

Witam Was serdecznie, dzisiaj wybierzemy się na wakacje w góry.



To jest mapa Polski, naszego kraju. Miejsca na mapie zaznaczone kolorem czerwonym oznaczają góry. Gdy chcemy wybrać się na wędrowkę po górach musimy się odpowiednio ubrać. Obejrzyjcie film:

<https://www.youtube.com/watch?v=A7G3ETe1-eY>

Już wiecie, że musicie mieć buty z grubą podeszwą, do kostki, bo szlaki górskie są bardzo nierówne, czapkę z daszkiem, bluzę, kurtkę, bo pogoda w górach bardzo szybko lubi się zmieniać, jak również długie i krótkie spodnie.

Zapraszam do zabawy: „W góry i nad morze” – swobodnie maszerujcie po pokoju, na hasło rodzica: **W góry!** – naśladujcie marsz po górach lub wspinaczkę, wysoko unosicie kolana i wyciągnijcie ręce w górę. Na hasło: **Nad morze!** – naśladujcie ruchy pływaka.

Obejrzyjcie obrazki wskażcie te, które pokazują góry:





Zapraszam Was do wysłuchania opowiadania

Letnie opowieści – echo w Tatrach Małgorzata Szczęsna

Byliście kiedyś w Zakopanem, tam gdzie są najwyższe nasze góry? Właśnie tam jedziemy całą rodziną! Dojeżdżamy już na Jaszczurówkę do przyjaciół rodziców – Bogusi i Janusza. Jest wieczór i się ściemnia. Gospodarze otwierają bramę, a ich syn – Kamil, już biegnie, by nas przywitać.

– Witajcie, witajcie – wita nas Janusz po góralsku.

Bogusia i mama jak zwykle ściskają się ze łzami w oczach. Rozlokowujemy się i jemy kolację w ich przytulnej kuchni. Po posiłku my z Kamilem idziemy do jego pokoju i gramy w gry planszowe, a rodzice długo rozmawiają. Rano szeroko otwieramy okno i podziwiamy widok gór. Przed nami Nosal i Giewont z krzyżem na szczycie. Mimo że jest lato, na wierzchołku Giewontu widać śnieg. My z mamą nie wytrzymujemy i już śpiewamy.

– Jak widać, nie całkiem udało się przegnać zimę! – mówi Karinka.

Janusz proponuje wycieczkę. Zatrzymujemy się w miejscu, skąd możemy oglądać, jak na dłoni, całe Zakopane. Stąd wydaje się takie malutkie. Jedziemy dalej. Następny nasz przystanek to duży parking.

– Co będziemy teraz robić?

– Idziemy do Morskiego Oka – wyjaśnia ciocia Bogusia. – Czeka nas długi spacer.

Droga chwilami jest trudna i z radością widzimy, że zbliżamy się do celu. Widok jest wspaniały. Staję na dużym kamieniu, z ciupagą w rękę, w góralskim kapeluszu z piórkiem i muszelkami. Rozpoczyna się sesja zdjęciowa! Wszyscy pstrykają mi zdjęcia. Czuję się jak gwiazda filmowa.

– Chciałabym jeszcze przejść się wokół jeziora! – mówi mama i patrzy w stronę ścieżki wyłożonej kamieniami.

– Mamo, nie mamy siły, chodźmy na naleśniki do baru – prosi Mateusz.

– Ja przejdę się z mamą! Zamówcie dla mnie z serem i czekoladą! – staję koło mamy.

– Tylko uważajcie, bo często niedźwiedzie schodzą z gór! – przestrzega wujek.

Nikogo nie ma na ścieżce, tylko my. Nagle słyszymy: uuuuu, uuuu. Przyspieszamy kroku, prawie biegniemy.

– Uuuuu, Uuuuu, Uuuuuuu – głos rozlega się coraz głośniejsze i dobiega do nas ze wszystkich stron. Stajemy przerażone!

– Uuuuuu – ten głos rozlega się teraz bardzo blisko nas!

Nagle zza krzewu jałowca wybiega w naszym kierunku.... roześmiany wujek Janusz.

– Janusz! – dobiega do nas Bogusia. – To wcale nie jest śmieszne! Bardzo przestraszyłeś dziewczyny.

Gdy dociera do nas, że nie ma żadnego niebezpieczeństwa, wybuchamy śmiechem.

– Wujku, jak to zrobiłeś, że głos dochodził do nas ze wszystkich stron – pytam, rozglądając się.

– To echo! Gdy ryknąłem „uuu”, dźwięk mojego głosu odbił się od ścian lasów, górskich zboczy, skał i powrócił do nas.

– Chodźmy lepiej na te naleśniki – mówi zdecydowanym głosem ciocia Bogusia. Jest jeszcze trochę zdenerwowana na wujka za ten żart.

Rodzinka wybrała się do Zakopanego, tam są Tatry nasze najwyższe góry. Giewont najwyższy szczyt Tatr. Na Giewoncie stoi ogromny metalowy krzyż.



