



## *В поход всей семьей.*

Туризм (от французского) - путешествия по своей стране или в другие страны, сочетающие отдых с элементами спорта и познавательными задачами. Туризм - это особый вид социальной деятельности человека, направленный на укрепление здоровья, повышение физической тренированности, выносливости организма, познание и общение. Различают организованный (предлагаемый разными организациями и фирмами, несущими полную ответственность за предоставляемые услуги) и самодеятельный (организуемый по инициативе самих участников) туризм.

Туристическое путешествие включает в себя два понятия: поездка и поход. Поездка – это путешествие по туристически-экскурсионному, постоянному, заранее разработанному маршруту с использованием транспорта. Поход – активный способ передвижения туристов по маршруту (пешком, на лыжах, лодках, плотах, велосипедах и т.д.). В походах сочетается выполнение каких-либо задач с организацией условий походной жизни (разбивание бивуака, приготовление пищи на костре, преодоление природных преград и др.).

Туризм, как средство оздоровления, характеризуется общедоступностью и рекомендован практически каждому ребенку при отсутствии у него серьезных патологий. Цели такого активного отдыха многоплановы и, как правило, комплексны: оздоровление и познание нового, воспитание любви к природе и интереса к отечественной истории, развлечение в самой полезной форме, дающее заряд бодрости и оптимизма, - все это прекрасно уживается в семейном турпоходе.

В том или ином походе какая-то цель может быть главной, определяющей (рыбалка, сбор ягод или грибов). Но чем разнообразнее будет программа, тем больше шансов, что каждый участник найдет для себя что-то интересное. Особенно это касается детей, в общении с которыми трудно предсказать, что на них произведет большее впечатление.

Оптимальный численный состав группы 6 - 9 человек (2 - 3 семьи), в этом случае она наиболее мобильна.

Чтобы сэкономить время и облегчить сборы в дорогу, следует заранее составить список необходимых вещей, затем его дополнить. За несколько дней до предполагаемого выезда на природу внимательно просмотрите список: некоторых вещей может не быть дома и их надо будет заблаговременно найти. Весь инвентарь и одежду следует приготовить с вечера. На продукты, которые будут укладываться последними, тоже следует составить список, чтобы не оставить чего-либо в холодильнике или другом месте хранения. Подготовка к отдыху на природе во многом зависит от того, каким транспортом вы предполагаете ехать за город.

**ЖЕЛАЕМ ВАМ ПРИЯТНОГО ОТДЫХА!**