



Наталія СТЕФІНІН,
викладачка польської мови Івано-Франківського фахового коледжу
технологій та бізнесу

Poznaj Polskę

Razem: Polska, to bardzo ciekawy kraj!

Prowadzący 1: Biel i czerwień to polskie barwy narodowe.

Przewodnik 2:

*Biały Orzeł na niebie czerwonym
I biało-czerwona flaga...
Wpatrzeni są w nie Polacy,
Od Lecha, z dziada pradziada...*

Przewodnik 1: Biel, bo takiego koloru był orzeł, którego ujrzał legendarny protoplasta Polaków- Lech, w miejscu, w którym powstała później pierwsza stolica Polski – Gniezno.

Przewodnik 2: Biel, to również kolor wolności, a tę umiłowaliśmy szczególnie!

Przewodnik 1: Czerwień, ponieważ ujrzał tego orła na tle słońca zachodzącego na czerwono.

Przewodnik 2: Czerwień, to również kolor krwi przelanej w walce o wolność.

Przewodnik 1: Nazwa zaś „Polska” pochodzi od plemienia Polan, które stworzyło pierwsze państwo na ziemiach dzisiejszej Polski.

Przewodnik 2: Polanie mieszkali wśród pól, na nizinach.

Promocja Polski

Razem: Polska, to bardzo ciekawy kraj!

Przewodnik 1: Hymn narodowy to „Mazurek Dąbrowskiego”.

Przewodnik 2: I większość Polaków zapytanych o to, kto jest jego autorem odpowiada: (tutaj razem) Dąbrowski.

Nie pytajcie tylko który: Jarosław, czy Jan Henryk?

Przewodnik 1: Tak naprawdę autorem hymnu narodowego jest Józef Wybicki.

Przewodnik 2: Szkoda tylko, że nie każdy o tym pamięta.

Przewodnik 1: Podobnie jest ze zwrotkami hymnu.

Przewodnik 2: Większość zna tylko jedną – tę pierwszą.

Przewodnik 1: Podobnie jest ze znajomością wielu innych piosenek i pieśni!

Przewodnik 2: Często umiemy dobrze tylko pierwsze zwrotki.

Przewodnik 1: Jedną pieśń znamy doskonale...: „Sto lat, sto lat...”

Przewodnik 2: Pewnie dlatego, że jest bardzo krótka.

Przewodnik 1: I śpiewana jest bardzo często, przy wielu różnych okazjach.

„Pieśń Legionów Polskich we Włoszech” to oryginalny tytuł polskiego hymnu państwowego. Jego twórcą jest Józef Wybicki. Był on przyjacielem generała Dąbrowskiego. Utwór został napisany pod wpływem wzruszenia jakie opanowało Wybickiego na widok polskich legionistów, ich mundurów, orłów, sztandarów.

W lipcu 1797 we Włoszech, w miejscowości Reggio, gdzie miała miejsce parada wojskowa, po raz pierwszy zaśpiewano „Mazurek Dąbrowskiego”. Pieśń ta szybko zyskała popularność i przyjęła się wśród legionistów. Już w czasach Księstwa Warszawskiego „Mazurek Dąbrowskiego” uznawany był za polską pieśń narodową. W latach 1918 - 1927 Polska nie posiadała hymnu narodowego, który byłby oficjalnie uznany. „Bogurodzica”, „Rota” czy „Mazurek Dąbrowskiego” były wówczas śpiewane na przemian jako hymny narodowe w ważnych momentach historycznych. Rozstrzygnięcie nastąpiło 26 lutego 1927 roku. Wówczas to „Mazurek Dąbrowskiego” został oficjalnie ogłoszony hymnem Polski.

Brzmi Hymn Polski (początek)

Razem: Polska, to bardzo ciekawy kraj!

Przewodnik 1: Mamy wiele pięknych miast oraz interesujących atrakcji turystycznych do zwiedzenia: góry, morze, parki krajobrazowe, ogrody botaniczne, muzea.

Przewodnik 2: Czy wiesz, jakie miasto jest najbardziej popularne w Polsce? **Przewodnik 1:** - Myślę, że to stolica Polski – Warszawa.

Przewodnik 2: Masz rację, że to stolica, tylko była stolica – Kraków.

Przewodnik 1: Pierwsze miejsce wśród miejsc najchętniej odwiedzanych przez turystów polskich i zagranicznych zajmuje Stare Miasto Krakowa.

