



Родники российских деревень

Родник... При упоминании этого слова так и представляешь себе, как в «глуши лесной, зелёной, в крутом овраге под горой бьёт из каменной родник студёный...» А вода в том роднике чистая-чистая, звонкая, прозрачная, как впрочем и творчество участников межрайонного фестиваля ветеранских хоров «Родники российских деревень», который прошёл накануне весны в культурно-досуговом центре Спасского района и был посвящён 75-летию Победы в Великой Отечественной войне.

В фестивале народного творчества приняли участие ветеранские хоры (члены первичных организаций Всероссийского общества инвалидов) из Спасского, Лысковского, Ворытинского, Княгининского, Большемурашкинского районов. Ярко и убедительно они доказали, что наше хоровое искусство в сельской глубинке живёт и развивается. И это обнадеживает.

А открыл этот патриотический фестиваль ансамбль «Раздолье» (КДЦ патриотической песни «Матушка Россия»).

С приветственным словом к зрителям и творческим коллективам обратилась заместитель начальника управления культуры, молодёжи, спорта и туризма Наталья Евграфова. Она отметила, что песня — одно из самых действенных средств сохранения памяти о героическом прошлом нашей страны, это — мощное средство укрепления преемственности поколений, а также поблагодарила всех артистов за участие в фестивале.

И действительно, уже давно доказано, что песня обладает большим потенциалом эмоционального воздействия на человека. Хорошие стихи и музыка объединяются в одно целое, а когда это музыкальное произведение ещё и исполняется красиво, то слушатели получают огромное удовольствие. Так вышло и в этот раз.

Первым выступил спасский хор ветеранов «Вечно моло-

дые» (руководитель Т.А. Апполонова) под аккомпанемент Андрея Вавилова, Татьяны Лисиной и Владимира Пилиповича. Этот замечательный хоровой коллектив вот уже много лет радуется спасчан своими яркими выступлениями. Слаженно, красиво и искренне под звуки баяна и гитары наши артисты смогли передать неподдельную любовь к родине, описать все красоты матушки России. А раздольная и удалая песня «Я на печке молотила» просто вызвала шквал аплодисментов зрителей, и под цокот каблучков русских красавиц всем так и хотелось пуститься в пляс.

В годы военного лихолетья мужество людей, их стремление защитить свою Родину не знало границ, и вместе с народом в солдатский строй вставала песня. Прошли годы, но песни военных лет, песни Победы звучат и поныне, трогая наши сердца. Именно им — землякам-героям Великой Отечественной войны — свои музыкальные номера посвятили хор Большемурашкинского района (худрук А.Г. Сипаева), хор ветеранов «Волжанка» Ворытинского района (худрук А.В. Савина). Исполнители песен словно вели своих слушателей по трудным дорогам войны от самого её начала и до победного водружения Красного знамени над поверженным логовом врага.

О красоте и просторах родного края широко и раздольно звучали песни в исполнении

Княгининского хора «Ветеран» (худрук Г.С. Назарова).

Лирические песни о любви, русской деревне исполнил хор ветеранов «Сединка» Лысковского района. Особо хочется отметить их художественного руководителя Алевтину Петровну Подуздову. Её жизнелюбие, активности и таланту можно только позавидовать. Участники хора ловили буквально каждое её движение. И их голоса, совершенно разные по звучанию, в конечном итоге представляли единую музыкальную композицию.

Одним словом, фестиваль показал, что все ветеранские хоры — это действительно истинные родники талантов, которые не только не иссякают, но и постоянно пополняются новыми силами и идеями. И молодому поколению есть, чему у них поучиться.

Со словами благодарности за прекрасные выступления к артистам обратился инициатор проведения фестиваля, председатель Приволжского межрайонного Совета ВОИ, председатель Лысковского районного общества инвалидов Евгений Афонин. Всем участникам фестиваля он вручил благодарственные письма, а организатору этого творческого мероприятия — председателю районной общественной организации Всероссийского общества инвалидов Галине Семёновой — почётную грамоту.

Завершился фестиваль ярким зажигательным музыкальным номером в исполнении хора «Вечно молодёжь», вместе с которым пустились в пляс и другие участники фестиваля.

— Очень рады, что мы побывали на спасской земле. За такой короткий промежуток времени почувствовали большой прилив сил и энергии, будто напились живой водицы из родника. Спасибо организаторам за прекрасный праздник, — поделились впечатлениями зрители и участники этого яркого и зажигательного действия.

...Время неутомимо, одно за другим сменяются поколения, но неизменными остаются в русском человеке чувство патриотизма, любви к Родине, России, желание оберегать её и воспевать в своих народных песнях. И этот межрайонный фестиваль тому подтверждение.

