



Całe morze tańczy

Opowiadania o morzu, ruchu i uważności

Karolina Mielczarek

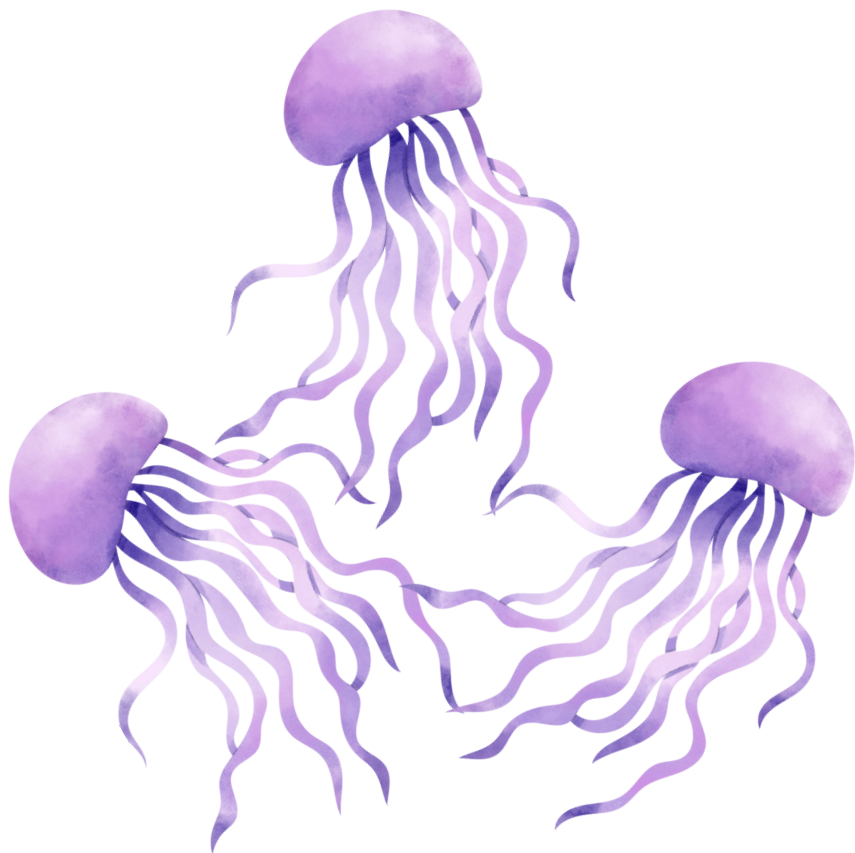
**Opowiadania dla wszystkich,
małych i dużych,
którzy lubią morze**

