



«Хочу стать чемпионкой!»

13-летняя жительница Арамили стала победительницей Всероссийских соревнований для глухих

Семья Мошеговых переехала в Арамиль 7 лет назад, до этого жила в Екатеринбурге. Каждое достижение Кристины – радость для нее и ее родителей. Ведь дается им всем этот успех с большим трудом. Как девочка пришла в профессиональный спорт и как он влияет на ее физическое состояние при большом количестве диагнозов – в нашем рассказе.

Сынать позволяет процессор

У Кристины Мошеговой – нейро-сенсорная тугоухость 4-й степени: следствие неправильно принятых родов.

– Когда мы прошли обследование в Москве, куда нас направили для получения диагноза, профессорский состав подтвердил тот факт, что это – приобре-

т у девочки стоит микрочип, аппарат воспринимает звуки, направляет его в мозг, который расшифровывает сигнал.

– Из-за того, что ребенок до 3 лет не слышал, задержка в развитии была неизбежна, – объясняет мама Кристины, – ей тяжело дается все, что связано с речью: ударение, склонение слов. С чтением и пересказами у нее получается, говорит быстро, но понимание дается с трудом. Учится она хорошо: с четырьмя «четверками» окончила 5-й класс, перешла в 6-й. Но словарный запас – маленький. Пополняется с каждым годом. Специалисты прогнозируют, что к 20 годам она более-менее выйдет на средний уровень развития.

Кристина обучается в специальном интернате – ГАУ СО «САШ» №13 в Екатеринбурге. По словам родителей, это – сильная школа: таких мало для ребя-

тишек с особыми показаниями по здоровью. Воспитатели хорошо к ребятам относятся, как к своим детям – искренне любят их. Пять дней уходит на учебу и проживание, а на выходные – ребенок приезжает домой. Расставание – как вынужденная мера...

– Мне было больно, очень тяжело было: ревели все – и мы, и она. Но я понимала, что чем раньше она начнет развиваться, тем лучше будет для нее. Мы и до сих пор скучаем всегда. При встрече нацеловаться, наобниматься не можем, – признается Ольга.

В дошкольном возрасте для Кристины родители подыскивали специалистов по развитию девочки и лечению ее заболеваний, так как специализированной программы для таких деток нет. С проблемами по здоровью вопросы пока не решаются до конца.

– С тазом до сих пор непонятно, что у нас: врачи ставили костно-церебральный паралич, он есть, мы это видим, но никто не может определить точно. Имеются и сопутствующие сосудистые заболевания. Из-за этого у Кристины с рождения сильно болят ноги: их «выкручивает», сводит судорогой изнутри. Пробовали мази различные и другие средства – помогает временно, только на месяц примерно. Баня, сауна, массажи-

сты – наши показания. Врачи говорят, что нам всегда теперь с этим жить. Все что горячее, разогревающее – нам подходит. И, когда она бегает, сердце кровь гоняет, сосуды расширяются, спазмы снимаются... Разогретая, она чувствует себя комфортно, как нормальный человек. И к этому и стремится – постоянно чувствовать себя здоровой. Поэтому тренировки – это ее физическая потребность, – рассказывает мама девочки.

Секрет победы и анализ ошибок

Учитель по физической культуре, который курирует школу-интернат, где учится Кристина, приходит и занимается с детьми постоянно – в лесопарке рядом или в здании манежа.

– Борис Геннадьевич Дворников – шикарный тренер. Вывел многих людей на олимпийскую арену. Он наблюдает за ребяташками, нулевой, первый класс – присматривается, кто из них имеет хорошие данные, – говорит Ольга Васильевна. – Кри-

стина – фанатка легкой атлетики. Для нее преград не существует. Скромная, волнуется при общении. Но когда бежит, подключает все свои силы. Она не только в спорте молодец, она еще рисует прекрасно! Мы надеемся, что Кристина будет готова с ребятками, такими же как она, особенно, встретиться и поделиться своими успехами и впечатлениями. Эта семья – уникальный пример для всех. Мне бы хотелось, чтобы о ней узнали все. Я благодарна всем, кто ее поддержит.

