



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ МОРДОВИЯ

ФМЦИО

ФЕДЕРАЛЬНЫЙ
МЕТОДИЧЕСКИЙ ЦЕНТР
ПО ИНКЛЮЗИВНОМУ
ОБРАЗОВАНИЮ



РЕСУРСНЫЙ
УЧЕБНО-
МЕТОДИЧЕСКИЙ
ЦЕНТР



Саранский техникум сферы услуг и
промышленных технологий



ИСТОРИИ УСПЕХА
участников чемпионатов
«Абилимпикс»,
участников СВО,
обучающихся и выпускников
профессиональных
образовательных организаций
Республики Мордовия

***Сборник
Статей***

*участников
Чемпионатов
«Абилимпикс»,
обучающихся
и выпускников с
инвалидностью
профессиональных
образовательных
организаций
Республики
Мордовия
Выпуск № 2*

САРАНСК- 2026

Сборник составлен в рамках деятельности ресурсного учебно-методического центра для подготовки кадров со средним профессиональным образованием по программам инклюзивного профессионального образования по направлению «Сервис и туризм», Базовой профессиональной образовательной организации по обучению студентов с инвалидностью ГБПОУ РМ «Саранского техникума сферы услуг и промышленных технологий», Регионального центра развития движения «Абилимпикс» Республики Мордовия и посвящен 10-летию чемпионатного движения в Республике Мордовия.

ИСТОРИИ УСПЕХА участников чемпионатов «Абилимпикс», участников СВО, обучающихся и выпускников профессиональных образовательных организаций Республики Мордовия: Сборник статей участников Чемпионатов «Абилимпикс», обучающихся и выпускников с инвалидностью профессиональных образовательных организаций Республики Мордовия. Выпуск № 2. [Электронный ресурс] / отв. ред. Р.А. Милешина. – Электрон. и прогр. (объем). – Саранск: Изд-во ГБПОУ РМ «СТСУиПТ», 2026. – 1 электрон. опт. диск (CD-ROM).

В сборнике содержатся материалы статей, участников чемпионатного движения, преподавателей техникумов и колледжей Республики Мордовия, об участниках Чемпионатов «Абилимпикс», обучающихся и выпускников с инвалидностью профессиональных образовательных организаций Республики Мордовия.

Ответственность за точность предоставляемой информации несут авторы статей. Материалы публикуются в авторской редакции.

Печатается в соответствии с решением Ресурсного учебно-методического центра для подготовки кадров со средним профессиональным образованием по программам инклюзивного профессионального образования по направлению «Сервис и туризм» на основании протокола РУМЦ СПО № 2 от 16.03.2026 г.

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	4
Десятилетняя история чемпионатного движения «Абилимпикс» в Республике Мордовия. <i>Ганина Н.Н.</i>	5
«История успеха» бронзового призера национального чемпионата «Абилимпикс» Константина Николаевича Пронькина. <i>Мухина И.С.</i>	8
«История успеха» Проничкиной Инны. За каждым победителем стоит наставник. <i>Вождаева И.А.</i>	13
«История успеха» активного участника чемпионатного движения «Абилимпикс» по компетенции «электромонтаж» Николая Евгеньевича Кулика. <i>Кулик Н.Е.</i>	16
«История успеха» Щербаковой Светланы. «Абилимпикс» – трамплин к новым горизонтам! <i>Кочанова И.И.</i>	17
«История успеха» Худовой Оксаны. <i>Худова Оксана</i>	21
«История успеха» Козловой Елизаветы: мой путь к достижению цели. <i>Козлова Елизавета</i>	22
«История успеха» Мустайкиной Софии. <i>Соколова Т.А.</i>	26
«История успеха» Балуква Кирилла. Когда тишина обретает цвет и форму. <i>Балуков Кирилл</i>	31
«История успеха» Регины (Адушкиной) Хохловой. Любовь к себе – сила успеха! <i>Кашианова Е.С.</i>	34
«История успеха» Польдина Александра. Моя история — это история силы и надежды! <i>Польдин Александр, Янина В.П.</i>	37
«История успеха» Макарова Владимира. <i>Ганчина А.А. и Косягина Г.А.</i>	40
«История успеха» Равиловой Алины. <i>Равилова Алина</i>	42
«История успеха» Гурьевой Екатерины. <i>Белоглазова О.С.</i>	48
«История успеха» Насырова Айдара. <i>Плеханова И.Г.</i>	50
«История успеха» Егорова Георгия. <i>Егорова М.Б.</i>	54
«История успеха» студентов с нарушением интеллекта в чемпионате профессионального мастерства «Абилимпикс» в Ичалковском педагогическом колледже. <i>Степанова Е.А.</i>	58
На пути к мастерству: истории успеха школьников в чемпионате «Абилимпикс» по компетенции «изобразительное искусство». <i>Овтайкин А.И.</i>	63
Заключение	67

Введение

Мир полон выдающихся личностей, которые смогли добиться успеха, несмотря на физические недостатки или инвалидность. Эти люди стали символами силы духа, таланта и упорства. Вдохновили миллионы, доказывая, что ограничения — это не преграда для великих достижений.

В этом сборнике представлены истории успеха участника СВО в Национальном Чемпионате «Абилимпикс», студентов – участников Региональных этапов чемпионата «Абилимпикс» в Республике Мордовия, выпускников с инвалидностью учреждений среднего профессионального образования Республики Мордовия, которые, получив инвалидность, смогли добиться успехов в спорте, учебе и творчестве. Несмотря на болезни или особенности здоровья, стали знаменитыми в своих кругах, добились успехов и вошли в историю. Показывая примером, что сложные обстоятельства становятся отправной точкой для великих достижений.

У этих людей можно поучиться стойкости и жизнелюбию. Они имея инвалидность становятся чемпионами, завоевывают медали и учат других. В нашей подборке – жители Мордовии, которых жизненные вызовы только подтолкнули к новым победам.

Их возможности на самом деле ничем не ограничены.



ДЕСЯТИЛЕТНЯЯ ИСТОРИЯ ЧЕМПИОНАТНОГО ДВИЖЕНИЯ «АБИЛИМПИКС» В РЕСПУБЛИКЕ МОРДОВИЯ

*Ганина Наталья Николаевна,
руководитель Центра развития движения
«Абилимпикс» в Республике Мордовия*

Республика Мордовия присоединилась к движению «Абилимпикс» в 2017 году и провела первый чемпионат по профессиональному мастерству среди инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья «Абилимпикс» в г. Саранске. Соревнования прошли по 9 компетенциям, в которых приняли участие 49 конкурсантов.

С 2017 года количество участников увеличилось с 49 до 102 человек. Количество участников категории «школьники» увеличилось с 5 (10%) участников до 14 (13,7%), количество участников категории «специалисты» увеличилось с 5 (10%) до 12 (11,8%) человек. Количество участников категории «студенты» увеличилось с 39 до 76 человека (74,5%). С 2018 года количество экспертов увеличилось с 56 до 110 человек. Увеличилось также количество волонтеров с 30 до 90 человек.



Рисунок 1 Статистика по региональным чемпионатам

Призовые места Национального чемпионата:

Год	Призовое место по компетенции	Категория участника	ФИО	Нозология участника
2018	Адаптивная физическая культура (2 место)	студенты	Демин Никита Олегович	Слабослышащий
2020	Изобразительное искусство (1 место)	специалисты	Шестаков Алексей Васильевич	Слабовидящий
2020	Бисероплетение (2 место)	специалисты	Проничкина Инна Анатольевна	Потеря слуха
2022	Бисероплетение (3 место)	специалисты	Проничкина Инна Анатольевна	Потеря слуха
2023	Промышленная робототехника (1 место)	студенты	Глебов Максим Евгеньевич	Слабослышащий
2023	Резьба по дереву (2 место)	специалисты	Шестаков Алексей Васильевич	Слабовидящий
2025	Поварское дело	специалисты	Пронькин Константин Николаевич	Участник СВО, инвалид третьей группы

В регионе создан добровольческий центр на базе ГБПОУ РМ «Саранский техникум сферы услуг и промышленных технологий». По состоянию на 2026 год в регионе числится 100 добровольцев. Основное направление деятельности – сопровождение инвалидов и лиц с ОВЗ. Добровольцы принимают участие в мероприятиях: дни открытых дверей, встречи с родителями участников чемпионата «Абилимпикс», конференции, круглые столы.

В регионе создано Молодежное содружество (молодежный совет) на базе ГБПОУ РМ «Саранский техникум сферы услуг и промышленных технологий». В Молодежный Совет вошли участники региональных чемпионатов 2018-2026 гг.

В рамках регионального чемпионата «Абилимпикс -2025» впервые был проведен «Фестиваль возможностей» – мероприятие, проводимое в рамках чемпионата по профессиональным навыкам и навыкам в области творчества и

увлечений (непрофессиональным навыкам) для людей с интеллектуальными нарушениями и/или тяжелыми множественными нарушениями развития (ТМНР) с целью социализации и трудовой занятости указанной категории лиц. Кол-во участников – 33 студента. Компетенции – «Декорирование предметов интерьера», «Мастер кукол», «Изготовление деревянной игрушки», «Рисование картин пластилином», «Художественное слово».

В Республике Мордовия 6 участников «Абилимпикс», завоевавших призовые места в Национальном чемпионате «Абилимпикс» и получивших сертификаты на предоставление ДО, ДПО и ТСП:

2020 г. – Проничкина Инна (2 место), Шестаков Алексей (1 место);

2022 г. – Проничкина Инна (3 место),

2023 г. – Глебов Максим (1 место), Шестаков Алексей (2 место),

2025 г. – Пронькин Константин Николаевич (3 место).

В Республике Мордовия ежегодно растет количество участников и экспертов региональных чемпионатов «Абилимпикс». Увеличивается также число компетенций. Процент занятых участников чемпионатов «Абилимпикс» – высокий. Не трудоустроено – 28 участников, что составляет 14,9% от общего числа участников региональных чемпионатов. Не трудоустроены участники по состоянию здоровья (отказ от трудоустройства) и по причине декретного отпуска. На следующий год планируется увеличить количество участников по категориям «школьники», «специалисты», а также привлечь к участию студентов ВУЗов.

**«ИСТОРИЯ УСПЕХА»
БРОНЗОВОГО ПРИЗЕРА НАЦИОНАЛЬНОГО ЧЕМПИОНАТА
«АБИЛИМПИКС»
КОНСТАНТИНА НИКОЛАЕВИЧА ПРОНЬКИНА**

*Мухина Ирина Сергеевна,
Государственное автономное
профессиональное образовательное
учреждение Республики Мордовия
«Саранский автомеханический техникум»*

"Знаете, я думаю, каждый из нас хоть раз останавливался и задавался вопросом: а что же такое успех? Для кого-то это звон монет в кармане, для других – аплодисменты и восхищенные взгляды, а для кого-то – просто возможность каждый день заниматься тем, что по-настоящему зажигает. Но, как мне кажется, независимо от того, что именно мы вкладываем в это понятие, путь к любой вершине – это всегда история про то, как мы себя пересиливали, как не сдавались, когда хотелось всё бросить, и как верили в себя, даже когда никто другой не верил."



Каждая история, достойная быть рассказанной, начинается с искры – с мечты. Эта мечта может быть тихим шепотом в душе или громким зовом к покорению вершин. Но именно она, эта подлинная жажда достичь желаемого, становится первым шагом. И этот путь, как правило, начинается с малого: с первых робких шагов, с уроков, которые преподносят нам пробы и ошибки, с ясного осознания того, в чем мы сильны, и где нам еще предстоит раскрыться.

Сегодня я хочу рассказать вам о человеке, чья целеустремленность и сила духа вызвали у меня искреннее восхищение. Это Константин Пронькин. Его путь не был усыпан розами, но каждый шаг он делал с непоколебимой верой в

себя и в свою мечту...

С октября 2022 года Константин Пронькин, мобилизованный на фронт, с честью служил командиром мотострелковой роты. Он и его боевые товарищи стойко держали оборону на переднем крае. За проявленное мужество и самоотверженность Константин был награжден медалью Суворова и медалью «За боевые отличия». К сожалению, в 2023 году под Клевцовкой он получил тяжелое ранение, вследствие чего ему была установлена инвалидность 3 группы. После прохождения лечения в госпитале и увольнения из рядов Вооруженных сил России, Константин принял решение посвятить себя новому, ранее неизведанному делу.

Мое знакомство с Константином началось в стенах Саранского автомеханического техникума. Я, Ирина Сергеевна Мухина, преподаю здесь много лет, и именно в период подготовки к Национальному чемпионату «Абилимпикс» по компетенции «Поварское дело» среди участников СВО, мне посчастливилось стать наставником этого удивительного человека.

Как признается Константин, решение участвовать в чемпионате стало для него важным шагом в реализации давней мечты. Экономическое и юридическое образование дали ему прочную базу и дисциплину, но страсть к кулинарии никогда не угасала. Домашние кулинарные эксперименты, от простых салатов до сложных пирогов и наваристых щей, постепенно переросли в нечто большее, чем просто хобби.

Константин видит в профессиональной кухне не только ремесло, но и настоящее искусство,



требующее креативности и научного подхода. Эксперименты с текстурами, вкусами и ароматами, изучение технологий приготовления и сочетаемости



продуктов – все это захватывает его и вдохновляет на новые свершения.

