



Поднимаясь на крыльцо лицея, Вероника Олеговна вскидывает руку с фитнес-браслетом, смотрит на табло и с удовлетворением кивает головой: почти четыре тысячи шагов, неплохо для начала рабочего дня. Интересно, сколько сегодня пройдут коллеги? Вечером будет ясно - в учительском чате лицея каждый поделится своими результатами.

Вероника Романова - учитель химии и председатель профкома саратовского лицея-интерната №64. По ее инициативе в учебном заведении создана команда «Шаг к здоровью» для участия во Всероссийском чемпионате «Человек идущий».

- Этот проект для меня один из самых значимых, - признается Вероника Олеговна. - Я всегда была подвижной, в молодости занималась фитнесом. Казалось, силы беспредельны и их хватает на все - на семью, детей, работу, науку, общественные нагрузки. Но однажды заметила, что успевать я стала меньше, а уставать - больше. Пройтись пешком две-три остановки, подняться без лифта на свой восьмой этаж



Активный образ жизни привел Веронику РОМАНОВУ к победе

Время для жизни

Председатель профкома сплотила педагогов для участия в чемпионате по фоновой ходьбе

утомительно. Настроение тоже стало каким-то переменчивым. Надо было с этим что-то делать. Вспомнила своего прапрадедушку, который в девяносто с лишним лет все еще ходил на сенокос и выполнял много физической работы по хозяйству. Всегда говорил, что движение ему силы дает. И я выбрала для себя оптимальное средство - ходьбу.

Вот уже пять лет Вероника Романова не расстается с часами-шагомером и считает, что без этого гаджета нельзя считать себя современным человеком, потому что быть современным - значит быть деятельным и активным, вести здоровый образ жизни.

- Медики советуют «накручивать» в день 10 тысяч шагов. Это довольно много - шесть-семь километров в день. Фитнес-браслет помогает мне контролировать буквально каждый свой шаг. Заметила, что подсознательно стремлюсь пройти лишней раз по классу на уроке, по школьным коридорам на перемене, пешком по улице там, где раньше предпочитала доехать на транспорте. И довольно скоро обнаружила - я себя лучше чувствую, быстрее и легче справляюсь с делами. Вернулась радость жизни!

В профессию учителя Вероника Олеговна пришла из науки после защиты в 2009 году кандидатской диссертации по химии. В саратовском лицее №2 она нашла место для реализации своих творческих возможностей и дремавших до той поры педагогических талантов. А пристрастие к активному и здоровому образу жизни помогло добиться яркой победы - в 2019 году Романова вошла в пятерку победителей Всероссийского конкурса «Учитель года» и привезла в Саратов почетную профессиональную награду - Малого хрустального пеликана.

Через год она получила работу в новом и очень перспективном учебном заведении - в лицее-интернате №64. Его называют предуниверсарием, здесь учатся самые одаренные дети со всей губернии по специальным программам, выходящим за рамки стандартов образования в обычной школе. Поэтому требования к преподавательскому составу особые, на конкурсной основе сюда отбирались лучшие учителя, мыслящие широко и современно.

Возглавил учебное заведение также человек весьма неординарный, позитивный и талантливый - Роман Русланович Овсенев. За его плечами немало успехов на профессиональном поприще, в том числе победа на региональном этапе конкурса «Учитель года»-2013. Коллеги его уважают, а ученики обожают - в соцсетях есть даже группа его фанатов. Однажды он «взорвал» Интернет, исполнив зажигательный танец вместе с выпускниками, этот сюжет показывали на Первом канале. В 2014 году Роман Русланович удостоился права нести факел Сочинской олимпиады.

В предуниверсарии практически сразу после открытия возникла профсоюзная ячейка. Среди ее

организаторов выделилась Вероника Романова, ее и избрали председателем профкома.

