

День фізичної культури і спорту

Свято День фізичної культури і спорту в Україні відзначається щорічно в другу суботу вересня. (Указ президента від 29 червня 1994 року № 340/94).

УКАЗ ПРЕЗИДЕНТА УКРАЇНИ

Про День фізкультури і спорту

На підтримку ініціативи фізкультурних і спортивних організацій та об'єднань громадян **постановляю**:

Установити в Україні День фізичної культури і спорту, який відзначати щорічно у другу суботу вересня.

Президент України
м.Київ, 29 червня 1994 року
N 340/94 4

Л.КРАВЧУК

Це свято здорового способу життя і радості, що виникає при використанні корисної фізичної діяльності.

Європейські види спорту, такі як футбол і боротьба почали поширюватися в Україні з кінця XIX ст. Всій Європі було відоме ім'я українського борця греко-римського стилю Івана Піддубного.

Багато перемог здобули українські спортсмени, виступаючи в різних видах спорту у складі збірних команд СРСР. Легендами українського спорту є стрибун Сергій Бубка (35 світових рекордів), футболісти Олег Блохін та Ігор Беланов, відзначені «золотим м'ячем» як найкращі футболісти Європи.

Визнана в світі і українська школа художньої гімнастики. Зірками цього виду спорту свого часу були Ірина Дерюгіна і Лариса Латиніна, яка завоювала 18 олімпійських медалей (9 золотих, 5 срібних та 4 бронзові) - це найбільше досягнення в історії олімпіад. Всього українськими спортсменами було завойовано більше чотирьохсот олімпійських медалей. Свято фізичної культури і спорту відзначається в Україні повсюду. Це і День тренера, і День спорту, і урочиста дата для всіх, хто цінує і шанує заняття спортом, одночасно.

Сьогодні на спортивному небосхилі України сяють нові зірки. Боксерів Володимира і Віталія Кличків, плавчиху Яну Клочкову, гімнастику Ганну Безсонову, легкоатлетку Жанну Пінтусевич, тенісиста Андрія Медведєва, футболіста Андрія Шевченка та багатьох інших знають далеко за межами України.

В 2022 році День фізичної культури і спорту України припадає на 10 вересня.

ЩО ЦЕ ЗА ДЕНЬ?

Фізична активність є нашою природною потребою, необхідною для гарного самопочуття та загального благополуччя. Масовому залученню громадян до регулярних занять фізкультурою та спортом надають увагу в усіх країнах, адже це зміцнює здоров'я нації, посилює віру людей у власні сили, а також формує звички цивілізованого суспільства — дисципліну, чесну конкуренцію, почуття співпричетності. Наша країна завжди славилась видатними спортсменами, а залучати до спортивних занять якнайбільше дітей та дорослих є одним із завдань державної політики. Реалізації цієї мети сприяє **День фізичної культури і спорту України**

ЯК ВИНИКЛА ІДЕЯ ВІДЗНАЧАТИ ДЕНЬ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ УКРАЇНИ?

Фізичні вправи були важливими для українського народу з давнини, адже життя людей безпосередньо залежало від полювання, землеробства та спротиву войовничим чужинцям. Тіло мало бути сильним і витривалим — навіть билини часів Русі свідчать, що в тодішньому суспільстві існував ідеал «богатиря» — фізично та морально досконалого чоловіка.

Звичною практикою для наших пращурів були «ігрища» між селами, тобто змагання з бігу, метання, стрибків, кулачних боїв. Професійне військово-фізичне виховання підлітків і юнацтва проводилося в князівських дворах та школах при монастирях. Згодом найсильніші та найспритніші юнаки поповнювали регулярне військо — княжу дружину.

Пізніше системою фізичної підготовки прославилося українське козацтво. Козаки Запорізької Січі були неперевершеними вершниками, лучниками, плавцями та борцями, при цьому розробили власне бойове мистецтво, яке не поступалося східним єдиноборствам.

ПОШИРЕННЯ ЄВРОПЕЙСЬКИХ ВИДІВ СПОРТУ

Європейські види спорту почали поширюватися в Україні з середини XIX століття — в програмі київських гімназій з'явилися гімнастичні заняття, відкрилася в місті й школа з фехтування. Любителями спорту створювалися спортклуби — атлетичний, з кінного та голубиноного спорту, з шахів, яхт-клуб. За статистичними даними 1908 року, на території України діяли 196 спортивних товариств та клубів, які об'єднували 8 тисяч людей. В ті часи гордістю українців був полтавчанин Іван Піддубний, гирьовик і борець, який за 40-річну спортивну кар'єру не програв жодного поєдинку і отримав світове визнання та титул «чемпіона чемпіонів».

ПЕРШІ ОЛІМПІАДИ

1913 року в Києві проходила Перша всеросійська олімпіада. Для цього в місті спорудили новий стадіон, розрахований на 5 тисяч вболівальників. Програма включала змагання з бігу та стрибків, марафону, футболу, гирьового спорту, фехтування, плавання, кінного спорту, боротьби, гімнастики та велоперегонів за маршрутом від Києва до Чернігова.

Після 1917 року спортивні події в Україні відбувалися на регулярній основі. Постійно проходили Всеукраїнські спартакіади, а їхні призери потім виступали на всесоюзних змаганнях, де також часто здобували перемогу. В той час відчувалася потреба в професійних наставниках для спортсменів, тому вже в 1925 році Харківський інститут народної освіти відкрив кафедру фізкультури для підготовки вчителів і тренерів.

В 1931 році в Україні, як і в решті союзних республік, було введено комплекс ГПО (Готовий до праці й оборони), який привів у ряди фізкультурників більшість працездатного населення, адже мати значок ГПО вважалося престижним. Популярними серед українців були велопробіги, лижні перегони, походи, кроси та естафети.