©Agencja Gazeta



To bardzo wysoka góra, na którą nie wolno wchodzić dzieciom, żeby się na nią wspiąć trzeba wspiąć się po łańcuchach, a to bardzo niebezpieczne. Dlatego bohaterowie naszego opowiadania wybrali się z dziećmi na wycieczkę do Morskiego Oka – to jezioro górskie, przepiękne.





Naszą rodzinę z opowiadania wystraszył zwierzę? Pamiętajcie jaki?

Tak – niedźwiedź. Poproście rodziców, by zabawili się z Wami w zabawę „Stary niedźwiedź mocno śpi”.

Gdy wujek straszył Mateusza i mamę pomogło mu ECHO – odbijający się o przeszkodę dźwięk.

Proponuję zabawę w „Echo” - odwróćcie się z rodzicem plecami do siebie, Wy powiedzcie jakiegokolwiek słowo, rodzic niech spróbuje powtórzyć je tak jakby zrobiło to ECHO. Następnie każde z Was robi krok w przód, czyli oddalacie się od siebie i znów Wy wypowiedzicie jakieś słowo, a rodzic jest ECHEM, powstaną nowe echosłowa, może być całkiem zabawnie.

Tak jak u „Słodziaków”



<https://www.youtube.com/watch?v=SRHmVsEDhk4>

Góry są przepiękne, ale i bardzo niebezpieczne, popatrzcie na filmik:



<https://www.youtube.com/watch?v=wS4SRvkvLio>

Z górami kojarzą nam się:

GÓRALE



korale

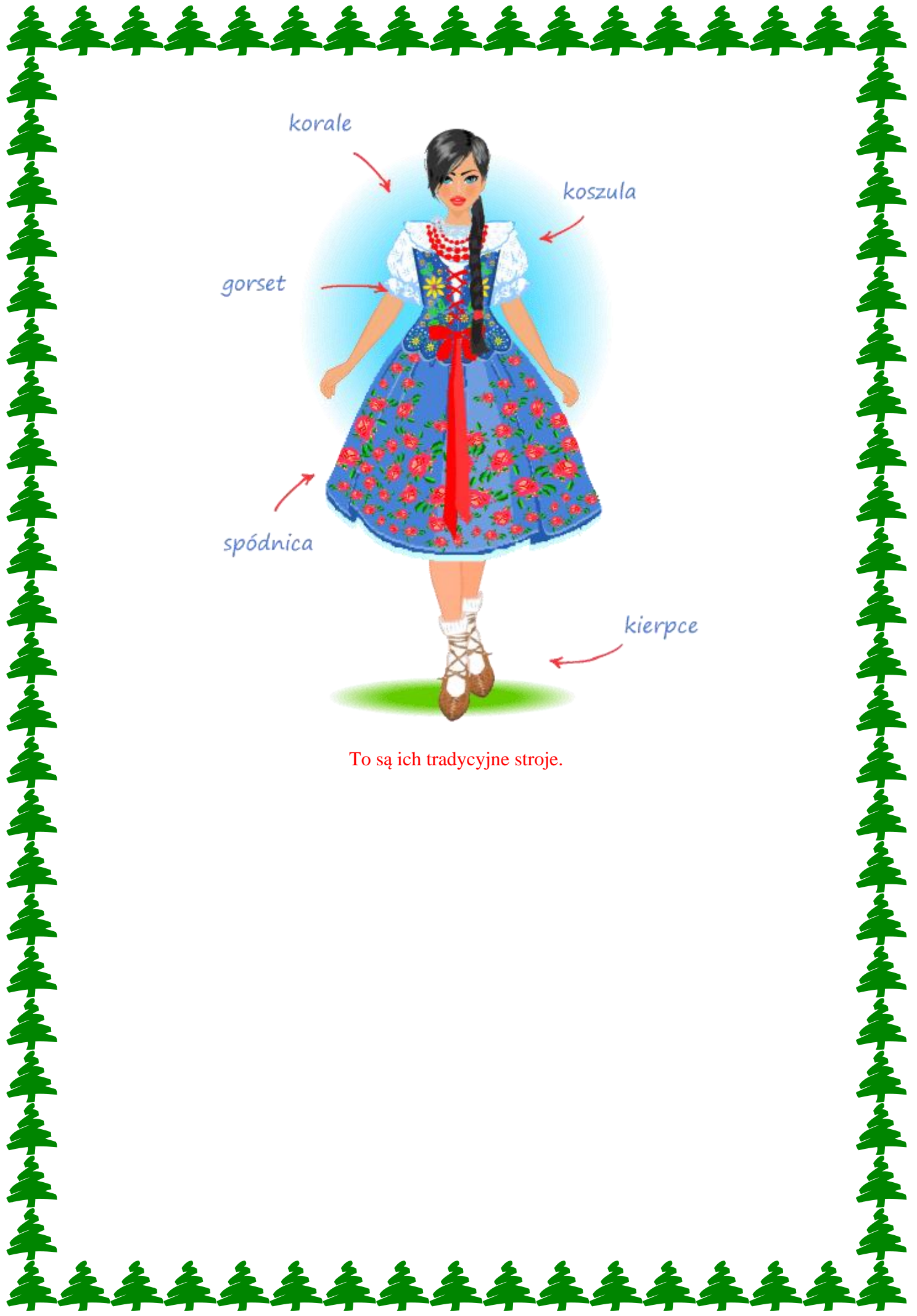
koszula

gorset

spódnica

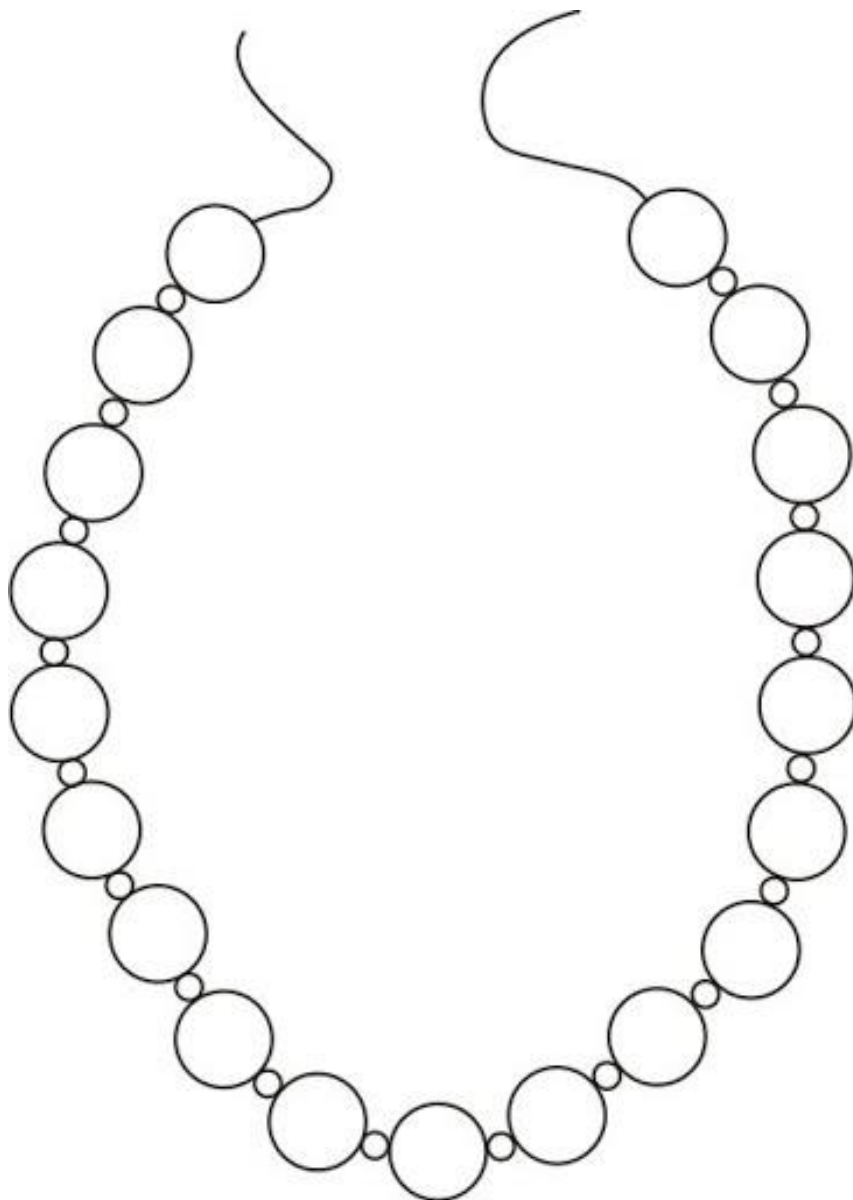
kierpce

To są ich tradycyjne stroje.





Pokolorujcie proszę korale góralki na czerwono oczywiście, bądź wypełnijcie czerwoną farbą za pomocą palca umoczonego w farbie:



Jeszcze coś nieco o góralskim stroju:

<https://polalech.pl/podhalanski-memo.htm>

GÓRALSKA MUZYKA



<https://youtu.be/ltRxD5c-AKI>

GÓRALSKI TANIEC



https://youtu.be/F_BDLYAfg7w

WYPAS OWIEC



<https://www.youtube.com/watch?v=u3tz5VdFWWI>

Warto wybrać się na wakacje w góry, są tam piękne widoki, wspaniałe powietrze i niezapomniane wrażenia. By wyruszyć górskim szlakiem trzeba mieć dobrą kondycję dlatego proponuję ćwiczenia:



<https://youtu.be/ymigWt5TOV8>



<https://youtu.be/FhGvyW-jUbE>



<https://youtu.be/HvW4UOhQo3U>

Dla chętnych jeszcze jedna propozycja: za pomocą odbitych, złożonych dłoni pomalowanych na szaro robimy na kartce góry, następnie po wyschnięciu dorysujemy niebo, białe chmurki i trawę na dole.

Dziękuję za dzisiaj – do zobaczenia!