

# П О В Е Р Ь В С Е Б Я

ноябрь 2023

«Поверив в себя, ты перестанешь быть инвалидом» (Э. Исаков)



## Адаптивный спорт и физическая реабилитация: Герои нашего времени в Югре

В Ханты-Мансийском автономном округе – Югре оказывается поддержка участникам СВО, получившим ранения. **27 спортивных учреждений** помогают им восстановиться с помощью адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, а БУ ДО «Спортивная школа «Центр адаптивного спорта Югры» определено региональным оператором по организации физической реабилитации.

Бойцам предлагаются **106 программ физкультурно-оздоровительной направленности**, а также программы профессиональной спортивной подготовки.

Установлен Стандарт технологии вовлечения участников СВО в адаптивный спорт. На первом этапе проводится информирование и консультирование ветеранов. На втором этапе, который представляет собой муниципальный уровень, услуги по программам физкультурно-оздоровительной направленности или спортивной подготовки оказываются по месту жительства. Третий этап – это региональный уровень: участие в спортивно-реабилитационных сборах, ознакомительных учебно-спортивных сборах по адаптивным дисциплинам

в составе региональных сборных команд, в соревнованиях.

На сегодняшний день в адаптивный спорт вовлечены 4 участника боевых действий, ещё с 40 налажено взаимодействие по вопросам оказания услуг по физической реабилитации.

В нашей газете вы подробнее узнаете о спортивных успехах героев нашего времени. Мы расскажем вам истории четырёх храбрых мужчин, для которых спорт стал не только способом физической подготовки, но и эмоциональной разрядки.



# Спорт в помощь

**Илья Мищенко – кавалер ордена Мужества, боевой офицер с позывным «Варта».**



Со спортом Илья Мищенко из Нижневартовска подружился в школе. Занимался боевыми единоборствами и лёгкой атлетикой. Когда пришло время выбирать будущую профессию, определяющими факторами стали генетика (высокий рост, спортивное телосложение) и неприятие себя в гуманитарном направлении. Илья принял решение стать военным.

Выбор пал на Новосибирское высшее военное командное училище. Конкурс при поступлении в учебное заведение составлял 12 человек на место. *«Среди других абитуриентов моя физподготовка была не лучшей, поскольку в военное училище поступали в основном кандидаты в мастера спорта. Пройти сложный конкурсный отбор мне помогли, в том числе, эрудиция и волевые качества», - вспоминает Илья Мищенко.*

В силу выбранной профессии отношения со спортом у югорчанина стали ещё теснее. Во время учёбы в НВВКУ курсант активно занимался рукопашным боем и лёгкой атлетикой. Словом, крепчал и ду-

хом, и телом. Руководство училища сразу заметило и оценило лидерские качества начинающего военного из Югры.

По окончании военного командного училища состоялось распределение выпускников, Илья Мищенко отправился в легендарную 4-ю гвардейскую танковую Кантемировскую дивизию. Там наш земляк служил командиром разведывательного взвода, обучал личный состав. С этим же личным составом отправился выполнять боевые задачи на СВО.

В апреле 2022 года возвращаясь во временный пункт дислокации автоколонна, в которой в тот момент находился Илья, попала под артобстрел. Во время прилёта кассетного боеприпаса офицер получил тяжёлые ранения - лишился обеих ног. Однако смог сам себе оказать первую помощь: жгутом-турникетом остановил кровотечение на левой ноге. На правую ногу наложить жгут помог командир роты, который затем на спине дотащил Илью до машины и организовал эвакуацию боевого товарища в пункт, где работали санитары. Оттуда - в полевой госпиталь. *«До врачей я доехал практически уже обескровленный. Там счёт шёл уже буквально на минуты», - вспоминает капитан Мищенко.*

Как и другие скромные по природе люди, Илья Мищенко героем себя не считает. Говорит, что не сделал ничего сверхъестественного, а просто выполнял свою работу. Несколько раз просил командование вернуть его на СВО...

Весной 2023 года Илью пригласили в Ханты-Мансийск на тестовый спортивно-реабилитационный сбор, чтобы приобщить к паралимпийским видам спорта. На сбор приехали 3 человека из Югры и 8 бойцов СВО из других регионов России, которые приняли участие в мастер-классах по лыжным гонкам и биатлону, следж-хоккею, сноуборду и горным лыжам, иппотерапии. Представители компании «Орто-Космос», которые тоже присутствовали на сборах, сделали Илье протезы – сначала временные, а затем и постоянные – и оказали реабилитационные услуги.