Przewodnik 2: To nic dziwnego, ponieważ w tym niezwykłym mieście jest wiele zabytków o światowej sławie.

KRAKÓW

Kraków to nie tylko zabytki będące świadectwem historii, ale również bogate życie artystyczne, magiczna atmosfera, szum Wisły, kwaciarki, gołębie, dzięki czemu mieszkańcy i turyści mają możliwość przeżywać piękne chwile w kontakcie ze sztuką, muzyką i przyrodą. Mogą przystanąć na chwilę, popatrzeć, zachwycić się, podumać...

Do Krakowa dojechać nietrudno - zawsze miał korzystne położenie, gdyż leżał na przecięciu ważnych szlaków handlowych, na styku kultur i wpływów politycznych, a dziś uznawany jest za wymarzony i ważny cel wyjazdów turystycznych.

Kraków jest stolicą Małopolski - regionu z licznymi miejscowościami uzdrowiskowymi, rekreacyjnymi. Zarówno w lecie, jak w zimie odwiedzić w mieście łatwo połączyć z aktywnym wypoczynkiem w górach.



Naturalnym centrum Krakowa jest Rynek Główny — scena wielu ważnych wydarzeń, miejsce spotkań, imprez kulturalno-rozrywkowych i spacerów. Krakowianie umawiają się często "pod Adasem", czyli pod pomnikiem Adama Mickiewicza. Rynek tętnił życiem już w początkach istnienia miasta. Był miejscem handlu. Uwagę przykuwają Sukiennice ze wspaniałymi arkadami, tętniącymi życiem kolorowymi kramami i galerią malarstwa polskiego. Nieopodal stoją: Wieża Ratuszowa, Kościół Mariacki z ołtarzem Wita Stwosza, maleńki kościółek Świętego Wojciecha. Rynek był miejscem wielu wydarzeń historycznych, takich jak hołd pruski czy przysięga Tadeusza Kościuszki. Z rynkiem są związane legendy m.in. o hejnale krakowskim czy o gołębiach.

Stąd jest blisko do wszystkich atrakcji miasta. Spacerkiem można dojść do najstarszej polskiej uczelni Akademii Krakowskiej, do Bramy Floriańskiej, Barbakanu, zobaczyć fragmenty murów obronnych, a następnie odbyć podróż Plantami Krakowskimi lub dawnym traktem królewskim na Wzgórze Wawelskie.

Tam na wzniesieniu nad Wisłą wznosi się Zamek Królewski z przepięknym dziedzińcem arkadowym, katedrą z grobami królów i książąt polskich oraz dzwonem Zygmunta, który bije przy okazji ważnych wydarzeń dla miasta i kraju.

Po zwiedzeniu komnat królewskich z arrasami, wystaw czy skarbcza można odwiedzić zięjącego ogniem smoka na Wisłą, bohatera legendy.

Każde z tych miejsc na swój sposób jest wyjątkowe. Żadne słowa nie są w stanie oddać całego piękna historycznego Krakowa, miasta, które łączy tradycję i nowoczesność.

Brzmi piosenka

Razem: Polska, to bardzo ciekawy kraj !

Przewodnik 2: Mamy wielu laureatów Nagrody Nobla w różnych dziedzinach.

Przewodnik 1: Możemy być dumni z ich osiągnięć.

Przewodnik 2: Nasze dzieje były burzliwe i często tragiczne. Był czas, kiedy Polski nie było na mapach Europy. Sukcesy i osiągnięcia laureatów przypominały światu, że Polska istnieje w sercach i umysłach Polaków.

Przewodnik 1: Otrzymanie Nagrody Nobla to zaszczytne wyróżnienie za zasługi w dziedzinie chemii, fizyki, literatury czy pokoju.

POLSCY LAUREACI NAGRODY NOBLA

W 1905 r. **Henryk Sienkiewicz** uhonorowany został literacką Nagrodą Nobla za „wybitne osiągnięcia w dziedzinie eposu” i – jak podkreślił jeden z jurorów – „rzadko spotykany geniusz, który wcielił w siebie ducha narodu”. W swoim odczycie noblowskim laureat powiedział, że choć Polska uważana jest za martwą i pogrzebaną, to przyznana nagroda jest świadectwem siły przetrwania i woli istnienia oraz dążenia do zwycięstwa narodu.



