

KODEKS PRZYJACIELA OCEANU

MAŁE CZYNY – WIELKA ZMIANA! ♥

1

NIE ŚMIĘCĘ!

Nie zostawiam śmieci na plaży
i w wodzie.



2

SZANUJĘ PRZYRODĘ!

Nie płoszę zwierząt, nie zbieram
muszelek i roślin.



3

OSZCZĘDZAM WODĘ!

Krótszy prysznic i zakręcony kran
to więcej wody dla oceanu.



4

OGRANICZAM PLASTIK!

Używam wielorazowych butelek,
toreb i pojemników.



5

POMAGAM INNYM!

Opowiadam o tym, jak dbać o oceany
i zachęcam innych do działania.





DLACZEGO OCEANY SĄ WAŻNE?



O₂

PRODUKUJĄ PONAD POŁOWĘ TLENU NA ZIEMI

Fitoplankton w oceanach wytwarza tlen, którym oddychamy.



REGULUJĄ KLIMAT

Oceany pochłaniają ciepło i dwutlenek węgla, wpływając na pogodę i klimat na całej Ziemi.



SĄ DOMEM DLA MILIONÓW GATUNKÓW

Oceany to ogromny dom dla roślin i zwierząt – od najmniejszych rybek po największe wieloryby.



DOSTARCZAJĄ POŻYWIENIE LUDZIOM

Oceany są źródłem pożywienia dla miliardów ludzi na całym świecie.



CZY WIESZ, ŻE...?



OCEANY POKRYWAJĄ
OKOŁO **71%**
POWIERZCHNI ZIEMI.



W OCEANACH ŻYJE PONAD
230 000
ZNANYCH GATUNKÓW,
a wiele z nich wciąż czeka na odkrycie!



NAJGŁĘBSZYM MIEJSCEM
OCEANU JEST
RÓW MARIAŃSKI.

Jego głębokość sięga ponad 11 km!



NAJWIĘKSZYM ZWIERZĘCIEM
NA ŚWIECIE JEST
PŁETWAŁ BŁĘKITNY.

Może osiągać długość nawet 30 metrów
i ważyć ponad 170 ton!



GLONY I FITOPLANKTON W OCEANACH
PRODUKUJĄ PONAD **POŁOWĘ TLENU**,
KTÓRYM ODDYCHAMY NA ZIEMI.

Oceany to płuca naszej planety!

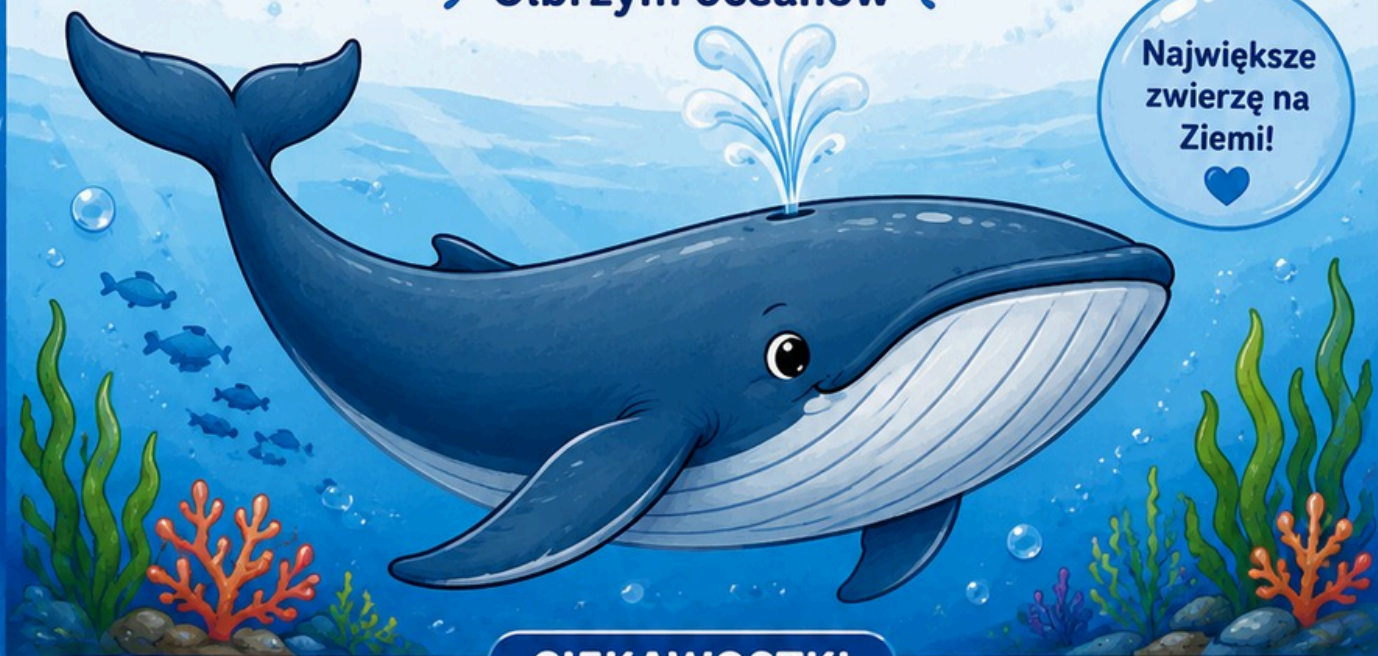


MIESZKANIEC OCEANU

WIELORYB

Olbrzym oceanów

Największe
zwierzę na
Ziemi!



CIEKAWOSTKI



Długość:

Może osiągać nawet 25–30 metrów, co odpowiada długości 2 piętrowych autobusów!



Waga:

Może ważyć ponad 150 ton – tyle co około 25 słoń!



Oddycha powietrzem:

Wieloryb musi wynurzać się na powierzchnię, aby zaczerpnąć powietrza przez otwór oddechowy (tzw. nozdrza).



Fontanna wody:

Podczas wynurzania wydycha powietrze, które unosi się w górę w postaci wysokiej fontanny – nawet do 10 metrów!



Co je?

Wieloryby żywią się głównie krylem, małymi rybami i planktonem.



Komunikacja:

Wieloryby porozumiewają się za pomocą dźwięków – ich pieśni mogą być słyszane na odległość wielu kilometrów!

CZY WIESZ, ŻE...

- ★ Wieloryby istnieją na Ziemi od ponad 50 milionów lat!
- ★ Ich serce jest wielkości małego samochodu!
- ★ Wieloryby potrafią nurkować na głębokość nawet 2000 metrów!
- ★ Nie wszystkie wieloryby są takie same – istnieje około 90 różnych gatunków!



DBAJMY O OCEANY, BY WIELORYBY
MOGŁY PŁYWAĆ W NICH BEZPIECZNIE!



MIESZKANIEC OCEANU

ŻÓŁW MORSKI

♥ Podróżnik oceanów ♥

Żółwie morskie żyją na Ziemi od ponad 100 milionów lat!



CIEKAWOSTKI



CO JE?

Większość żółwi morskich jest roślinożerna (jedzą trawy morskie i glony), ale niektóre są wszystkożerne i żywią się także meduzami, gąbkami czy małżami.



ODDYCHA

Żółwie morskie muszą wynurzać się na powierzchnię wody, aby zaczerpnąć powietrza, ponieważ oddychają płucami.



PODRÓŻNICY OCEANÓW

Pokonują tysiące kilometrów podczas swoich wędrówek między miejscami żerowania a plażami, na których się wykluły.



WYGRZEWA SIĘ NA SŁOŃCU

Żółwie morskie często wypływają na powierzchnię, aby ogrzać się w promieniach słońca.



NIESAMOWITY POWRÓT

Samice wracają na tę samą plażę, na której się wykluły, aby złożyć jaja. Potrafią zapamiętać miejsce po wielu latach!



ZAGROŻENIA

Największym zagrożeniem dla żółwi są zanieczyszczenia oceanów, plastik, utrata siedlisk oraz przypadkowe połowy w sieciach rybackich.

CZY WIESZ, ŻE...

- ★ Na świecie żyje 7 gatunków żółwi morskich.
- ★ Żółwie morskie mogą wstrzymać oddech nawet na 4–7 godzin!
- ★ Samice mogą złożyć od 80 do nawet 200 jaj w jednym gnieździe.
- ★ Małe żółwiki, po wykluciu, same kierują się do oceanu, podążając za światłem księżyca odbijającym się od wody.



♥ DBAJMY O OCEANY, ABY ŻÓŁWIE MORSKIE MOGLY ŻYĆ W NICH BEZPIECZNIE! ♥

MIESZKANIEC OCEANU

MEDUZA

♥ TAJEMNICZA PIĘKNOŚĆ OCEANÓW ♥

Meduzy
istnieją na Ziemi
od ponad
500 milionów
lat!



CO TO JEST MEDUZA?

Meduza to parzydełkowiec. Ma miękkie, galaretowate ciało w kształcie dzwona i długie czułki z komórkami parzydełkowymi, które służą do obrony i polowania.



CIEKAWOSTKI



Meduzy nie mają mózgu, serca ani kości, ale świetnie radzą sobie w oceanach!



Ich ciało w 95% składa się z wody!



Niektóre meduzy świecą w ciemności! To zjawisko nazywa się bioluminescencją.



Meduzy pomagają utrzymać równowagę w oceanach – są pokarmem dla wielu zwierząt.

WYGLĄD I BUDOWA

DZWON

Umożliwia poruszanie się przez kurczenie.

RAMIONA GĘBOWE

Służą do chwytania pokarmu.

CZUŁKI PARZYDEŁKOWE

Zawierają komórki parzydełkowe, które unieruchamiają ofiarę.



OTWÓR GĘBOWY

Znajduje się pod dzwonem, prowadzi do jamy pokarmowej.

JAMA POKARMOWA

Trawienie odbywa się w jednej komorze.

GDZIE MIESZKA?

Meduzy żyją we wszystkich oceanach – od ciepłych wód tropikalnych po zimne rejony polarne. Można je spotkać blisko powierzchni wody, ale też w głębinach oceanu.



CZY WIESZ, ŻE...



Niektóre meduzy żyją tylko kilka tygodni, ale są niezwykle liczne.



Najdłuższe macki meduzy mogą mieć nawet ponad 30 metrów!



Żółwie morskie i niektóre ryby jedzą meduzy bez szkody!



Nie wszystkie meduzy parzą człowieka – wiele z nich jest całkowicie niegroźnych.



Meduzy pomagają naukowcom w badaniach dotyczących zdrowia człowieka!



DBAJMY O OCEANY,

ABY MEDUZY I INNE ZWIERZĘTA MOGŁY W NICH BEZPIECZNIE ŻYĆ!

MIESZKANIEC OCEANU

BŁAZENEK

Błazenki są bohaterami filmu „Gdzie jest Nemo?”



♥ MAŁA RYBKĄ O WIELKIEJ OSOBOWOŚCI! ♥

CIEKAWOSTKI



Błazenki są odporne na parzące komórki ukwiału, wśród których znajdują schronienie.



Urodzą się jako samce, ale największa ryba w grupie może zmienić płeć i zostać samicą!



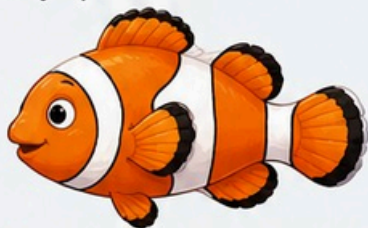
Ich jasne kolory ostrzegają drapieżniki – są małe, ale potrafią się bronić!



Błazenki i ukwiały tworzą wyjątkową przyjaźń – obie strony na tym korzystają!

CO TO JEST BŁAZENEK?

Błazenek to mała ryba morska należąca do rodziny garbikowatych. Jest łatwy do rozpoznania dzięki swoim jaskrawym, pomarańczowo-białym paskom.



Długość: 6–11 cm

GDZIE MIESZKA?

Błazenki żyją w ciepłych wodach Indo-Pacyfiku, głównie w pobliżu raf koralowych.

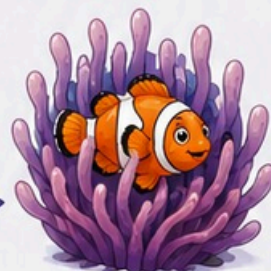


Można je spotkać m.in.:
w Australii, Indonezji, Papui-Nowej Gwinei, Filipinach i na Wielkiej Rafie Koralowej.

PO CO MU UKWIAŁ?

Ukwiał chroni błazenka przed drapieżnikami swoimi parzącymi mackami, a w zamian błazenek oczyszcza ukwiał z resztek jedzenia i broni go przed innymi rybami.

Błazenek mieszka wśród macek



Ukwiał daje mu schronienie

CZY WIESZ, ŻE...



Błazenki unikają drapieżników, chowając się wśród macek ukwiału.



W jednej grupie błazentów żyje zwykle samica i kilka samców.



Małe błazenki wykluwają się z jaj i przez kilka dni dryfują z prądami morskimi.



Błazenki są ważną częścią rafa koralowej – pomagają utrzymać równowagę w ekosystemie.



Błazenek potrafi zapamiętać drogę do swojego ukwiału!

♥ CHROŃMY RAFY KORALOWE,
ABY BŁAZENKI MOĞY ŻYĆ BEZPIECZNIE! ♥

MIESZKANIEC OCEANU

DELFIN

Delfiny istnieją na Ziemi od ponad 20 milionów lat!



♥ INTELIGENTNY, PRZYJAZNY, NIESAMOWITY! ♥

CIEKAWOSTKI



Delfiny oddychają powietrzem – wynurzają się, by zaczerpnąć tchu przez otwór na czubku głowy (tzw. otwór oddechowy).



Są bardzo inteligentne – potrafią uczyć się, bawić, rozwiązywać problemy i współpracować.



Porozumiewają się za pomocą dźwięków – kliknięć, gwizdów i „pisków”.



Żyją w grupach zwanych stadami. Pomagają sobie i wspólnie opiekują się młodymi.



Delfiny są bardzo zabawne – często skaczą ponad powierzchnię wody i płyną tuż obok łodzi!

CO TO JEST DELFIN?

Delfiny to ssaki morskie należące do rzędu waleni. Oddychają powietrzem, rodzą żywe młode i karmią je mlekiem mamy.