Ольга ДОМНИНА,
фото Ивана СОЛОВЬЁВА

Ходьба — залог здоровья

Выйдя на заслуженный отдых, мы как-то дружно стали уделять больше времени своему здоровью. Поэтому приятно удивились, когда узнали, что на базе ФОКа «Урожай» открылась фитнес-группа «Скандинавская ходьба».

Ещё совсем недавно для нас, жителей сельской глубинки, понятие «скандинавская ходьба» было чем-то далеким, недостижимым. Действительно, это относительно новое направление в физической культуре появилось в середине 90-х годов в Финляндии благодаря спортсменам, которые использовали лыжные палки в процессе тренировки вне сезона. Как оказалось, это прекрасный способ для поддержания организма в форме и профилактики заболеваний сердца, внутренних органов и нервной системы. В настоящее время этот тип ходьбы стал очень популярным и превратился в самостоятельный вид физической активности.

С удовольствием мы познакомилась с нашим инструктором Артуром Валерьевичем Пузанковым. Очень приятный молодой человек, скромный, общительный, любящий своё дело. Позднее узнали, что он выпускник Лукояновского педагогического колледжа по специальности «учитель физической культуры». Успел поработать воспитателем во Всероссийском лагере «Артек» и педагогом-организатором в детском лагере «Костер», что находится в Выксунском районе. В будущем хочет посвятить себя тренерской работе. В настоящее время он инструктор учебно-спортивного отдела по скандинавской ходьбе с общим охватом 120 человек. Артур не только тренирует нас, но и сам поддерживает хорошую физическую форму: регулярно занимается в тренажёрном зале. Участвовал в Спартакиаде среди ФОКов области, где оказался одним из лучших.

Кроме нас, починковских пенсионеров, заниматься в фитнес-группе приезжают люди из Байкова, Ужовки, Кочурова, Ильинского, Наруксова, Маресева...

Надо сказать, индивидуальный подбор спортивного инвентаря всегда важный этап в освоении техники ходьбы. Палки являются элементами опоры. Их длина регулирует распределение нагрузки на тело начиная от ног и заканчивая мышцами плечевого пояса. Они выдаются бесплатно. По возможности мы тренируемся дома.

В ФОКе у нас занятия ведутся ежедневно по графику. Начинаем обычно с разминки-зарядки. Каждое упражнение соответствует нашему возрасту. Все движения инструктор показывает на себе а затем исполняет вместе с нами.

Кстати сказать, через некоторое время у многих из нас спина перестала болеть, расправились плечи и выпрямилась осанка. Красота! Походка стала легкой. Появилась бодрость духа, мы больше стали улыбаться и шутить. Даже завязались новые знакомства и появились новые увлечения. И в этом заслуга нашего молодого тренера Артура Валерьевича.

А после занятий нас всех ждёт ещё одно удовольствие — это плавание в бассейне в группе «Здоровье».

Большим подспорьем при привлечении людей с инвалидностью и ветеранов к занятиям в спортивных секциях стало решение транспортных проблем. Сейчас за местной организацией ВОИ закрепили автобус, который по графику доставляет в ФОК из населённых пунктов района любителей физкультуры и спорта. Люди очень довольны за эту заботу о них. Стали проводить соревнования под девизом «Лучшие в спорте» в 25 номинациях и Починковский район был признан самым спортивным.

Л. А. ЗВЕРЕВА,
Г. А. ОТОЧИНА,
В. Ф. СТАНЧЕНКОВА,
члены Починковской
РО ВОИ

Круг друзей расширяется

В Канавинском РО ВОИ Н. Новгорода прошла вторая необычная дискотека «Шире круг» для молодых инвалидов и их друзей. На этот раз праздник был посвящён представительницам прекрасного пола.

В праздничной программе состоялось мужское караоке-шоу, сказочное «Шоу мыльных пузырей», а также весёлая дискотека и дружеское чаепитие.

Победителем караоке-шоу стал Сергей Потехин с его любимой песней «Снится мне деревня». Утешительные призы оказались в руках Сергея Золина и Андрея Мартынова за песни «За глаза твои карие» и «Звезда по имени солнце».

Ну а в сказочном «Шоу мыльных пузырей» сумели поучаствовать все желающие. Председатель правления Галина Георгиевна Шибаева тоже не выдержала и рискнула погрузиться вместе со всей шумной компанией в огромный мыльный пузырь. Впрочем, все остались живы-здоровы и зарядились хорошим настроением.

А мы информируем, что наша творческая площадка открыта для любых креативных проявлений. Здесь можно петь, танцевать, играть на любых музыкальных инструментах. Будем рады знакомству с талантливыми авторами и исполнителями среди людей с ограниченными возможностями.

На электронный адрес 181168@rambler.ru можно отправлять домашнее видео. Ищите нас, подписывайтесь и приглашайте своих друзей.

Павел СЕРГЕЕВ,
руководитель проекта "Дискотека "Шире круг"