Представлять Мордовию на всероссийском чемпионате – это большая честь и одновременно огромная ответственность. Константин осознает, что на него возлагаются надежды земляков, и готов приложить максимум усилий, чтобы достойно представить свой регион и продемонстрировать высокий уровень кулинарного мастерства. Он уверен, что его страсть к кулинарии, трудолюбие и упорство помогут ему добиться успеха.

Обучение ветерана в кулинарии началось с основ, с самой «азбуки» кулинарного мастерства. Первые шаги включали в себя правильную нарезку овощей и знакомство с современными поварскими инструментами и техниками. На предстоящем



чемпионате Константину Пронькину предстояло удивить жюри теплым салатом с печенью индейки и пастой.

Хочу отметить, что на профессиональной кухне Константин Николаевич чувствовал себя уверенно. Его стремление к обучению позволили ему быстро усваивать новые знания и навыки. Он с легкостью справлялся с поставленными задачами, демонстрируя не только мастерство, но и творческий подход к приготовлению самых изысканных блюд.



Константин Николаевич понимал, что кулинария — это не только набор рецептов, но и искусство, требующее терпения и внимания к деталям. Каждый ингредиент, каждая специя имеют свое значение, и он стремился раскрыть их потенциал в своих блюдах. В процессе обучения он не только осваивал техники нарезки и приготовления, но и начал понимать, как сочетать вкусы и текстуры, чтобы создать гармоничные и запоминающиеся блюда.

В процессе приготовления не обошлось и без креативности. Он решает добавить в салат не только традиционные овощи, но и неожиданные акценты — например, немного кедровых орехов для хруста и свежую зелень для яркости. Он также экспериментирует с заправкой, добавляя в нее немного меда и горчицы, создавая гармоничное сочетание сладости и кислоты, которое идеально дополнит вкус печени и свежесть овощей. Он знает, что именно эта заправка станет тем самым акцентом, который сделает его блюдо уникальным.

В процессе работы Константин настолько сильно погружался в процесс,

что со стороны было видно, как он наслаждался каждым движением, каждым ароматом, который наполнял кухню.

Тренировочная площадка, где мы проводили часы отработок, стала местом не только для самовыражения, проб и ошибок, но и дружеских бесед и раскрытия будущих планов на жизнь.

И вот настал тот день, когда я, как наставник, держала сжатыми кулачки за своего героя. Не один день кропотливой работы, бесконечных репетиций предшествовал этому моменту.



Я знала, что Константин Николаевич Пронькин способен покорить самые неприступные вершины.



Сквозь пот и усталость, преодолевая боль и сомнения, он вырвал эту бронзовую медаль из рук соперников! Бронзовая медаль, которую он теперь держал в руках, была не просто наградой. Она символизировала все те усилия, которые он вложил в свою мечту. Она напоминала о том, что каждый может достичь высот, если будет готов трудиться и не сдаваться.



ИСТОРИЯ УСПЕХА ПРОНИЧКИНОЙ ИННЫ ЗА КАЖДЫМ ПОБЕДИТЕЛЕМ СТОИТ НАСТАВНИК

*Воздаева Ирина Александровна, преподаватель
ГБРОУ РМ «Саранский техникум сферы услуг
и промышленных технологий»*

Я - эксперт с 10-летним стажем, наставник, которому «Абилимпикс» подарил нечто большее, чем профессиональные достижения. Он подарил мне дружбу.

В своем техникуме я была одной из первых, первооткрывателем чемпионата «Абилимпикс». Начинать было очень сложно. Главная задача была - найти участников. Тех, кто захочет, кто сможет, кто поверит в себя. А потом - подготовить, научить, поддержать. И всё это с нуля, без опыта, без готовых решений.

Сейчас, оглядываясь назад, понимаю, как много мы прошли. Сколько

сомнений, сколько бессонных ночей, сколько проб и ошибок. Но оно того стоило. Все эти годы работаю главным экспертом в компетенции «Бисероплетение». Казалось бы, просто бусины, просто нити. Но сколько судеб, сколько характеров через них прошло.

Особенно я хочу рассказать об одной участнице Проничкиной Инне Анатольевне. Она взрослая, состоявшаяся женщина. Удивительно красивая, обаятельная - когда она улыбается, забываешь обо всём на свете. Инна глухонемая, инвалид 2 группы.



Когда мы только начинали, многие думали: как можно объяснить человеку, который не слышит, все тонкости узора, технологию плетения бисером. Оказалось, можно. Можно, если есть желание понять друг друга без слов.

Что меня восхищает в ней больше всего? Её целеустремлённость. За этой улыбкой и внешней красотой скрывается невероятная сила духа. У неё были и есть сложные житейские проблемы - такие, с которыми не каждый справится. Но она никогда не позволяет себе раскиснуть, не ищет лёгких путей, не жалуется. Она просто идёт вперёд. И творит. Творит удивительную красоту своими руками.

Мы не просто работали как наставник и ученица. За эти годы мы стали настоящими подругами. Через жесты, через взгляды, через сам бисер, который говорил за нас. Вместе ездили на соревнования в Москву, покорять Национальный чемпионат «Абилимпикс». Сборы, дорога, волнение, гостиница, ночные разговоры на языке жестов - это всё сближает сильнее любых слов.

И эта дружба и взаимное доверие эксперта и специалиста своего дела, принесли свои плоды. В нашей общей копилке - два призовых места: серебро и бронза в компетенции «Бисероплетение».

Это не просто медали - доказательство того, что красота и талант сильнее любых обстоятельств. Что настоящая связь между людьми не зависит от того, слышишь ты или нет.

Но талант Инны не ограничивается бисером. Она ещё и замечательно вяжет спицами. Ещё она мечтаем, что когда-нибудь сможет представить ещё одну компетенцию «Вязание спицами» на Национальном чемпионате «Абилимпикс». Пока туда попасть не удавалось, но мы верим и продолжаем работать.

Скоро снова Региональный чемпионат – Юбилейный! И знаете, как и десять лет назад, внутри всё трепещет. Всё так же волнительно: как всё пройдёт? Насколько сложными будут задания для наших участниц? Получатся ли у них, не дрогнут нервы? Наверное, это никогда не проходит — это волнение за них, за каждую бусинку, за каждую петельку.

Но одно я знаю точно наши участницы сильные. Они уже столько раз доказывали, что способны на многое. И если задания будут непростыми, мы справимся. Вместе.

10 лет в «Абилимпикс»... Это 10 лет встреч, открытий и побед. Но главное, что я уношу с собой из этого движения — это понимание: мы все можем быть нужны друг другу. Мы все можем творить красоту, несмотря ни на что.

Спасибо Инне и всем участницам «Абилимпикс» за золотые руки, за силу и выдержку.

Спасибо «Абилимпикс» за то, что свёл нас вместе. И кто знает - может быть, в следующий раз мы поедем в Москву за первым местом.



«Непокоренная ступень»- это не стена, а просто следующая цель.
Чтобы стать выше и ярче!

**«ИСТОРИЯ УСПЕХА»
АКТИВНОГО УЧАСТНИКА ЧЕМПИОНАТНОГО ДВИЖЕНИЯ
«АБИЛИМПИКС» ПО КОМПЕТЕНЦИИ «ЭЛЕКТРОМОНТАЖ»
НИКОЛАЯ ЕВГЕНЬЕВИЧА КУЛИКА**

Николай Кулик, студент

Кулик Николай Евгеньевич является активным участником чемпионатного движения «Абилимпикс» по компетенции «Электромонтаж» и на протяжении трёх лет демонстрирует высокий уровень профессиональной подготовки и стабильные результаты на республиканском отборочном этапе.



Впервые Николай принял участие в чемпионате в 2023 году. Уже тогда он проявил глубокие теоретические знания и уверенные практические навыки в области электромонтажа: грамотное чтение электрических схем, точную и качественную сборку электрических цепей, строгое соблюдение требований охраны труда и высокую культуру выполнения монтажных работ.

По итогам соревнований он занял 1 место на республиканском отборочном этапе.

В 2024 году Кулик Николай Евгеньевич вновь подтвердил свой высокий профессиональный уровень. Конкурсные задания включали выполнение сложных монтажных работ, сборку и наладку электрических схем, а также поиск и устранение неисправностей. В условиях ограниченного времени и строгих критериев оценки он проявил собранность, техническую грамотность и высокую степень ответственности. По результатам чемпионата Николай занял 2 место.

Особо успешным для него стал 2025 год. В результате серьёзной и целенаправленной подготовки, постоянного совершенствования навыков монтажа, подключения и диагностики электрооборудования он уверенно

прошёл все этапы конкурсных испытаний. Высокая точность выполнения заданий, грамотная организация рабочего места и строгое соблюдение требований техники безопасности позволили ему вновь занять 1 место на республиканском отборочном этапе.

Участие Кулика Николая Евгеньевича в чемпионате «Абилимпикс» по компетенции «Электромонтаж» является ярким примером настойчивости, профессионального роста и стремления к совершенству. Его достижения убедительно подтверждают высокий уровень подготовки и ответственное отношение к выбранной профессии.

«ИСТОРИЯ УСПЕХА» ЩЕРБАКОВОЙ СВЕТЛАНЫ «АБИЛИМПИКС» – ТРАМПЛИН К НОВЫМ ГОРИЗОНТАМ!

*Кочанова И.И., преподаватель дисциплин
дошкольного образования
ГБПОУ РМ «Ичалковский педагогический колледж»*

В мире, где порой кажется, что ограничения определяют возможности, история Щербаковой Светланы – яркое доказательство обратного. Студентка Ичалковского педагогического колледжа, обладающая не только острым умом, и добрым сердцем, но и силой духа, способной преодолевать любые препятствия, стала настоящим вдохновением для многих. Однокурсницы, поддерживая ее в учебе и практике, питались силой воли, настойчивостью и жизнелюбием, которые излучала Света.

Ее путь к победе в региональном Чемпионате профессионального мастерства «Абилимпикс» по компетенции «Дошкольное воспитание» – это не просто рассказ о конкурсе, это гимн упорству, таланту и любви к детям и к жизни.

Светлана всегда мечтала работать с малышами. Несмотря на нарушение опорно-двигательного аппарата, она никогда не сомневалась в своем выборе. Ее глаза загорались, когда она говорила о детях, о том, как важно дать им правильный старт в жизни, научить их доброте, любознательности, вере в Бога

и себя. Именно эта внутренняя убежденность и стала ее главным двигателем.

Когда появилась возможность принять участие в чемпионате «Абилимпикс», Света, не раздумывая, согласилась. Для нее это был не просто шанс проверить свои силы, но и возможность показать, что люди с ограниченными возможностями здоровья способны на многое, что их потенциал огромен, а их вклад в общество бесценен. Конечно, были и сомнения, и волнение. Уверенность в себя вселяли бабушка и дедушка, которые были рядом с ней постоянно. Подготовка к чемпионату требовала колоссальных усилий. Но Света не отступала. При поддержке педагогов-наставников колледжа она оттачивала практические навыки, изучала новые методики, работала над каждой деталью.

Ее дни были наполнены занятиями, репетициями, консультациями с преподавателями. Она с головой погрузилась в мир дошкольного воспитания, демонстрируя не только глубокие теоретические знания, но и удивительную способность находить общий язык с детьми, создавать для них атмосферу тепла, доверия и радости. Ее творческий подход, умение импровизировать и искренняя улыбка покоряли всех.



И вот настал день чемпионата. Атмосфера была напряженной. Волновались эксперты, другие участники, но Света с обаятельной улыбкой сохраняла спокойствие и уверенность. Она выполняла задания профессионально, будто это была ее повседневная работа. Будь то проведение интегрированного занятия, организация игровой деятельности или решение педагогических ситуаций – она демонстрировала высокий уровень мастерства и неподдельную любовь к своему делу.

Победа в региональном чемпионате профессионального мастерства «Абилимпикс» стала для студентки не только подтверждением ее таланта, это была победа над стереотипами, над сомнениями, над собственными страхами. А еще победа стала мощным стимулом двигаться дальше. Она укрепила уверенность Светы в себе и открыла новые горизонты.

Для Ичалковского педагогического колледжа, где обучалась Щербакова Светлана, ее победа стала предметом особой гордости и подтверждением эффективности образовательных программ, направленных на поддержку и развитие студентов с ОВЗ.

Это показало, что инклюзивное образование – это не просто модное направление, а реальная возможность для каждого студента получить качественное образование и стать востребованным специалистом. Преподаватели и наставники, которые верили в Свету и поддерживали ее на каждом этапе подготовки, увидели плоды своего труда и убедились в правильности выбранного пути.

Ее история звучит в стенах педагогического колледжа, вдохновляя новых студентов, особенно тех, кто сомневается в своих силах из-за особенностей здоровья. Она показывает им, что главное – это верить в себя и упорно идти к своей цели и доказывает, что каждый человек обладает уникальным потенциалом, который ждет своего часа, чтобы раскрыться и принести пользу миру.

Сегодня Света с большим энтузиазмом смотрит в будущее, готовая применять полученные знания и навыки. Впереди у девушки долгий и

интересный профессиональный путь, полный новых вызовов и свершений.