To nie ryby!

GDZIE MIESZKA?

Delfiny żyją w morzach i oceanach na całym świecie – zarówno w ciepłych, jak i chłodniejszych wodach.



Można je spotkać m.in.: w Atlantyku, Spokojnym Oceanie, Morzu Śródziemnym, Morzu Bałtyckim i Morzu Czerwonym.

CO JEDZĄ?

Delfiny są mięsożerne. Ich ulubione przysmaki to:

-  ryby
-  kałamarnice
-  krewetki
-  ośmiornice



NIESAMOWITE UMIEJĘTNOŚCI

- ★ Potrafią pływać nawet do 40 km/h!
- ★ Skaczą na wysokość do 6 metrów ponad powierzchnię wody.
- ★ Używają echolokacji – wysyłają dźwięki i dzięki echu „widzą” otoczenie, nawet w ciemności lub mętnej wodzie.
- ★ Mogą spać, mając tylko pół mózgu aktywne – drugie pół czuwa!
- ★ Niektóre delfiny surfują na falach, bawią się w wodzie i uwielbiają towarzystwo człowieka.



CZY WIESZ, ŻE...



Każdy delfin ma swój własny, unikalny „gwizd” – coś jak imię!



Małe delfinki rodzą się pod wodą i od razu uczą się pływać.



Delfiny ratują ludzi – zdarza się, że pomagają utonącym wrócić na powierzchnię.



Uwielbiają zabawę! Często bawią się piłką z wodorostów lub ścigają się na czas.



Delfiny mają świetną pamięć – pamiętają innych delfinów przez wiele lat!



OCEANY SĄ ICH DOMEM – CHROŃMY JE, ABY DELFINY MOGŁY W NICH ŻYĆ SZCZĘŚLIWIE!



OŚMIORNICA

INTELIGENTNA, CIEKAWA I NIEZWYKŁA!

Ośmiornice istnieją na Ziemi od ponad 300 milionów lat!



CIEKAWOSTKI



Ośmiornice są bardzo inteligentne – potrafią rozwiązywać problemy, pamiętać i uczyć się.



Potrafią przecisnąć się przez bardzo małe otwory – ich ciało nie ma szkieletu!



W razie zagrożenia wypuszczają chmurę tuszu, która pomaga im uciec.



Mają doskonały wzrok – ich oczy są bardzo podobne do ludzkich!



Każde ramię ośmiornicy ma własny „mózg” i potrafi działać prawie niezależnie!

CO TO JEST OŚMIORNICA?

Ośmiornica to głowonóg morski. Ma miękkie ciało, osiem ramion z przyssawkami i dziób ukryty pod ramionami. Nie ma kości, ale jest mistrzem kamuflażu!



GDZIE MIESZKA?

Ośmiornice żyją w oceanach na całym świecie – od płytkich wód przybrzeżnych po głębokie obszary morskie.



Można je spotkać m.in. w: Morzu Śródziemnym, Oceanie Spokojnym, Atlantycznym i Indyjskim.

NIEZWYKŁE UMIEJĘTNOŚCI

- ★ Potrafią zmieniać kolor i fakturę skóry, aby wtopić się w otoczenie.
- ★ Otwierają słoiki i butelki, aby zdobyć pożywienie.
- ★ Używają narzędzi – np. skorup orzechów kokosowych jako schronienia.
- ★ Poruszają się, wypuszczając strumień wody z syfonu – to ich sposób na „pływanie odrzutowe”!



BUDOWA OŚMIORNICY

Duża głowa z mózgiem

Syfon – służy do oddychania i poruszania się

Osiem ramion z przyssawkami, które pomagają chwycić i czuć



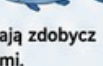
Oczy – bardzo podobne do ludzkich

Dziób – silny, jak u papugi

CO JEDZĄ?

Ośmiornice są mięsożerne. Ich przysmaki to:

- kraby
- krewetki
- małże
- ryby
- inne mięczaki



Polują z zasadzki i chwytają zdobycz swoimi ramionami.

CYKL ŻYCIA

Samica składa jaja i opiekuje się nimi aż do wyklucia. Często w tym czasie nie je, by chronić swoje młode.



Ośmiornice żyją przeciętnie od 1 do 3 lat – to stosunkowo krótko, ale intensywnie!



Ośmiornice mają trzy serca!



Krew ośmiornicy jest niebieska, bo zawiera miedź.



Ośmiornice śpią, ale tylko połowę mózgu na raz!



Potrafią zapamiętać drogę do labiryntu i go rozwiązać!



Przyssawki nie tylko przytrzymują – umieją też smakować i dotykać!

Czy wiesz, że niektóre ośmiornice świecą w ciemności? Nazywa się to bioluminescencją!



Rekiny istnieją na Ziemi od ponad 400 milionów lat!



REKIN

♥ NIEZŁY ŁOWCA, WAŻNY DLA OCEANU! ♥



CO TO JEST REKIN?

Rekiny to ryby chrzęstnoszkieletowe. Mają opływowe ciała, które pomagają im szybko pływać, oraz silne płetwy. W oceanie pełnią rolę „lekarzy” – zjadają chore i słabe zwierzęta, dzięki czemu morza są zdrowsze!



GDZIE MIESZKA?

Rekiny żyją we wszystkich oceanach – od ciepłych wód tropikalnych po zimne rejony polarne. Można je spotkać blisko brzegów, ale także w głębinach oceanu.



W oceanie spotkasz ponad 500 gatunków rekinów!

CO JEDZĄ?

Dieta rekinów zależy od gatunku. Niektóre jedzą ryby, inne foki, żółwie, a niektóre – plankton!



Rekiny białe mogą zjeść nawet 25–30 kg jedzenia podczas jednego posiłku!

CIEKAWOSTKI



Rekiny mają wiele rzędów zębów – gdy jeden wypadnie, na jego miejsce wysuwa się nowy!



Chcesz wiedzieć, jak rekin znajduje ofiarę? Wychwytuje zapachy krwi z odległości nawet kilku kilometrów!



Rekiny czują pole elektryczne otaczające inne zwierzęta – pomaga im to w polowaniu!



Większość rekinów nie stanowi zagrożenia dla ludzi. Ataki rekinów na człowieka są bardzo rzadkie!



Rekiny odgrywają ważną rolę w utrzymaniu równowagi w ekosystemie oceanów.

NIESAMOWITE UMIEJĘTNOŚCI

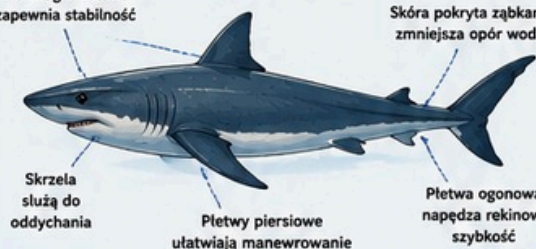
- ★ Świetnie pływają – niektóre gatunki osiągają prędkość ponad 40 km/h!
- ★ Mogą wyczuć jedną kroplę krwi w 100 litrach wody.
- ★ Niektóre rekiny potrafią wyskoczyć z wody nawet na kilka metrów!
- ★ Nie muszą stale pływać, aby oddychać – woda przepływa przez ich skrzela podczas ruchu.



BUDOWA REKINA

Płetwa grzbietowa zapewnia stabilność

Skóra pokryta ząbkami zmniejsza opór wody



CZY WIESZ, ŻE... REKINY SĄ RÓŻNE!



Rekin biały
(jedna z najbardziej znanych)
Długość: do 6 m



Rekin wielorybi
(największa ryba na świecie!)
Długość: do 18 m



Rekin młot
(ma szeroką głowę, która pomaga w polowaniu)
Długość: do 4,5 m



Rekin rafowy
(żyje w pobliżu raf koralowych)
Długość: do 2,5 m

CZY WIESZ, ŻE...



Rekin może mieć nawet 30 000 zębów w ciągu swojego życia!



Rekiny mają doskonały wzrok – widzą w słabym świetle!



Niektóre rekiny mogą żyć nawet ponad 70 lat!



Małe rekiny nazywane są szczeniętami. Różne gatunki rodzą jaja lub żywe młode.



Największym zagrożeniem dla rekinów jest człowiek – przez przełowienie i utratę ich naturalnego środowiska.



Chrońmy oceany, aby rekiny mogły w nich żyć przez kolejne miliony lat!

KONIK MORSKI

♥ MAŁA RYBKĄ O WIELKIM UROKU! ♥

Koniki morskie istnieją na Ziemi od ponad 40 milionów lat!



WYGLĄD

Konik morski ma wydłużone ciało pokryte kostnymi płytkami zamiast łusek. Pływa w pozycji pionowej dzięki małej płetwie grzbietowej i płetwom piersiowym.



CIEKAWOSTKI



To jeden z nielicznych gatunków zwierząt, u którego samiec zajmuje się potomstwem!

Samiec ma torbę lęgową, w której nosi jajeczka aż do ich wyklucia.



Potrafi zmieniać kolor!

Dzięki specjalnym komórkom może dopasować się do otoczenia i ukryć przed drapieżnikami.



Świetnie się kamufluje.

Często chwytą się trawy morskiej ogonem i porusza się bardzo powoli, żeby nie zwrócić na siebie uwagi.



Mały, ale łakomczuch!

Żywi się drobnymi skorupiakami i planktonem. Zjada nawet kilka tysięcy pokarmów dziennie!



Monogamiczne stworzenia.

Koniki morskie tworzą pary na całe życie i tańczą ze sobą każdego dnia!

GDZIE MIESZKA?

Koniki morskie żyją w ciepłych i umiarkowanych wodach oceanów na całym świecie.



Najczęściej spotyka się je w pobliżu raf koralowych, wśród traw morskich i glonów.

CO JE?

Koniki morskie nie mają zębów ani żołądka! Połykają pokarm w całości, a następnie jest on trawiony w ich prostym jelicie.



skorupiaci



plankton



larwy owadów

Używają swoich małych oczu, które mogą poruszać się niezależnie – każde w innym kierunku!



ROZMNAŻANIE

Samiec przyciąga samicę specjalnym tańcem, podczas którego zmieniają kolory i wykonują powolne ruchy.



Samica składa jajeczka do torby lęgowej samca. On je zaptadnia i nosi przez 2-4 tygodnie, aż małe koniki się wyklują!



SUPERMOCE KONIKA MORSKIEGO



NIE MA ŻOŁĄDKA
Dzięki temu może jeść prawie bez przerwy!



NIEZWYKŁY WZROK
Każde oko może patrzeć w inną stronę – jak u kameleona!



MISTRZ KAMUFLAŻU
Potrafi wyglądać jak roślina lub kawałek rafy!

CZY WIESZ, ŻE...

- ★ Najmniejszy konik morski (*Hippocampus japapigu*) ma tylko 1,6 cm długości!
- ★ Największy konik morski (*Hippocampus zoosterae*) może dorastać do 30 cm!
- ★ Nie potrafią pływać szybko – poruszają się powoli, dlatego łatwo je przeoczyć.



CHROŹMY OCEANY, ABY KONIKI MORSKIE I INNE MORSKIE STWORZENIA MOĞY W NICH ŻYĆ PRZEZ DŁUGIE LATA!



1

KARTA RUCHOWA



WIELORYB

PŁYŃ JAK WIELORYB!



Położ ręce przy ciele
i wykonaj

10

powolnych skłonów
na boki, jak wieloryb
płynący przez ocean.



2

KARTA RUCHOWA



ŻÓŁW MORSKI

SPACER ŻÓŁWIA



Przejdź bardzo
powoli przez salę.

15

kroków, niosąc na
plecach wyimaginowaną
skorupę.



3

KARTA RUCHOWA



MEDUZA



TANIEC MEDUZY



Poruszaj rękami
nad głową
jak falujące macki.

30

tańcz przez
30 sekund.



4

KARTA RUCHOWA



DELFIN

SKOKI DELFINA



Wykonaj
wysokie podskoki.

10

Wykonaj 10
wysokich podskoków.



5

KARTA RUCHOWA



OŚMIORNICA

OSIEM RAMION



Stań w rozkroku
i kręć rękami
w różnych kierunkach

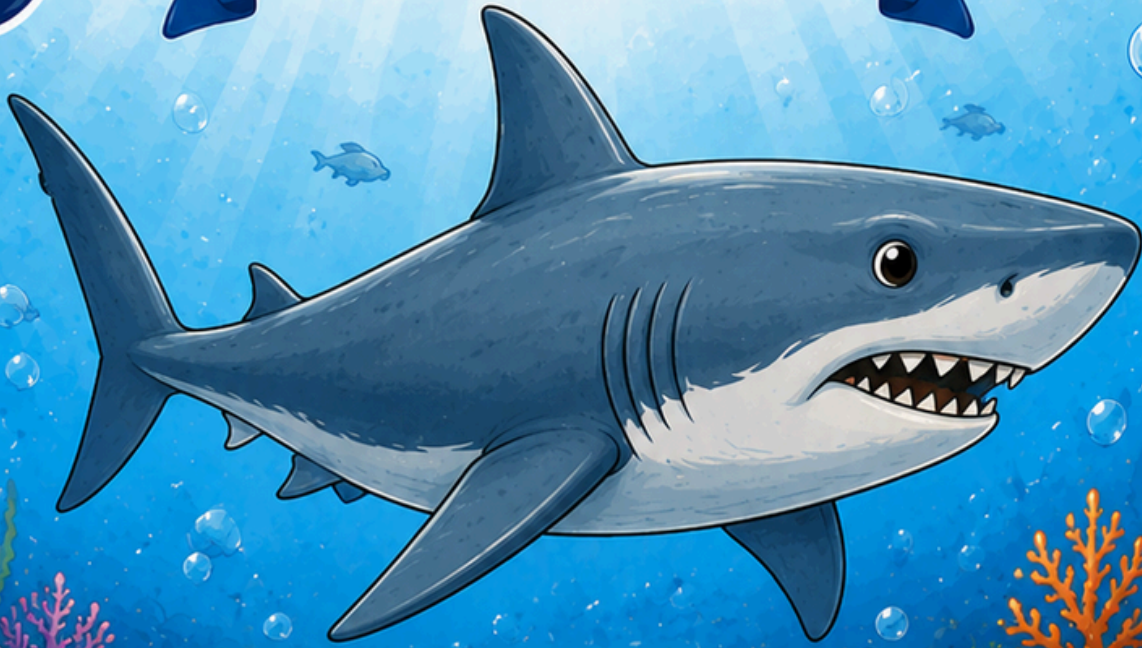
20

sekund.



