

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. Kortball 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