Она студентка Академии управления и производства г. Москвы по направлению «Консультативная психология», куда девушка поступила после окончания педагогического колледжа, желая получить больше знаний и утвердить свои возможности в данной области. Активно ведя блог в соцсетях, она делится с подписчиками своими успехами и достижениями. А также дает практические советы по психологии. И точно знает, что способна справиться с любыми трудностями, ведь у нее есть не только глубокие знания и отточенные навыки, но и бесценный опыт победы над собой и обстоятельствами. Она не просто будущий специалист, она – амбассадор инклюзии, живой пример того, как можно превратить кажущиеся ограничения в источник силы и вдохновения. Ее история – это живое напоминание о том, что главное – это не физические возможности, а внутренняя сила, страсть к своему делу и вера в себя. Света доказала, что мечты сбываются, если идти к ним, несмотря ни на что, и что истинное призвание способно преодолеть любые барьеры, открывая двери к новым свершениям. Ее победа – это не только личное достижение, но и важный шаг на пути к созданию более инклюзивного общества, где каждый человек, независимо от своих особенностей, может реализовать свой потенциал и внести свой уникальный вклад в общество.

Таким образом, участие и победа Светланы в региональном этапе чемпионата «Абилимпикс» – это не просто эпизод в ее биографии, это событие, которое имеет глубокое значение для нее самой, для педагогического колледжа, для всего чемпионатного движения и для общества в целом.

Это история о том, как одна девушка, следуя за своей мечтой, смогла не только реализовать свой потенциал, но и вдохновить многих, показав, что истинная сила заключается не в отсутствии ограничений, а в способности их преодолевать, и что сердце, полное любви и стремления к совершенству, способно творить настоящие чудеса.

«ИСТОРИЯ УСПЕХА» ХУДОВОЙ ОКСАНЫ

*Худова Оксана, студентка 1 курса, 51 группы
Специальности «Экономика и бухгалтерский учет»
(по отраслям) ГБПОУ РМ «Торбеевский колледж
мясной и молочной продукции им. Ю.В. Тутукова»*

«В жизни нет большего удовольствия,
чем удовольствие от преодоления
трудностей на пути к успеху».

Самюэль Джонсон

Меня зовут Оксана, и у меня сахарный диабет первого типа. Мне поставили этот диагноз, когда мне было всего тринадцать лет. Сначала я чувствовала себя растерянной и напуганной, потому что жизнь резко изменилась. Но теперь я понимаю, что именно эта болезнь помогла мне стать сильнее и научиться ценить каждую минуту своей жизни.

Сначала всё казалось трудным и непонятным. Я должна была регулярно измерять уровень сахара в крови, вводить инсулин и следить за питанием. Это было сложно, особенно когда друзья могли съесть шоколадку или мороженое, а я вынуждена была отказываться. Однако, родители и врачи помогли мне разобраться, как правильно жить с диабетом. Они научили меня планировать питание, рассчитывать дозы инсулина и вести дневник самоконтроля.

Со временем я поняла, что диабет — это не приговор, а лишь новое условие моей жизни. Я начала заниматься теннисом, баскетболом, но только делаю броски в кольцо, играю в шахматы, увлеклась рисованием, поступила в местный колледж и тут тоже нашла для себя увлечение, в свободное от учебы время танцую, недавно решила попробовать чисто для себя фотографировать природу, а также участвую в различных акциях, одна из них — это плетение маскировочных сетей — это важный элемент военного снаряжения для наших бойцов СВО.

И вот когда выбор пал на то, что я буду учиться в колледже, я выбрала свою дальнейшую профессию «Бухгалтер». Мне очень нравится данная специальность, я стремлюсь к тому, чтобы в дальнейшем работать по специальности, да и с моим диагнозом она очень мне подходит.

Физическая активность помогает контролировать уровень сахара и улучшает общее самочувствие. Конечно, иногда случаются сбои, и уровень сахара выходит из-под контроля, но я научилась быстро реагировать и исправлять ситуацию. Я также активно общаюсь с детьми, которым недавно диагностировали диабет, помогая им адаптироваться и поверить в свои силы.

Я благодарна составителям этого сборника об историях успеха и победы над собой, своим диагнозом, потому что считаю, что это лучшее подтверждение тому, что диабет в моем случае не может и не должен помешать общаться, дружить, стать тем, кем ты хочешь, искать применение своим талантам, а значит радоваться жизни самим и научить этому других, не забывая при этом ответственно относиться к состоянию своего здоровья.

«ИСТОРИЯ УСПЕХА» КОЗЛОВОЙ ЕЛИЗАВЕТЫ МОЙ ПУТЬ К ДОСТИЖЕНИЮ ЦЕЛИ

*Козлова Елизавета, студентка
ГБПОУ РМ «Торбеевский колледж мясной и
молочной продукции им. Ю.В. Тутукова»
(Рузаевское отделение)*

Успех - это ваша победа
Успех – это труд и борьба.
Успех – это мудрость и сила
Терпенье и вера в себя.

Мой путь к определенным достижениям и успеху был тернист, как и путь многих людей с ограниченными возможностями здоровья. Родившись в городе Ковылкино Республики Мордовия, учитывая врожденные проблемы со здоровьем, с пяти лет я посещала специализированный детский сад в Саранске, по окончании которого оказалась в школе- интернате для детей с нарушениями слуха.

В возрасте 8 лет меня заметила тренер по шашкам ГБУ РМ «САЦ сурдлимпийского и паралимпийского резерва» – Цирулева Татьяна Петровна. Я безмерно благодарна Татьяне Петровне, за то, что она взяла меня под свою опеку и смогла рассмотреть во мне скрытый талант.

Были годы упорных тренировок и занятий. Много сил, труда и терпения

было приложено как тренером, так и мной самой, прежде чем в 2017 году в городе Тихвин Ленинградской области я впервые стала призером первенства России по шашкам.

После чего пошла череда побед и призовых мест в соревнованиях Республиканского, Российского Международного уровня.



Мои труды и старания не были напрасны, в 2024 году за значительный вклад в развитие физической культуры и спорта я была награждена Благодарностью Министерства спорта Республики Мордовия.

На определенном этапе жизни стало ясно, что помимо увлечения шашками необходимо получить образование, которое может пригодиться в жизни. Выбор я сделала в пользу профессии «Повар, кондитер», так как любила готовить с детства. На пути освоения профессиональными навыками повара и кондитера возникли новые трудности, но, помощь педагогов, старания и усердие, лишний раз доказывают, что все в руках самого человека.





Как человек с ответственной гражданской позицией по мере возможности стараюсь заниматься общественной жизнью.

Каждый человек – хозяин своей судьбы и если поставить перед собой цель и уверенно идти к ней, то можно всего достичь. Главное не опускать руки и верить в себя.

«ИСТОРИЯ УСПЕХА» АЛЕКСЕЕВА ДЕНИСА «ИНВАЛИДНОСТЬ - НЕ ПРИГОВОР!»

*Алексеев Денис, студент 1 курса ГБПОУ
РМ «Темниковский сельскохозяйственный
колледж», преподаватель: Грицкова Н.С.*

Слово «инвалидность» для многих – приговор. Все! Жизнь закончена! Но не для меня! Меня зовут Алексеев Денис. Мне 18 лет. Родился в городе Новосибирске в 2007 году.

Сразу же после рождения мне прикрепили статус «отказник», и я оказался в учреждении здравоохранения Новосибирской области «Куйбышевский специализированный дом ребенка для детей с органическими поражениям



центральной нервной системы с нарушением психики».

В 4 года меня направляют в новое казенное учреждение – ГБСУ СОН РМ «Темниковский детский дом-интернат для детей с физическими недостатками». В этом детском доме и прошла моя осознанная жизнь. Меня воспитывал целый штат сотрудников. Я думаю, что силы были потрачены не зря.

С первых дней жизни в интернате я заявил себя как активный, и талантливый ребенок. Я принимал участие и в художественной самодеятельности, в групповых и обще детдомовских мероприятиях, в различных конкурсах, спортивных соревнованиях, играл на пианино.



Неоднократно занимал призовые места. Был правой рукой воспитателей: помогал в воспитательном процессе, в учебной деятельности, в бытовой жизни нашего дома.

Но больше всего меня тянуло к спорту. Когда спонсоры предложили заниматься Большим теннисом на колясках, я сразу же согласился. Тренировки, турниры – все это внесло в мою жизнь ощущение физической жизни (я ограничен в движении). Через пару месяцев нам предлагают



попробовать себя в Следж-хоккее. Это командная спортивная игра на льду, паралимпийская версия хоккея. Она ориентирована на людей с проблемами опорно-двигательного аппарата. Игроки используют специальные сани (следжи) с острыми лезвиями. В руках – две клюшки, одна для управления санями, другая для ведения шайбы.

После первой тренировки я понял, что это моё! Обычным людям, которые ходят на двух ногах, им не понять, что значит ощущать скорость при самостоятельном передвижении. А на следже скорость - это главное.

И начались тренировки, игры в различных городах: Саранск, Дзержинск, Нижний Новгород, Санкт-Петербург, Балаково (Саратовская область), Сочи. В Сочи я был признан лучшим игроком матча. Наша команда неоднократно занимала призовые места. Сейчас мы готовимся к Чемпионату, который будет проходить в Йошкар-Оле.



Мечта любого детдомовского ребенка – выйти в самостоятельную жизнь. Моя мечта сбылась! 1 сентября 2025 года я выпустился из детского дома и поступил в Темниковский сельскохозяйственный колледж по специальности «Экономика и бухгалтерский учёт» (по отраслям).

Сейчас я на пути к другой мечте: закончить колледж и стать квалифицированным специалистом. Надеюсь, смогу преодолеть и эту ступень жизни. Ведь инвалидность для меня – не приговор! Просто нужно верить в лучшее, быть оптимистом и радоваться жизни.

«ИСТОРИЯ УСПЕХА» МУСТАЙКИНОЙ СОФИИ

*Соколова Татьяна Алексеевна,
преподаватель ГБПОУ РМ
«Саранский строительный техникум»*

У каждого человека есть своя история успеха. Прежде чем рассказать свою историю, нужно определить, что для меня является успехом.

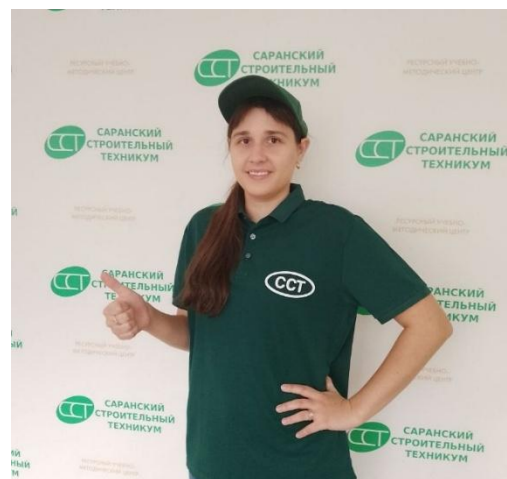
Успех для меня - это вера в себя, в свои возможности, уверенность и целеустремленность, это глубокое внутреннее состояние, когда человек чувствует, что находится на своём пути, реализует потенциал и при этом

сохраняет гармонию с собой и миром.

Моя история началась еще в раннем детстве. Она запомнилась самыми яркими моментами, когда я первый раз переступила порог детского садика. Это четыре года – пора дружбы, первых навыков, игр и развлечений. Я помню себя скромной, любознательной девочкой, которая хотела всему научиться, которая с интересом слушала свою воспитательницу Елену Александровну. Она читала нам сказки, учила азбуки, помогала подготовить открытки для мам, заплетала мне косички после тихого часа. Эти, казалось бы, незначительные воспоминания из детства, помогли мне по-настоящему уметь и взрослеть.

Затем меня ждала школа. Я с первого класса начала проявлять заинтересованность в учебе. Для меня важно хорошо учиться, чтобы получить качественное образование и в будущем выбрать профессию, которая мне была бы по душе. По началу мне было трудно, но я не сдавалась. Старалась участвовать в различных конкурсах, чтобы проверить свои знания и умения. И вот результат. Я хорошо окончила школу, у меня много почетных грамот. Это был мой первый шаг к успеху.

Следующий шаг к моему успеху - это момент выбора принятия важных решений, которые определяют мой дальнейший путь. Это выбор профессии. Я поступила в «Саранский



техникум сферы услуг и промышленных технологий» по специальности «Вышивальщица». И снова учиться! Снова трудности! Но я не сдаюсь, иду вперед! Знакомлюсь с преподавателями и с однокурсниками. Осваиваю новые знания и навыки. Ведь профессия «Вышивальщица» подразумевает в себе большое умение, терпение и любовь к своему делу.

Нас учили многому, кто-то, даже не мог держать иголку с ниткой правильно, преподаватели наставляли нас шаг за шагом, преодолевая трудности и радовались нашим победам. С каждым днем мы старались делать работы все лучше и лучше. А как же было страшно первый раз сесть за швейную машинку, надо было столько запомнить, чтобы довести это все до автоматизма, но и с этим мы справились. Например, первой моей работой было шитье прихватки, вещь нужная и полезная на кухне. Дальше работы было все больше и больше, мы старательно и с особым азартом шили: наволочки, одежду, косметички, яркие шопперы, так же участвовали в акции помощи бойцам на СВО (шили для наших солдат нательное белье).

