

Spis treści

Wprowadzenie	5
1. Wycieczka podstawową formą działalności turystycznej dzieci i młodzieży szkolnej	8
1.1. Przepisy prawne dotyczące organizacji wypoczynku dzieci i młodzieży szkolnej	8
1.2. Metodyka programowania, organizowania i realizacji wycieczki szkolnej	24
1.2.1. Przygotowanie wycieczki	25
1.2.2. Realizacja wycieczki	31
1.2.3. Zakończenie i podsumowanie wycieczki	36
1.3. Podział wycieczek turystycznych młodzieży szkolnej	37
1.3.1. Wycieczka piesza nizinna	37
1.3.2. Wycieczka piesza górską	39
1.3.3. Wycieczka rowerowa	42
1.3.4. Wycieczka kajakowa	44
2. Obozy stałe	49
2.1. Metodyka programowania, organizowania i realizacji obozów stałych	49
2.1.1. Prace przygotowawcze przed obozem	50
2.1.2. Realizacja obozu	55
2.1.3. Zakończenie obozu	61
3. Obozy wędrowne	62
3.1. Metodyka programowania, organizowania i realizacji obozów wędrownych	62
3.1.1. Obóz wędrowny pieszy w terenie nizinnym	64
3.1.2. Obóz wędrowny pieszy w terenie górskim	68
3.1.3. Wędrowny obóz rowerowy	71
3.1.4. Wędrowny obóz kajakowy	77
4. Wybrane sportowe i rekreacyjne gry ruchowe w ramach organizacji czasu wolnego na wycieczkach, koloniach, obozach stałych i wędrownych	83
4.1. Wstęp	83
4.2. Wprowadzenie organizacyjno-metodyczne	84
4.3. Wybrane gry sportowe	87
4.3.1. Baseball	87
4.3.2. Korfball	89
4.3.3. Piłka nożna plażowa	91
4.3.4. Piłka ręczna boiskowa	96
4.3.5. Piłka ręczna plażowa	98
4.3.6. Ringo	102
4.3.7. Siatkówka plażowa	106
4.4. Wybrane rekreacyjne gry ruchowe	115
4.4.1. Boccia	115
4.4.2. Do pięciu lub dziesięciu podań	117

4.4.3.	Dwa ognie usportowione.	118
4.4.4.	Kampa	119
4.4.5.	Koloniada'99.	120
4.4.6.	Korfball plażowy.	124
4.4.7.	Kwadrant.	125
4.4.8.	Palant.	128
4.4.9.	Piłka do kapitana	131
4.4.10.	Rzucanka siatkarska.	132
4.4.11.	Tenis nożny.	133
4.4.12.	Tenis podłogowy.	135
5.	Aneks.	137
6.	Piśmiennictwo.	139