

## 9 августа День физкультурника

### Общая информационная справка

Становление физкультурного движения в России началось задолго до официального учреждения этого праздника. В 1918 году была запущена программа всеобщего военного обучения под названием «Всеобуч» (далее – Всеобуч), основной целью которой было формирование здорового и крепкого населения, способного к труду и защите Родины от различных угроз. Решение о создании Всеобуча было принято в марте 1918 года VII съездом Российской коммунистической партии (большевиков) и IV Чрезвычайным съездом Советов Рабочих, Солдатских, Крестьянских и Казачьих Депутатов, а юридическим оформлением стал декрет Всероссийского центрального исполнительного комитета «Об обязательном обучении военному искусству» от 22 апреля 1918 года.

Важной вехой в развитии физкультурного движения стал первый парад физической культуры на Красной площади в 1919 году, который лично посетил Владимир Ильич Ленин. С этого момента началась активная работа по привлечению всех возрастных групп населения к занятиям физической культурой.

В 1928 году состоялось первое всесоюзное спортивное мероприятие – спартакиада, которая стала советским аналогом Олимпийских игр. Её торжественное открытие отметили грандиозным парадом на Красной площади. В соревнованиях приняли участие более семи тысяч спортсменов, включая иностранных атлетов. Проведение спартакиад впоследствии расширилось на различные уровни: от городских до армейских и профсоюзных.

11 марта 1931 года был утверждён Всесоюзный физкультурный комплекс «Готов к труду и обороне СССР» (далее – комплекс ГТО). Автором комплекса ГТО считается 20-летний московский физкультурник Иван Осипов. Первоначально комплекс ГТО состоял из одной ступени, которая включала 15 нормативов по различным физическим упражнениям. Комплекс ГТО включал спортивные стандарты для всех возрастных групп по различным видам спорта – от легкой атлетики до стрельбы из лука. За достижение установленных стандартов участников награждали золотыми, серебряными и бронзовыми значками.

В 1920 – 1930-х годах в СССР возникло множество добровольных спортивных обществ (ДСО). В 1936 – 1938 годах были созданы ДСО в профсоюзах, а в 1943 году физкультурники школ фабрично-заводского обучения и ремесленных училищ были объединены в общество «Трудовые резервы».

16 июня 1939 года Советом Народных Комиссаров СССР было издано постановление № 876 «О Дне физкультурника» об установлении единого Дня физкультурника 18 июля. Первый День физкультурника прошел 18 июля 1939 года.

До 1961 года дату этого праздника устанавливали ежегодно, а с 1961 года было принято решение отмечать День физкультурника каждую вторую субботу августа.

В настоящее время День физкультурника отмечается во вторую субботу августа в соответствии с Указом Президиума Верховного Совета СССР от 1 октября 1980 года № 3018-Х «О праздничных и памятных днях». В 2025 в России событие выпадает на 9 августа.

Значимость регулярных занятий физической культурой и спортом в жизни общества сложно переоценить: на Руси физическая культура включала активные занятия, игры (борьбу, бег, стрельбу из лука) и традиционные состязания. В Советском Союзе физическая культура стала одним из важнейших направлений государственной политики, проводилось масштабное строительство спортивных объектов и развитие спортивных школ. В день физкультурника проводился смотр достижений спортсменов. Традиционно его отмечали выступлениями победителей чемпионатов и соревнований. Одним из самых значимых мероприятий стал массовый парад физкультурников. В разные годы в нем одновременно принимали участие около 45 тысяч человек со всей страны.

В современной России праздник всех физкультурников и спортсменов получил новую жизнь в 1995 году. В целях дальнейшего совершенствования государственной политики в области физической культуры и спорта, создания эффективной системы физического воспитания, направленной на развитие человеческого потенциала и укрепления здоровья населения Указом Президента Российской Федерации от 24.03.2014 № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)» с 1 сентября 2014 года в России был возрожден комплекс ГТО.

В настоящее время в Российской Федерации действует Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 24.11.2020 № 3081-р, которой определены показатели эффективности и основные направления государственной политики в сфере физической культуры и спорта.

Физическую культуру принято понимать, как сферу социальной деятельности, направленную на сохранение и укрепление здоровья человека, развитие его психофизических способностей для здорового долголетия. А укрепляя здоровье, физкультура и спорт совершенствуют и развивают не только тело,

но и дух, воспитывают упорство в достижении целей, дисциплину, мужество, закаляют волю.

В нашей стране для вовлеченности населения в физическую активность ведется колоссальная работа: проводятся различные мероприятия, популяризируются марафоны, строятся спортивные площадки во дворах жилых домов, открываются спортивные комплексы и иная инфраструктура для массового спорта, проводятся спортивные праздники, обучения, потому что физическая культура – это важная составляющая здоровья человека.

**Базовые национальные ценности, на развитие которых направлено содержание федеральной концепции:** созидательный труд, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, крепкая семья, единство народов России.

**Целевые ориентиры:**

*Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия:* обучающийся

– понимает ценность жизни, здоровья и безопасности, значение личных усилий в сохранении здоровья, знающий и соблюдающий правила безопасности, безопасного поведения, в том числе в информационной среде;

– выражает установку на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность).

*Ценности научного познания:* обучающийся

– деятельно выражает познавательные интересы в разных предметных областях с учетом своих интересов, способностей, достижений.

