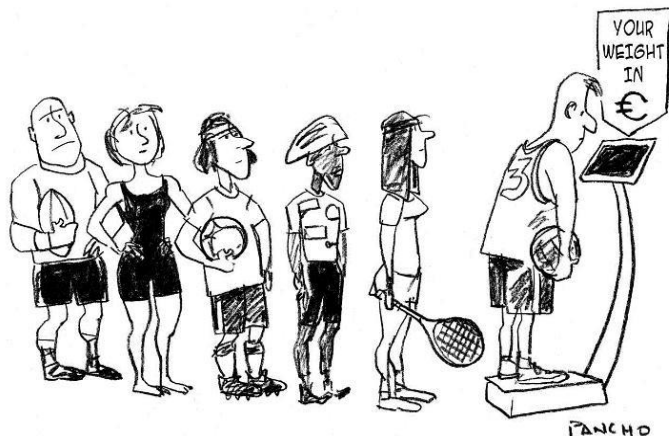


10 МАЙ 2024 Г. - СВЕТОВЕН ДЕН НА ДВИЖЕНИЕТО ЗА ЗДРАВЕ

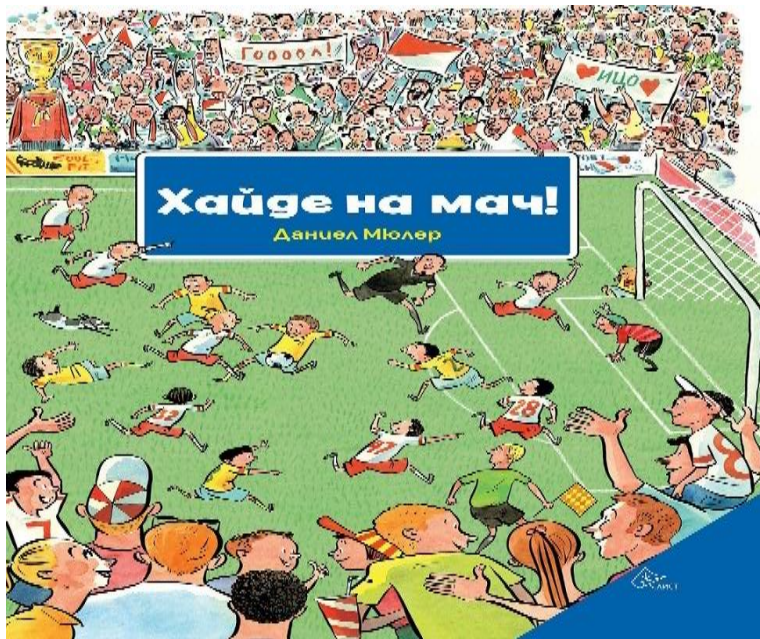
Тази година България отбелязва 10 май - международният ден на спорта за 23-ти път, след утвърждаването му от Световната здравна асамблея през 2002 г.



Спортът и двигателната активност са човешко право, даващо възможност на всеки да ги практикува в Олимпийския дух, без каквато и да било дискриминация. Този принцип на Олимпийската харта на Международния олимпийски комитет стимулира всички хора към спортна грамотност и занимания, с цел постигане на добро здраве и благополучие. Необходимите среднодневни потребности от енергия спрямо енергоразхода, съобразени с физиологичните потребности на съответните групи от населението, са установени от **валидни научни доказателства**, определящи и нормите за физическата активност (ФА) .

„Панчо иска да превърне теглото си от лева - в евро“.

Всяко дете има право на игра и участие в спорт, за да се присъедини към ценностите на обединени хора и общности, които споделят правилата на здравословния начин на живот. Равносметката от зависимостта наднормено тегло - затлъстяване – ниска ФА е обект на превенция от хронични незаразни болести, тъй-като всяко трето дете и у нас е с наднормено тегло. Ефективното осигуряване на равенство при достъпа до спорт се сблъсква с редица икономически, социални и логистични бариери: наличие на желани спортна база и клубове, които хората могат да си позволят, обезопасени туристически маршрути, и т.н. Въпреки всичко, феър плей и спортните постижения на изявени спортни личности са модел за подражание и вдъхновение за всяко ново поколение. Мотото на олимпийските игри гласи: **„ВАЖНО Е ОБУЧЕНИЕ С УЧАСТИЕ, А НЕ ПОБЕДАТА“**. То олицетворява потребността на хората от ФА за здраве и интеграция.



Мотото на олимпийските игри гласи: **„ВАЖНО Е ОБУЧЕНИЕ С УЧАСТИЕ, А НЕ ПОБЕДАТА“**. То олицетворява потребността на хората от ФА за здраве и интеграция.

Колективните спортове са едни от най-обичаните и широко практикувани форми на физическо натоварване в нашето съвремие. Царят на спорта носи името футбол, възникнал като забавление за работническата класа в Англия. Все едно дали си начинаещ футболист, или футболна звезда – тук всички сърца бият за най-любимата топка на света: футболната! За радост на малки и големи фенове. Участниците демонстрират физическите си качества и способността си да взаимодействат със своите съотборници. Днес опиянението от играта се корени в състезателния хъс, в усъвършенстването на формата и представянето. Състезанията по колективни спортове събира милиони запаленковци по цял свят. Индивидуалните спортове също имат своите поддръжници.

РЗИ Софийска област
Дирекция „Обществено здраве“
Отдел “Профилактика на болестите и промоция на здравето”