6

KARTA RUCHOWA



REKIN

REKIN POLOWUJE



Przemieszczaj się
szybko po sali,
omijając przeszkody.

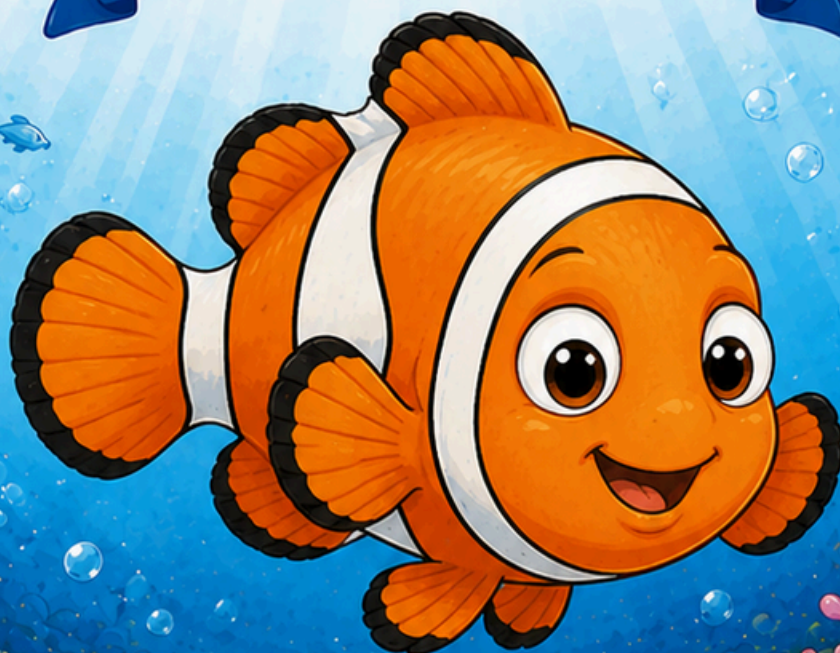
15

sekund
szybkiego ruchu!



7

KARTA RUCHOWA



BŁAZENEK



UKRYJ SIĘ W UKWIALE



Na hasło
„rekin!”
przykucnij
jak najszybciej.

1
HASŁO



8

KARTA RUCHOWA



KONIK MORSKI



PŁYWANIE PIONOWE



Stań na jednej
nodze jak konik
morski.

10

sekund, potem
zmień nogę.



9

KARTA RUCHOWA



ROZGWIAZDA



ROZGWIAZDA



Rozłóż ręce i nogi
szeroko.

Wykonaj 10 pajacyków.

10

PAJACYKÓW



10

KARTA RUCHOWA



ŻÓŁW

POWOLNE KROKI



Poruszaj się powoli
na czworakach,
jak żółw.

20

sekund.
Delektuj się
wolnym ruchem!

1

KARTA RUCHOWA

2

KARTA RUCHOWA



WIELORYB

PŁYŃ JAK WIELORYB!



Położ ręce przy ciele
i wykonaj

10

powolnych skłonów
na boki, jak wieloryb
płynący przez ocean.



Przejdź bardzo
powoli przez sałę.

15

kroków, niosąc na
plecach wyimaginowaną
skorupę.



ŻÓŁW MORSKI

SPACER ŻÓŁWIA



3

KARTA RUCHOWA



MEDUZA

TANIEC MEDUZY



Poruszaj rękami
nad głową
jak falujące macki.



30

tańcz przez
30 sekund.

4

KARTA RUCHOWA



DELFIN

SKOKI DELFINA



Wykonaj
wysokie podskoki.

10

Wykonaj 10
wysokich podskoków.

5

KARTA RUCHOWA



OŚMIORNICA

OSIEM RAMION



Stań w rozkroku
i kręć rękami
w różnych kierunkach

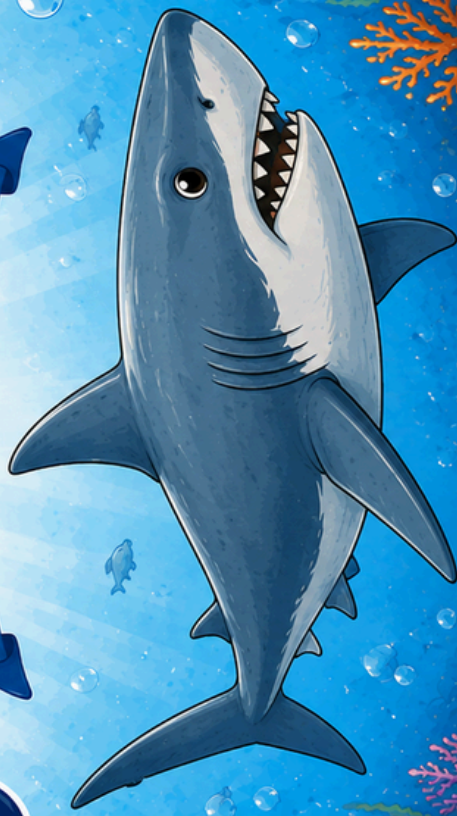


20

sekund.

6

KARTA RUCHOWA



REKIN

REKIN POLOWUJE



Przemieszczaj się
szybko po sali,
omijając przeszkody.

15

sekund
szybkiego ruchu!

7

KARTA RUCHOWA



BŁAZENEK

UKRYJ SIĘ W UKWIALE



Na hasło
„rekin!”
przykucnij
jak najszybciej.

1
HASŁO



8

KARTA RUCHOWA



KONIK MORSKI

PŁYWANIE PIONOWE



Stań na jednej
nodze jak konik
morski.

10

sekund, potem
zmień nogę.



9

KARTA RUCHOWA



ROZGWIAZDA

ROZGWIAZDA



Rozłóż ręce i nogi
szeroko.

Wykonaj 10 pajacyków.

10

PAJACYKÓW



ZÓŁW

POWOLNE KROKI

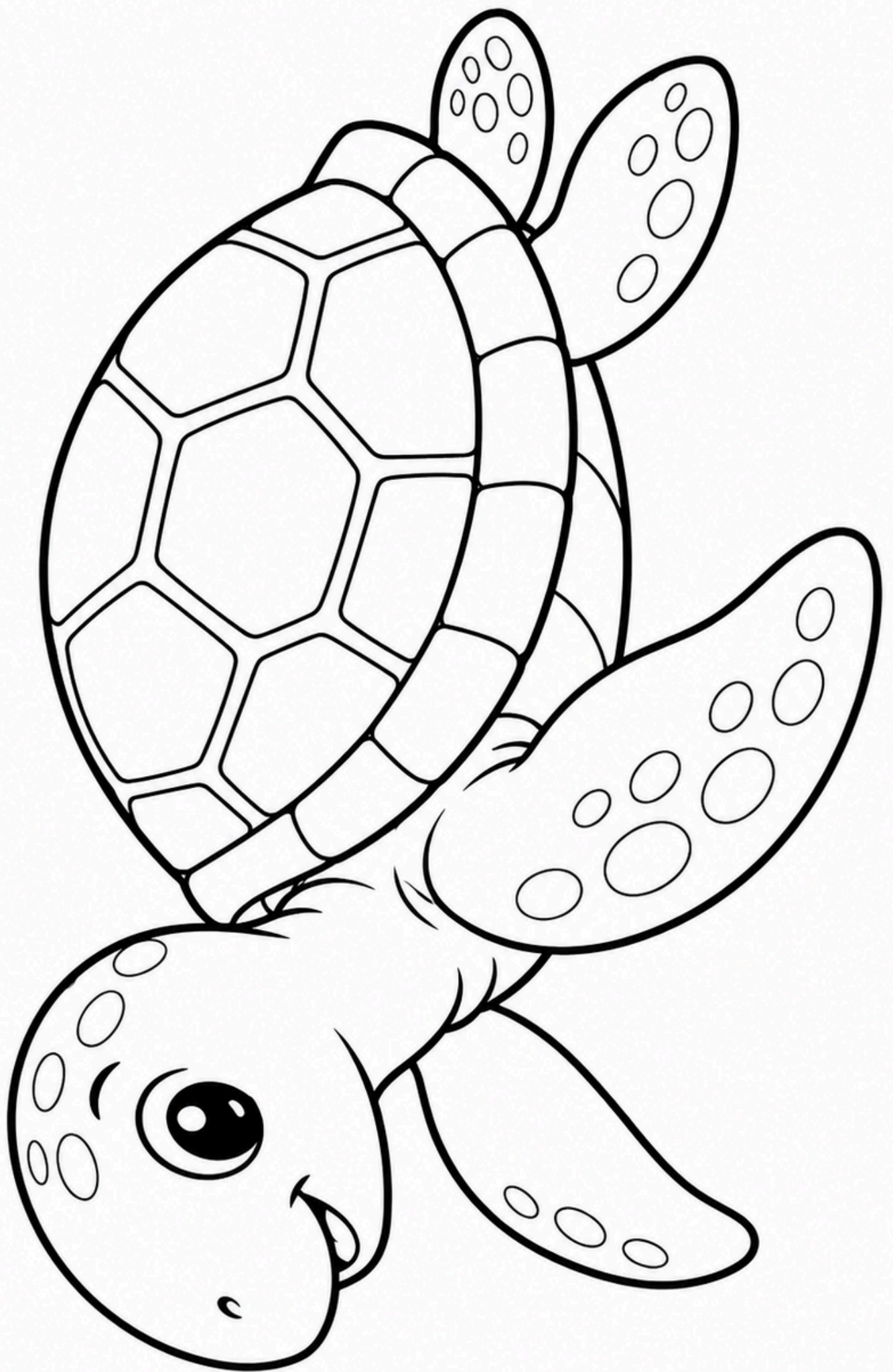


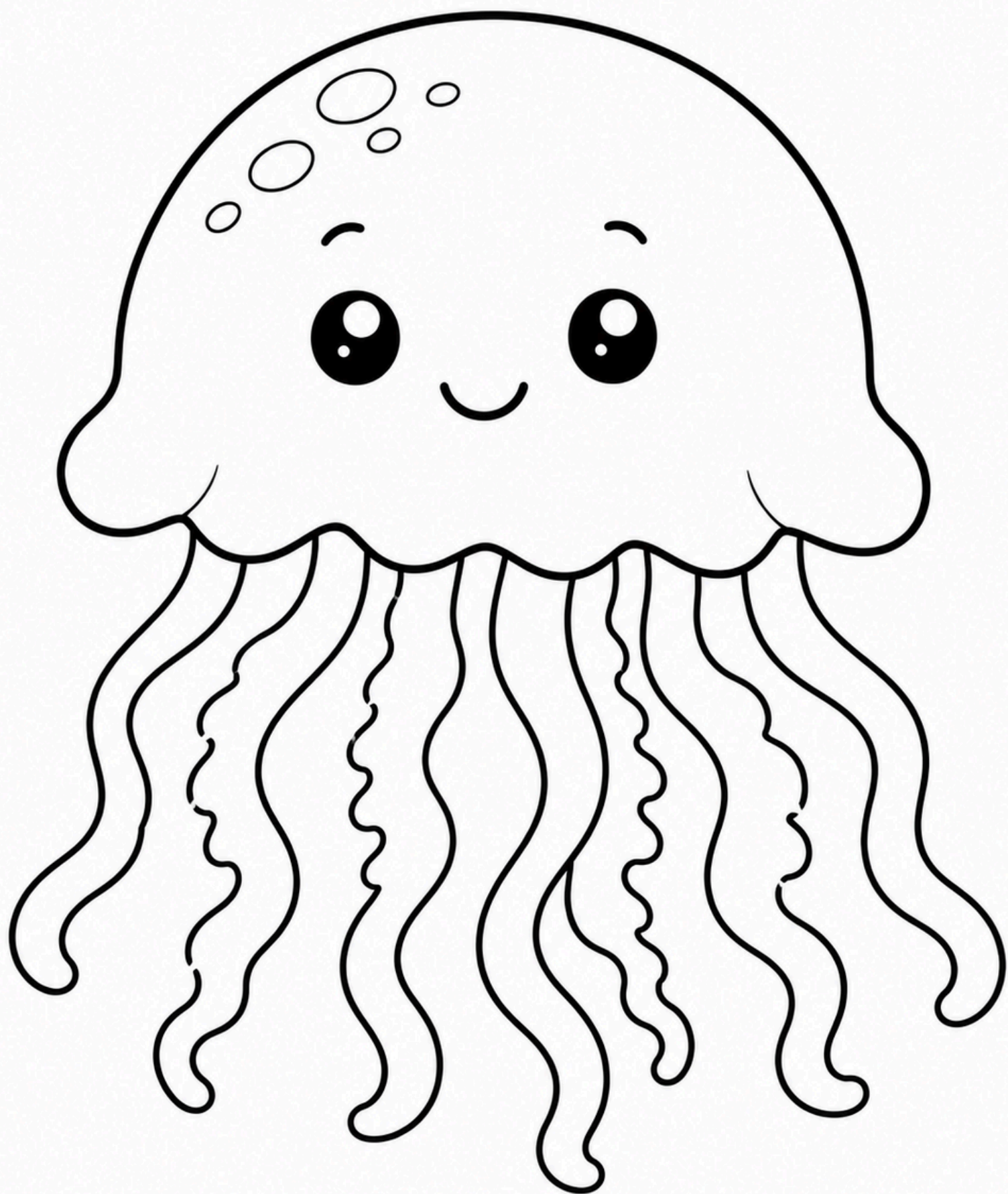
Poruszaj się powoli
na czworakach,
jak żółw.