Maria Curie-Skłodowska – ta wyjątkowa kobieta i wybitna uczona dwukrotnie została uhonorowana Nagrodą Nobla: w 1903 roku w dziedzinie fizyki wraz z mężem Piotrem Curie oraz Becquerelem za prace nad promieniotwórczością oraz w 1911 roku za wkład w rozwój chemii dzięki odkryciu polonu i radu oraz za zbadanie metalicznego radu i jego związków chemicznych.

W 1903 roku Uniwersytet Paryski nadał Marii Skłodowskiej-Curie tytuł doktora nauk fizycznych.

W 1924 r. **Władysław Stanisław Reymont** wyróżniony został literacką Nagrodą Nobla za wybitny epos narodowy, powieść „Chłopi” ukazującej życie wsi, problemy jej mieszkańców, przyrodę i obrzędy w czasie czterech pór roku.

Z powodu ciężkiej choroby laureat nie mógł przybyć na uroczystość wręczenia nagrody. Zmarł w roku następnym w wieku 58 lat.

W 1980 r. **Czesław Miłosz** otrzymał Nagrodę Nobla za całokształt literackiej twórczości, za wnikliwość w ujawnianiu zagrożenia człowieka w świecie pełnym gwałtownych konfliktów.

W 1983 roku Pokojową Nagrodę Nobla otrzymał **Lech Wałęsa**, lider podziemnej „Solidarności” za działalność na rzecz wolności. Odebrała ją jego żona Danuta Wałęsa 10 grudnia 1983 roku w Oslo, gdyż osobisty odbiór Nagrody uniemożliwiły władze PRL odmawiając Wałęsie wydania paszportu.

Wisława Szymborska otrzymała Nagrodę Nobla w 1996 r. za „poezję, która z ironiczną precyzją pozwala historycznemu i biologicznemu kontekstowi ukazać się we fragmentach ludzkiej rzeczywistości”.

Nic dwa razy

*Nic dwa razy się nie zdarza
i nie zdarzy. Z tej przyczyny
zrodziliśmy się bez wprawy
i pomrzemy bez rutyny.*

*Choćbyśmy uczniami byli
najlepszymi w szkole świata,
nie będziemy repetować
żadnej zimy ani lata.*

*Żaden dzień się nie powtórzy,
nie ma dwóch podobnych nocy,
dwóch tych samych pocałunków,
dwóch jednakich spojrzeń w oczy.*

*Wczoraj, kiedy twoje imię
ktoś wymówił przy mnie głośno,
tak mi było, jakby róża
przez otwarte wpadła okno.*

*Dziś, kiedy jesteśmy razem,
odwróciłam twarz ku ścianie.
Róża? Jak wygląda róża?
Czy to kwiat? A może kamień?*

*Czemu ty się, zła godzino,
z niepotrzebnym mieszasz lękiem?
Jesteś - a więc musisz minąć.
Miniesz - a więc to jest piękne.*

*Uśmiechnięci, współbójcy
spróbujemy szukać zgody,
choć różnymi się od siebie
jak dwie krople czystej wody.*

W 2019 roku Literacką Nagrodę Nobla otrzymała Olga Tokarczuk.

Razem: Polska, to bardzo ciekawy kraj !

Przewodnik 2: Wiktorio, czy lubisz chodzić do kina? A może wolisz oglądać seriale w domu?

Przewodnik 1: Wiesz, Tarasie, bardzo lubię chodzić do kina, szczególnie na polskie filmy.

Przewodnik 2: Na pewno wybierasz filmy o miłości.

Przewodnik 1: A ty pewnie kryminały i fantastykę?

Przewodnik 2: Owszem lubię fantastykę, kryminały i filmy sensacyjne, ale z przyjemnością oglądam także filmy historyczne, przygodowe i obyczajowe.

Przewodnik 1: W polskim kinie są te wszystkie rodzaje filmu.

Przewodnik 2: Mamy wybitnych reżyserów, scenarzystów, aktorów, którzy promują Polskę i polskie kino na całym świecie.

Przewodnik 1: I na prestiżowych festiwalach filmowych, m.in. w Stanach Zjednoczonych, w Cannes, w Wenecji, Toronto, Berlinie.

