

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...

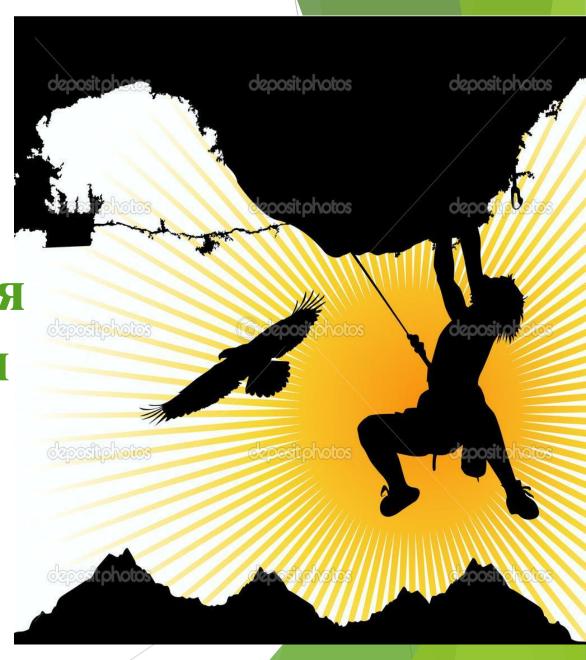
Задачи:

- 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 искуственные 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:

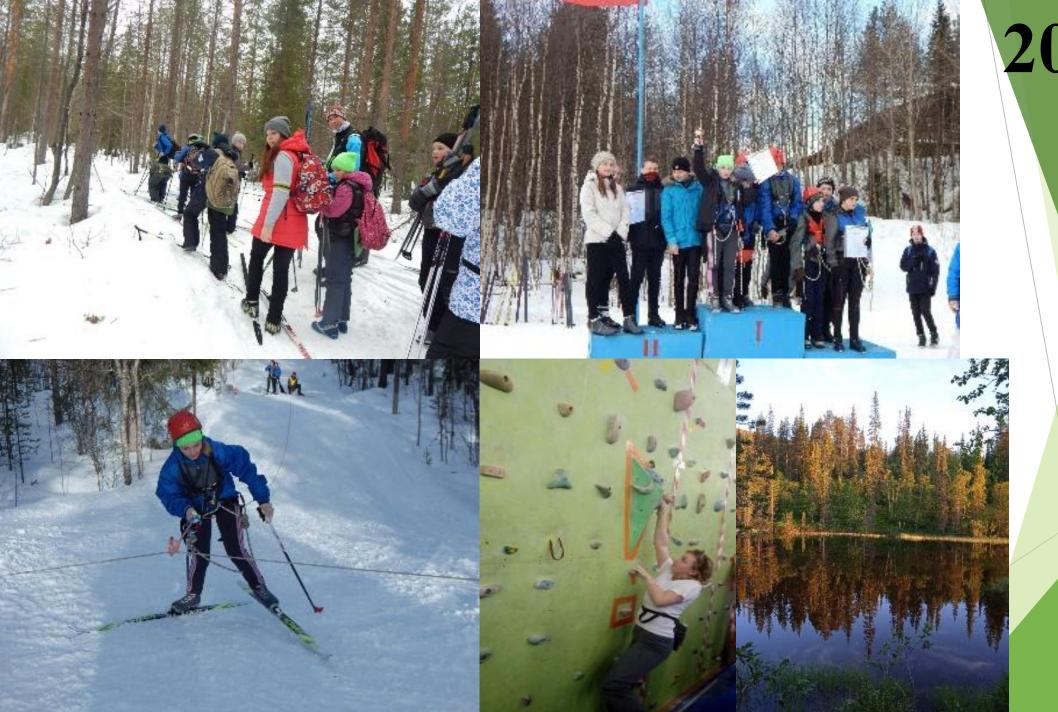
- на сердечно-сосудистую систему;
- на дыхательную систему;
- **-** на нервную систему;
- закаливание и укрепление организма**;**
- повышает общий тонус;



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







2017 год















2021 год





