

ГБОУ СПО СК «СТАВРОПОЛЬСКИЙ БАЗОВЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ
КОЛЛЕДЖ»

СПЕЦИАЛЬНОСТЬ 34.02.01 «СЕСТРИНСКОЕ ДЕЛО»
ДИСЦИПЛИНА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»
**ПРОЕКТНАЯ РАБОТА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
«СКАЛОЛАЗАНИЕ КАК ВИД ГОРНОГО ТУРИЗМА ДЛЯ
ОЗДОРАВЛИВАНИЯ ПОЗВОНОЧНИКА»**

ПРОЕКТНУЮ РАБОТУ ПОДГОТОВИЛА
СТ. ГР. №167Д9
МОРОЗОВА О.А.
ПРОВЕРЯЛА
ПРЕПОДАВАТЕЛЬ ЦМК
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
ТАТАРИНЦЕВА ЛЮБОВЬ АЛЕКСАНДРОВНА

Можно ли однозначно ответить на вопрос, что включает в себя такое понятие, как «туризм»? У одних туризм ассоциируется с километрами, пройденными нехоженными тропами, с палаткой, с песнями у костра, для других это поездки по историческим местам, для третьих – путешествия по зарубежным странам. И все они правы, поскольку туризм чрезвычайно разнообразен.



ВИДЫ ТУРИЗМА:



ПРОБЛЕМА.

В наше время болезни, связанные с позвоночником, встречаются нередко. Статистика гласит, что им подвержены около 70% населения планеты (в том числе и дети). Такие заболевания протекают достаточно тяжело, ведь у человека возникает множество проблем с опорно-двигательной системой.

АКТУАЛЬНОСТЬ.

Скалолазание-это молодой, экстремальный вид спорта и отдыха, который за короткий промежуток времени получил международное признание.

ЦЕЛЬ.

Изучить скалолазание, виды туризма и их влияние на опорно-двигательную систему человека.

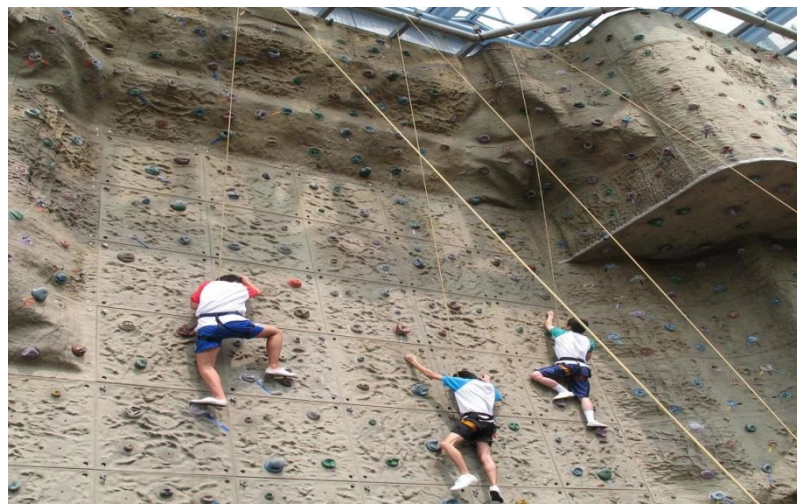
ЗАДАЧИ.

- 1. Изучить литературные источники по данной теме, и на основе полученных данных охарактеризовать скалолазание как вид спорта.*
- 2. Рассмотреть методики правильного занятия данным видом спорта*
- 3. Узнать противопоказания и рекомендации к занятию скалолазанием*