szczególne podziękowania dla moich rodziców, którzy
nauczyli mnie kochać morze

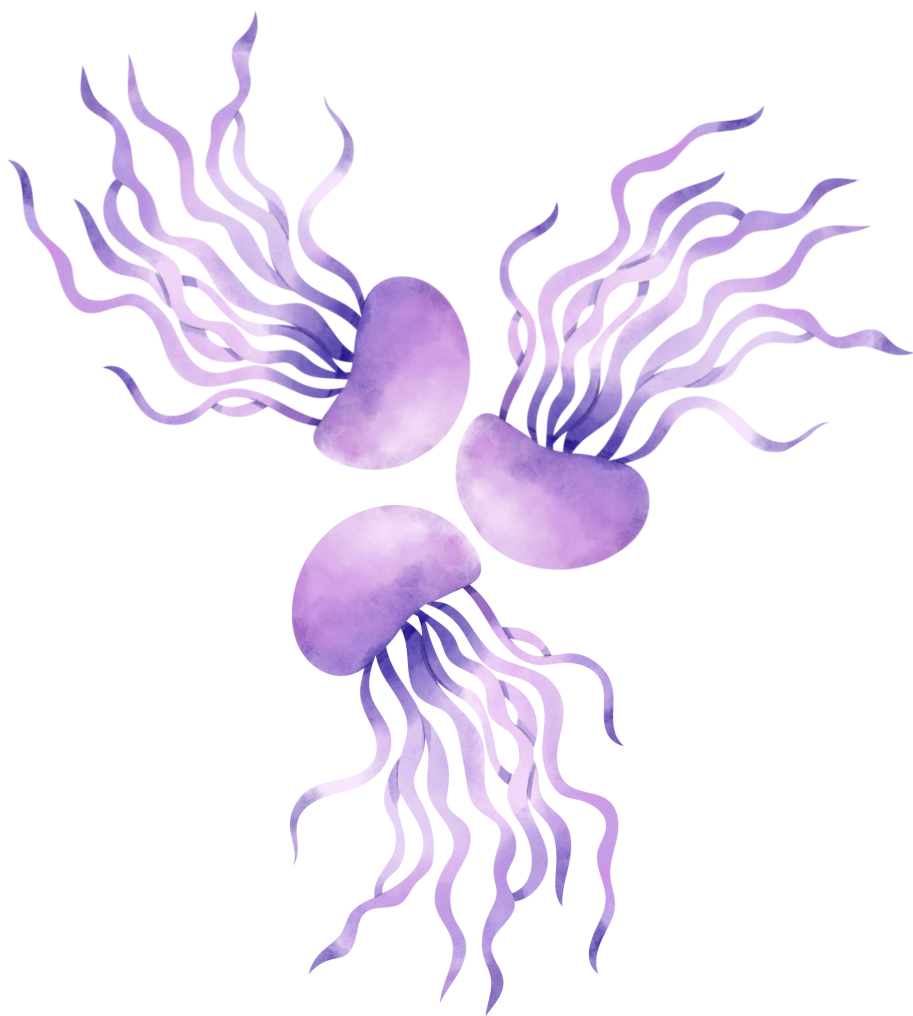
The background is an abstract composition of broad, expressive brushstrokes in various shades of green and blue. The colors are layered and blended, creating a sense of depth and movement. The strokes vary in thickness and direction, some being more horizontal and others more vertical or diagonal. The overall effect is a textured, painterly background.

Meduzy

Krążki, galaretki, dzwonki, parasolki
co to są te morskie stworki?
trochę wyglądają jak kwiaty a trochę jak grzyby
przypominają też planety, księżyc i komety
spadające gwiazdy!
balony, które pływają i lampki, które w wodzie latają