И я снова покоряю «вершины», и иду к своему следующему успеху. Участвую два года подряд в региональном этапе чемпионатов в Республике Мордовия по профессиональному мастерству среди инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья «Абилимпикс»



2024» и «Абилимпикс 2025». Был очень сложный тур, на котором мы, участники (3 человека), должны были сшить брюки строго следуя инструкции и порядку выполнения работы, а самым сложным показалось то, что время было ограничено, и мы должны были успеть за 3 часа сшить брюки. Мне было трудно и страшно, но я очень старалась и победила! Заняла первое и второе призовые места в компетенции «Портной» и «Художественное слово». За это достижение я очень благодарна моим любимым преподавателям ГБПОУ РМ «Саранский техникум сферы услуг и промышленных технологий» Сорочкиной Ольге Васильевне, Вожаевой Ирине Александровне и Камаевой Татьяне Александровне, которые в меня верили, всегда поддерживали в трудную минуту, помогали и направляли «идти по правильному пути».

Хочу отметить, что техникум я окончила с отличием, но на этом решила не останавливаться и продолжить обучение в ГБПОУ РМ «Саранский строительный техникум». Я пришла сюда за новыми знаниями и умениями.

Я выбрала освоение такой специальности, как маляр–штукатур. Да, она не связана с шитьем, но это новый старт в овладении новыми навыками, которые обязательно пригодятся в жизни. Даже несмотря на то, что обучаюсь я здесь совсем мало времени, но с уверенностью могу сказать, что не пожалела о своем выборе. Как оказалось,



не так просто освоить новые навыки, знать все правила и тонкости, а также правильно их использовать в работе. Я уже освоила технику нанесения жидких обоев, и поняла, что это определенного рода техника искусства, которая тоже требует немало сил, старания и применения творческого подхода к нанесению определенного рисунка, сочетая цвета по оттенкам.

Прилагаю фото моей первой работы.

На данный момент я готова снова учиться, осваивать новую профессию, достигать новых вершин, двигаться вперед и только вперед, активно участвовать в студенческой жизни и никогда в себе не сомневаться, ведь вера в свои возможности и трудолюбие – вот главный залог успеха.



«ИСТОРИЯ УСПЕХА» БАЛУКОВА КИРИЛЛА КОГДА ТИШИНА ОБРЕТАЕТ ЦВЕТ И ФОРМУ

*Балуков Кирилл, выпускник ГБПОУ РМ
«Ичалковский педагогический колледж»*

В стенах педагогического колледжа, где рождаются будущие наставники и творцы, есть одна особая история. История о том, как человек, чей мир воспринимается иначе, нашел свое призвание и расцветает в профессии графического дизайнера. Это не просто обучение, это настоящее путешествие к самовыражению, где каждый штрих, каждый цвет становится голосом, а каждая композиция – понятным и ярким посланием.

Меня зовут Балуков Кирилл, я выпускник Ичалковского педагогического колледжа специальности «Графический дизайнер». Для многих эта профессия ассоциируется с яркими красками, четкими линиями и с громкими идеями, которые должны быть



услышаны. Но моя история успеха начинается в тишине. Я человек с нарушением слуха, и эта особенность, которая могла бы стать преградой, на самом деле стала моим уникальным взглядом на мир, моим источником вдохновения и, в конечном итоге, моим путем к успеху.

С самого детства я научился воспринимать мир иначе. Там, где другие слышат звуки, я вижу их вибрации, их энергию. Я научился читать по губам, улавливать интонации, которые передают эмоции, и, что самое главное, я научился быть невероятно наблюдательным. Мои глаза стали моими ушами, а мое воображение – моим голосом.

Впервые я столкнулся с миром изобразительного искусства и дизайна, обучаясь рисованию в Детской школе искусств в п. Чамзинка. Я почувствовал, что нашел свою стихию. Здесь, на листе бумаги, я мог воплощать свои мысли, свои чувства без необходимости произносить их вслух. Я мог создавать образы, которые говорили сами за себя, которые могли бы тронуть, вдохновить и передать глубокий смысл. Для меня рисование было не просто набором цветов, а языком, который понятен всем, независимо от того, слышат они или нет.

После окончания школы я поступил в Ичалковский педагогический колледж и выбрал конечно же специальность «Графический дизайнер». Без особых сложностей влился в студенческий коллектив и сразу ощутил приветливое отношение и дружеский настрой на учебу. Каждое учебное дело или проект становились для меня вызовом и возможностью. Создание логотипа – это не просто набор символов, а поиск идеальной формы, которая рассказывает историю бренда. Разработка макета для печатной продукции – это игра с типографикой, цветом и пространством, где каждый элемент должен быть на своем месте, чтобы донести нужную информацию. И в этом процессе я учился не только техническим навыкам, но и искусству коммуникации.

Были моменты сомнений, моменты, когда казалось, что моя особенность будет мешать. Но я всегда помнил, что моя слабость может стать моей силой. Я стал еще более усердным, еще более внимательным к деталям. Я изучал каждую линию, каждый оттенок, каждую композицию, стремясь достичь

совершенства. Я учился не только техническим навыкам, но и тому, как передавать эмоции через визуальные образы, как создавать истории, которые будут понятны и близки каждому. Педагогический колледж стал для меня не просто местом получения знаний, а пространством, где мое уникальное восприятие мира стало не ограничением, а мощным инструментом.

Особым моментом в моей жизни стало участие в чемпионате профессионального мастерства среди людей с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья «Абилимпикс». Это было не просто соревнование,



это было доказательство того, что мои усилия и моя уникальность имеют значение. Когда я услышал о своей первой победе в Региональном чемпионате, это было невероятное чувство. Это был триумф не только для меня, но и для моих наставников. Это было подтверждение того, что инвалидность – это не приговор, а лишь другая грань человеческого опыта, которая может привести к удивительным открытиям и достижениям.

Чемпионат «Абилимпикс» стал для меня не только возможностью продемонстрировать свои навыки, но и платформой для обмена опытом с другими талантливыми людьми.



Побывав на Отборочном этапе Национального чемпионата «Абилимпикс» в Ижевске в 2024 году, выступая в компетенции «Графический дизайн», я увидел, как многогранны таланты и как разнообразны пути к успеху. В атмосфере поддержки и взаимного уважения я почувствовал себя частью большого сообщества, где каждый ценится за свои уникальные способности. Участие в этом чемпионате стало для меня не просто наградой, а подтверждением того, что мои усилия, моя целеустремленность привели меня к уверенности. Это вдохновило меня еще больше стремиться к совершенству, расширять свои горизонты и никогда не останавливаться на достигнутом.

Моя история успеха – это история о том, как тишина может быть наполнена смыслом, как ограничения могут стать трамплином для роста, и как любовь к своему делу может преодолеть любые барьеры. Я верю, что каждый человек, независимо от своих особенностей, обладает уникальным потенциалом. Главное – найти свой путь, поверить в себя и не бояться идти вперед, создавая свой собственный, неповторимый мир. Графический дизайн для меня – это не просто профессия, это моя возможность сделать мир вокруг немного ярче, немного понятнее и немного добрее, используя язык, который я понимаю и люблю – язык образов.

«ИСТОРИЯ УСПЕХА» РЕГИНЫ (АДУШКИНОЙ) ХОХЛОВОЙ ЛЮБОВЬ К СЕБЕ – СИЛА УСПЕХА!

Кашитанова Екатерина Сергеевна, педагог-психолог ГБПОУ РМ «Саранский техникум сферы услуг и промышленных технологий»

В современном мире, где каждый день мы сталкиваемся с новыми вызовами и препятствиями, особенно вдохновляющими становятся истории людей, которые, несмотря на физические ограничения, достигают впечатляющих результатов

Свою психолого-педагогическую деятельность я начала в 2018 году, устроившись педагогом-психологом в ГБПОУ РМ «Саранский техникум сферы

услуг и промышленных технологий». И сразу мне дали группу, где среди здоровых детей были две сестры «особенные» Регина и Алина Хохловы.

Сейчас речь пойдет о Регине Адушкиной (Хохловой). Регина обучалась по профессии «Портной» в ГБПОУ РМ «СТСУиПТ» и также совмещала обучение в спортивно –адаптивной школе Е.В.Швецова.

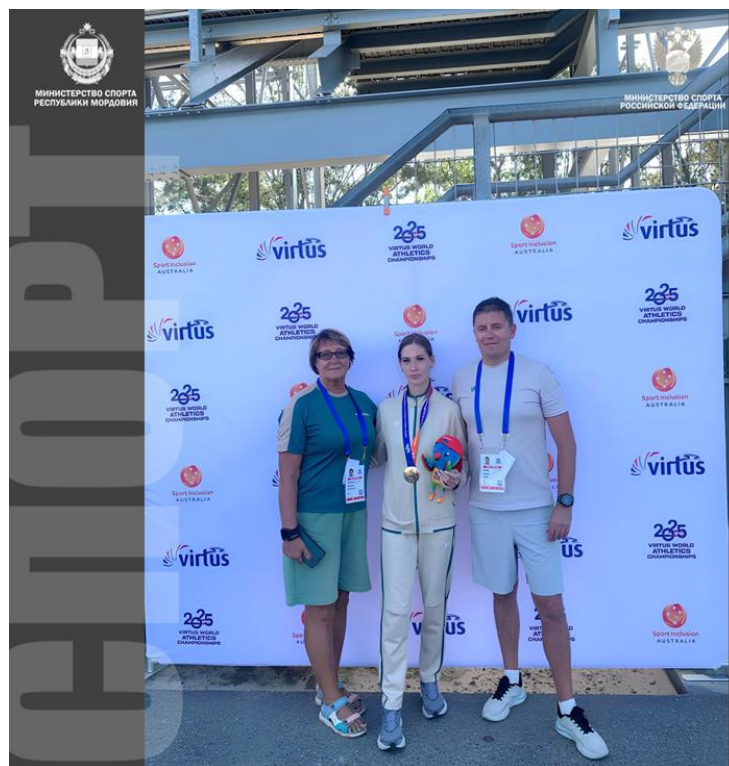


Регинин путь к спортивным достижениям начался не с простого решения, а с непоколебимой веры в собственные силы и поддержки близких людей. Каждый день для неё — это новая победа над собой, над обстоятельствами, над сомнениями. Занятия спортом стали не просто хобби, а настоящим способом доказать себе и окружающим, что ограничения существуют лишь в нашем сознании.

В техникуме Регина не только осваивала учебную программу, но и активно участвовала в спортивных мероприятиях, адаптированных под её возможности. Её участие в соревнованиях — это не просто демонстрация спортивных навыков, а яркий пример того, как можно преодолеть любые барьеры.

Каждое выступление на соревнованиях становится праздником силы духа и воли к победе.

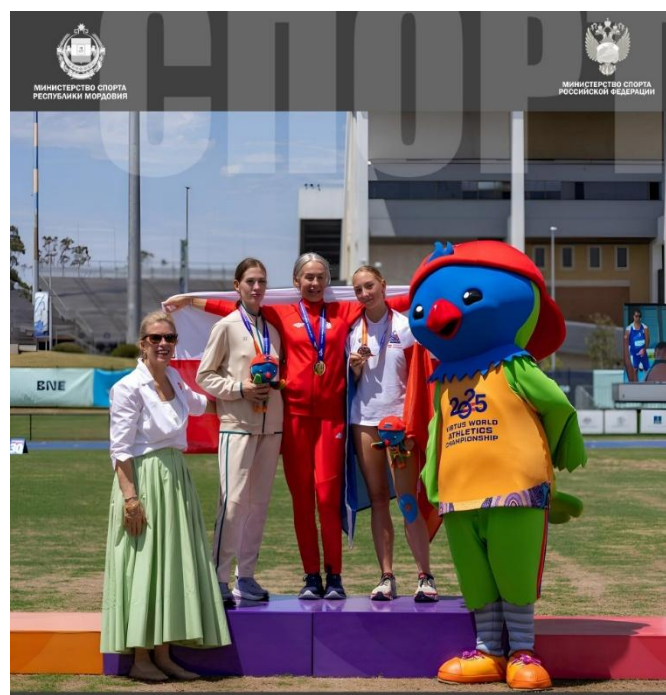
Регина Адушкина - двукратная чемпионка мира по лёгкой атлетике! Республика Мордовия поздравляла спортсменку с золотом и серебром международного турнира Virtus 2025 среди лиц с интеллектуальными нарушениями в Австралии. Покорила дистанцию в Брисбене - в 3000 м. Её Регина пробежала за 10:57.13.



Регина вышла замуж, она жена, дочь, сестра и личность! Её история учит нас важному уроку: успех не зависит от физических возможностей, а определяется силой характера, целеустремленностью и желанием двигаться вперёд. Она показывает, что спорт — это не только физическая активность, но и мощный инструмент социализации, развития личности и преодоления собственных страхов.

Регина — это Моя гордость! Она яркий пример того, как можно превратить ограничения в возможности. Её путь вдохновляет других людей с ОВЗ не сдаваться и продолжать двигаться к своим целям, а также напоминает обществу о важности создания условий для полноценной жизни каждого человека, независимо от его физических возможностей.

В её истории заключена глубокая мудрость: настоящее



достижение - это не медали и кубки, а способность преодолевать себя, верить в свои силы и вдохновлять других на подвиги.

И именно такие люди показывают нам, что невозможное становится возможным, когда есть желание и стремление к победе.

«ИСТОРИЯ УСПЕХА» ПОЛЬДИНА АЛЕКСАНДРА МОЯ ИСТОРИЯ — ЭТО ИСТОРИЯ СИЛЫ И НАДЕЖДЫ!

