

Культура - это совокупность всего созданного общими усилиями всех людей. Физическая культура представляет собой одну из важных частей культуры человека.

Физическая культура - это все достижения, накопленные в процессе исторической практики: спортивное мастерство, уровень здоровья, науки, произведений искусства, которые связаны с физической культурой, а также материальные ценности (спортивная инфраструктура). Физическая культура есть сумма всех присущих обществу целей, задач, средств, форм мероприятий, способствующих совершенствованию людей и их физическому развитию.

Физическое воспитание – это педагогический процесс. Он направлен на развитие функций и форм организма человека, формирование умений и двигательных навыков, связанных с ними знаний, а также на воспитание физических качеств. Физическое воспитание тесно переплетается с другими видами воспитания - нравственным, трудовым, эстетическим.

Спорт - это ключевая форма проявления физической культуры. Сам по себе спорт можно рассмотреть как систему результатов физической культуры. Термин "спорт" обозначает стремление к физическим достижениям. Спорт основывается на нормах и правилах, соревнованиях и тренировках.

Первым из российских правителей, кто дал толчок развитию физической культуры был император Петр I. Во времена правления Петра I физическое воспитание в

стране приобрело государственные масштабы. В то время были широко известны такие виды физического воспитания как фехтование, вольтижировка, катание на буерах и коньках.

В конце XIX века очень большой вклад в развитие теории физического воспитания внёс знаменитый ученый Пётр Францевич Лесгафт. Он является основоположником физического образования и воспитания в России. В 1896 году он организовал в Санкт-Петербурге впервые в России специальное учебное заведение, которое занималось подготовкой преподавателей по физическому воспитанию.

Владимир Ильич Ленин в 1920 году издал указ об организации в Москве Государственного центрального института физической культуры. Этот институт сыграл большую роль при подготовке специалистов по физическому воспитанию и в развитии научных исследований в области физической культуры. В то время в нашей стране повсюду создавались спортивные площадки и физкультурные секции на фабриках и заводах. Так, только в Москве были открыты 180 спортивных кружков, в которых занималось более 10 тысяч учащихся.

В 1930 году в СССР был создан Всесоюзный физкультурный комплекс «Готов к труду и обороне СССР». Этот знаменитый девиз впервые прозвучал со страниц газеты «Комсомольская правда» в мае 1930 года. Комсомол обратился к каждому молодому человеку: «Крепкие мышцы, зоркий глаз нужны каждому трудящемуся! Предлагаем провести

организовать испытания на право получения значка «Готов к труду и обороне»».

В мае 1936 года было организовано 60 добровольных спортивных обществ-профсоюзов. Эти спортивные сообщества объединили около 50 миллионов человек. Была создана спортивная материально-техническая база. Практически каждое предприятие, каждая школа располагали финансовыми возможностями, которые могли быть направлены на оздоровительную работу населения.

23 октября 1974 года Москва была избрана Международным олимпийским комитетом, как место проведения Игр XXII Олимпиады. В нашей столице в то время существовало около 55 крупных стадионов, 25 бассейнов, более 1200 спортивных залов, почти 300 полей для игры в футбол, более 2000 баскетбольных и волейбольных площадок, 150 с лишним теннисных кортов и еще очень много спортивных баз для различных видов спорта. В пользу выбора нашей столицы говорил огромный авторитет советского спорта, который был завоеван победами на мировой спортивной арене.

После распада Советского Союза и образования Российской Федерации как самостоятельного государства, была принята новая программа по физической культуре. Она уже не была связана с комплексом ГТО и состояла из двух частей: обязательной и вариативной.

С 1996 года в Российской Федерации были введены в действие новые программы физического воспитания школьников: программа на базе одного вида спорта, программа антистрессовой пластической гимнастики, авторские программы и комплексная программа. Благодаря реализации и разработке этих программ удалось сохранить государственную систему управления в области спорта и физической культуры.

Зимой 2014 года произошло ещё одно знаковое событие в истории российского спорта - в России проходили Зимние олимпийские игры. Зимняя олимпиада проводилась в нашей стране впервые. Зимняя Олимпиада в Сочи стала одним из самых грандиозных и значимых российских проектов за последнее время. Практически с нуля были построены спортивные сооружения в Олимпийском парке и Красной Поляне, была модернизирована вся инфраструктура юга Краснодарского края.