

День физкультурника в России

Дата в 2020 году: 8 августа, суббота

Учрежден: Указ Президиума Верховного Совета СССР № 3018-Х от 01.10.1980

День физкультурника – профессиональный праздник преподавателей физкультуры. В торжествах участвуют все, кто имеет отношение к спорту: тренеры, студенты и выпускники профильных учебных заведений, люди, которые ведут здоровый образ жизни.

В России в 2020 году День физкультурника празднуется во вторую субботу августа и выпадает на 8 августа. Торжество проходит на официальном уровне 40 раз.

Значение праздника – показать роль спорта и здорового образа жизни для организма человека и приобщить подрастающее поколение к физической культуре.

В этот день традиционно проводятся спортивные мероприятия, соревнования, публичные лекции о здоровом образе жизни.

История

Впервые праздник прошел в 1939 году. С тех пор он стал всесоюзным. Ежегодно начали проходить масштабные парады и выступления физкультурных организаций. Несмотря на поддержку высшего руководства, в перечень памятных дат событие внесли только в 1980 году. Праздник был учрежден Указом Президиума Верховного Совета СССР от 1 октября 1980 года № 3018-Х «О праздничных и памятных днях», в редакции Указа Верховного Совета СССР от 1 ноября 1988 года № 9724-ХI «О внесении изменений в законодательство СССР о праздничных и памятных днях».

Традиции

В этот день проходят спортивные мероприятия под эгидой властей и местного самоуправления.

Коллективы на площадках демонстрируют свои достижения. Общественные движения устанавливают в отведенных местах спортивный инвентарь. Каждый желающий может попробовать свои силы, подтягиваясь на турниках или отжимаясь на брусьях.

Проводятся коллективные спортивные соревнования: перетягивание каната, толкание гирь.

Устраиваются забеги на длинные и короткие дистанции. Победителей награждают кубками, почетными грамотами и медалями.

В больших городах устраиваются публичные лекции, посвященные здоровому образу жизни, тренировкам и питанию. В эфир телевидения и радиостанций выходят спортивные передачи, записи с Олимпиад, биографии и рассказы известных спортсменов о пути к победам.

Интересные факты

- Учеными было установлено, что метаболический синдром, который сочетает в себе избыточный вес, повышенный уровень артериального давления, показателей глюкозы и холестерина в крови, в два раза реже возникает у людей, которые активно занимаются спортом, по сравнению с их пассивными сверстниками.
- Согласно исследованиям ВОЗ 23% взрослого населения и 81% подростков, посещающих школу, испытывают недостаток физической активности.
- По наблюдениям женская половина населения планеты менее физически активна, чем мужская.
- Всемирно известные древнегреческие мыслители – Демосфен, Гиппократ, Сократ, Аристотель, Демокрит были участниками Олимпийских игр. Пифагор стал чемпионом по кулачному бою, а Платон – по единоборству.
- Древнегреческие атлеты-олимпийцы принимали участие в соревнованиях обнаженными. Термин «гимнастика» происходит от греческого слова "gymnos", что в переводе на русский означает «голый».
- Бокс стал законным видом спорта лишь в 1900 году, а до этого он считался слишком жестоким и недостойным для массовой публики. В XX веке он приобрел широкую популярность благодаря кинематографу.
- Бразилия – единственная страна в мире, которая принимала участие во всех чемпионатах мира по футболу.

О профессии физкультурника

Спорт играет важную роль в поддержании здоровья организма. Упражнения полезны, если они регулярны, имеют умеренную нагрузку и сочетаются с полноценным отдыхом и сбалансированным питанием. Приобщение к физическому развитию начинается со школьного возраста.

В разговорной речи физкультурниками называют преподавателей физической культуры. Их задача – развивать физические способности детей. Они проводят занятия, устраивают соревнования, организуют внеклассные спортивные кружки. Для каждой группы воспитанников разрабатывают планы уроков с учетом уровня подготовки, возрастных особенностей и ограничений.

Путь в профессию начинается после выпуска из профильного учебного заведения. В нем студент получает теоретические знания и практические навыки. Будущий физкультурник сдает необходимые нормативы, экзамены по разным дисциплинам. Выпускник имеет право проводить занятия в высших или средних образовательных учреждениях, вести тренерскую деятельность по разным видам спорта. В его обязанности входит обеспечение безопасности, с которой сопряжена физическая активность, демонстрация правильного выполнения упражнений, контроль результатов.

Этот праздник в других странах

В Украине во вторую субботу сентября празднуется День физической культуры и спорта.

В Беларуси в третью субботу мая отмечается День работников физической культуры и спорта.

В Казахстане в третье воскресенье августа справляется День спорта.

В Кыргызстане 6 апреля проходит День работников физической культуры и спорта.