



ИЗ АРХИВА ДМИТРИЯ ЛИХАЧЕВА

На льду все равны

Спорт помогает развиваться

Особенные дети бывают успешны в спорте, например, в фигурном катании. Я бы в это, может, не верила, но знаю наверняка. Дело в том, что мой папа, Дмитрий ЛИХАЧЕВ, тренер по фигурному катанию екатеринбургской школы №1, 13 лет посвятил адаптивному спорту и работе с особенными детьми.

Свою работу с нейроразличными детьми он начал в 2012 году, когда уже имел тренерский опыт. Стоит отметить, что термин «нейроразличный» объединяет обозначения различных расстройств аутистического спектра. У нейроразличных детей особое восприятие, мышление и поведение.

Как признается тренер, ключевое отличие в тренировках с такими ребятами – необходимость повышенного внимания к эмоциональному состоянию детей, которые быстрее устают. Поэтому занятия проходят в малых группах, а программы строятся с учетом индивидуальных способностей каждого спортсмена.

– Элементы фигурного катания никак не меняются, но программы для особенных детей

легче. Также учитываются индивидуальные способности атлетов. Никто не заставит не прыгающего в один оборот прыгать четыре, – поясняет принципы своей работы Дмитрий Лихачев.

Важнейшим аспектом тренера называется инклюзия, когда на льду одновременно занимаются и нейротипичные, и нейроразличные дети. По его словам, дети без особенностей зачастую даже не догадываются, что у их товарищей есть диагноз, так как внешне их не отличить. Например, в прошлом учебном году у него тренировался девятиклассник в группе с ребятами из 3-5-х классов. Ему было там комфортнее и спокойнее. Такое взаимодействие крайне полезно для социализации. Яркий пример – парное катание, где один партнер может быть с диагнозом, а другой – нет.

Самый большой страх в инклюзивном спорте для спортсмена – выйти на большой каток и выступить на соревнованиях. Здесь важную роль играет поддержка наставника. Несмотря на диагноз, воспитанники Лихачева добиваются серьезных успехов, становились призерами и победителями городских, областных и даже международ-

ных соревнований, таких как Всемирные специальные Олимпийские игры.

Тренер подчеркивает пользу спорта для развития координации, фантазии и эмоциональной разрядки.

– Каждый тренер хочет вырастить чемпиона, но моя цель – помочь нейроразличным детям социализироваться. Я хочу, чтобы они занимались, развивались, учились чему-то новому, чтобы как можно больше детей смогли попробовать себя на льду и раскрыть свои таланты, – делится Дмитрий Лихачев.

В группы по фигурному катанию в екатеринбургской школе №1 он набирает ребят с 5-го класса. Зимой обучение проходит на открытом льду, а осенью и весной спортсмены занимаются общей физической подготовкой в зале.

Его опыт доказывает: инклюзивный спорт – это реальная практика. Она меняет жизни детей, открывая для них новые возможности на льду и за его пределами.

Николетта ЛИХАЧЕВА, студия «Соль», г. Екатеринбург

Мои рисунки – моё «Браво!»

В Нижнетагильском драматическом театре им. Д.Н. Мамина-Сибиряка в конце августа вместе с 80-м, юбилейным, творческим сезоном открылась выставка художественных работ, посвященных театру. Я создавала их в течение нескольких месяцев, изначально совсем не думая о выставке.

Осенью 2024 года я стала частой гостьей в Нижнетагильском драматическом театре им. Д.Н. Мамина-Сибиряка: Лаборатория «Театр + Кино», последние показы «Вишневого сада» и «Идиота»... Однажды просто начала рисовать персонажа, без определенной задумки. Гляжу – а он похож на артиста театра **Юрия Сысоева**! Потом посмотрела «Село Степанчиково», главный герой которого, Фома Фомич Опискин, – манипулятор с незаурядным характером. Я начала и его рисовать, получилось похоже, легко угадывается Фома Фомич в исполнении заслуженного артиста России **Игоря Булыгина**!

В аккаунте театра в социальной сети «ВКонтакте» зрителям предлагают делиться впечатлениями в постах. Я и поделилась, опубликовала в комментариях картинку. В те дни я как раз начала заниматься в Школе журналистики газеты «Тагильский рабочий». Именно там, когда я показала свои рисунки, мне подали идею сделать со временем из моих работ небольшую выставку. Позднее я познакомилась с художественным руководителем нашего театра Игорем Булыгиным. **Юлия Зяtkова**, художник театра, помогла оформить выставку, за что я ей очень благодарна!

Рисунки, а это преимущественно портреты, выполнены в разных жанрах и в техниках. Моя любимая техника – смешанная, это когда картина выполнена разными материалами: акварель, гуашь, карандаш (как простой, так и цветной), черная ручка-кисть, стразы и даже соль – в работе с водными красками можно ее использовать для создания красивых текстур.



ИЗ АРХИВА АННЫ ДРОНОВОЙ

Я нарисовала «портрет сцены» по той же комической фантазии, множество портретов после просмотра спектакля «Три мушкетера», большой яркий портрет Золотой рыбки в исполнении **Елизаветы Леньковой**. Интересен рисунок по спектаклю «На всякого мудреца довольно простоты» – символическая и динамичная сцена борьбы Егора Дмитрича Глумова со своим Талантом и другие работы по чудесным спектаклям нашего театра.

Зрители с интересом разглядывают выставленные в фойе рисунки, фотографируют их и фотографируются с ними. От многих артистов я получила благодарность. Ценю и уважаю людей, которые душой преданы искусству театра: тех, кто создает чудо за занавесом, тех, кто на подмостках... Они вдохновляют! Мои рисунки – это моё «Браво!» им.

Анна ДРОНОВА, Школа журналистики «Тагильского рабочего», г. Нижний Тагил

Хотите «ОГ-ого!» какую футболку?

Поделитесь своим «ОГ-ого!» каким опытом!

26 сентября – два года печатному проекту «ОГ-ого!» на страницах «Областной газеты»

28 сентября – два года сообществу «ОГ-ого!» во «ВКонтакте»

Год назад начал работу наш сайт OGOGO.OBLGAZETA.RU

Предлагаем участникам «ОГ-ого!» поделиться опытом подготовки своих журналистских материалов для газеты и интернет-ресурсов: где побывали, с какими интересными людьми познакомились, чему новому научились, что еще захотели узнать на будущее?

С 30 сентября по 20 октября:

- ✓ публикуйте посты в своих соцсетях с хештегом #огогокакойопыт
- ✓ отправляйте тексты в наше сообщество во «ВКонтакте» с хештегом #огогокакойопыт
- ✓ отправляйте файлы на электронную почту ogogo@oblgazeta.ru с указанием в теме сообщения: «ОГ-ого!» какой опыт.

Все ваши материалы будут опубликованы в «ОГ-ого!» во «ВКонтакте» и на сайте OGOGO.OBLGAZETA.RU.

Три лучших материала будут опубликованы в октябрьском выпуске «ОГ-ого!» в «Областной газете».

Авторы самых интересных и познавательных материалов получат в подарок вот такую «ОГ-ого!» какую футболку.



«ОБЛАСТНАЯ ГАЗЕТА»