УКРАЇНСЬКА СПАРТАКІАДА

Розвиток спорту в країні зупинився через Другу світову війну, але вже у вересні 1945 року відбулася Українська спартакіада. Відновлювалися та будувалися нові стадіони, з'явилися друковані видання спортивної тематики. Крім власне змагань, до різних святкових дат присвячували проведення видовищних спортивних парадів.

За часів СРСР в Україні було понад 700 стадіонів, близько 300 плавальних басейнів, кілька тисяч спортивних залів. Загалом розвивалися близько 20 видів спорту. Завдяки цьому українські атлети завжди встановлювали рекорди — як на змаганнях всередині країни, так і на міжнародних турнірах.

Успішним був і олімпійський рух — кожна збірна СРСР на олімпіадах щонайменше на чверть складалася з українців. Серед найвідоміших спортсменів радянської доби часто згадують гімнасток Ларису Латініну й Ірину Дерюгіну, важкоатлета Леоніда Жаботинського, гандболістку Зінаїду Турчину, легкоатлетів Валерія Борзова, Сергія Бубку та багато інших ушлюблених імен.

З командних спортивних ігор українці найбільше любляють футбол, а найпопулярнішою командою в країні є київське «Динамо». Довгий час цю команду тренував талановитий наставник Валерій Лобановський, а двох її

гравців — Олега Блохіна та Ігоря Беланова було нагороджено «Золотим м'ячем» — надзвичайно престижною футбольною відзнакою.

В історії незалежної України стали відомими імена Лілії Подкопаєвої, Ганни Безсонової, Руслана Пономарьова, Яни Клочкової, Андрія Шевченка, братів Кличко, Дениса Силантьєва та ще багатьох видатних атлетів, які з гідністю представляли Україну на найважливіших міжнародних змаганнях.

Появою свята спортивного свята ми завдячуємо ініціативі вітчизняних спортивних та фізкультурних товариств і організацій, яку в 1994 році було підтримано президентом.

ДЕНЬ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ УКРАЇНИ В ІСТОРІЇ

- **1912**

В Києві відкрилися перші 2-місячні курси, де готували вчителів фізичного виховання.

- **1922**

З метою постійно інформувати населення про спортивні події та досягнення в Україні почалося видавництво журналу «Фізична культура».

- **1952**

Українські спортсмени в радянській збірній команді вперше виступили на Олімпійських іграх.

- **1994 29 червня**

Український Президент своїм указом постановив щорічно відзначати у другу суботу вересня День фізкультури і спорту України.

- **2020**

В Україні вийшла постанова Кабміну «Про затвердження Стратегії розвитку фізичної культури і спорту до 2028 року». Документ передбачає, що через сім років кількість українських громадян, які регулярно займаються спортом, має зрости до 30%.

ЯК ВІДЗНАЧАТИ ДЕНЬ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ УКРАЇНИ?

В другу суботу вересня на найбільших стадіонах країни, зокрема, на київському НСК «Олімпійський», представники національних спортивних федерацій проводять свої показові виступи, відомі спортсмени дарують автографи та фотографуються з шанувальниками.

Кожен може долучитися до спортивних заходів, які цього дня відбуваються в містах і селах України — футбольних турнірів, забігів, змагань з шахів, настільного тенісу, воркауту та інших видів спорту, які не потребують складного обладнання чи особливих умов. Найбільше

організатори намагаються залучити до участі дітей і молодь, тому в школах задіяні всі спортивні зали та майданчики. Для найменших дітлахів зазвичай влаштовують азартні естафети на зразок «Веселих стартів», а старші учні беруть участь як у командних, так і в індивідуальних змаганнях.

До події неодмінно долучаються бібліотеки — там влаштовують презентації на тему Олімпійського руху та досягнень відомих українських атлетів, тематичні бесіди, зустрічі з професійними спортсменами. Такі заходи є особливо цікавими й пізнавальними для дітей.

В будь-якому випадку, провести День фізичної культури і спорту краще в активному русі, і якщо спортивні заняття з якоїсь причини не входять у плани, то їх цілком зможе замінити піший туристичний похід або просто тривала прогулянка на свіжому повітрі.

Як і кожне свято, ця подія теж не обходиться без привітань. Головні герої дня — спортсмени, тренери, вчителі фізкультури, а також всі прихильники активного і спортивного способу життя, тому в числі серед своїх знайомих можна знайти чимало тих, кого слід обов'язково привітати з Днем фізичної культури і спорту України.

ЧОМУ ВАЖЛИВИЙ ЦЕЙ ДЕНЬ?

День фізичної культури і спорту України нагадує нам у буденній метушні про те, що для підтримки належної форми та активності фізичним вправам не існує рівноцінного замінника. Вони не просто зміцнюють м'язи і покращують зовнішній вигляд, а й слугують профілактикою багатьох хвороб, зокрема, серцевих та ендокринних.

Крім очевидних переваг, спортивні заняття роблять людей дисциплінованими, додають рішучості, концентрації уваги та впевненості. Для дітей користь від спорту ще більша — він розвиває у малечі емоційний інтелект, навчає співпраці в команді, дарує вірних друзів.

День фізичної культури і спорту привертає увагу не тільки до здобутків, а й до проблем у цій сфері. Передусім, недостатньо розвинутий в Україні масовий спорт — дитячі спортивні школи мають труднощі з фінансуванням, а платні спортивні гуртки далеко не всі можуть собі дозволити.

До того ж чимало залів, стадіонів та інших спортивних об'єктів в Україні знаходяться в неналежному стані, тому успішні професіонали часто їдуть тренуватися до інших країн і навіть змінюють громадянство. Звісно, це негативно позначається на професійному рівні наших команд та збірних.