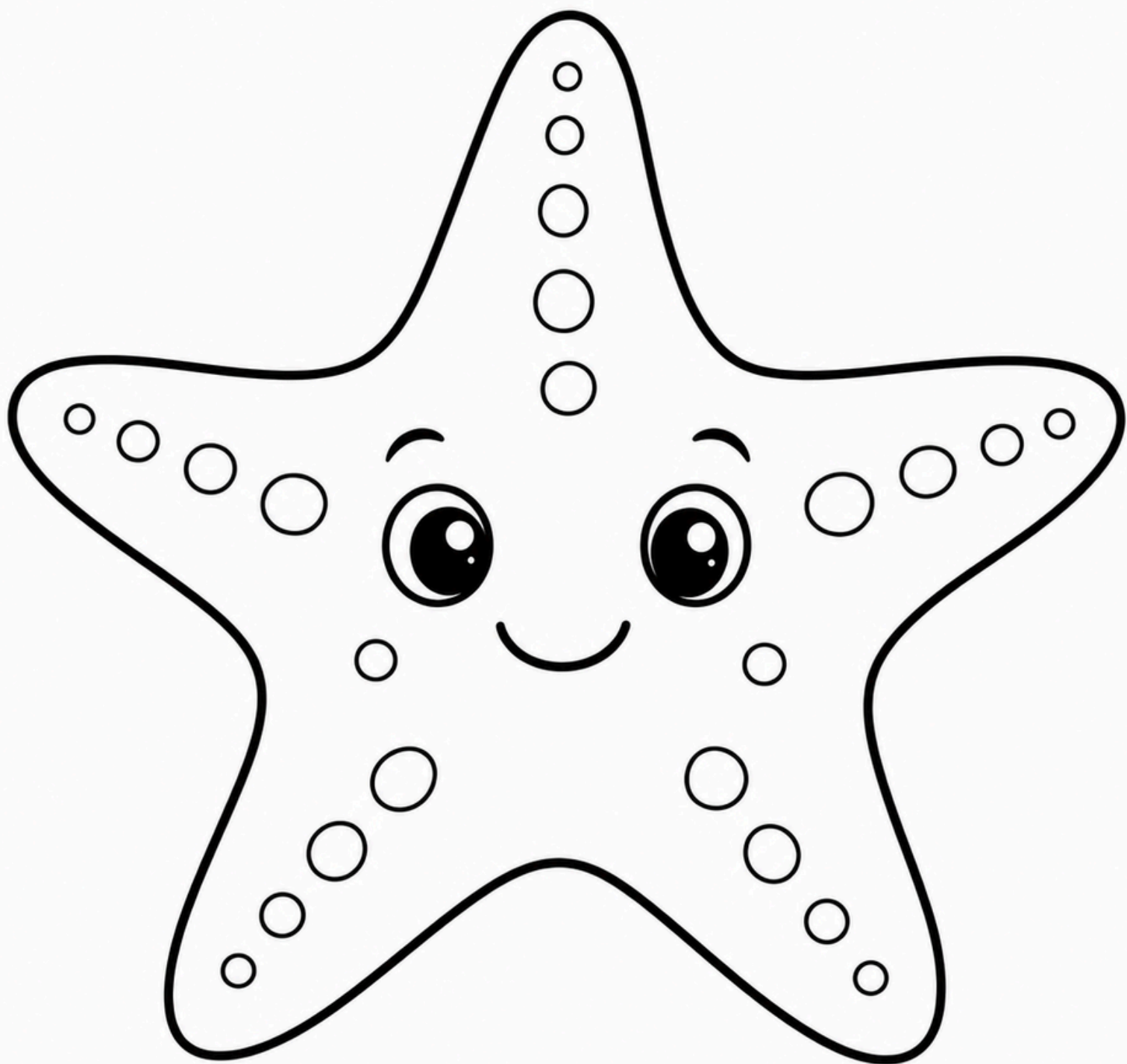
20

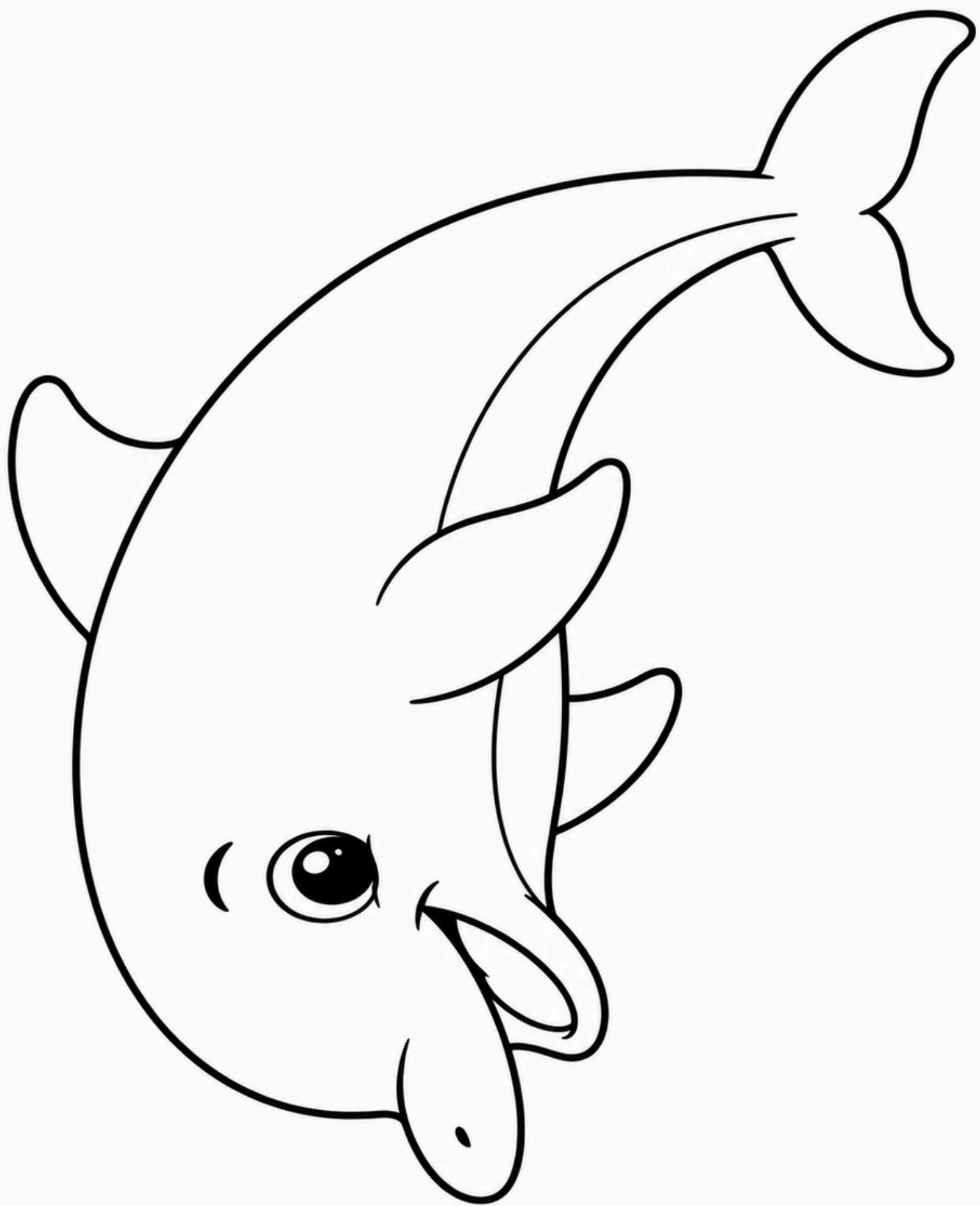
sekund.
Delektuj się
wolnym ruchem!

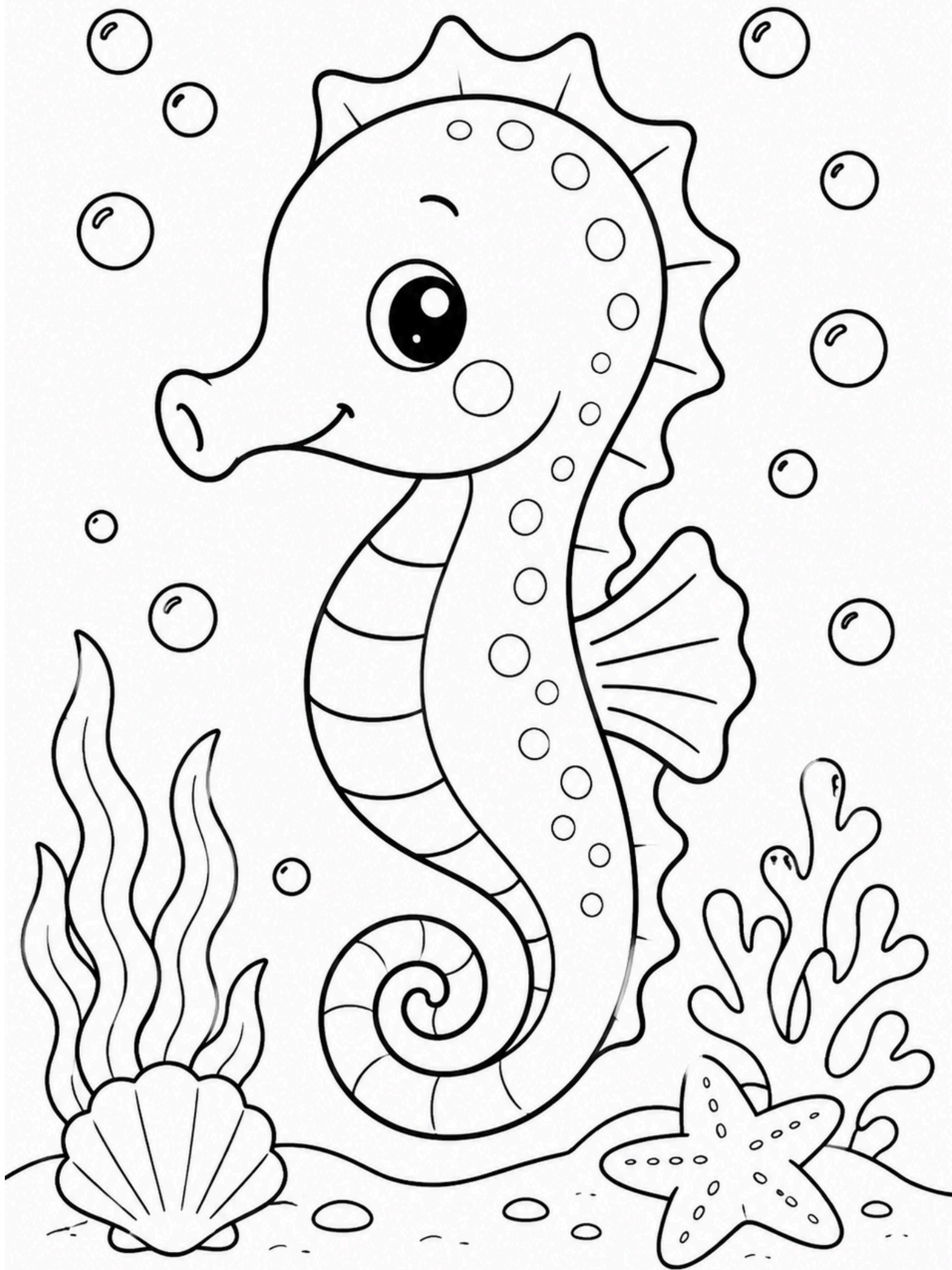


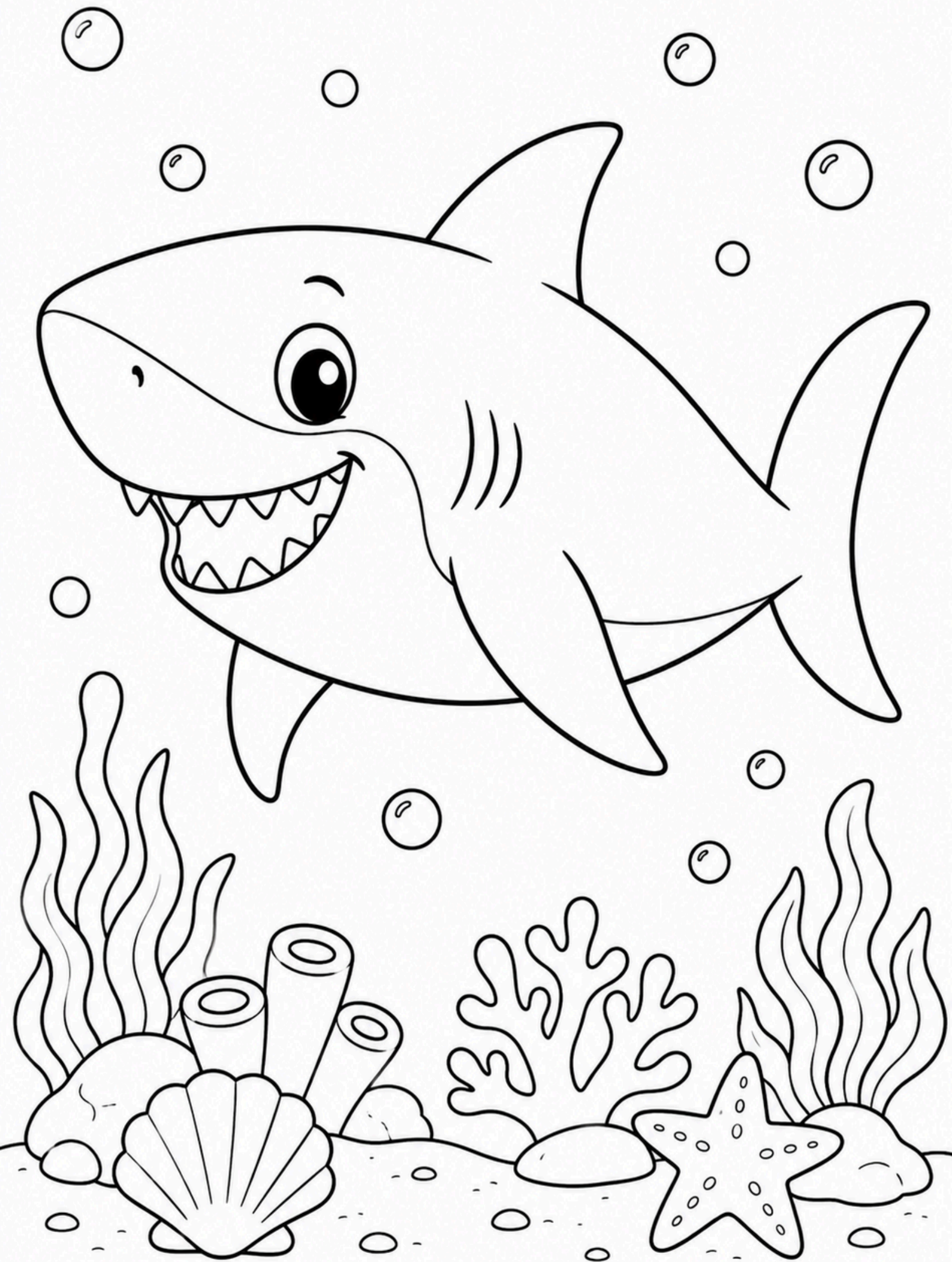














DYPLOM

Z OKAZJI

DNIA OCEANÓW

DLA

Dziękujemy za Twoje zaangażowanie
w poznawanie i ochronę oceanów
oraz wszystkich ich mieszkańców!

