

**Софья Холкина,**  
ученица 9 «А» класс, ГБСКОУ № 613  
Руководитель: учитель русского языка  
**Гаврыш Оксана Анатольевна**

## МОЙ ПАРАЛИМПИЙСКИЙ КУМИР

*Слепые не могут смотреть гневно.  
Немые не могут кричать яростно.  
Безрукие не могут держать оружие.  
Безногие не могут идти вперед.*

*Но — немые могут смотреть гневно.  
Но — слепые могут кричать яростно.  
Но — безногие могут держать  
оружие.  
Но — безрукие могут идти вперед.*

*Геннадий Головатый*

Наши предки много веков назад придумали Олимпийские игры, где соревновались сильные и смелые, проворные и отважные. Спортсмены, принимающие участие в Олимпийских играх, готовятся к ним годы. Ведь чтобы победить, нужно сражаться, чтобы сражаться, нужно быть сильным, а чтобы быть сильным, нужны тренировки.

Ещё в древней Греции спорт был обязателен для каждого человека. Не занимающихся спортом людей презирали. Со временем у большинства людей сложился стереотип, что человек, занимающийся спортом, благородный человек. Этот человек описан в разных фольклорных произведениях, фильмах и мультфильмах (Геракл, Илья Муромец, современные «Batman» или «Super Man»). Все они наделены огромной физической силой, это всегда ловкие, смелые, сильные герои.

В нашем XXI веке спорт занимает не последнее место. Однако развитие всемирного спортивного движения для инвалидов, известного сегодня как Паралимпийское движение, началось только в 1945 г. В России же оно существует чуть более 15 лет. Конечно, все стремятся победить, но не у всех получается в силу разных обстоятельств. Но, как говорится, дорогу осилит идущий. Здесь хочется вернуться к строчкам, из стихотворения Г. Головатого, смысл которых заключается в том, что люди с недугами изначально нацелены на преодоление и обстоятельств и самих себя. А здесь человеческие возможности поистине безграничны.

Немного в мире найдется людей, которые танцуют на инвалидной коляске бальные танцы. А петербуржец Максим Седаков не просто здорово исполняет классическую «латину» — он единственный в нашей стране человек, который умеет танцевать на инвалидной коляске брейк-данс. Я знакома с этим человеком не понаслышке и не через статьи в газете, он является другом нашей семьи. Коротко расскажу о его судьбе. В десять лет он получил серьезную травму. Около месяца пролежал в больнице без сознания. Первыми учителями будущего чемпиона стали мальчишки-инвалиды, которые на ногах стоять даже не пробовали. Они научили его многому: подниматься и спускаться по лестнице на коляске. Эти навыки пригодились потом, когда он начал заниматься танцами на коляске. Последние пять лет Максим выступает в паре со Светланой Кукушкиной. То, что танцуют Максим со Светой, называется «комби». Это когда один из партнеров на коляске, а второй на своих двоих. Выглядит такой танец потрясающе. Не случайно пару обожают не только зрители, но и строгие судьи.

Сейчас Максим и Светлана готовятся к чемпионату мира по спортивным танцам на колясках, а мечтают выступить на Олимпиаде. Увы, пока этой мечте не суждено сбыться — танцы не Олимпийский вид спорта.

Помимо танцев, Максим занимался еще и гонками на колясках, но сейчас забросил это дело из-за недостатка времени. Тренировки, соревнования, да и работать приходится, потому что, кроме медалей, за все свои победы они со Светланой больше ничего не получают. А жить на что-то надо! И на всё это Максим находит время.

Итак, подведу итог выше сказанному. Максим Александрович Седаков — выпускник школы «Динамика», выпускник Академии им. П. Ф. Лесгафта, Максим и Светлана — двукратные чемпионы России, финалисты чемпионата мира и победители Кубка мира по спортивным танцам на инвалидных колясках, обладатели Кубка Континентов, члены Параолимпийской сборной.

Благодаря знакомству с этим спортсменом, изучив его непростой спортивный путь, а главное, глядя на спортивные качества: стойкость, силу духа, бескомпромиссность, отвагу, смелость, мне самой захотелось добиться успехов в спорте. Мой учитель задал мне спортивный ориентир. Под бессменным руководством Натальи Александровны Винской я учусь художественной гимнастике. Вместе мы уже достигли больших успехов. В 2011 году я впервые приняла участие во всемирных летних специальных Олимпийских играх (в Афинах) в составе сборной команды России по художественной гимнастике. Наша сборная полностью состояла из спортсменок Санкт-Петербурга. Выступала я на 2-ом уровне в следующих видах: обруч, мяч, булавы, лента и многоборье. И я с гордостью могу сказать, что стала 5-ти кратной чемпионкой этих игр. Получила 5 медалей во всех видах многоборья: обруч, мяч, лента, булавы. Кроме того, я признана одной из лучших гимнасток года Специального Олимпийского Комитета Санкт-Петербурга.

Хочется выразить огромную благодарность моему тренеру Винской Н. А., которая верила в меня, многому научила, открыла одну из дверей в будущее. И напоследок хочется сказать, не бойтесь выбирать себе кумиров! Главное, чтобы это учило вас любить спорт, добиваться отличных результатов и с верой идти к победе