СКАЛОЛАЗАНИЕ КАК ВИД ТУРИЗМА. ВИДЫ И СТИЛИ СКАЛОЛАЗАНИЯ



Скалолазание на
естественном рельефе



Спортивное скалолазание в
зале

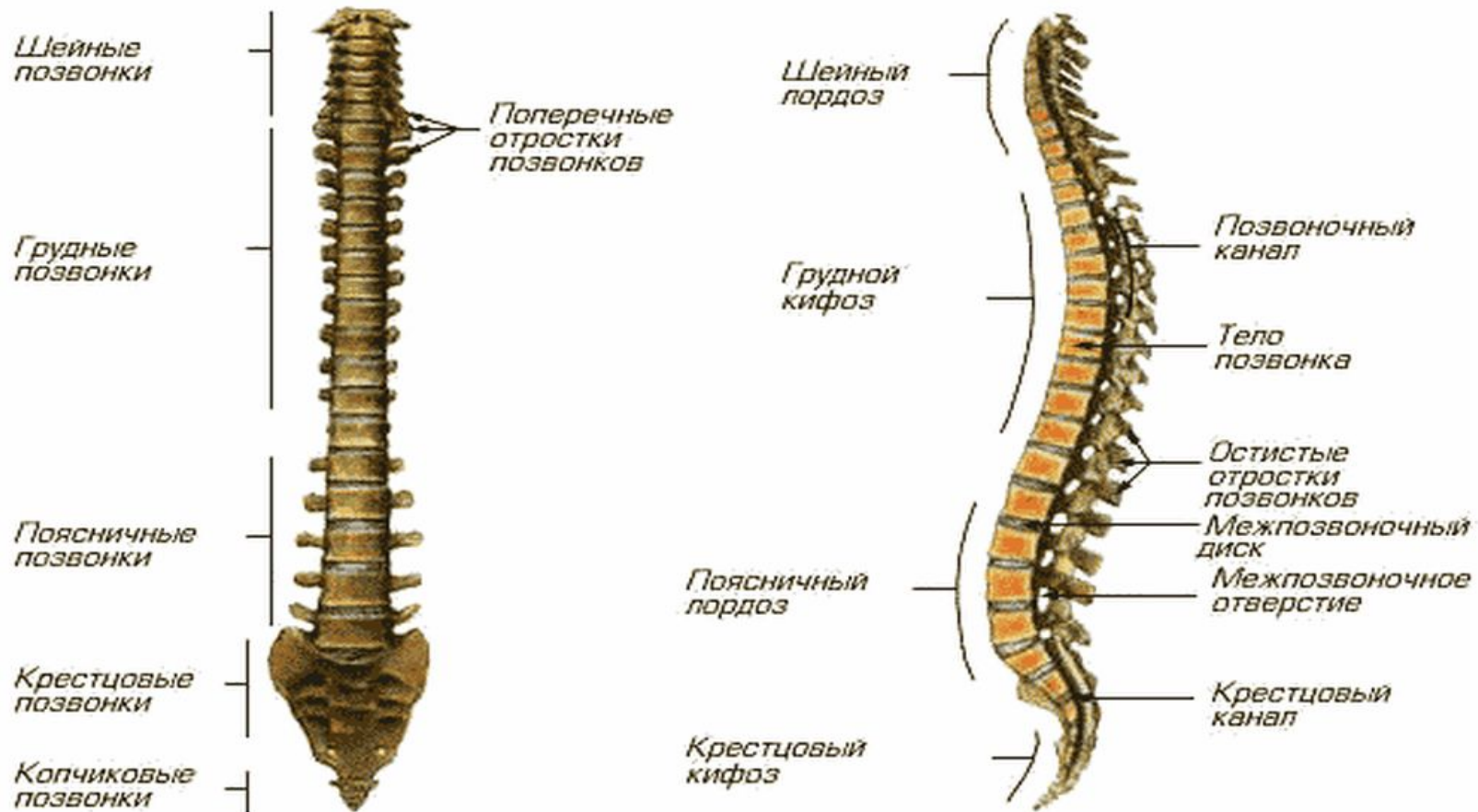
СКАЛОЛАЗАНИЕ И ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА.



Скалолазание – самый демократичный вид спорта, заниматься которым может практически любой человек.



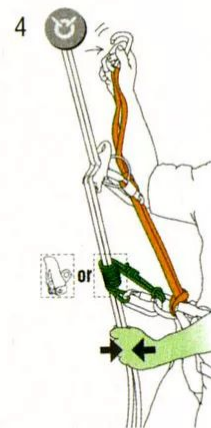
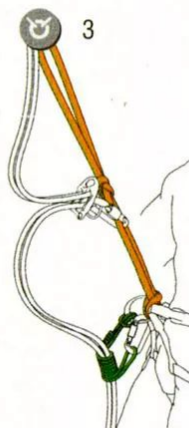
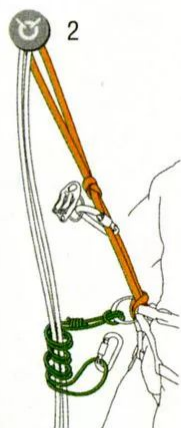
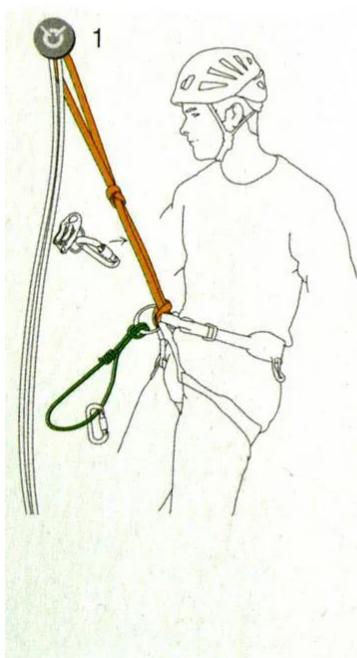
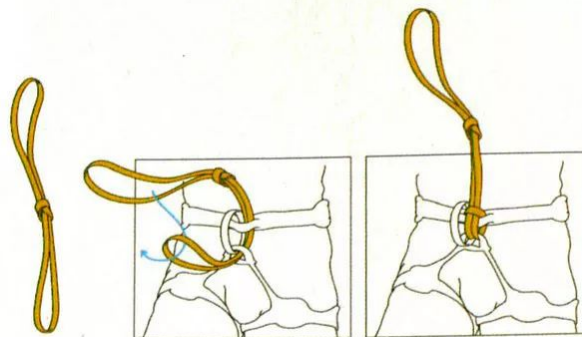
ЗДОРОВЫЙ ПОЗВОНОЧНИК ПО СРЕДСТВАМ СКАЛОЛАЗАНИЯ.



КАЙРА КОНДИ



«СПЕЦИФИКА ПОДГОТОВКИ К ЗАНЯТИЮ СКАЛОЛАЗАНИЕМ»



СПАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ!