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 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?!

2016 год

2017 год

2018 год

2019 год

2021 год

2021 год

Туризм – это жизнь.
Спасибо за внимание!