DATA

PODPIS





DYPLOM

Z OKAZJI

DNIA OCEANÓW

DLA



Dziękujemy za Twoje zaangażowanie
w poznawanie i ochronę oceanów
oraz wszystkich ich mieszkańców!



DATA

PODPIS



DYPLOM

Z OKAZJI

DNIA OCEANÓW

DLA



Dziękujemy za Twoje zaangażowanie
w poznawanie i ochronę oceanów
oraz wszystkich ich mieszkańców!



DATA

PODPIS



CERTYFIKAT

EKSPERTA

MIESZKAŃCÓW OCEANU

Z dumą przyznajemy ten certyfikat za wyjątkową wiedzę,
zaangażowanie i troskę o oceany oraz ich mieszkańców.

OTRZYMUJE:

Gratulujemy i życzymy dalszych oceanicznych przygód!

DATA

PODPIS



CERTYFIKAT EKSPERTA

MIESZKAŃCÓW OCEANU

Z dumą przyznajemy ten certyfikat za wyjątkową wiedzę,
zaangażowanie i troskę o oceany oraz ich mieszkańców.

OTRZYMUJE:

Gratulujemy i życzymy dalszych oceanicznych przygód!

DATA



PODPIS

CERTYFIKAT EKSPERTA

MIESZKAŃCÓW OCEANU

Z dumą przyznajemy ten certyfikat za wyjątkową wiedzę,
zaangażowanie i troskę o oceany oraz ich mieszkańców.

OTRZYMUJE:

Gratulujemy i życzymy dalszych oceanicznych przygód!

DATA



PODPIS



ROZPOZNAJ PO FRAGMENTCIE

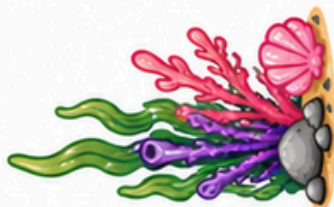


Przyjrzyj się fragmentowi
i dopasuj całego mieszkańca oceanu.



ROZPOZNAJ PO FRAGMENTCIE

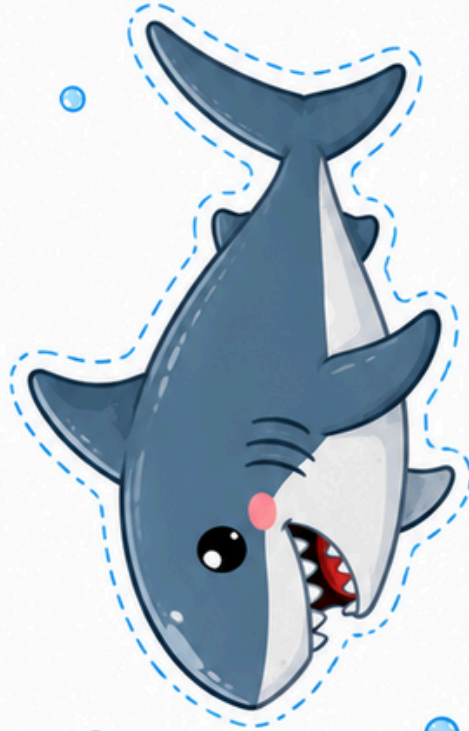
Przyjrzyj się fragmentowi
i dopasuj całego mieszkańca oceanu.



ROZPOZNAJ PO FRAGMENTCIE



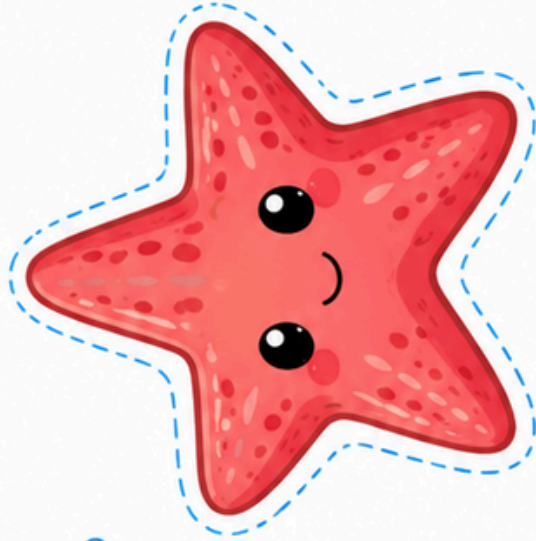
Przyjrzyj się fragmentowi
i dopasuj całego mieszkańca oceanu.



ROZPOZNAJ PO FRAGMENTCIE



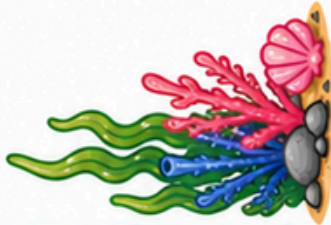
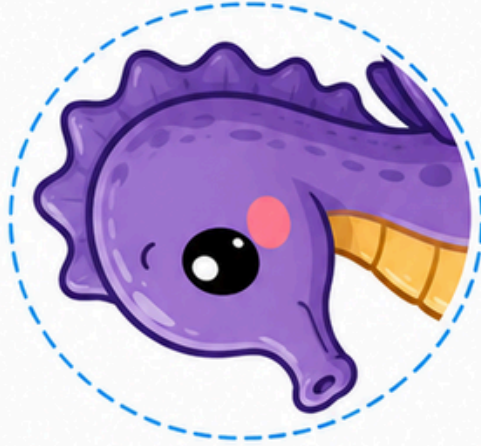
Przyjrzyj się fragmentowi
i dopasuj całego mieszkańca oceanu.



ROZPOZNAJ PO FRAGMENTCIE



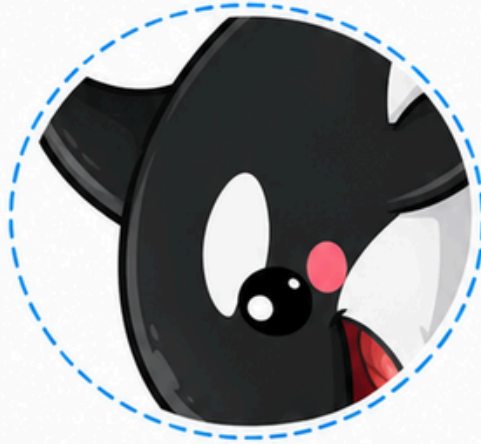
Przjrzyj się fragmentowi
i dopasuj całego mieszkańca oceanu.



ROZPOZNAJ PO FRAGMENTCIE



Przjrzyj się fragmentowi
i dopasuj całego mieszkańca oceanu.