- Когда я узнала о чемпионате «Человек идущий», сразу загорелась. Решила: мы должны обязательно принять в нем участие! - говорит профорг. - Этот проект Лиги здоровья нации просто создан для того, чтобы мотивировать людей больше двигаться. Закономерно, что Общероссийский Профсоюз образования поддержал это начинание. Это так необходимо нам, педагогам, ведь многие из нас, будем откровенны, ведут малоподвижный образ жизни. Говорят: «Нет времени на спортивные занятия». Спрашивается: а на жизнь есть? Мне очень хочется, чтобы мои коллеги были здоровыми и выносливыми. Сейчас, в период пандемии, это особенно важно. И ходьба - самый простой и доступный способ держать себя в форме. Врачи говорят, что с помощью ходьбы можно восстановиться после коронавируса, укрепить сердце и сосуды, сбросить лишний вес или просто улучшить настроение.

Ну а еще одной причиной для участия в чемпионате было то, что профорг надеялась сплотить коллектив, который только что образовался, помочь коллегам лучше узнать друг друга. Директор поддержал инициативу и даже сам вошел в команду, которая была зарегистрирована в числе участников чемпионата под названием «Шаг к здоровью». Романовой удалось повести за собой практически всех педагогов лицея - 28 человек.

Основной этап соревнований проходит с 15 октября по 15 ноября. Все ходоки зарегистрированы в мобильном приложении «Человек идущий». С его помощью ведется тщательный подсчет шагов каждого участника и формируются рейтинги команд.

Ежедневно в чате «Идущие» делятся своими успехами и болеют за свою команду. Учитель физики Антон Дьяченко, заместитель директора Дмитрий Дерюгин, учитель истории Татьяна Усова и многие другие педагоги вносят в командную копилку по 9-10 тысяч шагов в день. Роман Русланович добавляет свою весомую лепту, а профорг стремится побить свой же личный рекорд - 19 тысяч шагов.

- Но мы не закикливаемся на рекордах. Главное, что на этом проекте мы действительно сделали шаг к здоровью, подзарядились энергией накануне зимнего сезона, - резюмирует Вероника Романова. - Надеяюсь, что и впредь будем давать гиподинамией самый решительный отпор. Многие признаются, что почувствовали прилив сил и бодрость духа, ощутили поддержку коллег и учеников. Стали чаще совершать семейные прогулки, что укрепляет отношения с детьми и близкими. И я вижу также, что наша профсоюзная команда сложилась!

Татьяна ПРОСИНА,
внештатный корреспондент Саратовской
городской организации Общероссийского
Профсоюза образования

Любимый учитель всегда успешный

Преподаватель физкультуры Габбас Сагдатуллин верен профессии 50 лет

В 1990 году в казанскую школу №98 пришел новый учитель физкультуры - Габбас Сагдатуллин. Минул 31 год с того времени, как он переступил порог нашей школы. В 2021-м у Габбаса Габдельбариевича профессиональный юбилей - 50 лет он верой и правдой служит выбранной профессии. Сегодня педагог, удостоенный званий «Лучший работник физической культуры ТАССР», «Заслуженный учитель Республики Татарстан», на пороге 72-летия, но он подтянут и строен, неутомим в поисках форм и методов работы с подрастающим поколением, хотя уже седина блещит в его волосах. А сколько было всего за прошедшие плодотворные годы!

Габбас Габдельбариевич никогда не искал спокойной и размеренной жизни, он среди тех, кто ищет новые пути в своей работе, стремится к позитивным изменениям в жизни школы. Как хорошо и надежно с ним работать! Иногда возникали сложные, порой совершенно непредсказуемые ситуации, но присутствующие Габбасу Габдельбариевичу спокойствие, уверенность, а главное - чувство юмора - помогают найти правильное решение.

Габбас Сагдатуллин отдает предпочтение легкой атлетике, баскетболу, волейболу и лыжам. В районных школьных соревнованиях по волейболу команда нашей школы неизменно занимает призовые места. А однажды школа заслужила одновременно 4 переходящих кубка первенства: по теннису, лыжам, баскетболу и кроссу. За этими успехами стоит огромный труд учителя. Одними из первых в районе мы ввели третий урок физкультуры в ряде классов, и в этом тоже большая заслуга Габбаса Габдельбариевича. Он уверен, что обществу нужны здоровые люди.