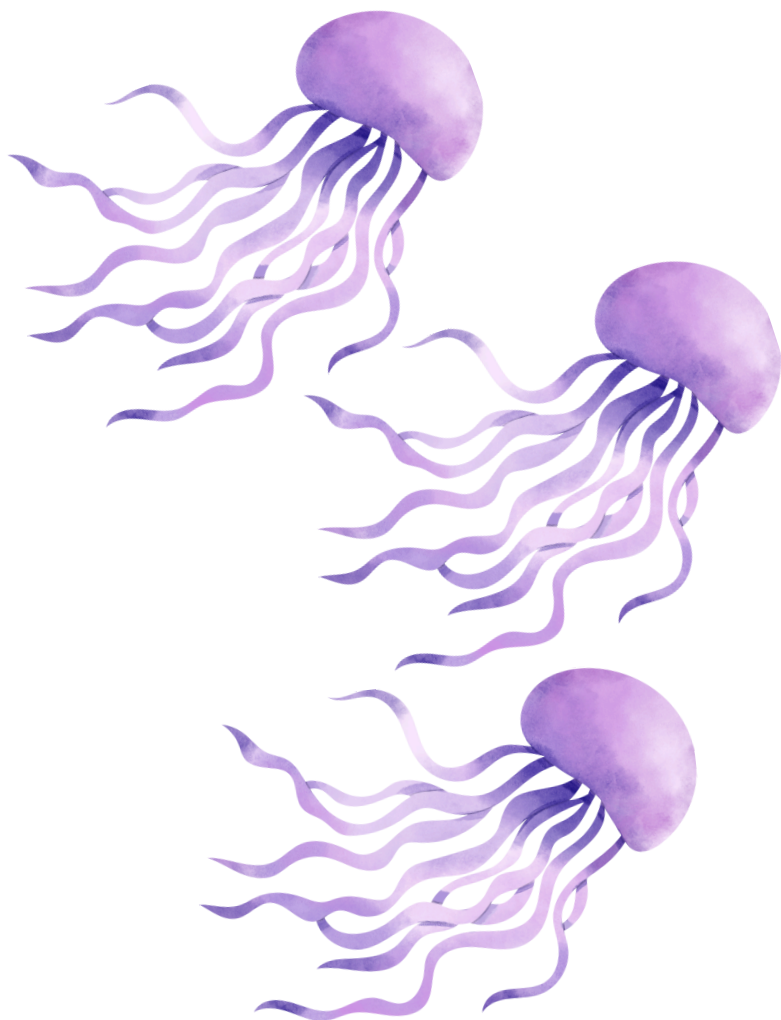


Podobne są też do dziewczynek ubranych w sukienki
dziewczynki obracają się
a sukienki razem z nimi robią
koła, kręgi, wiry, ósemki