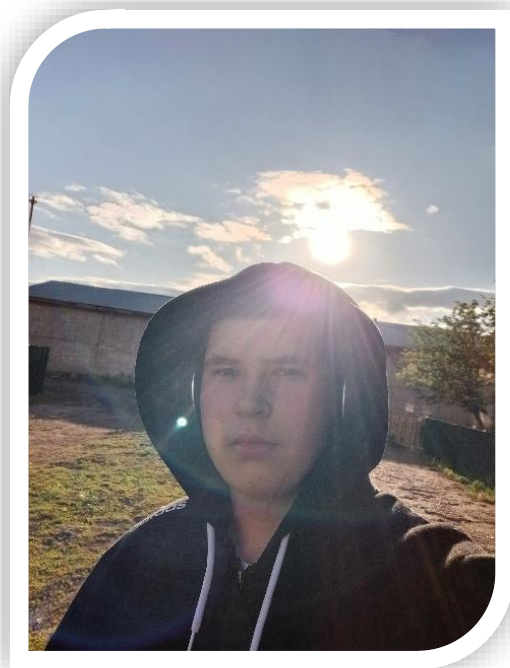
*Польдин Александр, студент специальности
Информационные системы и
программирования ГАПОУ РМ «Саранский
автомеханический техникум».*

Руководитель: Янина Валентина Петровна

Кто я и мой диагноз

Врожденный парез Эрба правой верхней конечности — особенность, с которой я появился на свет. Этот диагноз влияет на движение и силу моей руки, создавая уникальные физические вызовы. Однако, это не определяет меня полностью. Мой дух и решимость сильнее любых ограничений.

Моя цель показать, что инвалидность — это не приговор и не преграда для полноценного успеха и искреннего счастья.



Детство и первые вызовы судьбы

1. Адаптация — в детстве было сложно, но необходимо: я учился адаптироваться к физическим ограничениям, находя новые способы взаимодействия с миром.

2. Поддержка — поддержка семьи и специалистов стала моим незыблемым фундаментом для роста и развития.

3. Малые победы — я помню первые попытки самостоятельно выполнять простые действия. Эти «маленькие победы» дарили уверенность и силы каждый день.

Образование и развитие навыков

- Общее образование. Я учился в обычной школе. Это помогло мне интегрироваться и развиваться наравне со сверстниками.
- Раскрытие талантов. Участие в конкурсах и творческих проектах позволило мне раскрыть мои сильные, нефизические стороны.
- Творческий успех. Например, я победил в школьном конкурсе с оригинальным стихотворением, где рассказал о своем пути.

Образование стало не просто получением знаний, а ареной для демонстрации моей внутренней силы и талантов, несмотря на диагноз.

Преодоление стереотипов и барьеров

- Непонимание. Часто сталкивался с непониманием и предвзятым отношением со стороны окружающих.
- Коммуникация. Я научился открыто и спокойно объяснять людям мои возможности и реальные потребности, разрушая стереотипы.
- Принятие. Важный момент: я осознал, что инвалидность — часть меня, но она не является всей моей сущностью и личностью.

«Я — это не мой диагноз. Я — это мои мечты, усилия и победы.»

Мои достижения и победы

Я активно участвую в жизни и не позволяю парезу ограничивать свои увлечения.

Мои победы доказывают, что упорство дает плоды:

1. Успех в специальных конкурсах. Призовые места в творческих и образовательных конкурсах для детей с инвалидностью, где я мог соревноваться на равных.
2. Развитие увлечений. Успехи в адаптивном спорте и творчестве, которые развивают мелкую моторику и концентрацию внимания.

3. Личный проект. Я создал и внедрил проект, который помогает мне лучше справляться с повседневными задачами и повышает мою самостоятельность.

Поддержка и вечный источник вдохновения

- Наставники. Специалисты и учителя, которые направляли и верили в мой потенциал.
- Истории успеха. Примеры других людей с инвалидностью, которые добились невероятных высот, вдохновляют меня ежедневно.
- Друзья. Мои друзья, которые видят во мне человека, а не диагноз, и поддерживают мои начинания.
- Семья. Родители — моя главная опора, дающие безусловную любовь и мотивацию.

«Если есть желание — нет ничего невозможного. Мотивация рождается из поддержки и веры в себя.»

Мои планы на будущее

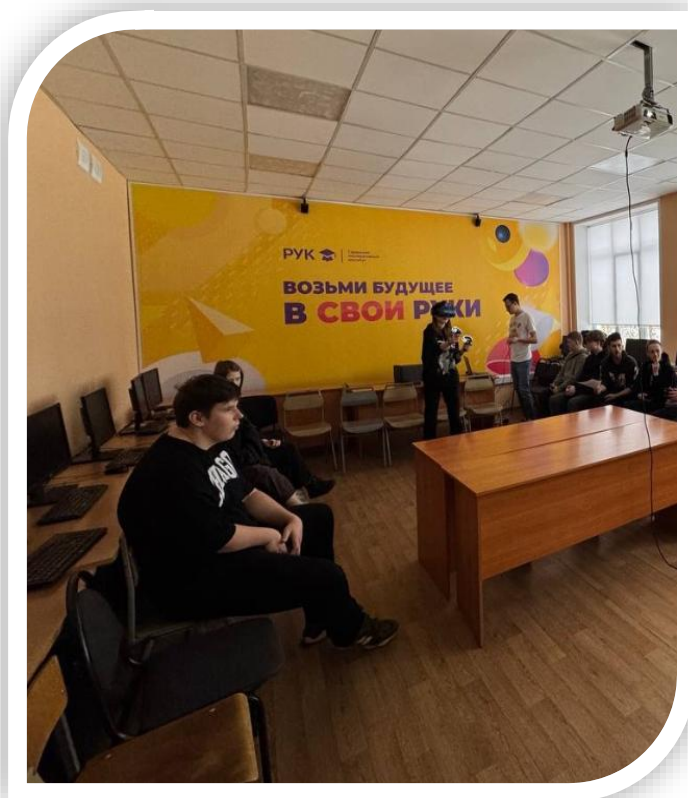
1. Непрерывное развитие. Продолжать учиться и развивать свои таланты, осваивая новые навыки и технологии, несмотря на физические трудности.
2. Наставничество. Помогать другим детям с инвалидностью, используя собственный опыт, чтобы они поверили в себя и свои безграничные возможности.
3. Вдохновляющий пример. Стать позитивным примером для тех, кто сталкивается с похожими вызовами, показывая, как можно жить полной жизнью.

Что я хочу сказать другим?

- Примите особенность. Инвалидность — это не приговор, а лишь одна из ваших особенностей. Её можно принять и использовать как источник уникальной силы и стойкости.

- Верьте в себя. Важно верить в свои силы и никогда не сдаваться. Не бойтесь просить помощи — это признак мудрости, а не слабости.

- Начните с малого. Каждый успех, даже самый большой, начинается с маленького шага и огромного, искреннего желания изменить свою жизнь к лучшему.



«ИСТОРИЯ УСПЕХА» МАКАРОВА ВЛАДИМИРА

*Макаров Владимир, выпускник 2019 года
специальность: «Механизация сельского хозяйства»,
Ромодановского филиала ГБПОУ РМ «Кемлянский аграрный колледж»
Руководители: Ганчина Аида Альбертовна и
Косягина Галина Алексеевна*

Меня зовут Владимир. Моя история успеха начинается с детства, когда я столкнулся с серьёзным испытанием – потерей слуха. Это стало “большой болью семьи”. Моя жизнь превратилась в череду ограничений и запретов. Именно тогда начался путь к моему призванию и успеху.

Семья приложила максимум усилий, чтобы я чувствовал себя полноценным ребёнком. Зимой родители вместе с тренером по хоккею заливали заводской каток, который находился недалеко от моего дома, мы всей семьёй чистили там снег.



Позже записали меня в секцию по хоккею, чтобы развить координацию движений и укрепить физическое состояние. Однако дорога к вершинам оказалась нелегкой. Потеря слуха создавала значительные препятствия: трудно было воспринимать сигналы тренера, слышать звуки игры и реагировать на действия соперников. Не хватало подсказок и сигналов, которые воспринимают здоровые люди. Но я продолжал тренироваться в команде, искал способы компенсировать недостаток слуха.

После 9 класса поступил на учебу в Ромодановский филиал Кемлянского аграрного колледжа и получил квалификацию техник-механик. Во время учебы в колледже я принимал активное участие во всех спортивных мероприятиях, проводимых в колледже. Все годы учебы в колледже, в свободное время, я продолжал тренироваться и играл в хоккей. Получив специальность, продолжил обучение на заочном отделении Мордовского государственного педагогического университета им.



М.Е.Евсеева факультета «Физическая культура». Сейчас я магистрант 2 курса.



После окончания колледжа я стал воспитанником спортивно - адаптивной школы Е.В. Швецова сурдлимпийского и паралимпийского резерва г. Саранска. Тренером является Тажигулов Нурлан Абатович, который стал для меня наставником, учителем и мотиватором. Он сыграл ключевую роль в моем развитии и успехе. Тренировки проходили по индивидуальной программе у неслышащего тренера по мини-футболу и по хоккею с шайбой.

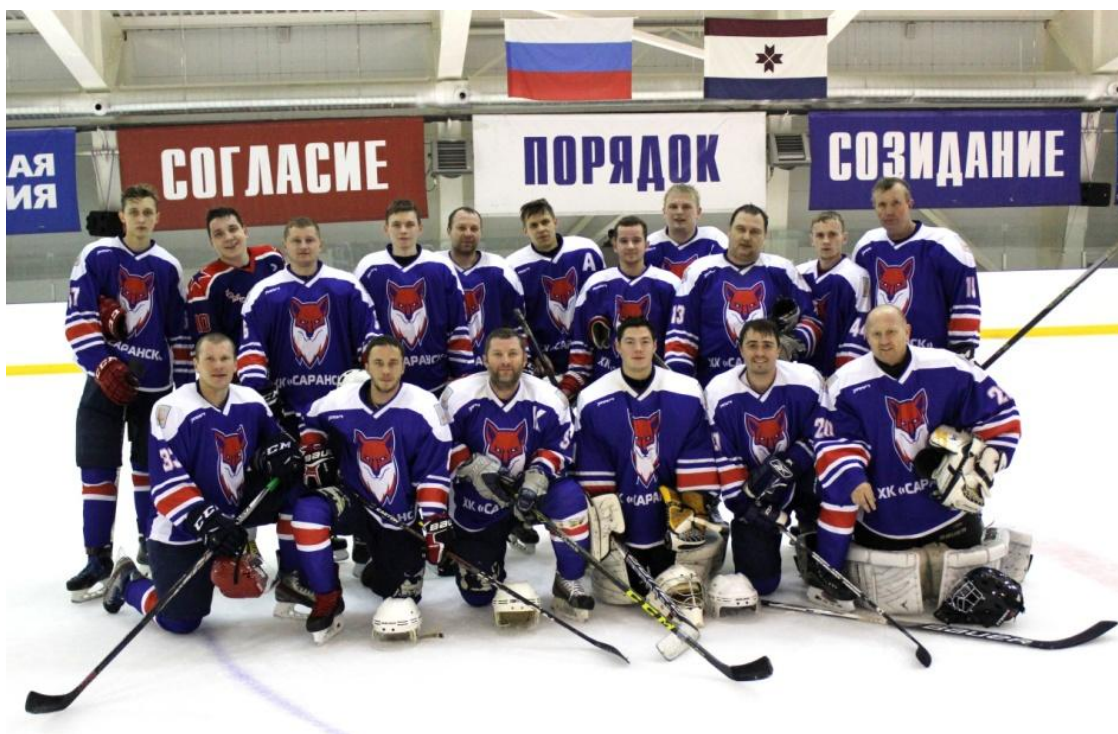


Что дала хоккейная команда для меня? Это улучшение навыков работать с другими игроками для достижения общих целей. Развитие лидерских качеств, ведь хорошая команда побуждает каждого игрока брать на себя роль лидера. Поддержка в нужный момент: в хоккее это проявляется в помощи товарищу по команде в сложной ситуации. Сплоченность и мотивация: каждый член команды должен чётко представлять свою роль в достижении общекомандного успеха. Создание хоккейного сообщества: в таких сообществах люди находят не только партнёров по спорту, но и настоящих друзей на всю жизнь. Это живое общение, поддержка, общие эмоции, совместные победы и поражения, которые сближают сильнее, чем просто тренировки.

Сейчас я являюсь членом основного состава сборной команды России по спорту глухих в дисциплине хоккея.

Выступаю в амплуа универсального игрока, и как нападающий, и как защитник.

Команда, за которую я играл, неоднократно становилась чемпионом Чемпионатов России по хоккею с шайбой среди глухих, Всероссийских зимних Спартакиад по спорту глухих, которые проходили в разных городах России. В результате побед я получил удостоверение и значок мастера спорта России.



В настоящее время я работаю в Новосибирском центре высшего спортивного мастерства в должности спортсмена отделения спорта глухих (хоккей).

В Новосибирске я встретил свою вторую половинку, и неделю назад зародилась наша молодая семья Макаровых.

Я не останавливаюсь на достигнутом, впереди новые планы и старты.

Хочется верить, что мой пример вдохновит ребят с такими же проблемами добиться больших высот.

История моего успеха – это свидетельство того, что недостатки не являются преградой в способности побеждать и достигать своей цели. Только тот, кто верит в себя и готов бороться за свои мечты, способен добиться настоящего счастья и признания.