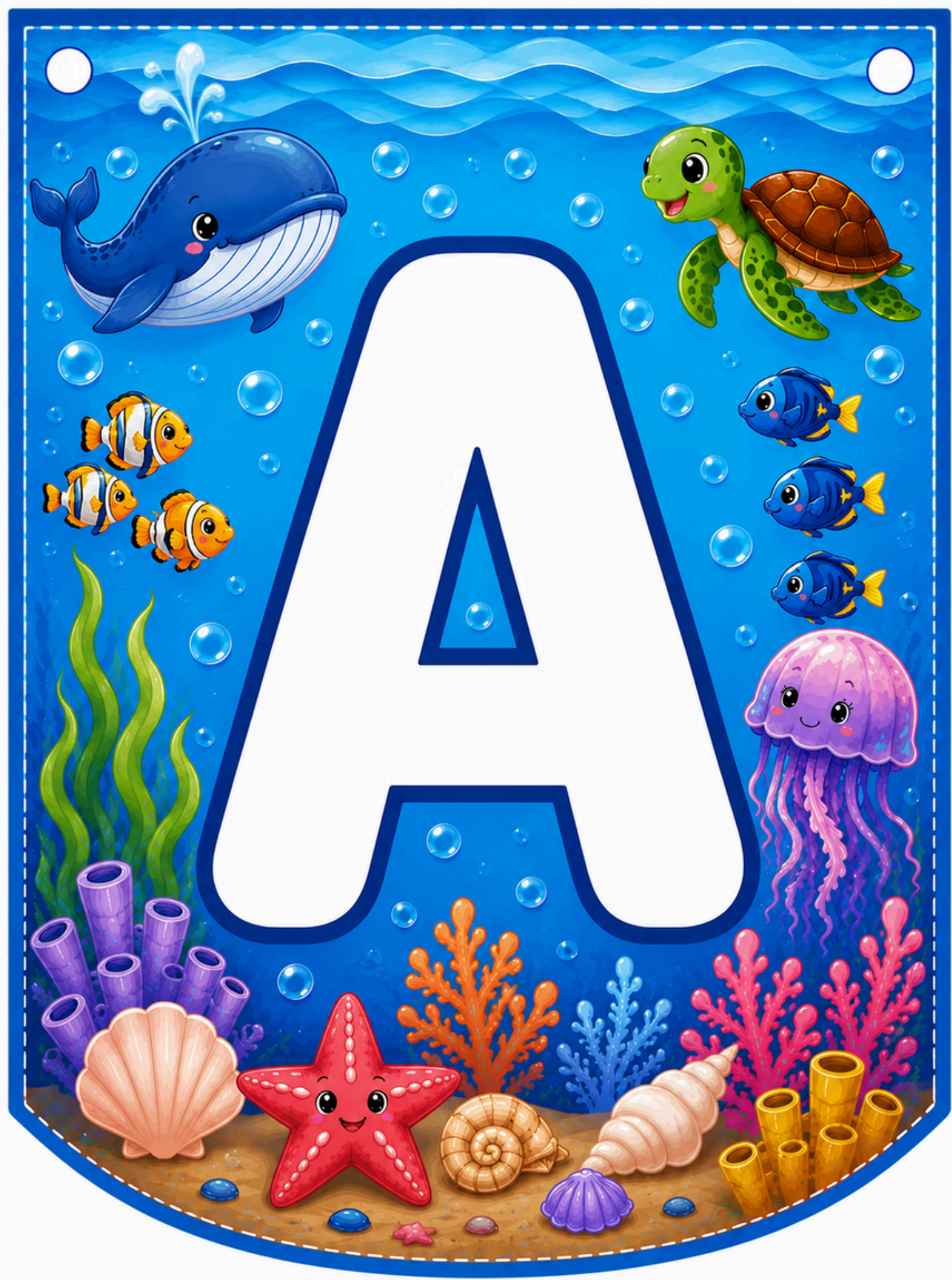








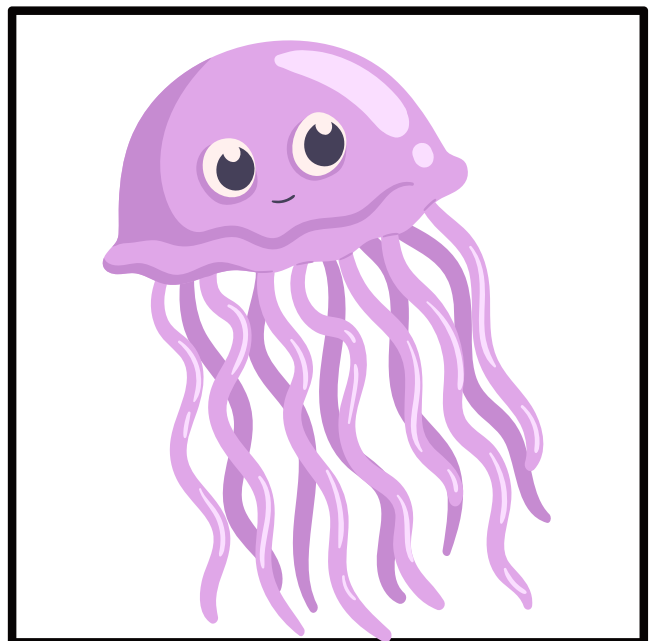
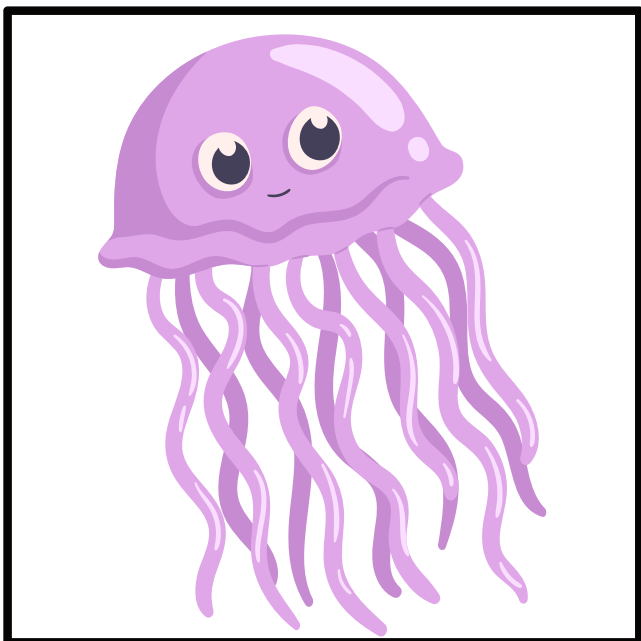
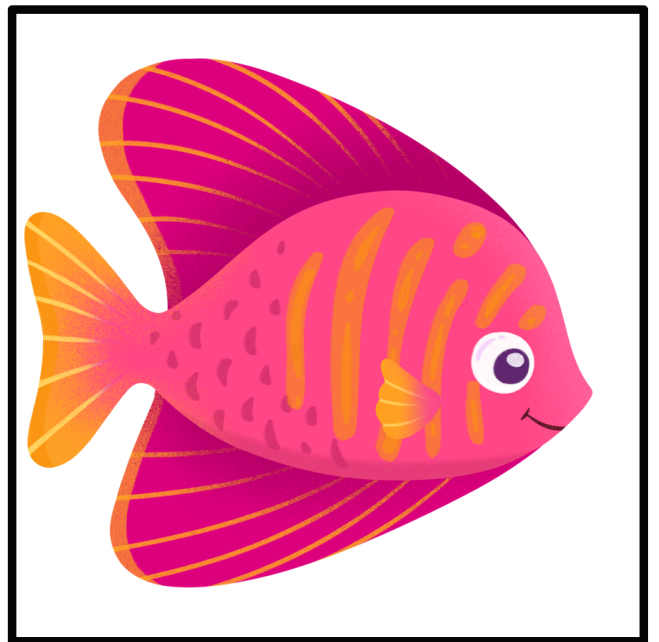
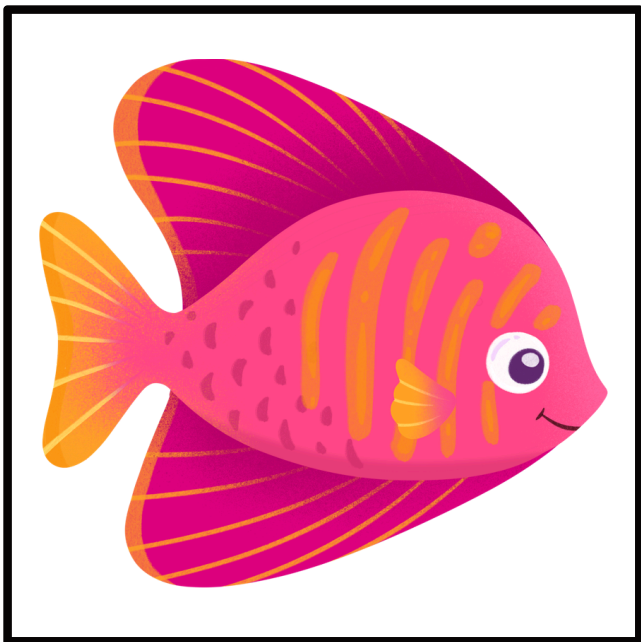
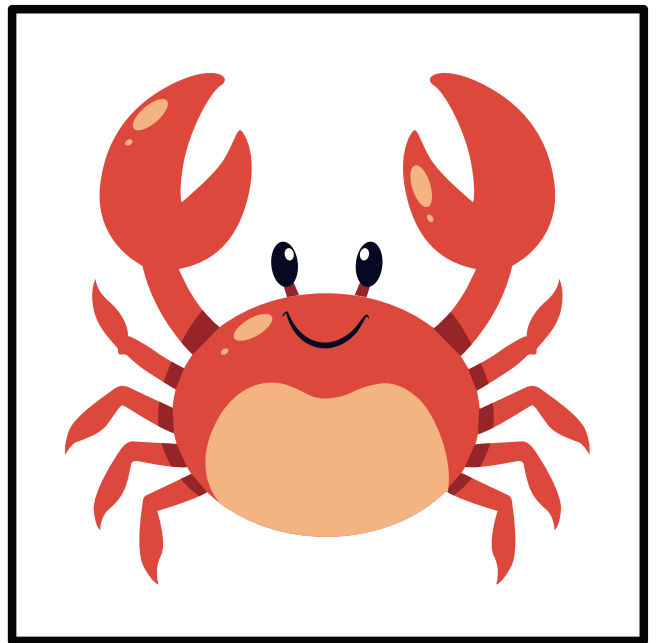
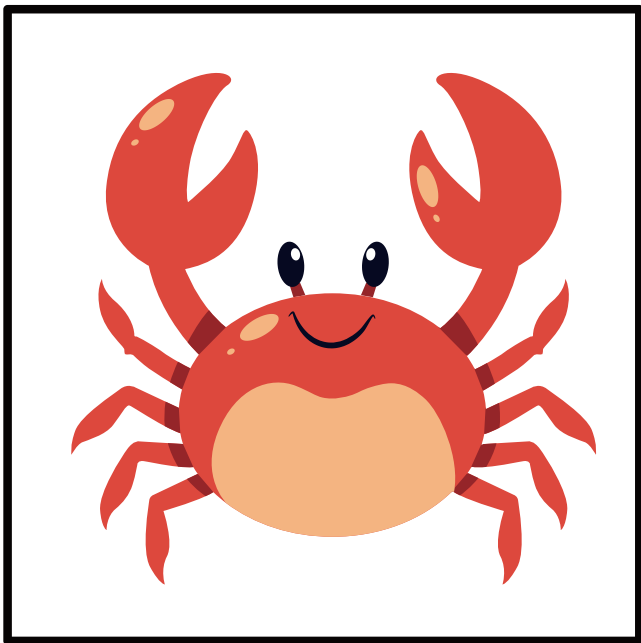


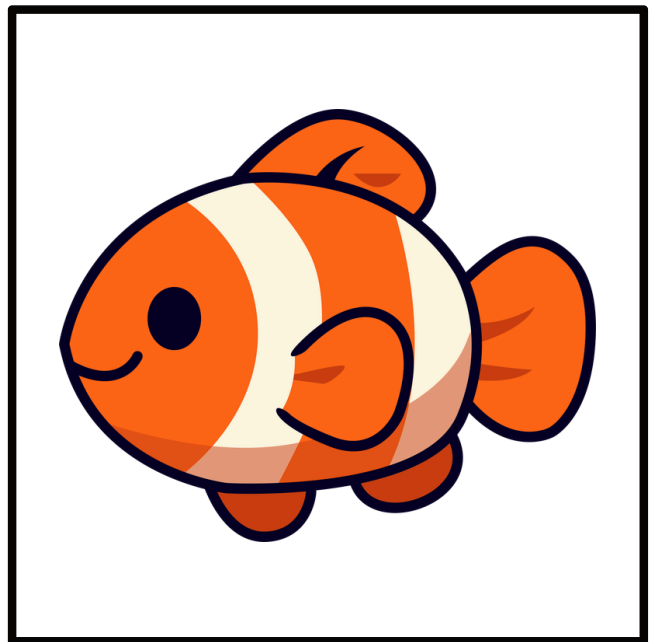
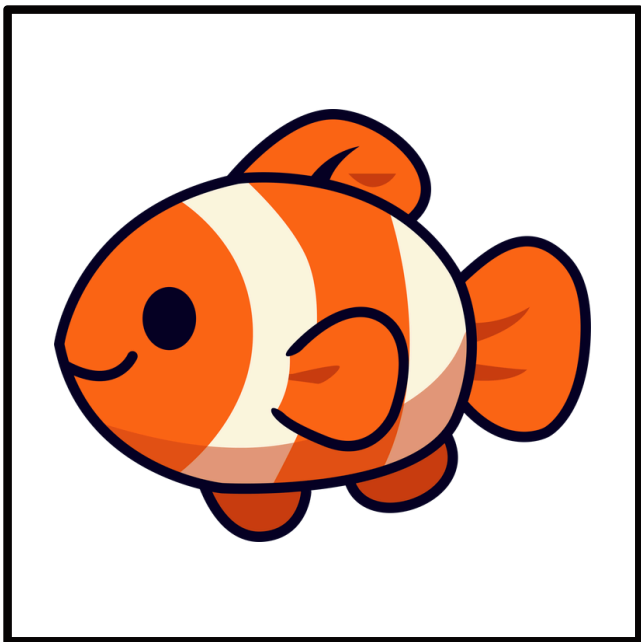
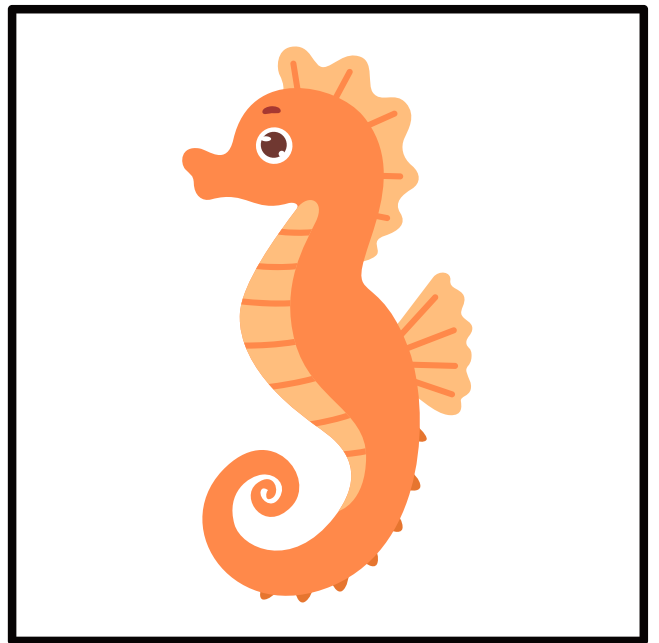
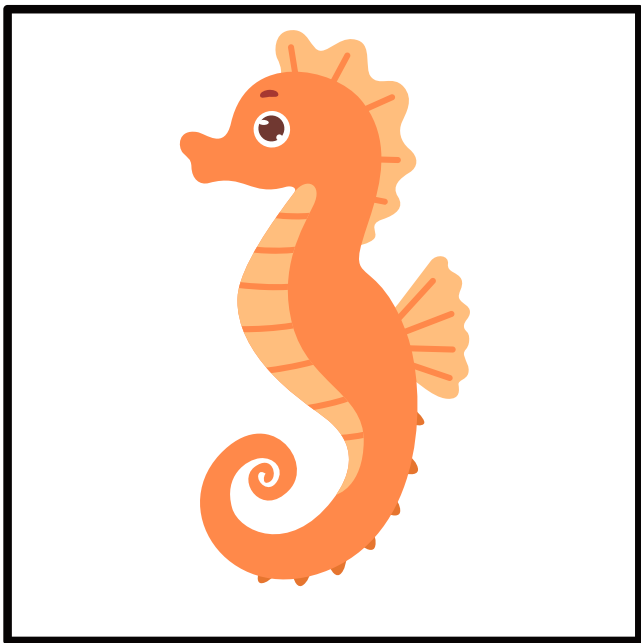


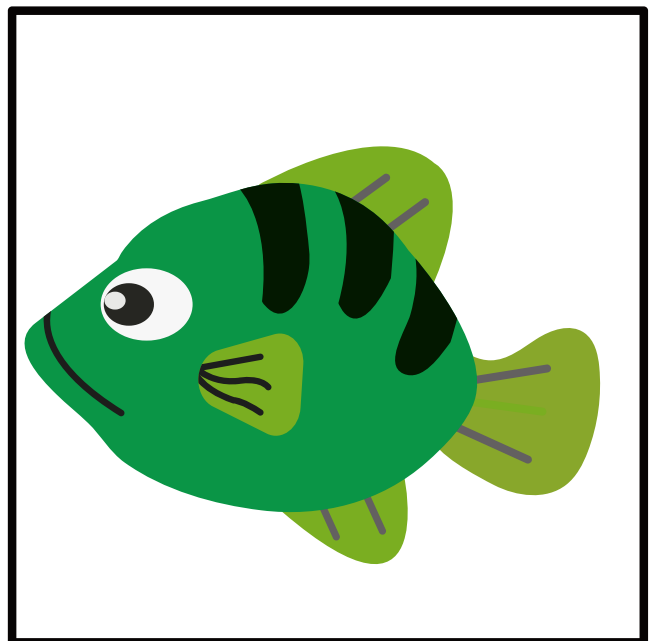
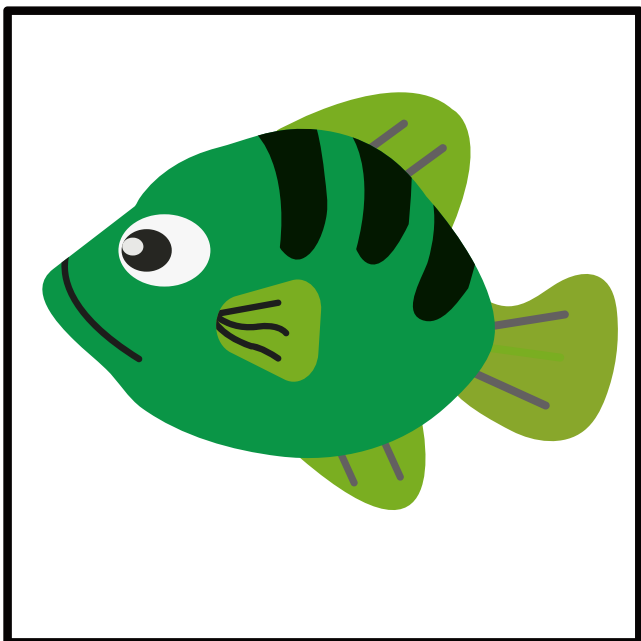
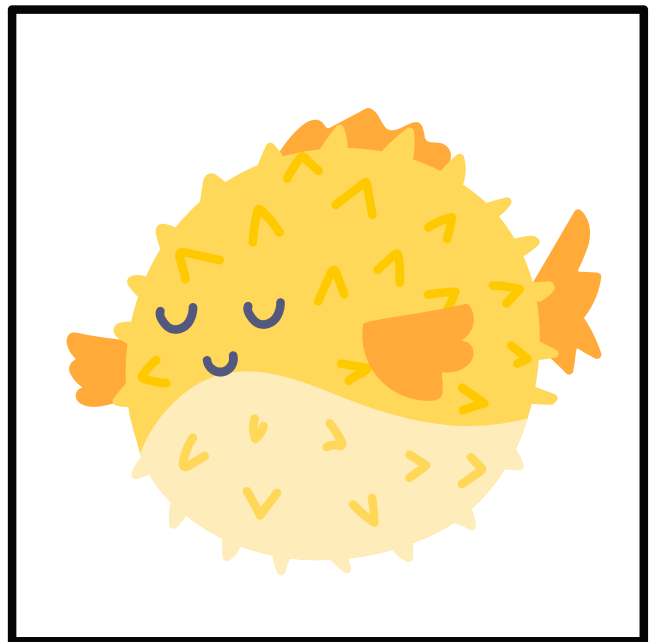
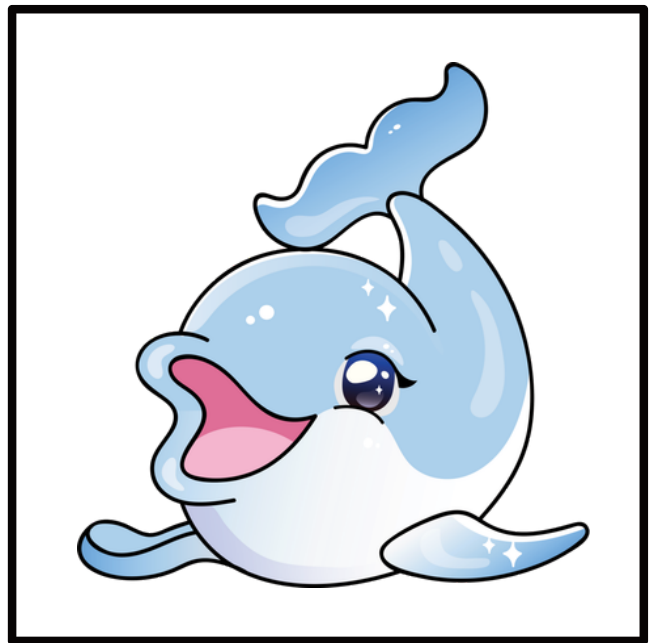
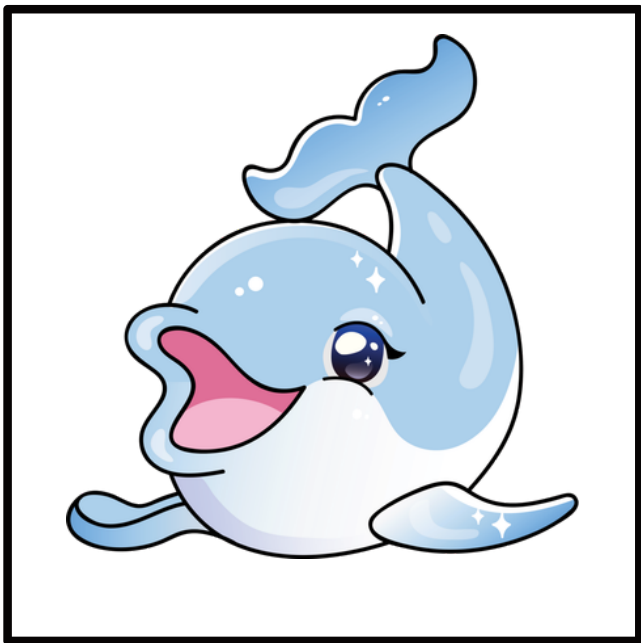


