

Хазиева Г. М.

Студентка Елабужского института Казанского Федерального
Университета

Факультет: психологии и педагогики

Кафедра: психологии

Курс: третий

Научный руководитель: **Шатунов Д. А.**

« Спорт - это здоровое будущее.»

Поскольку физкультура зародилась вместе с самим человеком и развивалась с ним же, она занимает значительное место во всеобщей человеческой культуре. Под физической культурой понимают совокупность знаний, норм, ценностей иллюстрирующих спортивное и интеллектуальное развитие человеческого организма в процессе формирования и воспитания личности. Актуальной физкультура была всегда, потому что сильным и красивым человек стремился быть в любую эпоху и в любое время. Спорт не только позволяет нам всегда находиться в форме, он продлевает нашу жизнь, улучшает настроение.

Помимо нашей основной жизненной деятельности: работы, учебы, долгих сидений за компьютерами, просмотр телевизора и различного отдыха необходимо так же уделять внимание и время для физкультуры. Всем известно и понятно, что это занятие крайне полезно для всех людей в любом возрасте. В конце концов, спорт - это здоровое будущее. А здоровье - это в свою очередь часть всеми желанного счастья, как смысла жизни для многих из нас. Что еще раз подтверждает важность занятия физкультурой.

Религия же, в частности христианство, в свое время признавало занятие спортом бесполезным и не нужным для христианина. И даже в четвертом веке церковь наложила анафему на Олимпийские игры, признавая их языческими.

К нашему счастью сегодня всяческое проявление спортивного интереса приветствуется религией государством и обществом.

Сфера спортивной деятельности сейчас очень популярна и прибыльна. Развиваясь, человечество придумывало разнообразные новые виды спорта: от перетягивания шкур до киберспорта. Важно то, что человек сумел сделать из занятия спортом великое и эффектное зрелище. Свидетельством тому десятки тысяч зрителей сидящих на трибунах Колизея в первом веке, чтобы

посмотреть на бои гладиаторов, как сегодня на трибунах стадионов смотрящих футбольный матч. Народ, всегда желающий хлеба и зрелищ, очень уважал и любил великий спорт.

Поэтому прошу, не стесняясь своего возраста и фигуры, сегодня же выходите на стадион и почувствуйте эти нагрузки. Помните, что этим вы лишь укрепляете и закаляете свой организм, развиваете свое брненное тело, обеспечиваете свою высокую работоспособность и творческое долголетие.

Список использованной литературы

1. Гайл В. В. Краткая история физической культуры и спорта: Учебно методическое пособие . – Екатеринбург
2. В.В. Григоревич. Всеобщая история физической культуры и спорта.- М.: Советский спорт, 2008.