«ИСТОРИЯ УСПЕХА» РАВИЛОВОЙ АЛИНЫ

*Равилова Алина, студентка 4 курса,
специальность «Информационные системы
и программирование» ГБПОУ «Саранский
политехнический техникум»*

Меня зовут Алина, я студентка 4 курса, осваивающая специальность «Информационные системы и программирование» в ГБПОУ «Саранском политехническом техникуме». Сегодня я хочу поделиться с вами историей о том, как профессиональное развитие в инклюзивной среде колледжа, стало для меня фундаментом для формирования устойчивой мотивации к трудовой деятельности.

«Моя история успеха» имеет четкую цель: «Совершенствование профессиональных и личностных компетенций и формирование устойчивой мотивации к трудовой деятельности». Учеба для меня - это шанс стать компетентным специалистом, уверенным в себе и готовым к любым вызовам. Это хорошая возможность продемонстрировать свои знания и платформу для личного роста.

Первым и самым важным открытием стала самореализация и уверенность

в себе. Это невероятное чувство, когда твой труд получает признание. Затем пришло понимание независимости и ответственности.

Приобретая знания и навыки в техникуме научили меня планировать, принимать решения и нести за них ответственность. Я осознала, что эти навыки, приобретенные в процессе работы над учебными проектами, бесценны как в профессиональной сфере, так и в личной жизни. Они дают мне ощущение контроля и уверенность в будущей финансовой независимости.

Конкурс значительно повысил мою компетентность и качество работы. Применение теоретических знаний из техникума на практике, позволило мне перейти от абстрактных концепций к реальным результатам. Мои работы стали более качественными, и я почувствовала себя востребованным специалистом. Этот опыт значительно укрепил мою конкурентоспособность на рынке труда, открывая новые карьерные перспективы.

ИНКЛЮЗИВНАЯ СРЕДА: ФУНДАМЕНТ УСПЕХА

Все мои достижения были бы невозможны без инклюзивной среды в колледже. Здесь я чувствовала себя равной среди равных, получая поддержку от преподавателей, организаторов и одногруппников. Адаптация материалов, помощь в решении проблем – всё это позволяло мне сосредоточиться на учебе, не отвлекаясь на борьбу с предрассудками. Эта атмосфера принятия стала для меня мощным фундаментом.

В совокупности, все эти ценности сформировали во мне устойчивую мотивацию к труду. Я больше не просто ищу работу; у меня есть четкие цели и готовность активно действовать, чтобы реализовать свой потенциал. Труд для меня стал не только способом заработка, но и способом самовыражения и интеграции в общество.

ПРИЗЫВ К ДЕЙСТВИЮ

Я призываю всех студентов с инвалидностью: Верьте в себя, учитесь и действуйте! Не бойтесь мечтать, активно участвуйте в проектах, ищите поддержку. Ваша сила и потенциал огромны. Вместе мы можем создать будущее, где талант каждого будет признан.

«История успеха»

участника чемпионата движения «Абилимпикс» по компетенции «Портной» Архипова Михаила Ивановича

Чинкова Г.Н., мастер производственного обучения ГБПОУ РМ «Саранского техникума сферы услуг и промышленных технологий»

Архипов Михаил Иванович – выпускник, он обучался в Саранском техникуме сферы услуг и промышленных технологий по профессии «Конструирование, моделирование и технология швейных изделий».

Выбор профессии был не случайным. С самого раннего детства Михаил мечтал о том, как будет воплощать свои творческие идеи в жизнь, проектируя и создавая интересные модели одежды. У Миши хороший



эстетический вкус и отличное воображение и он великолепно рисует! Михаил активно занимается спортом и является неоднократным призером по шахматам. По характеру спокойный, сдержанный, трудолюбивый, целеустремленный. Удивительно красивый и талантливый молодой человек, к сожалению, не слышащий.

Профессия портного считается одной из самых подходящих и перспективных для людей с нарушениями слуха. Она требует высокой концентрации, точного глазомера и развитой мелкой моторики – качеств, которые у глухих людей зачастую развиты даже лучше, чем у слышащих.

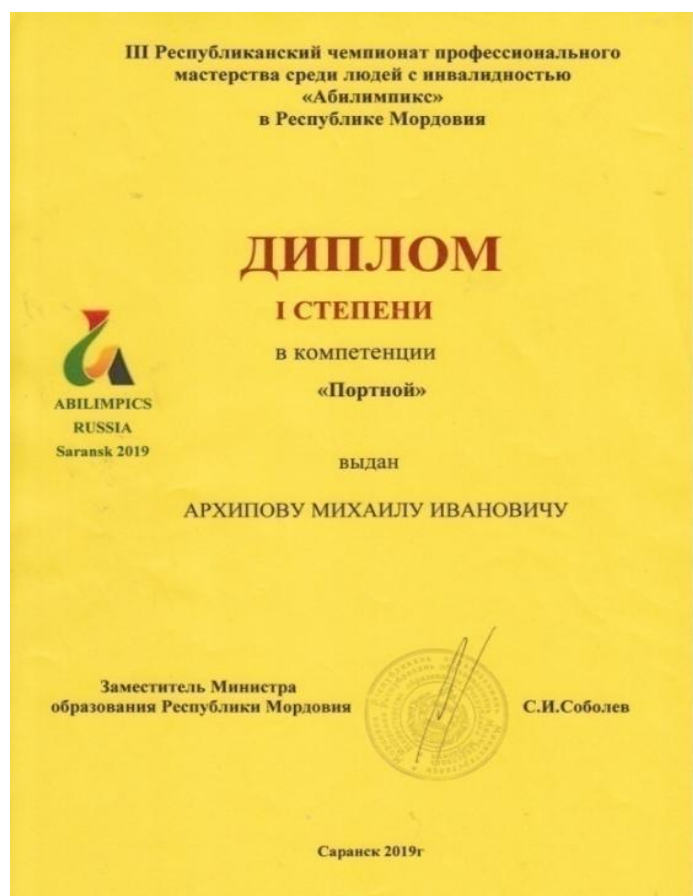
Достижения слабослышающих студентов в процессе освоения профессии часто выходят за рамки простого получения диплома. Для них это путь преодоления, который приводит к уникальным результатам. Ярким примером является Архипов Михаил.

На протяжении нескольких лет Михаил являлся активным участником чемпионатного движения «Абилимпикс» по компетенции «Портной» и всегда демонстрировал высокий уровень профессиональной подготовки и высокие результаты.

Михаил также участвовал на республиканских соревнованиях и в отборочном этапе Национального чемпионата «Абилимпикс».

Учеба в техникуме оказалась увлекательным процессом, во время которой Михаил получил много знаний и новых навыков, которые пригодились во время участия в чемпионате «Абилимпикс». Он участвовал во всех мероприятиях техникума, связанных с профессией. Его творческий подход, умение импровизировать, восхищает всех окружающих. Михаил был маленькой звездочкой, очень яркой личностью. Его любили и уважали все, и преподаватели и студенты.

В 2019 году Михаил впервые принял участие в III Республиканском чемпионате профессионального мастерства среди людей с инвалидностью «Абилимпикс» в Республике Мордовия по компетенции «Портной». Уже тогда он показал свои теоретические знания и профессиональные навыки в своей сфере деятельности, а точнее, конструирование и моделирование швейных изделий. По итогам чемпионата он получил диплом I



степени, показав очень хорошие результаты. Скорость, качество, творческий подход в работе отличают Михаила от других участников чемпионата.

В 2019 году Михаил вновь подтвердил свой высокий

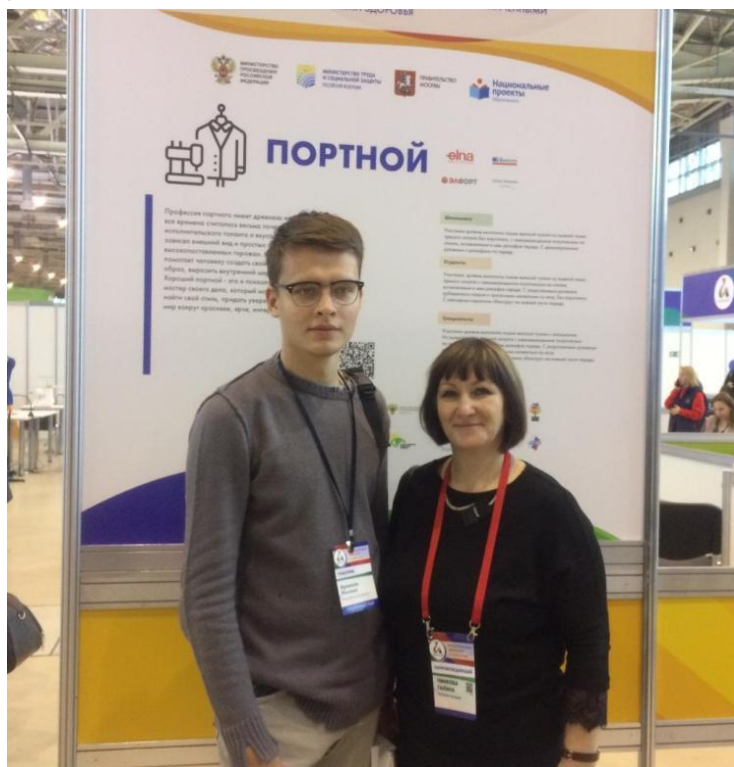
профессиональный уровень, став участником Отборочного этапа V Национального чемпионата по профессиональному мастерству среди лиц с ограниченными возможностями здоровья «Абилимпикс» в г. Москва по компетенции «Портной». В условиях ограниченного времени и строгих критериях оценки он проявил собранность и высокую степень ответственности. Во время выполнения задания Михаил полностью погружался в работу, не отвлекаясь на шумы, продемонстрировал идеальную ровность строчек и чистоту обработки. Изделие выглядело очень аккуратным, благодаря усидчивости и вниманию к деталям.

По результатам Национального чемпионата Михаил занял 11 место из 67 участников. Как и в любом конкурсе или чемпионате, конкуренция всегда очень высокая, ведь людям с ОВЗ всегда очень хочется добиться успеха и показать остальным, что мы можем быть даже лучше кого-то и добиться успеха! Благодаря участию в чемпионате у Миши появилось больше опыта и веры в себя.



Я, являлась куратором группы, а также мне посчастливилось быть наставником Михаила. На протяжении многих лет помогала ему оттачивать навыки в выбранной компетенции, мотивируя, поддерживая, и готовила к соревнованиям. Важную роль, конечно, играет подготовка.

О задании, которое будет на чемпионате, мы узнаем заранее на сайте конкурса. Поэтому каждый участник



понимает, какие умения от него потребуются. Но чтобы подготовка не становилась домашним заданием, конкурсную задачу на чемпионате изменяют на 30 процентов. И здесь важно не поддаваться волнению. Самое главное - показать мастерство, почувствовать соревновательный дух и верить в победу.

В 2020 г. Архипов Михаил вновь подтвердил свой профессиональный уровень, принимая участие в IV Республиканском чемпионате профессионального мастерства среди людей с инвалидностью «Абилимпикс» в Республике Мордовия по компетенции



«Портной». Высокое качество, идеально сшитое платье в стиле «Бохо», оригинальный декор, грамотная организация рабочего места и строгое соблюдение техники безопасности, позволили вновь занять 1 место.

В 2021 г. Михаил окончил техникум с отличием и поступил в г. Москву, МГТУ им. Н.Э. Баумана, на специальность «Дизайн», и продолжает принимать участие в чемпионатах «Абилимпикс».

Одним из главных достижений для Михаила является участие в чемпионате «Абилимпикс». Благодаря своей настойчивости, постоянному профессиональному росту и стремлению к совершенству, Михаил Иванович Архипов ярко проявил себя на чемпионате «Абилимпикс» в компетенции «Портной». Его успехи наглядно демонстрируют высокий уровень подготовки и ответственное отношение к избранной профессии.



«ИСТОРИЯ УСПЕХА» ГУРЬЕВОЙ ЕКАТЕРИНЫ

***Белоглазова Ольга Сергеевна, преподаватель
ГБПОУ «Саранский строительный техникум»***

Гурьева Екатерина, студентка группы МШ-2Б – участник «Фестиваля возможностей», проводимого в рамках чемпионата «Абилимпикс» -мастер спорта по легкой атлетике среди лиц с нарушениями интеллекта группы МШ-2Б.



Катя учится в ГБПОУ РМ «Саранский строительный техникум» по профессии «Штукатур» на 2 курсе. Она начала заниматься легкой атлетикой под руководством тренера В.В. Аверкина с 2022 года, а уже в 2023 году она получила звание Мастера спорта на дистанции 200-400 метров.

Катя очень увлечена тренировками, занимается практически ежедневно. Если случаются травмы, она все равно приходит в Центр Олимпийской подготовки, чтобы быть вместе с ребятами, с которыми тренируется в одной группе. В такие периоды она помогает тренеру проводить разминки, просто ходит по манежу.

В спорт Катю привел папа — тренер по карате. Катя очень благодарна и папе и своему тренеру в подготовке к соревнованиям.

Она высоко ценит своих наставников и всегда с радостью рассказывает свою историю успеха.

«ИСТОРИЯ УСПЕХА» Насырова Айдара

*Плеханова Ирина Геннадьевна,
преподаватель ГБПОУ РМ «Саранский
техникум энергетики и электронной
техники им. А.И. Полежаева»*

Правительство нашей страны уделяет большое внимание повышению качества жизни людей с инвалидностью. Происходит постоянный поиск новых эффективных средств для решения проблемы успешной социализации и занятости людей с ограниченными возможностями, стимулов для получения образования, для изменения отношения общества и потенциальных работодателей к возможностям этой категории граждан.

