**Занятие по туризму.**

**Объединение «Странник», 3-й год обучения.**

**18.05.2020 г.**

**Тема занятия: Подготовка к турслёту. Физподготовка.**

Форма проведения занятия: дистанционная.

Цели и задачи: Развитие физической выносливости.

Выполнить упражнения на выносливость.

Ход занятия:

Подведение итогов предыдущей темы. Тактика бега по пересечённой местности.

Новый материал: Техника выполнения упражнений на выносливость

Изучить и выполнить задания по ссылке:

<https://econet.ru/articles/8-luchshih-uprazhneniy-dlya-razvitiya-vynoslivosti>