Polska kinematografia może poszczycić się wieloma wybitnymi reżyserami o światowej sławie, których filmy nominowane były do Oscara. Za czołowego przedstawiciela kina polskiego należy z pewnością uznać **Andrzeja Wajdę**, którego uważa się za jednego z twórców polskiej szkoły filmowej. Jego twórczość artystyczna odznacza się ogromną różnorodnością i ma charakter kina autorskiego. Reżyser znany jest przede wszystkim z licznych adaptacji polskich dzieł literackich, takich jak na przykład „Ziemia obiecana”, „Popiół i diament”, „Panny z Wilka” czy „Wesele”. Dwukrotnie



był nominowany do prestiżowej Nagrody Amerykańskiej Akademii Filmowej. Wajda stworzył również wiele filmów o tematyce współczesnej i historycznej, dwukrotnie był nominowany do Oscara – w 1981 za film „Człowiek z żelaza” i w 2001 r. za „Katyń”. Twórca jest laureatem honorowego Oscara, którego przyznano mu w 2000 roku za całokształt twórczości. Andrzej Wajda jest nie tylko wybitnym reżyserem, ale również scenarzystą.

Innym wspaniałym reżyserem i aktorem jest **Roman Polański**, którego film „Pianista” zdobył w 2003 roku aż 3 Oscary, w tym za reżyserię. Wcześniej, w 1963 roku reżyser był nominowany do Oscara za „Nóż w wodzie”. Kilka lat później, w 1974 Polański nakręcił „Chinatown” z Jackiem Nicholsonem w roli głównej, który otrzymał 11 nominacji do Oscara (1 przyznany za scenariusz) oraz 7 do Złotego Globu (4 zdobyte, w tym za reżyserię). Film uznawany jest za jedno z największych dzieł w historii kina. W 1979 reżyser nakręcił „Tess”, który otrzymał 3 Oscary. W 2010 roku Polański wyreżyserował film „Autor widmo”, za który otrzymał 6 nagród Europejskiej Akademii Filmowej, w tym za najlepszy film, reżyserię oraz scenariusz. Film zdobył również srebro na Międzynarodowym Festiwalu Filmowym w Berlinie. Warto również wspomnieć, że podczas 36. Festiwalu Polskich Filmów Fabularnych w Gdyni Roman Polański został uhonorowany nagrodą „Platynowe Lwy” za całokształt twórczości.

Z kolei **Jerzy Hoffman** zasłynął w polskiej kinematografii jako reżyser sienkiewiczowskiej trylogii. W 1974 roku nakręcony przez niego „Potop” również został nominowany do Oscara. Do najbardziej rozpoznawalnych filmów reżysera należy również „Znachor” z 1982 roku. Hoffman był wielokrotnie honorowany licznymi nagrodami oraz odznaczeniami, a jego filmy nagradzano i wyróżniano podczas polskich i międzynarodowych festiwalu filmowych.

Jerzy Kawalerowicz również należy do grona wybitnych polskich reżyserów oraz scenarzystów filmowych. Stworzył szereg filmów, które zyskały światowy rozgłos. Podobnie jak Wajdę, uważa się go za jednego z twórców polskiej szkoły filmowej.

Do przedstawicieli nurtu zwanego polską szkołą filmową wpisuje się także **Andrzej Munk**.

W okresie rozkwitu polskiej szkoły filmowej tworzy **Wojciech Jerzy Has**, często nazywany wizjonerem polskiego kina.

Szczególne miejsce wśród polskich reżyserów zajmuje **Stanisław Bareja**, którego w 2008 roku ogłoszono najlepszym

позакласне розмаїття (rozmaitość pozalekcyjna)

reżyserem komediowym stulecia na gali Złotych Kaczek – prestiżowej, najstarszej nagrody filmowej przyznawanej przez miesięcznik „Film”.

Fragment filmu

Razem: Polska, to bardzo ciekawy kraj!

Przewodnik 1: Mamy już wiedzę o symbolach Polski, najpiękniejszych miastach, wybitnych Polakach, a teraz porozmawiamy o polskich tańcach.

Przewodnik 2: Polacy to bardzo weseli i towarzyscy ludzie. Lubią bawić się i tańczyć. Pielęgnują stare tańce.

Przewodnik 1: Taniec daje energię, siłę, szczęście. Polacy mają wiele tańców narodowych.

Polskie tańce narodowe – tańce wywodzące się z tańców ludowych z terenów całej Polski. Jest pięć tańców o charakterze narodowym.

Każdemu Polakowi taniec narodowy kojarzy się przede wszystkim z polonezem dostojnie wykonywanym przez tancerzy w pięknych strojach historycznych. Zawiera w sobie dumną przeszłość naszego narodu.

Polonez pierwotnie był nazywany chodzonem. Jest polskim tańcem dworskim, choć jego korzenie tkwią w muzyce ludowej. Cechy: dostojny, raczej powolny, akcent na raz, tempo umiarkowane i jednostajne.