Получение детьми с ограниченными возможностями образования является одним из основных и неотъемлемых условий их успешной социализации, обеспечения их полноценного участия в жизни общества, эффективной самореализации в различных видах профессиональной и социальной деятельности.

По законодательству люди не делятся в зависимости от национальной принадлежности, вероисповедания или физических данных. Право на труд имеет каждый гражданин нашей страны, независимо от того, является он инвалидом или нет.

Проблему социализации инвалидов можно успешно решать, в том числе через организацию и проведение конкурсов профессионального мастерства.

Национальный чемпионат Абилим픽с - международное некоммерческое движение, основной деятельностью которого является проведение конкурсов профессионального мастерства для людей с инвалидностью, для их профессиональной ориентации и содействия в трудоустройстве.

«Абилим픽с» позволяет обеспечить формирование эффективной профессиональной ориентации и мотивации людей с инвалидностью к получению профессионального образования, участвовать и содействовать в процессе их трудоустройства и социокультурной инклюзии в обществе.

Конкурсы профессионального мастерства, как форма внеурочной деятельности, помогают успешно решать задачи социализации детей с ограниченными возможностями здоровья, повышения качества подготовки специалистов, позволяют создать благоприятную среду для развития интеллекта, совершенствования профессиональных умений и навыков, развития профессионального и креативного мышления обучающихся, способствуют формированию опыта творческой деятельности в профессиональной сфере. Движение «Абилимпикс» эффективно меняет отношение общества к трудоустройству людей с инвалидностью, мотивирует государство создавать все необходимые условия для получения доступного образования любого уровня, а также мотивирует самих инвалидов к получению специальности и хорошей работы.

Обучающимся с ОВЗ участие в подобных конкурсах важно и необходимо. У них формируется ответственность и добросовестное отношение к труду, развитие творческого мышления, профессионального интереса, коммуникативных качеств, позволяющих найти свое место на рынке труда, правильно адаптироваться к условиям взрослой жизни; выявить лучшего обучающегося в группе, на курсе.

Особенностью организации работ для подростков с ограниченным интеллектом является недостаточная их активность к познанию, восприятию новых знаний, которая необходима для осмысления информации. Поэтому включение в соревновательную деятельность формирует в них уверенность, прививает самостоятельность и дисциплинированность, что важно для дальнейшей социальной адаптации к условиям ПОО.

Готовясь и участвуя в конкурсе, обучающиеся пробуют работать в команде, преодолевать трудности в общении, четко формулировать и выполнять поставленные перед собой задачи.

Абилимпикс эффективно меняет отношение общества к трудоустройству людей с инвалидностью, мотивирует создавать все необходимые условия для получения доступного образования любого уровня.

В 2023 году студент 2 курса специальности 09.02.01 «Компьютерные системы и комплексы» Насыров Айдар принял участие в Региональном отборочном этапе Национального чемпионата «Абилимпикс 2023» в компетенции «Обработка текста» и занял 2 место. В течение следующих лет обучения в нашем техникуме Айдар показал высокие результаты и, выпускаясь из техникума, получил диплом о среднем профессиональном образовании с отличием, квалификация – техник по компьютерным системам.



Сразу после окончания обучения, Айдар, как ценный специалист был трудоустроен в организацию МПК «Атяшевский», где работает на благо Республики Мордовия.

На основе опыта участия в чемпионате «Абилимпикс» мы можем констатировать, что это стало одним из действенных способов социализации инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. Участие в «Абилимпиксе» обеспечивает более высокий уровень профессиональной социализации выпускников посредством тесной связи с региональными

работодателями и мониторинга их потребностей в профессиональной подготовке специалистов. Сегодня многие выпускники - участники «Абилимпикса» успешно работают по выбранной профессии, что является наглядным примером актуальности и необходимости работы в данном направлении.

«ИСТОРИЯ УСПЕХА» ЕГОРОВА ГЕОРГИЯ

*Егорова Людмила Болеславовна,
мама студента с синдромом Дауна
ГБПОУ РМ «Саранский техникум сферы
услуг и промышленных технологий»*

Георгий родом из Саранска. Ему 18 лет, и его жизнь полна различных увлечений: музыка, легкая атлетика, театр, плавание. С самого детства Гоша был любознательным и интересовался всем вокруг. Хочу вам рассказать его историю.

Плаванием Георгий начал заниматься лет с 13. Заняться плаванием Георгию посоветовал врач-ортопед, так как у моего сына нарушение осанки, походки и вальгусная постановка стоп. Плавание помогает тренировать все группы мышц без нагрузки на позвоночник и суставы.

Но потом спортивная группа распалась, и мы стали искать, чем еще можно заняться. Пробовал настольный теннис, хоккей. Но все же вернулись к плаванию, поскольку познакомились с хорошим тренером и теперь сын ходит на индивидуальные занятия.

Тренер Георгия хвалит, после первого занятия и сказал, что у него обязательно всё получится. Сейчас Гоша мечтает научиться плавать и нырять в правильной технике, любым стилем. Это нужно для развития мышечного каркаса.

В Гошином характере есть черты, которые могут ему помочь добиться заметных спортивных побед. Он любопытен, настойчив и упорен. Будет стараться делать до последнего, пока не получится.

Но главное для нас— это здоровое и гармоничное развитие, а призовые места и медали пусть будут приятным бонусом! Сейчас Гоша спокойно может проплыть около 10 метров, может нырнуть и достать какой-нибудь предмет со дна бассейна".

Плавание не единственное его увлечение. В 2024 году он пришел в легкую атлетику и уже участвовал в больших Всероссийских соревнованиях по лёгкой атлетике «Спорт ЛИН».



Гоша занимается бегом на дистанции 100 и 200 метров. Он тренируется три раза в неделю в спортивно-адаптивной школе по легкой атлетике им. Е.В. Швецова. На соревнованиях в родном городе Саранске не раз получал награды.

Лёгкой атлетикой Гоша занимается уже третий год. Принимает участие во всех соревнованиях, которые проводятся у нас в Мордовии - это и республиканские спартакиада и Всероссийские соревнования по спорту ЛИН, легкая атлетика, бег. Я, как мама, заметила, что Георгию нравится бегать и получать медали, но его доброта и дружелюбность иногда мешает ему быть первым: "Он может подождать друга на старте или просто



бежать рядом. Это так мило, но мешает, в спорте всё же надо соревноваться".

Особое место в жизни парня занимает музыка. Дома у него есть гитара, дудочка и барабан джембе. Он любит слушать Юрия Шатунова, Евгения



Белоусова, Шамана, Муслима Магомаева, а также классическую музыку Шопена и Штрауса. Гоша год посещал музыкальную школу, где учился играть на гитаре, но, к сожалению, после ухода педагога найти замену не удалось. Музыка помогает Георгию самовыражаться. "Он копирует выступления артистов на сцене. Я сама немного пою и играю на гитаре, поэтому иногда мы выступаем дуэтом на разных концертах и фестивалях".

Еще Гоша любит посещать театр и ходить на концерты. "Когда был маленький, любил кукольный театр, подрос - понравился балет, особенно "Щелкунчик" Чайковского". Позже Георгий и сам стал выходить на сцену. Он участвовал в создании инклюзивного спектакля "Мы с тобой" по мотивам "Маугли" Киплинга, где сыграл главную роль. В спектакле были задействованы профессиональные артисты театра, школьники и ребята с особенностями развития. Премьера прошла с большим успехом на сцене Мордовского Национального театра.

Однако, общение со сверстниками дается Георгию нелегко из-за нечеткой дикции и небольшого словарного запаса. Поэтому друзей среди ровесников у него совсем мало. Меня это очень расстраивает, конечно. Вот с ребятами помладше он хорошо находит контакт, либо со взрослыми людьми. Хочу пожелать родителям настойчивее вовлекать детей в разные занятия. Пробуйте

все и спорт, и музыку, и творчество. Почаще выходите с ними "в люди". Я своего особенного сына с раннего детства водила (по возможности) в кафе, и он знает, как надо себя вести, умеет пользоваться ножом и вилкой. Он поможет молодой мамочке с коляской открыть дверь, поднимет упавшую вещь пожилому человеку. Ему улыбаются, и он улыбается в ответ, а меня хвалят какого хорошего мальчика я воспитала... И в эти моменты я счастлива и понимаю, что шла и иду правильном направлении.

Сейчас главная мечта и цель Гоши — это вырасти хорошим, добрым человеком, обрести друзей по интересам и заниматься полезным и нужным делом. Мы уверены, что у него всё получится и желаем ему спортивных и творческих успехов! У каждого свои победы и рекорды. Каков бы ни был результат - я горжусь своим сыном, тем с каким старанием и упорством он идёт к цели; и я верю в него, потому что он сильнее, чем кажется...



А ещё он добрый, не каждому дано быть по настоящему добрым, это талант, как музыкальный слух или умение писать пейзажи акварелью, только более ценный...

ИСТОРИИ УСПЕХА СТУДЕНТОВ С НАРУШЕНИЕМ ИНТЕЛЛЕКТА В ЧЕМПИОНАТЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МАСТЕРСТВА «АБИЛИМПИКС» В ИЧАЛКОВСКОМ ПЕДАГОГИЧЕСКОМ КОЛЛЕДЖЕ

*Степанова Елена Александровна,
заведующий по инклюзивному образованию
ГБПОУ РМ «Ичалковский педагогический
колледж»*

Современное общество все больше осознает важность инклюзии и равных возможностей для всех людей, независимо от их физических или интеллектуальных особенностей. Одним из ярких примеров такой инклюзии является чемпионат по профессиональному мастерству среди людей с инвалидностью «Абилимпикс», который открывает двери для студентов с нарушением интеллекта, позволяя им проявить свои способности и таланты в различных профессиональных компетенциях.

В Ичалковском педагогическом колледже студенты с нарушением интеллекта активно готовятся и участвуют в этом чемпионате, демонстрируя свои умения в таких направлениях, как изготовление предметов интерьера из гипса, рисование картин гуашью, декорирование предметов интерьера и изготовление лоскутной куклы.

В Ичалковском педагогическом колледже, подготовка к чемпионату «Абилимпикс» представляет собой тщательно выстроенный процесс, где каждый этап направлен на максимальное раскрытие потенциала студентов. Это не просто механическое освоение техник, а погружение в мир творчества и профессионального мастерства, где преподаватели художественно-эстетических дисциплин выступают в роли чутких наставников, способных увидеть и развить индивидуальные способности каждого. Например, в компетенции «Изготовление предметов интерьера из гипса» студенты учатся не только точности движений и аккуратности, но и развивают пространственное мышление, понимание пропорций и эстетическое восприятие. Работа с гипсом, его формовка и последующая отделка требуют не только физической ловкости, но и умения следовать инструкциям, проявлять терпение и добиваться

желаемого результата.



Компетенция «Рисование картин гуашью» открывает перед студентами мир цвета и эмоций. Преподаватели помогают ребятам освоить основы композиции, цветоведения, научиться передавать настроение и образы через мазки кисти. Это процесс, который стимулирует воображение, развивает мелкую моторику

и способствует эмоциональному самовыражению. Гуашь, как материал, доступна и податлива, что делает ее идеальным инструментом для начинающих художников, позволяя им экспериментировать и находить уверенность в своих творческих силах.

«Декорирование предметов интерьера» – это компетенция, которая требует не только художественного вкуса, но и практических навыков. Студенты учатся работать с различными



материалами – красками, лаками, декоративными элементами, текстилем. Они осваивают техники росписи, аппликации, декупажа, учатся сочетать цвета и фактуры, создавать гармоничные композиции. Этот процесс развивает их чувство стиля, умение видеть красоту в обыденных вещах и преображать их. Важно, что студенты учатся не просто копировать образцы, а создавать собственные уникальные решения, проявляя индивидуальность и креативность.

Компетенция «Мастер кукол» выбрана не случайно. Она идеально подходит для развития мелкой моторики, усидчивости, творческого мышления и внимания к деталям. Каждая кукла – это маленькая история, созданная

руками мастера. При этом всегда учитываются индивидуальные особенности каждого студента, его интересы и темп обучения. Для кого-то это будет работа с более крупными деталями, для кого-то — освоение сложных швов. Главное — создать комфортную и поддерживающую среду. Компетенция «Мастер кукол» становится символом. Лоскутки, казалось бы, разрозненные элементы,



объединяясь, создают нечто цельное и прекрасное. Так и наши студенты, каждый со своими индивидуальными чертами, объединяясь в процессе обучения и творчества, создают удивительные вещи и, что самое главное, формируют себя как личности.

Каждая компетенция, будь то тонкое искусство декорирования, работа с тканью, кропотливая работа с гипсом или выразительное рисование гуашью, становится для участников не просто заданием, а возможностью рассказать свою историю, выразить свои чувства и показать миру свой уникальный взгляд.

Участие в чемпионате «Абилимпикс» для многих студентов это первый опыт публичного выступления и демонстрации своих умений, что является бесценным опытом для их дальнейшей социализации и интеграции в общество. Они учатся справляться со стрессом, работать в условиях ограниченного времени и принимать самостоятельные решения, что является важными навыками для любой профессиональной деятельности.

