# «Физическая культура и спорт – основы здоровой нации»

Одним из направлений национальной стратегии России является здоровье нации. Главное богатство любой страны - физически здоровый и духовно развитый человек. Важнейшим условием для достижения задач физического и духовного оздоровления населения является поднятие престижа занятием физической культурой и спортом, а также формирование сферы досуга, которая не только будет способствовать ведению здорового образа жизни, но и станет доступной и привлекательной для современной молодежи, станет сферой, предоставляющей широкие возможности для самореализации.

Формирование здорового облика нации есть первостепенная задача, к выполнению которой стремится каждое государство. Определяющее значение в этом имеет социальный образ жизни, обеспечиваемые обществом и государством доступные стандарты жизнедеятельности человека каждому гражданину, чем определяется уровень и качество жизни населения страны.

Забота о развитии физической культуры и спорта - важнейшая составляющая социальной политики государства, обеспечивающая воплощение в жизнь гуманистических идеалов, ценностей и норм, открывающих широкий простор для выявления способностей людей, удовлетворения их интересов и потребностей, активизации человеческого фактора.

Стремление заниматься должно культивироваться у человека в любом обществе с самого раннего возраста. Все более важной становится роль  физической активности человека  в социализации и воспитании подрастающего поколения, формировании образа и стиля жизни.  Сфера спорта и физической культуры, в первую очередь, должна быть ориентирована на выполнение главной своей миссии - поддержание и укрепление здоровья населения, улучшение качества жизни, особенно в современном обществе, когда сидячий образ жизни стал нормой.

Изменение отношения к занятиям физической культурой и спортом может осуществляться традиционным путем, предусматривающим тотальное повышение грамотности в отношении пользы, необходимости занятий физической культурой и спортом в любом возрасте; формирование с помощью образовательных и развлекательных телевизионных программ моды на здоровый образ жизни; создание доступной среды для занятий массовыми видами физической культурой и спортом; поощрения на производстве работников, занимающихся физической культурой и спортом и т.д.

В России на спорт возлагается не только задача оздоровления граждан и популяризации здорового образа жизни. Помимо этого, спорт имеет важное значение для укрепления мира и объединения людей разных политических взглядов, разных культур.