

## Интересные факты

- Словосочетание «физическая культура» придумали в Англии во второй половине XIX века.
- Знаете, когда лучше всего заниматься физкультурой? Ученые считают, что время с 16 до 19 часов — самое эффективное для тренировок.
- 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 кулачным боям, 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».



Хватит торчать на диване!  
Быстро втянули живот!  
Зубы почистили в ванне? —  
День физкультурника ждет!  
Вышли на улицы дружно,  
Пробежка, наклон, поворот!  
Кто там вздыхает натужно?  
День физкультурника ждет!  
На тортик коситься не надо!  
Пусть полежит бутерброд!  
Сегодня зарядка — награда —  
В день физкультурника ждет!



МАУК «Центральная межпоселенческая  
библиотека» Белебеевского района  
Республики Башкортостан  
Центральная детская  
библиотека



**ВЫБИРАЙ СПОРТ!**  
**ВЫБИРАЙ ЗДОРОВЬЕ!**

452009 РБ г. Белебей  
ул. Красная, 134  
Центральная детская  
библиотека  
Тел: (834786) 4-10-95  
Эл. Почта: belebeicdb@mail.ru  
Сайт: <http://www.cdb.belebeycbs.ru>  
ВК: <https://vk.com/cdb.belebey>

Белебей  
2023



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 2023 году День физкультурника празднуется во вторую субботу августа и выпадает на 12 августа. Торжество проходит на официальном уровне 43 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-X «О праздничных и памятных днях», в редакции Указа Верховного Совета СССР от 1 ноября 1988 года № 9724-XI «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.

В этот день учителя физкультуры принимают поздравления. По традиции они выезжают на природу вместе с друзьями, родственниками, знакомыми, близкими людьми. Готовят блюда на открытом огне, ловят рыбу в водоемах.