Сегодня Илья Мищенко упорно работает над восстановлением своей физической формы. В тренировочном плане кардионагрузки, а также подтягивания и другие силовые упражнения. *«Сейчас я занимаюсь спортом прежде всего для себя. В приоритете у меня семья. Если*



*когда-то и буду выступать в профессиональном спорте, то это будет метание копья, триатлон или плавание».*

Капитан Илья Мищенко продолжает профессиональную деятельность в Нижневартовске. Служит в военном комиссариате по ХМАО-Югре, занимается военно-патриотической работой. Учится на преподавателя истории в Нижневартовском государственном университете. На вопрос как он отнесётся к тому, что его дети решат по примеру отца стать военными, отвечает так: *«Я буду не против. Если захотят стать военными, я подскажу как это сделать так, чтобы не совершить ошибок. Захотят принять какие-то другие решения, я помогу им и в этом. Моя задача, чтобы в моё отсутствие (погибну я или меня просто рядом не будет по каким-то причинам), чтобы ребёнок был способен самостоятельно добиваться той цели, которую он для себя поставил».*





# Разведчики выбирают спорт

**Вартовчанин Денис Зайдуллин встал на защиту интересов России в июне 2022 года. Проявил себя в боевых действиях, за что был награжден медалью орденом мужества. В настоящее время мужчина вернулся в Югру и активно включился в паралимпийское движение.**

Первые впечатления об адаптивном спорте и планы на будущее из первых уст.

## ДЕТСТВО

Детство Дениса прошло в Нижневартовске. С малых лет родители приучали его и брата к активному образу жизни, прививали любовь к спорту. Любопытный мальчик увлекался греко-римской борьбой, боксом, восточным единоборством с экзотическим названием «Кудо», плаванием, успел поиграть в волейбол, освоить лыжные гонки. Когда наступило время отдать долг Родине, не спасовал, попал во 2-ую отдельную гвардейскую ордена Жукова бригаду специального назначения. О спецназе ГРУ не говорят громко, но уровень боевой подготовки, заложенный солдатам, признается одним из лучших в военном деле, а сами спецназовцы считаются элитой военного дела.

**«После армии я начал работать в полиции, продолжил стоять на страже правопорядка своего небольшого сибирского города», – рассказывает Денис.**

Во время расследования одного из дел, познакомился с Кристиной – будущей женой. Молодая пара была счастлива, готовилась к свадьбе, родители уже подгоняли с внуками, но все изменилось 24 февраля 2022 года.

**«Понимал, что ситуация очень серьезная. Разговаривал с сослуживцами, которые были на СВО с самого начала, чувствовал, что нужен там», – вспоминает первые дни специальной военной операции Денис.**

Мужчина начал собирать документы для отправки в зону боевых действий. Кристина и родители были не в силах отговорить решительного мужчину от завети, даже бюрократические проволочки, медкомиссия, длившиеся несколько месяцев, не дали усомниться вартовчанину в правильности своих действий.

**«Мы ждали появления дочери. Я хотел, чтобы она родилась в законном браке. Утром 28 июня мы стали мужем и женой, а на следующий день я отправился на СВО», – вспоминает Денис.**

## 3 СЕНТЯБРЯ

К своим сослуживцам попасть не удалось. Дениса распределили в 7-ую гвар-

дейскую десантно-штурмовую дивизию. По признанию военнослужащего, страха у него не было, сказались подготовка в спецназе и полиции. Все тяготы и лишения удобств мирной жизни герой переносил легко. Перед очередным боевым заданием Денис предупредил близких, что будет без связи.

**«Мы были на первой линии в небольшом населенном пункте. На боевое дежурство должна была заступить другая группа, но они задерживались. К вечеру противник пошел в наступление. Первый снаряд упал рядом с домом, двоих сослуживцев ранило, вторым разбомбило наш БТР, а третий попал в дом», – вспоминает то утро Денис.**

В доме, где находилась разведгруппа, пошла трещина, оставаться в нем было опасно. По рации отправили просьбу на эвакуацию раненых, но соседнюю группу, как и отряд Зайдуллина, накрыла артиллерия. Оказав первую помощь раненым, командир принял решение отходить в безопасное место. Первыми шли Денис и Сергей – сослуживец из Краснодара. В один из моментов между военными разорвался снаряд.

**«Очнувшись, понял, что сильно ранен, встать не могу, кисть разорвана, у Сереги тяжелое ранение в живот, остальных серьезно не задело. Чтобы не быть обузой ребятам, достал гранату, думал, что лучше так, чем плен», – говорит Денис.**

Сослуживцы вовремя успокоили солдата, оказали первую помощь. Вскоре к разведгруппе подоспели военные. Они быстро погрузили раненых в машину и направились к своим. Когда, машина заехала на паром для переправки через Днепр, начался очередной обстрел.

**«Самое страшное во время боевых действий – безысходность. Мы лежали внутри авто, обессиленные и ждали своей участи, все, кто мог, выбежали наружу. Это последнее, что я помню в тот день», – вспоминает события Денис.**

Военнослужащим повезло. Они смогли добраться до своей части, откуда раненных сразу транспортировали в госпиталь. Денис был в коме несколько дней, за это время его привезли в Севастополь, где были предприняты все



силы для сохранения ноги, далее военного переправили в Москву.