Krakowiak to żywiołowy, polski taniec ludowy utożsamiany z Krakowem, zaliczany do polskich tańców narodowych. Nazwa tańca pochodzi z XVIII wieku i odnosi się do grupy tańców posiadających własne lokalne nazwy: mijany, dreptany, ścigany, przebiegany.

Mazur pochodzi z Mazowsza. Cechuje go szybkie tempo, akcentowane podskoki. Jest żywy, „siarczysty”, ma dużo rytmów punktowanych, akcenty często na słabych częściach taktów.

Oberok jest zwany też obertasem, to najszybszy z tańców narodowych. Cechy oberka: dynamizm, w drobnych wartościach rytmicznych, wesoły, żywy. Akcenty podobne jak w mazurze.

Kujawiak. Pochodzi z Kujaw. Najwolniejszy z tańców narodowych, inaczej zwany kolebanym. Ma melodię utrzymaną najczęściej w tonacji molowej.

Razem: Polska, to bardzo ciekawy kraj!

Przewodnik 1: Cieszę się, że dowiedzieliśmy się tak dużo o Polsce. Muszę powiedzieć, że okrutnie zgłodniałem. Zróbmy sobie krótką przerwę.

Przewodnik 2: A możesz zjesz marchewkę lub jabłko.

Przewodnik 1: Wiktorio, to dziewczyny jedzą tylko warzywa i owoce.

My, chłopcy, lubimy mięso, a nie zupę z brokułów.

Przewodnik 2: Cóż... W takim razie musisz pójść do polskiej restauracji.

Kuchnia

Na ukształtowanie się tradycyjnych polskich potraw miały wpływ nie tylko różne regiony geograficzne, ale przede wszystkim przemiany historyczne, ponieważ na przestrzeni dziejów zmieniały się granice Rzeczypospolitej Polskiej, a jej tereny zamieszkiwały rozmaite narody.

Najpopularniejsze polskie potrawy to m.in.: pierogi, kasza, kluski, gołąbki, kotlet schabowy, kotlet mielony, bigos, galareta mięsna, golonka, zupy (żurek, kapuśniak, krupnik, barszcz czerwony, rosół, zupa pomidorowa, zupa ogórkowa, zupa grzybowa, zupa grochowa, chłodnik), potrawy z kapusty i ziemniaków, pieczywo (chleb żytni, pszenny), ciasta, warzywa, owoce (jabłka, gruszki, rozmaite jagody, porzeczki), ser biały, jak i wszelkiego rodzaju mięsa (głównie wieprzowina, drób i wołowina) rozmaicie przygotowane oraz w mniejszym stopniu ryby morskie i słodkowodne. Specyficznym polskim deserem są faworki, popularne są też inne wypieki, w tym babka,



makowiec, sernik, pierniki czy pączki.

Do bardzo specyficznych potraw i napojów należą flaczki, ogórki kiszzone, kapusta kiszona, zsiadłe mleko, maślanka, kefir.

Wśród napojów alkoholowych wódka ze zbóż i ziemniaków wywarła rozpowszechniony niegdyś miód pitny. Piwo, w Polsce chmielowe, jest napojem tradycyjnym i pospolitym, a wino pije się rzadziej.

Popularnym napojem jest herbata pita często z dodatkiem plasterka cytryny i słodzona cukrem.

Brzmi piosenka

Razem: Polska, to bardzo ciekawy kraj!

Przewodnik 1: Można tak długo mówić o naszym kraju...

Przewodnik 2: Ale mamy zbyt mało czasu, by powiedzieć wszystko o naszej kochanej Polsce, o jej przeszłości i o tym co dzieje się teraz.

Przewodnik 1: A więc, kto nie zna jeszcze Polski i Polaków, ten musi koniecznie tutaj przyjechać. Zapewniamy, że na pewno nie pożałuje.

Przewodnik 2: W Polsce mamy wszystko: góry, lasy, rzeki, jeziora i morze.

Przewodnik 1: Jest więc co zwiedzać i odpoczywać. Nikt nie będzie się nudzić!

Przewodnik 2: A i tłoku nie ma wielkiego.

Przewodnik 1: Oj tak ..., bo wielu Polaków odpoczywa za granicą!

Razem: „Cudze chwalicie, swego nie znacie, sami nie wiecie, co posiadacie”.

Polska, to bardzo ciekawy kraj!!!