**Ольга Сартакова,
руководитель СРОО «Мир для каждого»**

стина в детстве в классе была самая маленькая. Просто крошка! Потихонечку он пробовал с ней заниматься, и так привлек на занятия.

И девочки они понравились: теперь бег и прыжки в длину – это все «ее».

– Я давно мечтала заниматься спортом, легкой атлетикой, – рассказывает она. – И вот родители меня отдали в секцию. Занятия проходят каждый день по два часа. Я не устаю, мне нормально. Зарядку делаем, упражнения различные, и бегаю дистанции: больше всего люблю преодолевать расстояние по 5 километров, а старты бывают от 300 до 800 метров.

Кристина занимается бегом профессионально: состоит в спортивной ассоциации, которая оплачивает все поездки, проживание и питание на соревнованиях. Правда, войти в эту организацию можно только с 14 лет, а девочке пока 13, но ее тренер добился того, чтобы юное дарование включили в списки раньше: направлял официальное письмо



в Москву. Благодаря этому Кристина на прошлой неделе смогла принять участие во Всероссийских соревнованиях – в Первенстве России по легкой атлетике для глухих.

– Я когда бежала, у меня был хитрый план: сначала медленно, потом разогналась, потом еще быстрее – и обогнала всех, – делится секретом победы девочка.

Соревнование проходило в городе Чебоксары. Наши девочки на нем показали «класс»: команда от Свердловской области в трех дисциплинах заняла первые места! Это были и личные зачеты, и командные: бегали на 100, 400 и 800 метров. Домой Кристина привезла три золотых медали.

– Хочу стать чемпионкой! Я для этого многое делаю. Стать тренером мечтаю: учить детей, как правильно бегать и правильно дышать. Это важно: воздух надо набирать в живот – рассказывает Кристина.

Только вперед!

До этого девочка не раз становилась участницей городских и областных соревнований. Хотя были «и взлеты, и падения». Она постоянно смотрит свои видеозаписи с различных соревнований – анализирует ошибки, разбирается, что сделала не так и что при следующем забеге можно исправить. Советуется с мамой.

– Она очень сильно переживает: и до соревнований, и после. Если проиграла – расстраивается. Рассказывает мне: «Мама, у меня на финише остались силы». Но при этом не победила. А могла бы. А «бы» быть не должно. Почему не выложилась вся? – говорит мама девочки.

Каждый год Кристина подтверждала категорию: до недавнего времени у нее был второй взрослый разряд, а после соревнований в Чебоксарах ей присвоили внеочередное звание Кандидата в мастера спорта!

– Тренер постоянно их заявляет на различные соревнования – причем, не только на паралимпийские, но и ставит их рядом с обычными, здоровыми детьми. У особенных ребяток при этом есть стимул – тянуться и показать что-то большее, – поясняет Ольга Васильевна.

Кристина постоянно занимается, даже будучи дома на каникулах: качает пресс, делает зарядку, подтягивается на турнике, отжимается. Бегает одна сама на стадионе дистанции на время. Впереди у нее сейчас – спортивный лагерь, потом – небольшой отдых с семьей, а с сентября – снова учеба и плановые тренировки.

У Кристины папа раньше занимался легкой атлетикой. Теперь он возит ее на соревнования, и, как и мать девочки, гордится достижениями младшей дочери. Родители во всем помогают юной спортсменке: поддерживают и наставляют.

– На самом деле я понимаю, как это сложно и тяжело, но нужно забыть о себе и отдаваться полностью детям. Когда я думаю только о них, мне становится легче, я забываю о всех своих проблемах, откладываю дела, – признается Ольга. – Я не могу по-другому, не умею. Болит – значит будем лечить. Надо – полночи буду массировать ноги. Нужно жить своими детьми. Это дает нам, родителям, силы.

**Текст – Марьяна Марина,
фото – автора и из личного
архива семьи Мошеговых**

