

# Тема : «Туризм – это образ жизни!»

Выполнила :

Борейко Елизавета,  
обучающаяся 9 “А” класса

Руководитель: Томчук С.В.

тренер-преподаватель



# Содержание

- Характеристика спортивного туризма как вида спорта
- Виды туризма
- Влияние туризма в укреплении здоровья
- Какую роль в моей жизни играет спортивный туризм
- Достижения и награды
- Выводы



# Актуальность

«Без здоровых детей у страны нет будущего». На это утверждение всё больше уделяется внимания в нашем государстве, особенно в последнее время.

Спортивный туризм являлся и продолжает являться неотъемлемой частью жизни большей части населения всего мира.



## *Цель:*

*Узнать о влиянии спортивного туризма на всестороннее развитие школьника.*

## *Задачи:*

- узнать о значении спортивного туризма;*
- определить, как влияет спортивный туризм в укреплении здоровья;*
- расширить знания о видах туризма;*
- рассказать о личных достижениях в спортивном туризме.*

## Характеристика спортивного туризма как вида спорта

Спортивным туризмом называют вид спорта, который основан на движении по запланированному заранее маршруту. При движении по маршруту с заданной скоростью перед соревнующимися возникают различные, природные и искусственные препятствия. Применяют различную тактику и технику для преодоления препятствий.





**Спортивный туризм стал  
видом спорта с 1949 года,  
с момента включения в  
ЕВСК (Единая  
всероссийская спортивная  
классификация) и правом  
присуждения звания  
спортивных разрядов и  
звания «мастер спорта».**





# Виды туризма





# Влияние туризма в укреплении здоровья

Туризм влияет:

- на сердечно-сосудистую систему;
- на дыхательную систему;
- на нервную систему;
- закаливание и укрепление организма;
- повышает общий тонус;





Часто задаюсь  
вопросом, что  
же есть для  
меня  
спортивный  
туризм, и  
какую роль он  
играет в моей  
жизни?!





2016 год





2017 год





2018 год





2019 год





2021 год





2021 год





**Туризм – это жизнь.**



**Спасибо за внимание!**

