***Туризм – одна из форм физического воспитания детей, которая обладает всеми необходимыми компонентами для сохранения и укрепления здоровья. Это – общение с природой, смена обстановки, психологическая разгрузка и физическая активность.***  
Туризм прост в организации, доступен для людей любого возраста, вместе с тем, он является естественным и посильным видом спорта, поскольку нагрузки в нем хорошо дозируются и соотносятся с физическими возможностями участников. Туризм развивает такие прекрасные черты человеческого характера, как коллективизм, дисциплинированность, упорство, настойчивость. В последние годы получил развитие семейный туризм. Семейные путешествия укрепляют дружеские отношения между родителями и детьми.  
Каждая туристская прогулка (поход) ставит перед собой определенные цели. Это может быть ознакомление с окружающим миром, его достопримечательностями, с памятниками искусства, архитектуры. Туристская прогулка может преследовать экологические цели – ознакомление с природой, воспитание бережного и заботливого отношения к ней, оказание помощи в ее охране и защите. Но не менее важной целью и задачей является оздоровление детей.  
Проведению туристской прогулки предшествует определенная работа: взрослыми разрабатывается маршрут похода, определяются места остановок, обсуждается необходимое снаряжение. При выборе маршрута принимается во внимание возраст детей, степень физической подготовки, природные и климатические условия района похода. Маршрут похода должен быть интересным для дошкольников в познавательном отношении, способствовать   
укреплению здоровья малышей, улучшению их физического развития. Длительность похода должна быть от 2 до 4 часов.   
Предполагая проведение с детьми туристских прогулок, следует познакомить их с содержанием этого вида двигательной деятельности. С этой целью могут быть проведены следующие мероприятия:  
•занятия-беседы (о туризме, о туристских снаряжениях, о правилах поведения в походе и т.д.);  
•практические занятия (определять погоду по народным приметам, ориентироваться на местности, укладывать рюкзак);  
•дидактические игры (закрепление знаний о туризме).

