



→ преодоление

**Мы продолжаем знакомить читателей нашей странички с выпускниками центра реабилитации и абилитации «Добродея». И в этом выпуске мы расскажем о Марии ГЕТМАН – девушке, которая много лет занималась танцами на колясках.**

Маша с пяти лет передвигается с помощью инвалидной коляски, но это никогда не мешало ей жить полной и интересной жизнью. Девушка окончила Московский государственный гуманитарно-экономический университет (вуз с инклюзивной формой обучения) на дневном отделении. Студенткой изучала турецкий и английский языки, участвовала в различных олимпиадах и конкурсах по языкам, практику проходила в Стамбуле. Занималась спортивными танцами на колясках, организовала и руководила клубом танцев на колясках «Ргодвижение» в Ростове-на-Дону.

Мария вспоминает «добродеевские» времена с теплотой. По ее словам, именно в этом

центре она нашла настоящих друзей, поняла, что все люди разные и к каждому нужен свой подход, а еще обрела уверенность в себе. Этот опыт Маша применяет до сих пор в своей жизни.

Маша рассказала нашему корреспонденту о том, как она пришла к танцам, с какими трудностями ей пришлось столкнуться и как можно заниматься танцами на колясках дома.

- Почему именно танцы?

- Когда я впервые села в танцевальную коляску и попробовала танцевать, то сразу поняла, что это мое и я буду развиваться в этом направлении.

- Были ли страх, волнение перед возможными трудностями в этом параспорте? И можно ли их побороть?

- Когда твоими действиями управляет сильное желание, то особого страха нет, особенно когда перед тобой стоят конкретные задачи. Например, найти клуб танцев на колясках в своем городе, связаться с руководителем и доехать до места занятий. Да, это трудности, но они временные. По моему мнению, ничто не может остановить человека на пути к цели, если в сердце горит огонь. Именно он дает возможность двигаться даль-

” Ничто не может остановить человека на пути к цели, если в сердце горит ОГОНЬ.

ше и получать нужные результаты.

- Я знаю, что у Вас был опыт занятий с детьми в Вашем клубе «Ргодвижение». Расскажите, как педагог, если у него возникнет желание заниматься танцами? Что должны знать родители, когда чадо выбрало такой путь?

- Если ребенок хочет заниматься танцами, ему и его родителям следует понять самое важное: танцы – это все-таки спорт. А в любом спорте нужна регулярность. Невозможно добиться хорошего результата, приезжая на тренировки через раз или два. Такие занятия не дают никакого результата, к тому же так можно подвести педагога, который вкладывает

## Особенные

### Мария Гетман много лет



в уроки силы и время. Поэтому нужно подумать и взвесить все, прежде чем заниматься таким серьезным делом.

- Возможно ли как-то осво-

ить танцы на колясках (хотя бы азы), если специальных кружков, клубов, занятий поблизости нет? Посоветуйте несколько простых

## Инструмент своими руками

→ совет специалиста



Надежда АНТОНОВА, социальный педагог:

- Музыка - это то, чем я вдохновляюсь и чем стараюсь делиться со своими воспитанниками. Прекрасно, когда в семье любят музыку и играют на каком-либо инструменте. Не имея специальных музыкальных навыков и инструментов, вполне возможно организовать целый оркестр.



**Занятия музыкой могут оказаться веселыми даже для самых непоседливых детей, если найти правильный подход к процессу.**

Один из самых необычных способов - сделать музыкальный инструмент самим, вместе с ребенком. Шумовые музыкальные инструменты своими руками сделать не сложно, и предлагаю вам в этом убедиться.

В современной жизни возможностей для звукотворчества неизмеримо больше. Они ограничены лишь фантазией

и желанием изобретать. Для изготовления самодельных инструментов подойдет все, что угодно:

- ✓ бумага (целлофан, пергамент, газета, гофре и пр.);
- ✓ деревянные кубики, палочки разной толщины, брусочки;
- ✓ коробочки из разных материалов (картонные, пластмассовые, металлические, баночки от йогурта, от шоколадных яиц);
- ✓ леска, нитки простые и шерстяные, проволока, ткань;
- ✓ природные материалы: желуди, каштаны, шишки, орехи, скорлупки от них, крупа, кашежки, ракушки;
- ✓ кусочки пластика;
- ✓ небольшие металлические предметы (ключи, скобочки, палочки, гайки, кольца и пр.).

Простые барабаны можно сделать из жестяных банок. Добавьте немного клейкой ленты, и дети сами смогут нарисовать на барабанах геометрические узоры или то, что им вздумается. Можно оставить банку нераскрашенной, а можно пофантазировать - как вам больше нравится.

Маракасы можно изготовить из боксов от киндер-сюрпризов (разного размера), заполненных разными крупами. Вместо ручек использовать палочки от воздушных шариков.

Погремушки можно сделать из банок от йогуртов (разной величины), наполненных крупой, вместо крышки использовать цветную бумагу. Музыкальные палочки сделаны из дерева, покрыты бесцветным лаком, очень легкие и удобные в применении.

Шумовые музыкальные инструменты - это самое привлекательное для маленьких детей в музыке. Такие инструменты просты и наиболее доступны детям любого возраста. Внешняя привлекательность и необычность - главное, что определяет интерес к инструменту и желание взять его в руки. Детей привлекают не только звучание и вид инструментов, но и то, что они могут сами, без чьей-либо помощи, извлекать из них звуки.

В своей работе на музыкальных занятиях я использую игру на шумовых инструментах, на которых с удовольствием играют дети.

Какая история, связанная с музыкой, есть у Вас? Просим поделиться наших читателей своим рассказом на [tagua.stb@gmail.com](mailto:tagua.stb@gmail.com) с пометкой «О музыке».

## Испокон века гласит народная

→ спрашивали - отвечаем!

**Чтение вместе - это общение и главная семейная ценность - взаимопонимание. Когда читают папа, мама, бабушка, когда читают дети - это объединяет семью.**

Чтение - это многогранный мир, который обогащает наши души и умы. Для детей оно должно стать ежедневной привычкой, внутренней необходимостью, оно формирует мышление, учит выражать свои мысли четко и ясно.

Семейное чтение может быть организовано по-разному: чтение вслух и обсуждение прочитанного, чтение произведения по ролям, иллюстрирование, драматизация, кукольный спектакль. Толчком для следующего совместного чтения может стать просмотр фильмов-экранизаций произведений детской литературы. Главное - это общий интерес родителей и детей.

Сложным является вопрос отбора книг для чтения ре-

Подписывайтесь на нас в социальных сетях!



Одноклассники  
<https://ok.ru/profile/530942048326>



ВКонтакте  
<https://vk.com/shakhtymedia>



Фейсбук  
<https://www.facebook.com/profile.php?id=100000394645439>