

Гундерова А.А., Кузьмина В.А.
Научный руководитель: ст. преподаватель Е.А. Даикова
Муромский институт (филиал) федерального государственного образовательного
учреждения высшего образования «Владимирский государственный университет
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»
602264, г. Муром, Владимирская обл., ул. Орловская, 23

Инвалидность - не приговор!

Самое трудное - начать!

Спорт является неотъемлемой частью жизни, каждого человека. Он доступен всем и всегда. Зачастую именно спорт помогает человеку не потерять себя и обрести надежду.

Многие считают, что серьезно заниматься спортом могут только физически здоровые люди, у которых две ноги и две руки, забывая о том, что, прежде всего в «здоровом теле - здоровый дух», и чтобы стать здоровым физически нужно, прежде всего, иметь алмазный стержень стойкости и неотступности в душе.

Инвалидность не приговор!

Инвалидность. Слово, сказанное врачом, не крест на вашей жизни. Крест ставит тот, кто опускает руки, который ищет помощи и жалости к себе, в то время как другие люди творят великие дела.

В данной статье говорится о юноше, который является образцом мужества, стойкости, веры и оптимизма. У него есть цель - рассказать и показать на своем примере, что жизнь возможна, даже если нет рук, инвалидная коляска для человека становится неотъемлемой частью жизни!

«Потерял ногу, но не потерял себя!»

Это фраза принадлежит обычному подростку из Архангельска Сергею Кутовому. Началось все четыре года назад. 2013 год. Весна. Сергеем на тот момент было 17 лет. Он заканчивал 11 класс и был готов вступить во взрослую жизнь. Но в тот страшный день все оборвалось, и начался отсчет заново. На уличном перекрестке Сергея сбивает грузовик, у которого отказали тормоза. Огромная фура протащила подростка 15 метров и врезалась в столб, раздробив его ногу. Приговор врачей: умереть с двумя ногами либо жить с одной. После окончательного выбора, началось интенсивное лечение, операции. За короткое время Сергей набрал большой вес. К моменту выписки весил 140 килограмм.

-О внешности не думал. Задача была - выжить. Я принял себя после ДТП - без ноги, но не мог принять себя безобразно толстым. Ну, какого парня украсят слабые руки и хилый живот? Я не хотел быть таким и ударился в спорт, сначала дома - отец с братом установили мне турники бруска. А потом - в тренажерном зале! Начинают с малого - говорит Сергей.

Упражнение по восстановлению тонуса мышц плавно переросли в серьезные занятия спортом. Вот проходит 4 года, Сергей полностью восстановился. Сейчас он здоровый, красивый парень, который стремительно набирает известность в интернете, благодаря тому, что рассказывает о себе, о любви к спорту и бодибилдингу.

Родные Сергея так же заметили, что спорт подарил ему буддийское спокойствие и невероятную крепость духа.

-Я много времени размышлял и думал, о том, что случилось. И каждый раз, приходя в спортзал, я понимал, что делаю еще один шаг на пути поиска себя. Да и многого не надо лишь плоть и желание. Жить! - помечает Сергей.

Кто знает, был ли тот случай с грузовиком катастрофой или же это шанс начать жить заново, жить со спортом!