**Срок реализации:** 8 августа 2025 года.

**Общие хештеги мероприятия:** #Росдетцентр #НавигаторыДетства  
#НавигаторыДетства22 #ДеньСпортаНД

## Механика проведения

Форматы предлагаются для работы Советников директоров по воспитанию и взаимодействию с детскими общественными объединениями (далее – Советник) в лагерях при общеобразовательных организациях и организациях отдыха и оздоровления детей (с круглосуточным или дневным пребыванием).

**1. Мероприятие и формат,** самостоятельно разработанные активом обучающихся и педагогическим коллективом.

### **2. Мероприятие «Равняйся на сильных»**

**Рекомендованный возраст:** 1 – 11 классы

Советнику совместно с учителем физической культуры или с привлечением известного спортсмена/тренера спортивной секции населенного пункта предлагается организовать акцию «Равняйся на сильных». Для проведения акции Советнику с привлеченным экспертом предлагается провести спортивную тренировку среди семей на объектах общего пользования: спортивных площадках, дворовых территориях, стадионах и т.п. Возможно проведение различных форматов тренировок: танцевальная тренировка, йога-пикник, функциональная тренировка и т.д.

*Необходимо соблюдать правила безопасности, учитывать наличие допуска врача к участию в подобном мероприятии, отсутствие противопоказаний.*

*В случае отсутствия возможности организовать очное проведение акции, рекомендуем рассмотреть возможность реализации мероприятия в формате онлайн.*

Ресурсы для проведения мероприятия:

- *Онлайн-тренировки* от проекта «Спортивные выходные» (архив);
- *Общероссийское общественное движение «Здоровое Отечество»* проводит мероприятия в регионах, узнать дополнительную информацию можно *связавшись с ними по ссылке.*

### **3. Спортивное испытание «Тренируйся со мной»**

**Рекомендуемый возраст:** 1 – 11 классы.

Советнику совместно с обучающимся и представителями родительского сообщества предлагается принять участие в спортивном испытании «Тренируйся со мной». Участникам на протяжении 21 дня предстоит выполнять различные упражнения и мотивировать окружающих присоединиться к испытаниям. Упражнения могут быть одинаковыми на протяжении всего времени, например, каждый день 10 минут прыгать на скакалке, или различными, меняясь каждый день.

Цель: популяризация здорового образа жизни и формирование здоровых привычек.

*Необходимо соблюдать правила безопасности, учитывать наличие допуска врача к участию в подобном мероприятии, отсутствие противопоказаний.*

Фото или видеоматериалы предлагаем опубликовать на личной странице участника в социальной сети «ВКонтакте» с хештегом **#ТренируйсяСоМнойНД**

*Ссылка* на чек-лист.

#### **4. Акция «Олимпиада-80»**

**Рекомендуемый возраст:** 1 – 11 классы

Советнику предлагается организовать акцию «Олимпиада-80», посвященную 45-летию со дня проведения XXII летних Олимпийских игр в Москве. Участникам предлагается сделать фотографии, повторив пиктограммы Олимпийских игр 1980 года (автор Николай Белков) и собрать их в общий коллаж. Рекомендуется использовать цвета олимпийских колец в одежде и при использовании дополнительных ресурсов.

Готовые фотографии о проведении предлагаем опубликовать на личной странице участника в социальной сети «ВКонтакте» с хештегом **#45летОлимпиада80НД**.

#### **5. Спортивное мероприятие «Олимпийские рекорды»**

**Рекомендуемый возраст:** 5 – 8, 10 классы

Советнику предлагается организовать спортивное мероприятие «Олимпийские рекорды», в рамках которого участники познакомятся с историей олимпийских игр, а также посоревнуются в физических и интеллектуальных активностях.

*Необходимо соблюдать правила безопасности, учитывать наличие допуска врача к участию в подобном мероприятии, отсутствие противопоказаний.*

*Ссылка* на дополнительные материалы.

#### **6. Мероприятие «Бросаю вызов»**

**Рекомендуемый возраст:** 5 – 8, 10 классы

Советнику предлагается организовать мероприятие «Бросаю вызов». Мероприятие проводится по мотивам телевикторины «Своя игра», в рамках которого команды отвечают на вопросы различных категорий и сложности, зарабатывая баллы.

*Ссылка* на дополнительные материалы.

## Подготовка отчетного материала

Подготовка видеоматериала для отчетного ролика:

– видео совместной деятельности обучающихся и Советников по проведению ряда мероприятий.

Просим предоставить фото и видео с мероприятий. Крупные, средние и общие планы, эмоции, совместную деятельность Советников и обучающихся, участников форматов.

*Требования к видеоматериалу.*

технические требования к видео совместной деятельности:

- горизонтальное;
- full hd;
- разрешение мин 1280 на 720.

технические требования к видео интервью:

- горизонтальное;
- статичное full hd;
- разрешение мин 1280 на 720;
- средний план;
- качественный звук (запись на микрофон).

*Требования к фотографиям:*

– камера фотоаппарата или хорошо снимающего телефона;

– человек, предмет не должны быть обрезанными;

– фото не смазано;

– на фото обязательно присутствует Советник и обучающиеся;

– присылайте 2 – 3 качественных снимка с мероприятия (2 горизонтальных, 1 вертикальное): фотографии крупного плана, пару общих, фото в действии.

– на одном фото 3 – 5 участников;

– отвлеките обучающихся, камеры как будто нет, обстановка естественная, не наигранная.

*!Не обязывайте участников, а заинтересуйте, сделайте так, чтобы у них были естественные эмоции.*