Нуртдинов Растям Анасович

Учитель физической культуры

ГБОУСОШ"ОЦ"с.Денискино м.р.Шенталинский Самарской области  
Гильманова Юлия Фаридовна

Ученица 8 класса

ГБОУСОШ "ОЦ" с.Денискино м.р.Шенталинскй Самарской области

Рамиль Асхатович Маннанов

Ученик 10 класса

ГБОУ СОШ «ОЦ» села Денискино м-р Шенталинский Самарской области

**Он не курил, не курит и другим не советует…**

[](http://samtatnews.ru/wp-content/uploads/2015/12/115.jpg)

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.

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

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 некурения, 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 поднялась на третье призовое место в районной спартакиаде, уступая только СПТУ и медицинскому техникуму. Его ученик — Хабиров Радик — занял 4 первых и одно второе место в областных соревнованиях по лёгкой атлетике.

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.