Vận động tuyên truyền nhân dân tập thể dục thể thao để tăng cường sức khỏe là một đặc điểm có tính văn hóa lối sống ở nước ta được hình thành từ năm 1946 do Nhà thể dục Trung ương thực hiện theo lời dạy của Bác Hồ. Là vận động cách mạng toàn dân trong những năm xây dựng miền Bắc xã hội chủ nghĩa khi phải chiến đấu chống lại chiến tranh phá hoại của không quân Mỹ và chi viện miền Nam mang một giá trị lịch sử của thể dục thể thao bằng những tên gọi “Rèn luyện thân thể để xây dựng và bảo vệ Tổ quốc”, “Rèn luyện chân đồng vai sắt”, “Chạy nối liền Nam Bắc”. Mỗi năm ngày 27 - 3 được lấy là “Ngày thể thao Việt Nam” và tổ chức chạy tượng trưng.

Năm 2000, Tổng Bí thư Đảng Cộng sản Việt Nam Lê Khả Phiêu gửi thư chúc mừng ngành Thể dục thể thao có nhắc lời hô hào toàn dân tập thể dục của Bác Hồ với nội dung “Ngành Thể dục thể thao sẽ tìm cách tổ chức thực hiện giỏi ý tưởng của Người”.

Cuối thế kỷ 20 bước vào thời kỳ đổi mới, hưởng lời kêu gọi của Liên hiệp quốc và Ủy ban Olympic quốc tế thường xuyên hàng năm tổ chức những cuộc “đi bộ toàn dân”, “ngày chạy Olympic” chính là tuyên truyền vận động mọi người tập thể dục thể thao suốt đời.

Giá trị và ý nghĩa văn hóa của hoạt động này đã trở thành truyền thống lôi cuốn tập hợp quần chúng cùng nhau có một ý thức rèn luyện thân thể hàng ngày, đây là dịp gặp gỡ giao lưu chia sẻ tâm tư, tình cảm góp phần tạo nên một lối sống cộng đồng.

Giá trị văn hóa ở một phương diện quan hệ xã hội đó là sự gần gũi, bình quyền từ những vị khách VIP với quảng đại công chúng. Thể dục thể thao là ngôn ngữ đoàn kết, hiểu biết lẫn nhau.

Phong trào này đã góp phần tạo nên cuộc sống văn minh, lợi ích về sức khỏe rõ ràng nhất là thời kỳ đô thị hóa, công nghiệp hóa thì rèn luyện thân thể gần gũi thiên nhiên là một liều thuốc bổ tố lành cho những người có tập luyện.