

✓ По материалам музея



## "В жилище заходили только спать"

**Этот рассказ у мемориала строителям оборонного противотанкового кольца города Горького 1941 года в Пурихе не мог оставить равнодушных. На поляне в лесу Чкаловского района у памятного камня мы, участники патриотического автопробега, слушали сотрудника Пуриховского краеведческого музея имени Д.М. Пожарского Татьяну Плешкову, затаив дыхание. Начала она с цитат из воспоминаний односельчанки Зинаиды Алексеевны Алимовой.**

"Осень 1941 года выдалась холодной, рано выпал снег. В Пурихе и близлежащих деревнях в первых числах октября вдруг стало многолюдно. Из разных уголков страны съезжались в село «окопники». Так называли людей, которые копали оборонительные рубежи вокруг города Горького.

Вместе с ними в село пришла тревога: вдруг враг в самом деле дойдет? И эта мысль не позволяла женщинам, детям, старикам жаловаться, заставляла работать без устали.

Всех мобилизованных расселили по домам местных жителей. Рабочий день на окопах начинался в 7 утра и продолжался до 18 часов с часовым перерывом на обед. Пищу варили на кострах, рабочим самим приходилось заботиться о пропитании. Близлежащие колхозы и совхозы помогали, чем могли. Но обеспечить всю трудовую армию были не в состоянии.

Окопникам самим нужно было заботиться и об отоплении домов. После тяжелой смены они шли в лес и валили деревья, заготавливали дрова. В жилище заходили только спать.

Условия труда «на окопах» были очень тяжелыми. Зима в 1941 году наступила рано, земля замерзла уже в ноябре, выпало много снега. Прежде чем начать копать, нужно было расчищать землю от снега, от растущих деревьев и валежника. Почва настолько промерзла, что ее приходилось взрывать, затем долбить ломом, лопатами, кирками... И все это нужно было из глубокой траншеи выносить на носилках.

В декабре ударили морозы до 40 градусов. А люди одеты были бедно. У многих, особенно у студентов, обувь была не по сезону. Кто-то работал даже в лаптях. Болели. Ладно бы, просто простывали. Но были и обмороженные. В лютые морозы работникам разрешали выдавать по сто граммов водки.

Оборонительное кольцо – это не только окопы. На всем протяжении рвов копали дополнительные ямы – стрелковые ячейки. Устанавливали бетонные доты и дзоты, пулеметные гнезда под бетонными колпаками. Готовили места для артиллерийских орудий, наблюдательные пункты. Ставили «ежи» – неприподъемные металлические перекрестные балки. Сооружение оборонительной преграды было тщательно продумано вплоть до оборудования землянок".

В селе Пурихе не было войны, но глубоким шрамом остался ее след – оплывший от времени противотанковый ров.

Лариса АНДРЮШИНА

# Нет недостижимых высот для людей с ОВЗ, у них есть скалодром

**Эта история началась в 2013 году. В спортивный зал «Ладь» пришел новый сотрудник. Его задачей было развитие данного проекта.**

**«Ну и что?» – можете подумать вы: «Мало ли на свете менеджеров, раскручивающих физкультуру и спорт»?.. Но подождите! И зал, и сам этот человек слыли своей необычностью.**

Помещение было отремонтированным и оснащенным разного рода тренажерами, но самое главное заключалось не в этом – в зале находилась огромная профессиональная скалолазная стена.

Сотрудника же звали Максим Кавинов. Он был опытным управленцем: работал на должности гендиректора в крупных компаниях, продвигал проекты, имел опыт своего бизнеса. А незадолго до трудоустройства в «Ладь» получил травму опорно-двигательного аппарата, оставшуюся с ним на всю жизнь.

Людям не дано видеть будущее. Никто из нас не знает, что его ждет впереди. Вот и Максим не догадывался, что полученная инвалидность поможет ему стать новатором, первым и единственным в Нижнем Новгороде руководителем адаптивного физкультурно-спортивного центра.

Исполняя служебные обязанности, Кавинов вдавался в теорию спортивных дисциплин, которыми можно заниматься в зале. Он изучил скалолазание и понял, что оно может помочь в реабилитации людей с ограниченными возможностями.

