал бы не каждый взрослый здоровый человек. Три раза в неделю она ездит на общественном транспорте за сто километров в один конец — и не отдыхая ради, а для довольного утомительной работы, поскольку давно переросла уровень «тренировки для себя». Она входит в состав сборной Ярославской области по плаванию, причём в своей группе она вообще единственный спортсмен.

— Варвара в тройке сильнейших пловчих страны, выступающих в паралимпийской программе, — отметил тренер Павел СУДАКОВ. — Это при огромной конкуренции, поскольку плавание — один из трех видов спорта, входящих в паралимпий-

Но даже это не самое главное. Спорт жизненно необходим таким людям в принципе. Спорт — особенно его виды, связанные с выносливостью, — наиболее системно развивает сердце и сосуды. А теперь Варвара специализируется именно на средних и длинных дистанциях — их не всегда преодолевает и нормально здоровый человек.

Более того: на уровне официальных соревнований сегодня к спортсменам с ментальными нарушениями предъявляются принципиально новые требования.

К примеру, если раньше их допустимо было водить за руку при формировании заплывов, то теперь спортсмены сами, без посторонней помощи перемещаются от момента входа в бассейн до стартовой гудбы. Это существенно помогает их социализации и формированию самостоятельности.



которые уже тогда «разменивали» минутой...

В 2016 году состоялся дебют спортсменки на благотворительных соревнованиях «Победим вместе» в Москве. Они до сих пор проводятся, и Варвара постоянно принимает в них участие. А уже в 2017 году Ирина Алексеевна и ее воспитанница получили приглашение на чемпионат Ярославской области для детей с ментальными нарушениями. Там-то Варвару и приметил Павел Судakov — наставник областного государственного учреждения «Спортивно-адаптивная школа».

Так у юной пловчихи появился второй наставник. Кроме того, к плаванию, верховой езде и танцам добавился еще один вид спорта. Дело в том, что ее ярослав-

силась к Варваре, как и родители девочки. То есть воспринимала ее как нормального ребенка, перед которым можно ставить самые высокие задачи — с учетом, естественно, его особенностей.

Так Варвара оказалась в группе обычных — как их называют специалисты, «нормативных» — детей, занимающихся плаванием уже с прицелом на последующий шторм спортивных вершин.

МЕЖДУ ТУЧАМИ И МОРЕМ

Свои первые 50 метров официального заплыва стилем «на спине» Варвара преодолела за две минуты и тридцать секунд — но это была победа не в меньшей степени, чем у тех детей,

НЕ СПОРТОМ ЕДИНЫМ

Далеко не все обычные люди способны заниматься циклическими видами спорта, поскольку здесь требуется не только выносливость, но, если хотите, определенная одержимость: изо дня в день, круглый год плавать от бортика до бортика, сражаясь с собственным телом за десятые доли секунды...

Тут и обычных-то детей не всегда можно замотивировать на такие подвиги, а что говорить о человеке с ограниченными возможностями? Примечательно, что и мама Варвары, и ее тренер ответили на этот вопрос практически слово в слово.

Суть ответа сводится к тому, что для Варвары плавание – способ почувствовать свое движение к совершенству. Это задает ей такой уровень мотивации, что даже расстояние в 100 километров, которое необходимо преодолеть для очередной тренировки, не становится для нее существенной проблемой.

Естественно, что иногда бывает тяжело, но в целом Варя проявляет себя человеком крайне терпеливым и целеустремленным. Причем нужно учитывать, что для спорта и собственно личной

Естественно, что иногда бывает тяжело, но в целом Варя проявляет себя человеком крайне терпеливым и целеустремленным. Причем нужно учитывать, что для спорта и собственно личной жизни у нее остается не так уж много времени – девушка обучается в колледже на ученика повара. Увы, наша образовательная система ничего более существенного для «солнечных» людей не предлагает. По мнению Галины Анатольевны, такое отношение вызывает много вопросов у родителей особенных детей:

– Чем старше становится Варвара, тем больше я убеждаюсь, что ее внутренний мир ничем не отличается от нашего. Она так же радуется достижениям, огорчается оплошностям, влюбляется... Единственное ее отличие от многих из нас – она очень терпеливая. Там, где девять из десяти детей заплакали бы, она встает, отряхивается и продолжает движение... Наверное, потому что понимает: выбора тут нет. И очень надеюсь, что ее и наше терпение приведет в конце концов к тому, что успешное преодоление трудностей жизни не остановится на уровне колледжа.

Кстати, совсем недавно Варя Велиоцинская победила в онлайн-голосовании, которое проводил департамент спорта города Рыбинска, в номинации «Самая популярная спортсменка 16 – 18 лет». Пожелаем ей удачи и новых достижений! <<