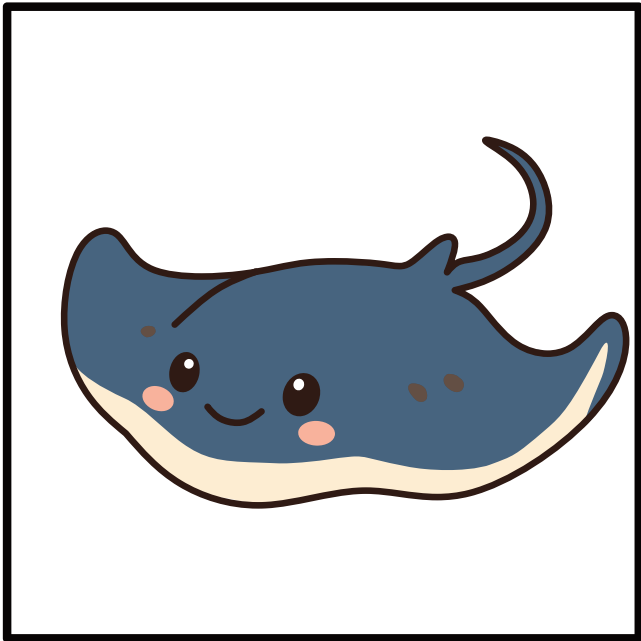
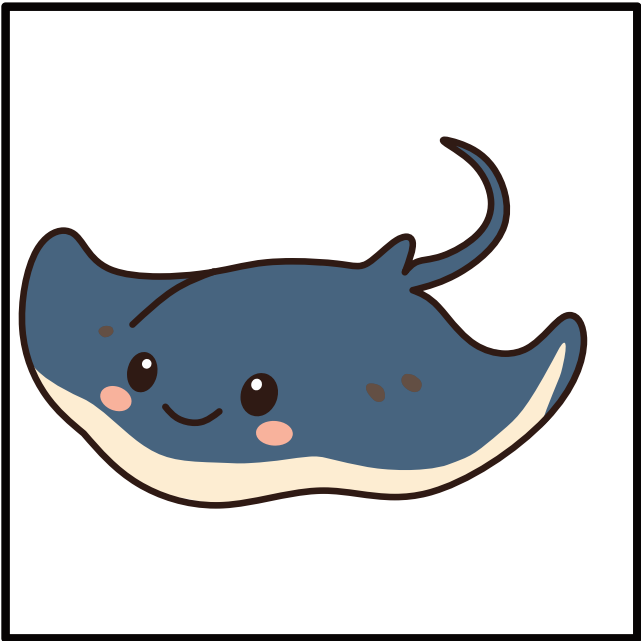
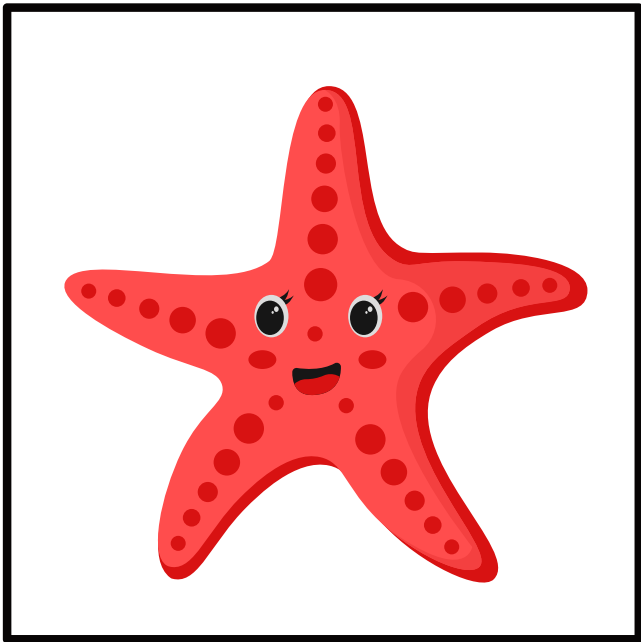
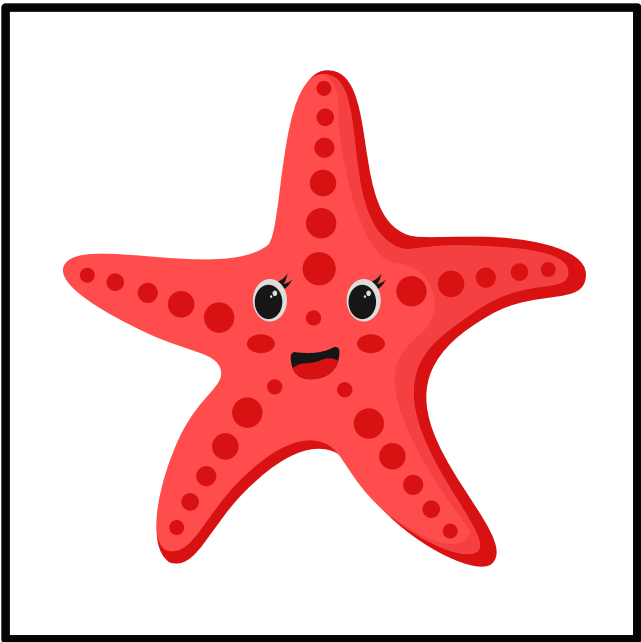
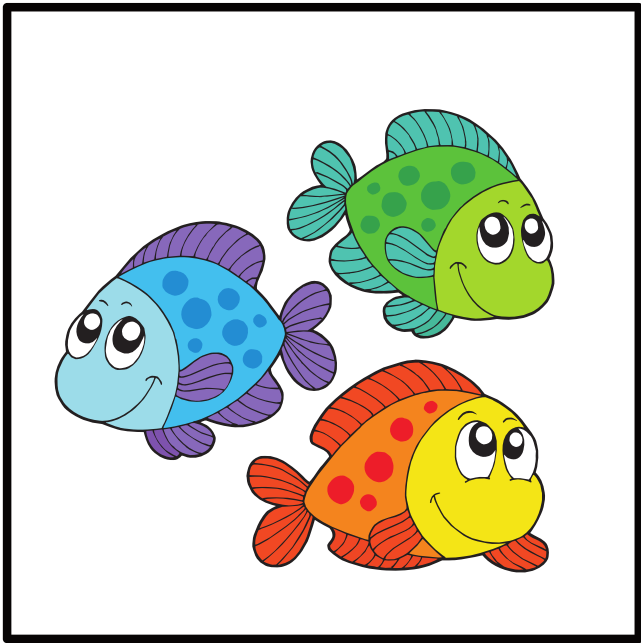
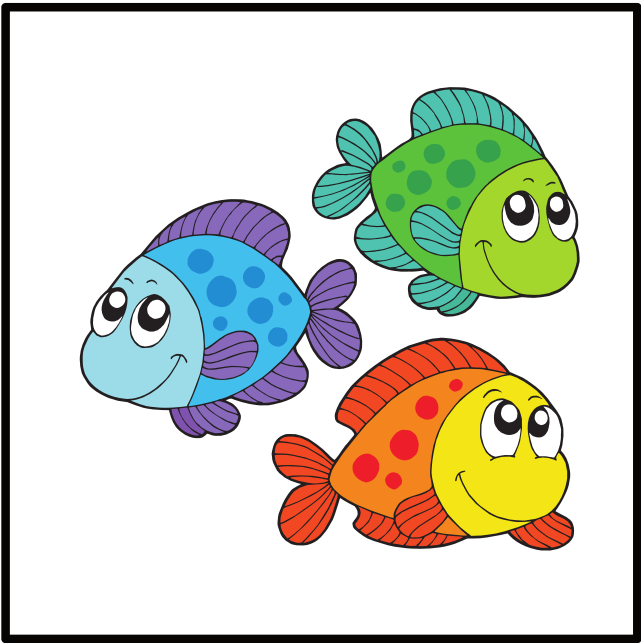


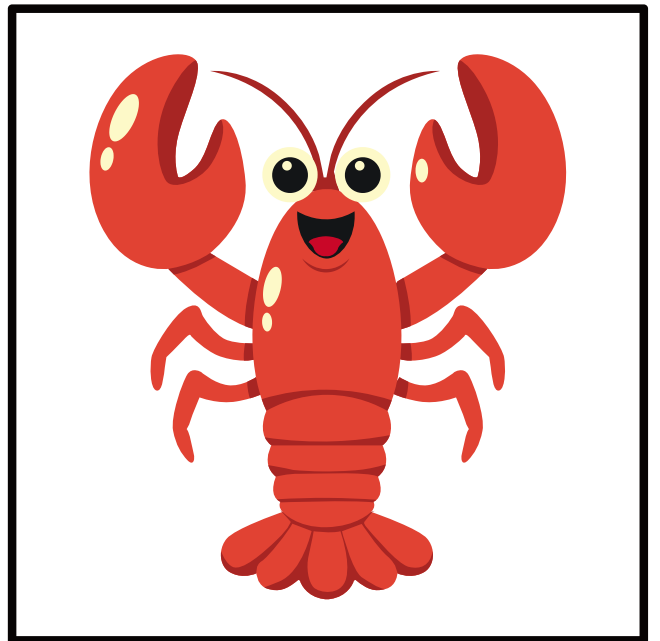
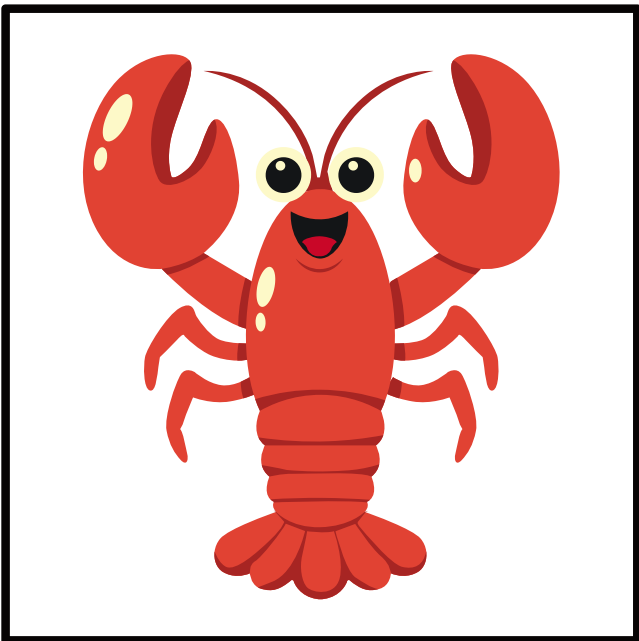
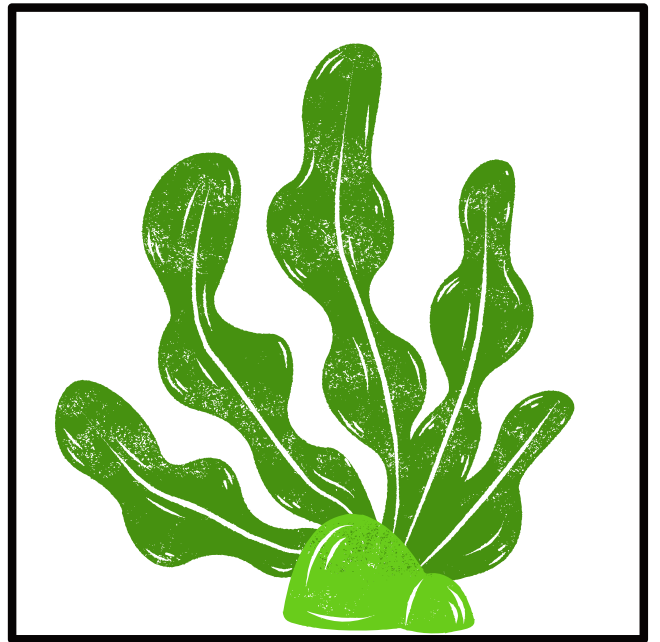
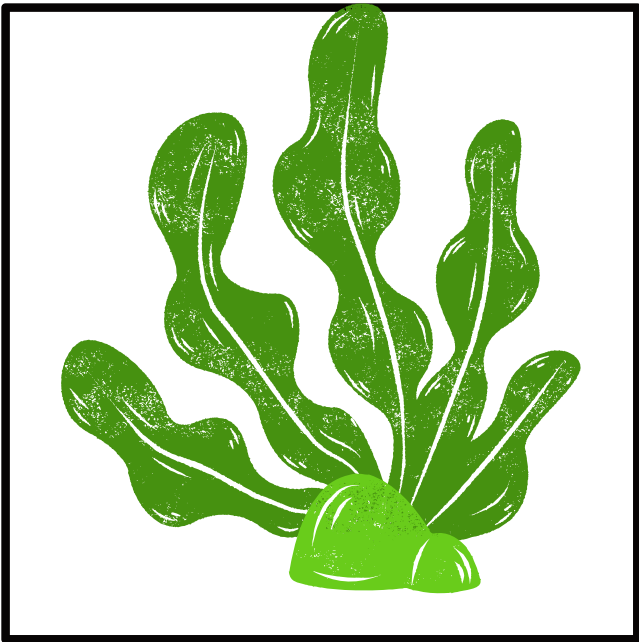