Каждый вечер спортзал распаивает свои двери для желающих заниматься баскетболом и волейболом: с 15 часов - секции для учащихся, с 19 часов - для педагогов, регулярно проходят дружеские спортивные встречи учителей и учеников школы. А какие замечательные летние выездные педсоветы проводятся у нас! И главным массовиком-затейником, организатором мини-Сабантуя на этом мероприятии также выступает наш асакал Габбас Габдельбариевич. Мы и канат перетягиваем, и бегом с препятствиями занимаемся, и, конечно же, участвуем в традиционной национальной борьбе кураш.

Но самое главное в работе учителя - любовь. Любовь к своему труду, к детям. Ведь только любимый учитель всегда успешный. Посмотрите на Габбаса Габдель-

бариевича, когда он шагает по школьному двору, окруженный ребятами: они буквально облепляют его, рассказывают ему что-то, они рады видеть своего учителя! Это проявление доверия и любви к учителю, и чувства эти взаимны. Можно понять гордость учителя за своих учеников, которые любят физкультуру и защищают спортивную честь школы.



Габбас САГДАТУЛЛИН

Габбас Габдельбариевич создал дружную, крепкую, можно сказать, образцовую семью. У него был отличный пример - семья, в которой он сам вырос. Шестеро детей, среди которых он был младшим, выросли в скромном достатке и благодаря твердым устоям отца, Габдельбария Сагдатулловича, и матери, Гульбустан Шариповны, с ранних лет усвоили, что человек силен своими трудолюбием и порядочностью. Габбас Габдельбариевич всегда с трепетной любовью и уважением относился к родителям. Вместе с женой, Гулюсей Галеевой, они воспитали двух сыновей: старший, Айдар, пошел по стопам отца - работает учителем физкультуры в школе Иннополис, а второй сын, Динар, служит в Министерстве строительства и архитектуры. Габбас Габдельбариевич не только отец, он еще и замечательный дед четверых внуков, которые так же, как и дедушка, любят заниматься спортом.

Мы верим, что у нашего Габбаса Габдельбариевича получится все, что он задумал и о чем мечтает!

Дилбар АДЫЛОВА,
учитель русского языка
и литературы, председатель
первичной профсоюзной
организации школы №98
Вахитовского района Казани

Республика Татарстан

«МОЙ ПРОФСОЮЗ» 12+

номер выпуска 45
от 11 ноября 2021

Время подписания в печать:

14.00

9 ноября 2021 г.

Учредитель:
АО «Издательский дом
«Учительская газета»
Издатель:
АО «Издательский дом
«Учительская газета»
Газета зарегистрирована
Министерством РФ по делам печати,
телерадиовещания и средств массовых
коммуникаций (ПИ №77-1511)

Адрес редакции: 107045, Москва,
Ананьевский переулок, 4/2, стр. 1.

E-mail: uginfo@ug.ru

Телефоны:

для справок (495) 259-53-02,
для рекламы (495) 259-53-02

Главный редактор Наталья БУНЯКИНА

Шеф-редактор

Елена ЕЛШИНА (elshina2004@mail.ru)

Ответственный секретарь Ирина ШВЕЦ

Над номером работали:

Наталья ВОРОНИНА (n.voronina@bk.ru)

Оксана РОДИОНОВА (prof.reporter2019@gmail.com)

Верстка - Константин ГРЕССЕЛЬ

Отпечатано в типографии
ОАО «Московская газетная типография»
123995, г. Москва, ул. 1905 года, д. 7, стр. 1.

Индекс ПА002 в каталоге «Почта России»
Зак. 2793

Тираж газеты «Мой профсоюз» 32000

Печ. л. 2,0.

Цена договорная