Так зародилась большая идея, цель, кредо жизни, которым Максим горит до сих пор: в зале «Ладь» он организовал проект спортивного и адаптивного скалолазания для людей с ОВЗ и трудных подростков, назвав его «Нет недостижимых высот».

«Вся функциональная нагрузка скалолазания принципиально отличается от остальных видов спорта», – рассказывает он: «Это не командные тренировки, и скалолазание я всегда рассматривал больше как физкультуру или как ЗОЖ».

Цель занятий здесь у каждого своя. Кто-то готовится к соревнованиям, кто-то поддерживает здоровье, кто-то учится коммуникациям и жизни в социуме. В зал принимают детей и взрослых с любой подготовкой и уровнем здоровья.

Как известно, одинаковых людей не бывает. Даже у одних и тех же заболеваний существует столько

форм, что и не сосчитать. Кавинов знал об этом, а потому, чтобы его занятия приносили пользу каждому, наладил партнерские отношения с Институтом реабилитации и здоровья человека ННГУ им. Лобачевского, и его сотрудники разработали программы подготовки для каждой отдельной нозологии заболевания.

В качестве тренеров Максим пригласил в проект не просто дипломированных инструкторов, а спортсменов, входящих в ТОП победителей соревнований и даже чемпионов России по скалолазанию. Каждый из них пролез по стенам не один десяток километров, без труда может найти ключик практически к любому ребенку, показать, как именно нужно лезть, и, уж конечно, подстраховать его в любой ситуации.

Занятия проводятся как индивидуально, так и в группах, в том числе вместе с родителями. Перед каждым возмуждением обязательно делается разминка, а в конце тренировки – заминка.

Для поддержания внимания и интереса каждый ребенок выполняет задания: достать со стены ленточку и принести ее маме, дотянуться до «яблока» или залезть как можно выше – а в конце за свои заслуги получает обязательное одобрение. «Молодец! Так держать! Вперед! Ты сможешь», – регулярно слышат дети от тренеров и администраторов и начинают верить в себя, в свои силы и возможности.

Благодаря такому подходу, ребята ходят в зал с удовольствием. Занятия в «Нет недостижимых высот» являются для них еженедельным расписанием и приятным времяпрепровождением.

Чтобы точно знать, что скалолазание идет людям на пользу, Максим заключил соглашение с Институтом реабилитации и здоровья человека ННГУ им. Лобачевского и Приволжским исследовательским медицинским университетом. Сотрудники данных организаций с помощью специальных средств диагностики от-



слеживают качественные показатели работы мозга и двигательных функций у занимающихся ребят. Итогом такого исследования станет российская конференция по адаптивному скалолазанию, которая пройдет в июне 2021 года.

Рассказывает Максим Кавинов: «Мы стремимся к созданию методик с доказанной эффективностью. Для детей мы создали два вида тестирования. Первое: тестирование общего здоровья, второе: тестирование благополучия семьи. У нас есть входящие, промежуточные и финальные замеры за год. Для анализа их разделили на нозологические группы, а также по уровню владения дисциплиной. И добавили исследования благополучия семьи».

Наши коллеги из университета Лобачевского свели все данные в итоговые таблицы, проанализировали результат по 150 детям. На основе этих данных создано пособие по адаптивному скалолазанию для тиражирования данной практики в России».

Кроме того, Максим хочет, чтобы занятия были доступными не только в физическом плане, но и финансово, поэтому регулярно участвует в конкурсах социальных проектов и получает финансовую поддержку.

«Нет недостижимых высот» стал победителем Фонда Президентских грантов в 2017, 2018 и 2019 годах. В 2020 году одержал победу в областном конкурсе «Жизнь без барьеров», стал финалистом конкурса АСИ при правительстве РФ «Сильные идеи для нового времени», вошел в ТОП 7 проектов Нижегородской области и в ТОП 100 проектов Российской Федерации, поэтому в настоящее время по будням в зале можно заниматься бесплатно.

**Приходите и вы. Скалодром открыт и ждет на занятия каждого.**

**Для уточнения свободных мест и времени тренировок звоните: 216-40-20, +7-920-253-09-62**