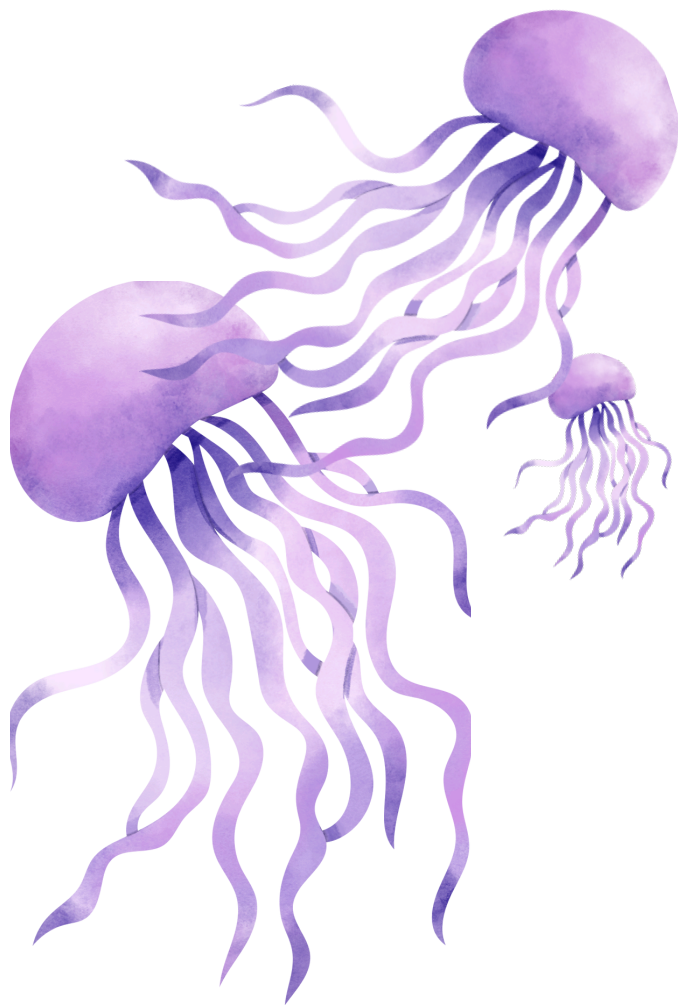
Są przezroczyste, choć trochę różowe

Śliskie, choć trochę galaretowe

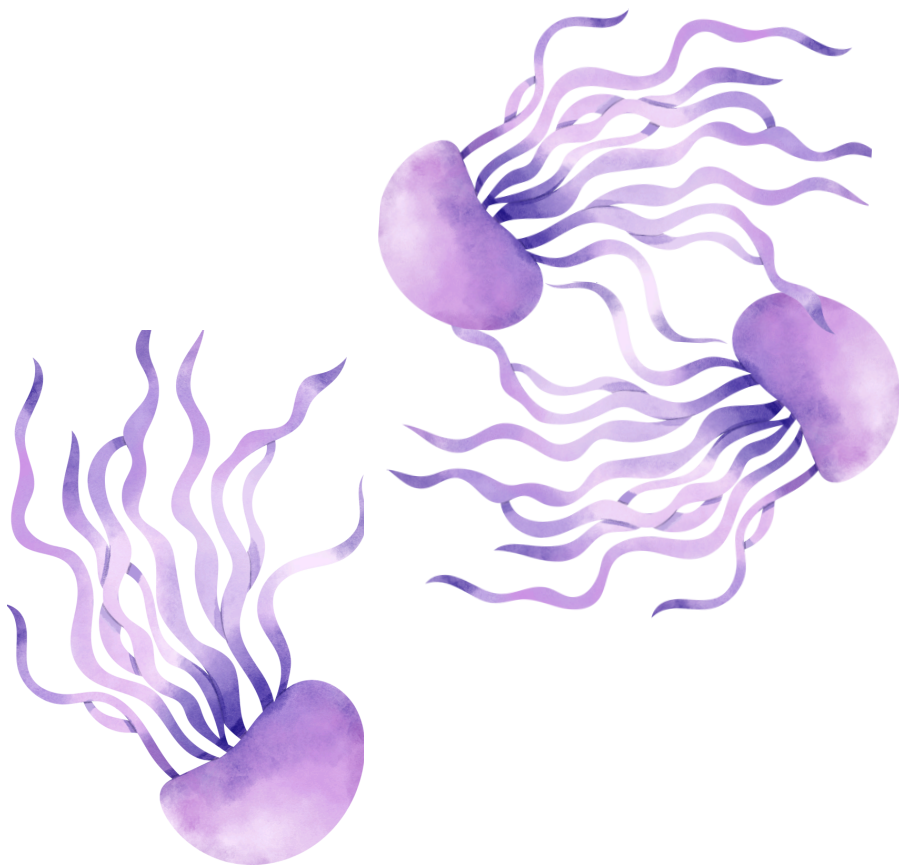


Poruszają się same, ale też porusza je morze

kiedy poruszają się same, otwierają się i zamykają
robią się duże i małe
szerokie i wąskie

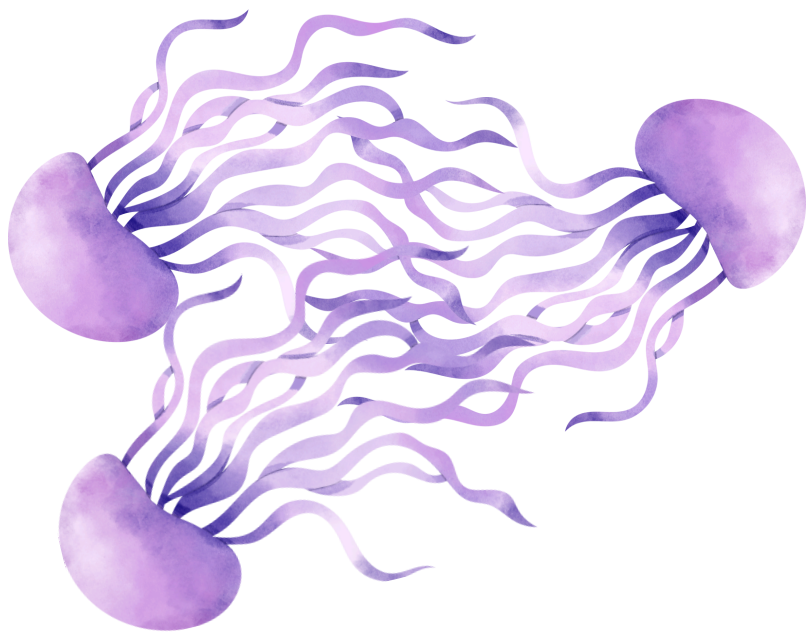


Kiedy porusza je morze
nie wiadomo jak będą wyglądać
to morze wybiera dla nich kształt
czasami wyglądają jak kuleczki, które toczą się i rolują
czasami jak kreseczki, linie, paski
a jeszcze czasami jak spiralki, ślimaczki, zakrętaski



To morze robi
morze tak może?
oczywiście, że może!

bo meduzy, te morskie stworki
mają ciała lekkie i giętkie
jak trawa, piórko lub chmurki na niebie.



Morskie zadania ruchowe

Działanie ruchowe zaprasza dzieci z rodzicami/opiekunami do wspólnego poruszenia, tanecznej zabawy, rozwijania relacji z morzem i pogłębiania tej własnej, ze sobą nawzajem.

Do następujących zadań będą potrzebne trzy, sztywne kartki i kredki.