Помимо развития профессиональных компетенций, «Абилимпикс» играет ключевую роль в формировании у студентов с нарушением интеллекта таких качеств, как ответственность, целеустремленность и умение работать в команде. В процессе подготовки и участия они взаимодействуют с преподавателями, наставниками и другими участниками, что способствует

развитию коммуникативных навыков и формированию дружеских связей. Поддержка со стороны педагогов и сверстников создает атмосферу доверия и взаимопомощи, что особенно важно для студентов с особыми образовательными потребностями.

Ичалковский педагогический колледж, активно участвуя в движении «Абилимпикс», демонстрирует свою приверженность принципам инклюзивного образования. Колледж не только предоставляет студентам возможность получить профессиональные навыки, но и создает условия для их всестороннего развития, помогая им раскрыть свой потенциал и найти свое место в жизни. Успехи студентов на чемпионате становятся источником гордости для всего колледжа и вдохновляют других на преодоление трудностей.

Для студентов Ичалковского педагогического колледжа «Абилимпикс» становится настоящим фестивалем возможностей, открывающим новые горизонты и дарящим веру в будущее.

Этот фестиваль возможностей не только демонстрирует индивидуальные достижения, но и подчеркивает важность системного подхода к образованию и профессиональной подготовке студентов с особыми потребностями. Ичалковский педагогический колледж, осознавая эту ответственность, постоянно совершенствует свои образовательные программы, адаптируя их под индивидуальные особенности каждого студента. Разрабатываются специальные методики обучения, используются наглядные пособия и современные технологии, чтобы сделать процесс освоения компетенций максимально эффективным и доступным. Преподаватели проходят дополнительное обучение, чтобы быть в курсе последних тенденций в инклюзивном образовании и применять наиболее эффективные педагогические методы и технологии работы.

Особое внимание уделяется не только техническим аспектам выполнения заданий, но и развитию так называемых «мягких навыков» (soft skills), которые критически важны для успешной интеграции в

профессиональную среду. Это умение слушать и быть услышанным, способность к самоорганизации, пунктуальность, умение работать в команде и решать конфликтные ситуации. В процессе подготовки к «Абилимпикс» студенты учатся принимать критику конструктивно, анализировать свои ошибки и искать пути их исправления, что является неотъемлемой частью любого профессионального роста. Они также развивают свою креативность и способность к нестандартному мышлению, что особенно ценно в таких компетенциях, как декорирование и рисование.

После завершения чемпионата работа колледжа со студентами не прекращается. Анализируются результаты, выявляются сильные стороны и зоны роста каждого участника. Этот анализ становится основой для дальнейшего индивидуального планирования образовательного маршрута, помогая студентам определить свои профессиональные интересы и потенциальные направления для трудоустройства. Колледж активно сотрудничает с предприятиями и организациями муниципального района, чтобы создать возможности для прохождения практики и дальнейшего трудоустройства выпускников, демонстрируя, что их навыки и таланты востребованы на рынке труда.

Таким образом, участие в «Абилимпикс» для студентов Ичалковского педагогического колледжа – это не просто одноразовое событие, а часть их профессиональной и социальной адаптации. Это инвестиция в будущее каждого студента – выпускника, обучающегося по профессии «Исполнитель художественно-оформительских работ», которая позволяет им не только получить профессию, но и обрести уверенность в себе, почувствовать свою значимость и стать полноценными членами общества.

Подготовка и участие студентов с нарушением интеллекта в чемпионате профессионального мастерства «Абилимпикс» по творческим компетенциям «Фестиваля возможностей» в Ичалковском педагогическом колледже – это яркий пример того, как вера в человека, индивидуальный подход и профессионализм педагогов могут творить чудеса. Это история о том, как

возможности расцветают, когда им дают шанс проявиться. Мы гордимся нашими студентами, их упорством и талантом, и уверены, что их путь к мастерству только начинается. «Абилимпикс» для них – это не финишная черта, а важный этап, открывающий двери в мир профессионального признания и самореализации.

НА ПУТИ К МАСТЕРСТВУ: ИСТОРИИ УСПЕХА ШКОЛЬНИКОВ В ЧЕМПИОНАТЕ «АБИЛИМПИКС» ПО КОМПЕТЕНЦИИ «ИЗОБРАЗИТЕЛЬНОЕ ИСКУССТВО»

*Овтайкин Александр Иванович,
преподаватель художественно-эстетических
дисциплин ГБПОУ РМ
«Ичалковский педагогический колледж»,
главный эксперт компетенции
«Изобразительное искусство»*

Мир искусства всегда был пространством безграничных возможностей, где талант и воображение стирают любые барьеры. Чемпионат «Абилимпикс» – это не просто соревнование, это мощный маяк, освещающий путь к профессиональному мастерству для людей с инвалидностью и ОВЗ. И когда речь заходит о компетенции «Изобразительное искусство», мы говорим о подготовке не просто участников, а настоящих творцов, чьи работы способны тронуть сердца и изменить мир.

Подготовка школьников к чемпионату «Абилимпикс» по изобразительному искусству – это многогранный и глубоко человеческий процесс. Это не только оттачивание технических навыков, но и развитие личности, укрепление веры в себя и раскрытие уникального внутреннего мира каждого ребенка.

В основе любой подготовки лежит поиск и бережное развитие таланта. Для многих школьников с инвалидностью и ОВЗ изобразительное искусство становится не просто хобби, а способом самовыражения, языком, на котором они могут рассказать о своих чувствах, мечтах и переживаниях. Задача педагогов и наставников – увидеть этот потенциал, создать атмосферу доверия

и поддержки, где каждый ребенок почувствует себя художником.

Это начинается с базовых вещей: знакомства с различными материалами и техниками – акварелью, гуашью, карандашом, пастелью. Важно не ограничивать, а, наоборот, поощрять эксперименты, давать свободу выбора, чтобы ребенок мог найти «свой» материал, который лучше всего передает его идеи.

Чемпионат «Абилимпикс» требует не только вдохновения, но и владения определенными техническими навыками. Подготовка включает в себя следующие составляющие:

- основы композиции и перспективы, понимание того, как правильно расположить предметы на листе, создать глубину и объем, чтобы работа выглядела гармонично и целостно;
- изучение цветоведения, того, как цвета взаимодействуют друг с другом, как создавать нужные оттенки, передавать настроение и эмоции через палитру;
- развитие наблюдательности, умения передавать форму, объем и текстуру объектов с натуры;
- изучение особенностей каждого материала, его возможностей и ограничений (например, как добиться прозрачности в акварели или насыщенности в гуаши).

Однако важно помнить, что техника – это лишь инструмент. Главное – это творчество. Подготовка должна стимулировать развитие воображения, умения мыслить нестандартно, находить собственные решения и выражать свою индивидуальность в каждой работе.

Одной из ключевых особенностей подготовки к участию в чемпионате «Абилимпикс» является учет индивидуальных потребностей каждого участника. Чтобы максимально облегчить процесс творчества и устранить физические барьеры необходима адаптация рабочих мест и инструментов, использование специальных приспособлений, эргономичных кистей, мольбертов, адаптированных палитр, если это необходимо.

Важно применять индивидуальный подход к обучению, учитывать темп

усвоения материала ребенком, особенности восприятия, предоставлять дополнительное время, использовать альтернативные способы объяснения.

Говоря о психологической поддержке, важно подчеркнуть, что она является неотъемлемой частью подготовки. Участие в чемпионате, даже на уровне школьного этапа, может вызывать волнение и неуверенность. Наставники должны быть чуткими к эмоциональному состоянию ребят, помогать им справляться со стрессом, развивать стрессоустойчивость и формировать позитивное отношение к процессу, а не только к результату. Похвала за усилия и старания, акцент на прогрессе, а не на ошибках, создание атмосферы товарищества и взаимопомощи – все это способствует укреплению уверенности в себе.

Подготовка к чемпионату – это не только уроки и мастер-классы. Это также активная практика, имитирующая условия соревнований. Регулярные занятия, выполнение заданий в ограниченное время, работа над типовыми заданиями прошлых чемпионатов – все это помогает участникам привыкнуть к формату, отработать скорость и точность выполнения, а также выявить слабые места, над которыми еще предстоит поработать.

Педагог в подготовке к «Абилимпикс» – это не просто учитель, а наставник, проводник и вдохновитель. Его задача – не только передать знания и навыки, но и развить в учениках уверенность в себе, любовь к творчеству и стремление к совершенству.

Важно создать атмосферу доверия и поддержки, где каждый ученик чувствует себя ценным и способным достичь высоких результатов. Педагог должен быть примером, демонстрируя собственную увлеченность к искусству и

готовность к постоянному обучению.



Преподаватели художественно-эстетического цикла Ичалковского педагогического колледжа не только являются экспертами в своей области, но и активно делятся своим опытом с учителями школ. Такое тесное сотрудничество становится особенно ценным в вопросе подготовки участников чемпионата «Абилимпикс» по компетенции «Изобразительное искусство», где совместные усилия позволяют выявить и развить таланты будущих конкурсантов.

Ичалковский педагогический колледж с гордостью принимает у себя участников этой замечательной компетенции. Мы создаем все условия, чтобы каждый конкурсант мог полностью погрузиться в творческий процесс и показать все, на что способен.



На площадке всегда присутствуют опытные преподаватели готовые помочь, ответить на вопросы и создать дружелюбную атмосферу. Мы стремимся к тому, чтобы каждый участник чувствовал себя уверенно и мог сосредоточиться на творчестве.

Главное, что царит на нашей площадке – это дух творчества, взаимного уважения и поддержки. Мы видим, как участники вдохновляют друг друга, делятся идеями и наслаждаются процессом создания прекрасного.

В рамках компетенции «Изобразительное искусство» на протяжении разных лет проведения чемпионата успешно демонстрировали свои способности воспитанники ГБОУ РМ «Ардатовская общеобразовательная школа-интернат для детей с нарушениями зрения» Еремина Василиса, Колегова Юлия, Володина Ольга, обучающиеся ГБОУ СОН РМ «Темниковский детский дом интернат» Селезнев Степан и Федоров Сергей, воспитанница МОБУ «Ичалковская СОШ» Минеева Ольга, ученик МОБУ «Смольненская ООШ»

Шебаршев Артем.

Мы очень рады, что наш педагогический колледж может быть частью такого значимого события. Мы верим, что каждый участник, независимо от результата, уже является победителем, ведь он осмелился проявить себя и поделиться своим талантом с окружающими.

Подготовка школьников к чемпионату «Абилимпикс» по компетенции «Изобразительное искусство» – это не просто обучение навыкам. Это инвестиция в будущее, в самореализацию и в раскрытие потенциала каждого ребенка. Это процесс, который требует терпения, профессионализма, чуткости и искренней веры в возможности каждого ученика.

Когда участники выходят на сцену чемпионата, они в своих работах демонстрируют годы упорного труда, преодоления, вдохновения и поддержки. Их конкурсные работы – это не просто изображения, это отражение их уникального видения мира, доказательство того, что искусство не знает границ, а талант может раскрыться в любых условиях.

Именно в этом заключается истинная ценность чемпионата профессионального мастерства «Абилимпикс» – он не просто выявляет лучших, он создает платформу для роста, для обмена опытом, для формирования профессиональных связей, которые могут стать отправной точкой для дальнейшей карьеры. Для многих школьников участие в чемпионате становится первым серьезным шагом на пути к профессиональному образованию в сфере искусства.

Кроме того, подготовка к «Абилимпикс» способствует развитию таких важных навыков, как целеустремленность, ответственность, критическое мышление и способность к самоанализу. Участники учатся планировать свою работу, распределять время, принимать решения в условиях ограниченных ресурсов, а также адекватно воспринимать критику и использовать ее для улучшения своих навыков. Эти качества бесценны в любой сфере жизни, помогая молодым людям успешно адаптироваться к вызовам современного мира.

«Абилимпикс» по компетенции «Изобразительное искусство» – это не просто соревнование, это праздник творчества, воли и человеческого духа. Это возможность для каждого школьника с инвалидностью и ОВЗ не только показать свой талант, но и почувствовать себя полноценным, востребованным членом общества, способным создавать красоту и приносить свой уникальный вклад в мир. Это путь, который ведет не только к медалям и дипломам, но и к обретению уверенности в себе, к раскрытию внутреннего потенциала и к построению яркого, наполненного смыслом будущего, где искусство становится не просто профессией, а образом жизни.

Заключение

"Абилимпикс" - хороший старт, возможность узнать будущую профессию, понять, что молодым людям с особенностями здоровья действительно интересно и чем они будут заниматься в дальнейшем. Еще это новые знакомства, новые знания, прекрасная атмосфера. Конкурс дает уверенность в себе, понимание, что все можно преодолеть и стать победителем.

В сборнике собраны не только статьи, участников чемпионатного движения, преподавателей техникумов и колледжей Республики Мордовия, об участниках Чемпионатов «Абилимпикс», школьников, обучающихся и выпускников с инвалидностью профессиональных образовательных организаций Республики Мордовия и их родителей. Также представлены спортивные и творческие достижения студентов СПО, их путь преодоления и безграничных возможностей.

Это «Истории успеха» о движении вперед, о пути к мечте, невзирая на мнение окружающих, это возможность попробовать что-то новое, раскрыв себя и свои возможности в выбранном направлении.

Мы уверены, что соревнования подарят всем нам моменты ярких побед, в очередной раз продемонстрирует сплоченность, непоколебимую волю к победе и высоким достижениям!