

Он не курил, не курит и другим не советует...



Эти слова о нашем учителе по физической культуре, основам безопасности жизнедеятельности и физике. Нуртдинов Растям Анасович является примером для подражания. Он по паспорту старше своих учеников на 40 лет, а в душе — нам ровесник. Вместе с нами играет в волейбол, баскетбол, гандбол, футбол, а гири поднимает намного больше нас. Участвует и занимает призовые места в районных и областных соревнованиях по лёгкой атлетике, лыжным гонкам, волейболу, гирям, армрестлингу и полиотлону. А самые высокие его достижения — это четыре призовых места в открытом межрегиональном турнире по борьбе на поясах на призы генералов России в 2011, 2012, 2013, 2014 годах. III место по лёгкой атлетике среди ветеранов на призы Самарской Губернской Думы в 2011 году. I место среди ветеранов по гирям в Сабантуях Черемшанского района Республики Татарстан в 2013, 2014, 2015, 2016 годах.

По словам нашего учителя, весь его секрет в том, что он никогда не курил, с детства полюбил физкультуру и спорт, ведёт здоровый образ жизни.

Трудовая биография Растяма Анасовича началась в 16 лет. Во время летних каникул он в Шенталинском райпо таскал мешки тяжелее самого себя, а в студенческие годы разгружал вагоны...

Теоретического материала о вреде курения очень много, а у нас — материал практический. На собственном примере доказывает нам наш любимый учитель, который полон энергии, что есть польза от не курения, и, что спорт — альтернатива пагубным привычкам.

Ещё по секрету хочу написать о том, что иногда у нас, все-таки, возникает желание побаловаться сигаретами, но в последний момент мы с друзьями останавливаемся, вспомнив слова нашего учителя: «У курящих деньги превращаются в дым, здоровье — в болезнь, сила — в слабость, радость — в горе, а нос — в паровозную трубу».

Таким образом, Растям Анасович развивает не только силу тела, но и силу духа. За 5 лет его работы наша школа из последнего поднялась на третье

призовое место в районной спартакиаде старшего возраста, уступая только СПТУ и медицинскому техникуму. А средний возраст на второе место. Его ученик — Хабиров Радик — занял 4 первых и одно второе место в областных соревнованиях по лёгкой атлетике. Команда в составе Сафина Руслана, Бадькова Рафаэля и Хабирова Радика заняла I место в областном спортивном фестивале «Здравствуй школа». Все выпускники выполняют нормативы ВФСКГТО, в основном на золотой значок. В окружных соревнованиях по стритболу наши девушки заняли II место и по настольному теннису три третьих места в личном зачёте, участвуют в областных соревнованиях. Я лично занял II в областном конкурсе «Здоровым быть круто!». Растям Анасович второй год подряд является призёром Всероссийского конкурса «Спорт-альтернатива пагубным привычкам» в номинации «Ведущие за собой» на окружном этапе. Ежегодно участвует в Всероссийских соревнованиях «Лыжня России», в межрегиональном турнире по борьбе на поясах «Керешу» и в областных соревнованиях «Шенталинская лыжня».

За свои заслуги Нуртдинов Растям Анасович награждён Дипломом олимпийского комитета России, Почётной грамотой Департамента по физической культуре и спорту Администрации Самарской области, Почётной грамотой Северного управления Министерства образования и науки Самарской области, благодарственными письмами Министерства спорта Самарской области и Межрегиональной федерации чувашской национальной борьбы на поясах «Керешу».

Ко всему прочему, наш любимый учитель еще пишет содержательные стихи на русском и татарском языках.

Гильманова Юлия Фаридовна, ученица 7 класса ГБОУ СОШ «ОЦ» села Денискино м-р Шенталинский Самарской области.