В себя Денис пришел только в столице. За то время, что разведчик был в бессознательном состоянии, врачи спасли ему жизнь, проведя несколько сложнейших операций.

**«Только я открыл глаза, доктор констатировал: я жив благодаря большому чуду, ведь с такими ранениями не доезжают до госпиталя. Однако, несмотря на старания медперсонала, нога не восстановилась, ее придется ампутировать. Что оставалось делать? Пришлось согласиться и меня вновь погрузили в сон», – рассказывает события тех дней Денис.**

Все это время родители искали Дениса. Первым приехал отец и брат, мама осталась дома. Именно она рассказала супруге о случившемся, добавив, что семья примет любое решение девушки. Кристина с достоинством приняла печальную весть, сказав, что продолжит любить.

## ВОЗВРАЩЕНИЕ

В течение года Денис проходил реабилитацию, протезирование. Еще будучи на восстановлении, мужчина получил приглашение от Центра адаптивного спорта Югры посетить региональные соревнования.

В сентябре он стал почетным гостем XXV Открытой спартакиады Югры среди людей с инвалидностью. Тогда директор Центра Михаил Вторушин предложил бойцу попробовать себя в соревнованиях. Денис выступил в легкой атлетике, плавании, пауэрлифтинге, завоевал четыре медали различного достоинства.

Находясь в Ханты-Мансийске, вартовчанин познакомился с региональной командой по баскетболу на колясках «Легион Югра».

**«Было интересно попробовать новую дисциплину, которая требует большой концентрации, ведь нужно не только научиться быстро передвигаться на площадке, но и видеть перемещения игроков, понимать тактику ведения», – делится впечатлениями Денис.**

В сентябре мужчина провел тренировочный сбор со следж-хоккейной командой «Югра», осваивал навык передвижения на санях, учился орудовать клюшками.

Сейчас перед Денисом открыты двери любой дисциплины паралимпийского спорта, развиваемой в Югре. Тренеры, успевшие поработать с героем, признаются, что с военнослужащим приятно взаимодействовать, ведь он привык к тяжелым нагрузкам, умеет выполнять поставленные задачи и всегда нацелен на результат.

Каким будет выбор Дениса мы узнаем совсем скоро, быть может, в наступающем году в Югре зажжется новая спортивная звезда.

**«Рад, что в автономном округе отлично налажена работа с участниками СВО, получившими ранения. Служивцы из других регионов спрашивают совета и хотят продолжать активную жизнь после службы. Рад, что Югра с уважением относится к военнослужащим. В скором времени мы отправится на межрегиональные соревнования «Кубок Защитников Отечества». Жизнь бьет ключом, отдыхать некогда», – говорит, улыбаясь вартовчанин.**

# С поля боя на футбольное

Егор Букин родился в посёлке Междуреченский Кондинского района. Сейчас молодому человеку 22 года – он полон сил и энергии. В школьные годы Егор видел перед собой ясную цель – выучиться на автомеханика, поэтому после девятого класса поступил в колледж, где и освоил эту профессию. Спорт в жизни юноши всегда занимал значимое место. Егор не ставил перед собой целей превзойти какие-то рекорды, а занимался для себя, для здоровья и развития. Особую страсть он питал к хоккею.

Специальная военная операция не оставила равнодушным ни одного жителя России, в том числе и Егора – настоящего патриота и защитника Родины. В феврале 2022 года юноша отправился на фронт – служить по контракту. По его словам, он не смог оставаться в стороне, поэтому и встал на защиту женщин и детей. В армии его определили в семьдесят шестую десантно-штурмовую дивизию на должность стрелка. Это одна из основных и востребованных военных специальностей, ведь стрелковые отде-



ления на поле боя должны выполнять множество функций: вести меткий огонь по противнику, в том числе во время движения автомобиля или бронетехники, наблюдать за результатами огня и уметь корректировать его, возводить фортификационные сооружения, применять все виды оружия, находящегося на вооружении отделения и взвода, минировать местность и делать проходы в минных полях. Егор провёл на фронте полгода, пока не получил ранение в руку. За проявленный героизм юношу наградили Орденом мужества. Бойца комиссовали в звании прапорщика и отправили на лечение в Зеленогорск в военно-медицинскую академию имени Кирова.

На «гражданке» Егор вновь потянулся к спорту, и сейчас регулярно принимает участие в инклюзивных соревнованиях. Для себя он решил, что, даже лишившись руки, он может и должен состязаться наравне со здоровыми спортсменами. Недавно он принимал участие в турнире по мини-футболу «Кубок осени», который прошёл в городе Тавде Свердловской области. Молодой человек прошёл суровую школу жизни и призывает всех ветеранов СВО ни в коем случае не падать духом: **«Какой бы тяжести не была ваша травма, никогда не падайте духом и продолжайте жить дальше, в жизни ещё много неизведанного и интересного, каждый найдёт свою дорогу, как и я нашёл свою», – говорит Егор.**