POMÓŻ ŻÓŁWIOWI DOPŁYNAĆ
DO RAFY KORALOWEJ!



START

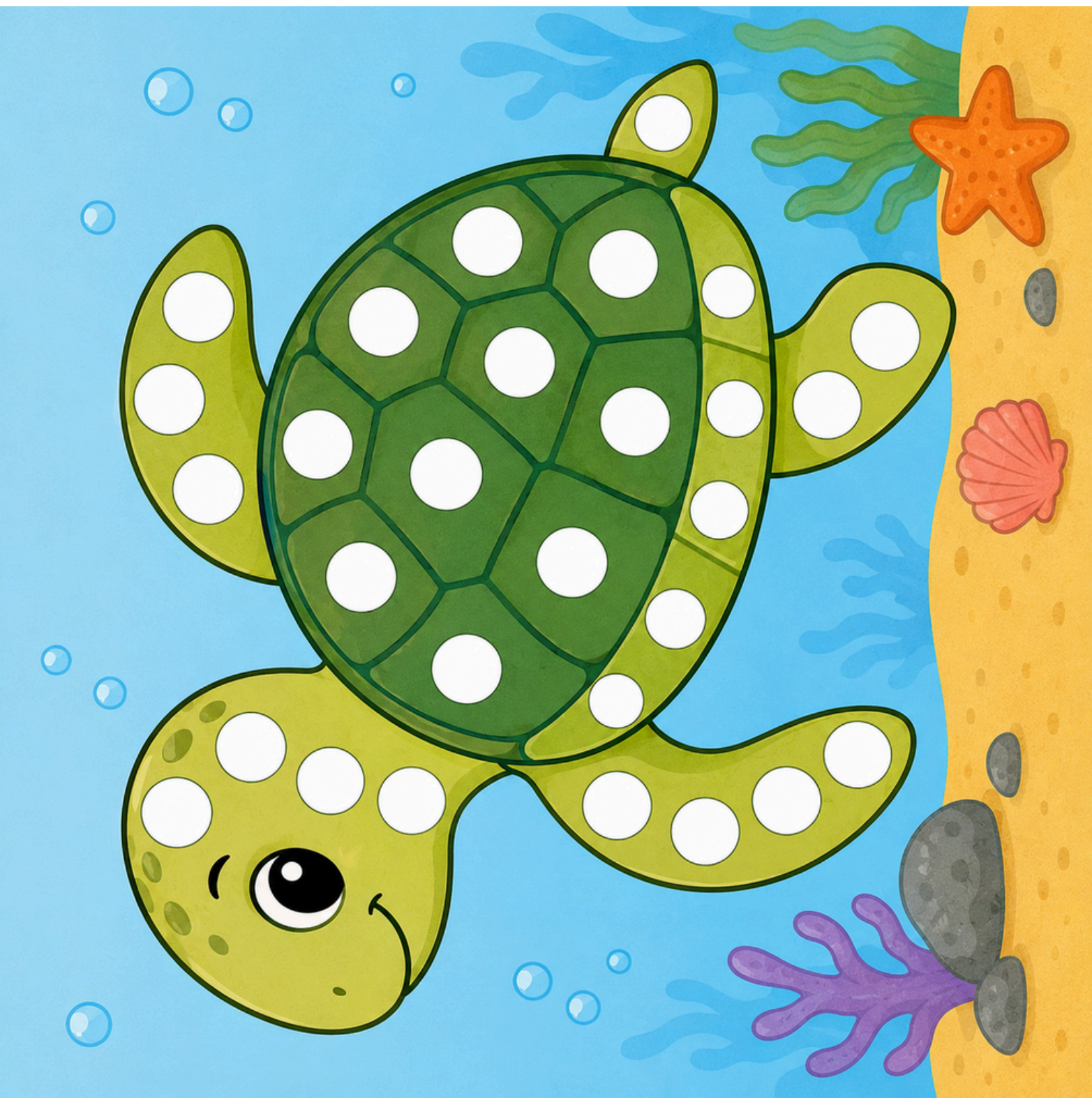


POMÓŻ ŻÓŁWIOWI DOPŁYNAĆ
DO RAFY KORALOWEJ!

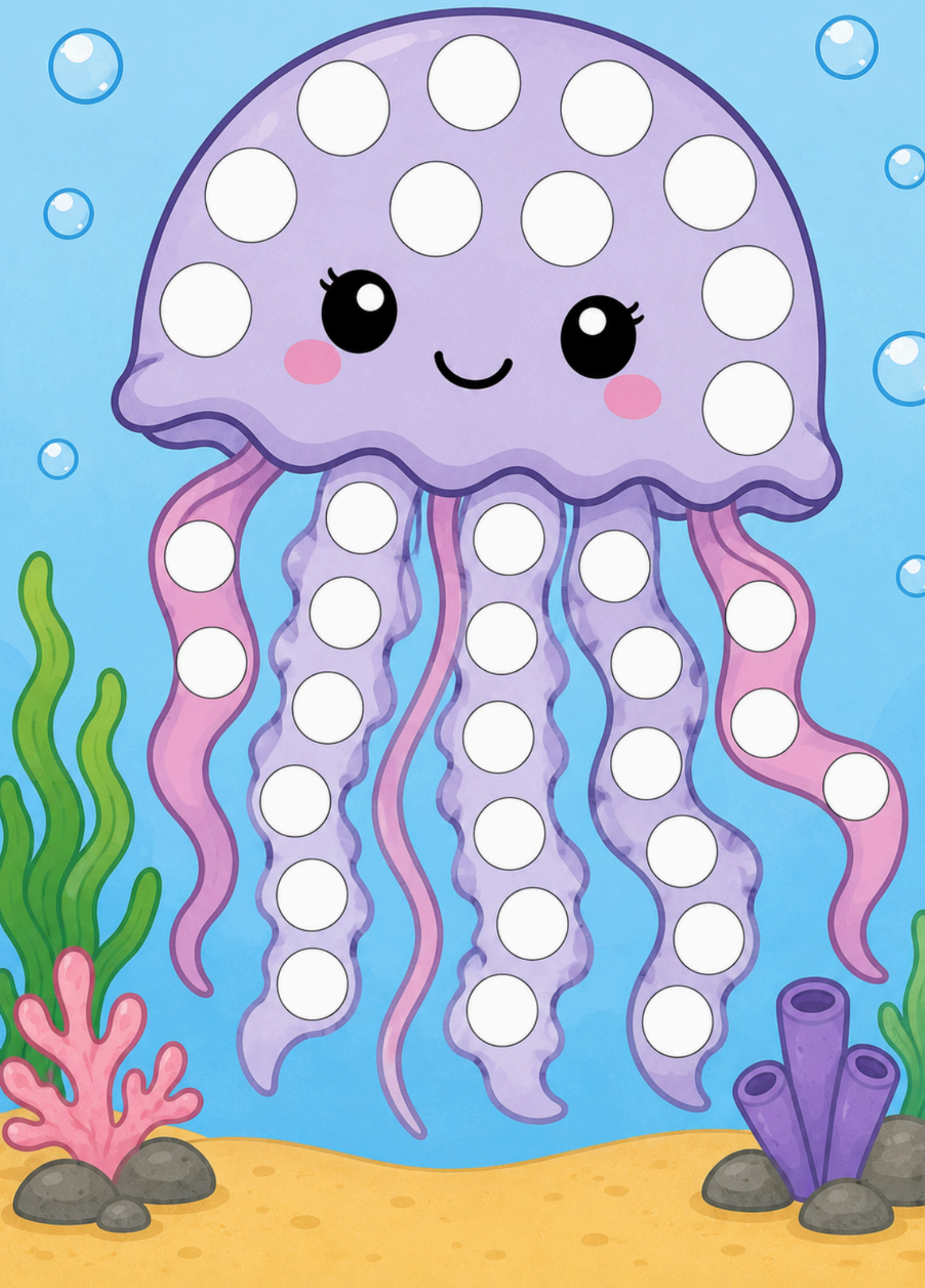


START













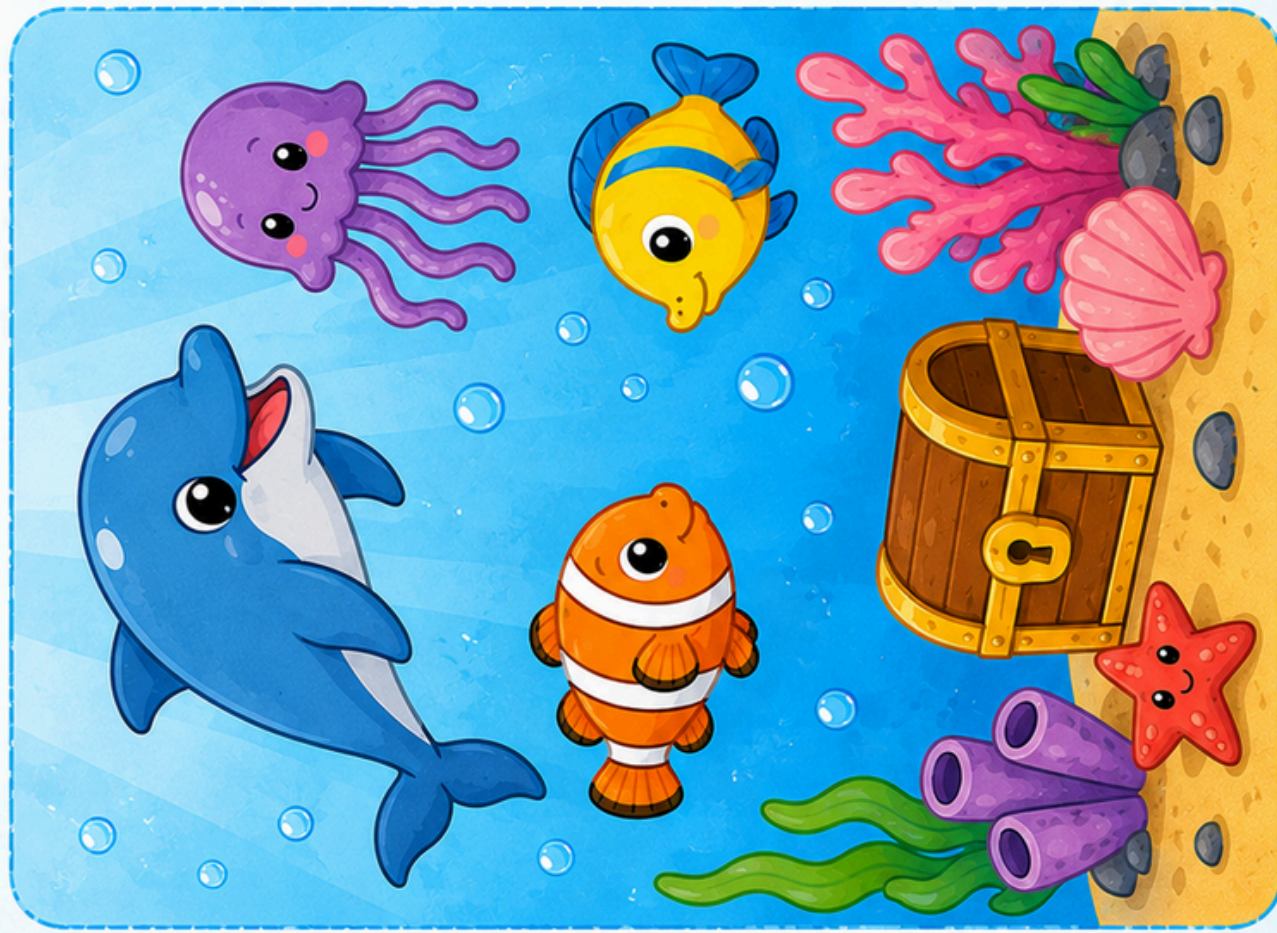
ZNAJDŹ RÓŻNICE!

♥ Przyjrzyj się obrazkom i znajdź różnice. ♥



ZNAJDŹ RÓŻNICE!

♥ Przyjrzyj się obrazkom i znajdź różnice. ♥



POMÓŻ RYBCE DOTRZEĆ DO SKARBÓW!

Rysuj po śladzie i pomóż rybce dopłynąć do celu. ♥