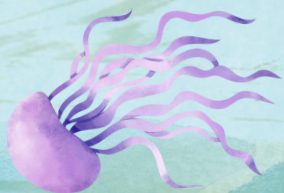
Polecam użycie utworów muzycznych w takiej kolejności: **Meduzowe kształty** - “Stop-go rag”, Ballatera Musica Ed., Anna Vega; **Koła, kręgi, wiry, ósemki** - It’s a kid’s world, Global Genius; **Duże i małe meduzy** - “Wygibasy” (wersja instrumentalna), **Trzy kształty, trzy ruchy** - “Hallodance, dansspetters”.

Meduzowe kształty

“...trochę wyglądają jak kwiaty a trochę jak grzyby, przypominają też planety, księżyc i komety, spadające gwiazdy! balony, które pływają i lampki, które w wodzie latają”.

Będziecie przybierać takie same kształty jak meduzy. Zamienicie się w kwiaty, grzyby, planety, księżyc, itp. Podzielcie się na osobę, które będzie wypowiadać meduzowe kształty i na osobę, która będzie przybierać te kształty. W czasie trwania muzyki należy biec zgodnie z rytmem, ale kiedy muzyka zatrzyma się - jedna osoba mówi kształt a druga pokazuje ten kształt. Po zakończeniu muzyki zamieńcie się rolami.

Który kształt lubicie najbardziej?

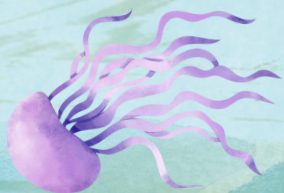


Koła, kręgi, wiry, ósemki

Obracanie, wirowanie, kołowanie. Lubicie kręcić się?

Każdy będzie wymyślał swoje sposoby na obracanie, wirowanie, kołowanie. Pokażcie jak lubicie kręcić się i kręćcie się. Najpierw jedna osoba obraca się - druga powtarza jej obroty a potem zmiana i zmiana, i zmiana, i jeszcze jeden obrót, i jeszcze jedno koło, i wir, wir, wir...

Im więcej pomysłów tym więcej zabawy!

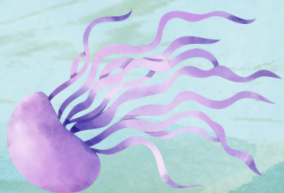


Duże i małe meduzy

Meduzy mogą poruszać się same lub mogą być poruszane przez morze. Kiedy poruszają się same - otwierają się i zamykają, robią się duże i małe, szerokie i wąskie.

My tak jak meduzy również potrafimy otwierać i zamykać nasze ciała. Możemy je formować aby były duże i małe, szerokie i wąskie. Pokażcie jak będziecie poruszać się, żeby stać się większymi niż jesteście. A co zrobicie, żeby stać się mniejszymi?

Otwierajcie się i zamykajcie jak meduzy.



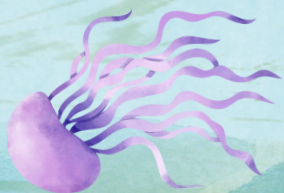
Trzy kształty, trzy ruchy

“...czasami wyglądają jak kuleczki, które toczą się i rolują, czasami jak kreseczki, linie, paski, a jeszcze czasami jak spiralki, ślimaczki, zakrętaski.”

Na kartkach narysujcie meduzy, które wyglądają jak kuleczki, linie i spiralki. Możecie użyć do każdego kształtu innego koloru.

Rozłóżcie rysunki w odległości od siebie. Razem z muzyką, która jest energiczna i skoczna poruszajcie się pomiędzy rysunkami. Kiedy muzyka stanie się wolna, zatrzymajcie się i zacznijcie przybierać kształt kuli, linii lub spirali zgodnie z rysunkiem obok którego stoicie.

Jak będzie tańczyć kula, linia i spirala?



Cale morze tańczy. Opowiadania o morzu, ruchu i uważności to seria pięciu opowiadań poświęconych morzu. W skład serii wchodzi następujące opowiadania:

Opowiadanie I: Morze

Opowiadanie II: Meduzy

Opowiadanie III: Mewa

Opowiadanie IV: Morszczyn

Opowiadanie V: Muszelki

Opowiadania przygotowane są i napisane przez autorkę. Jeśli ktoś chciałby wesprzeć pisanie i wydawanie opowiadań, można to zrobić na www.zrzutka.pl/se2gtk



Morze tak może? Oczywiście, że może!