





Chcę przedstawić wam moich przyjaciół z różnych stron świata.

Zapraszam was na spotkanie z moją przyjaciółką z **Hawajów.**

z którą opowiemy wam o miejscu w którym mieszka.

Strzałką na tej mapie zaznaczyłem dokąd jedziemy.

Podczas tej wycieczki będę proponował wam działania twórcze i zabawy.

Gotowi? Ktoś na was czeka...





Aloha!

Mam na imię Luana.
Lubię się bawić na plaży.
Lubię biegać boso.
Lubię poznawać ludzi.
Nie umiem się długo gniewać.
Potrafię przeprosić.
Potrafię wybaczyć.

A wy, czy umiecie szybko wyjść z gniewu?
Jak sobie z tym radzicie?





Na Hawajach kiedy chcemy kogoś powitać
albo pożegnać mówimy ALOHA.

“Aloha” znaczy kochać.
Hawajczycy w ten sposób składają życzenie miłości.

Jest to zgodne z dawną filozofią hawajską,
huna, która mówi, że im bardziej jesteśmy szczęśliwi,
tym więcej wysyłamy miłości,
a że swe szczęście zapewniamy sobie sami,
koncentrując się na dobrych myślach,
- jest w nas moc zmieniania świata!

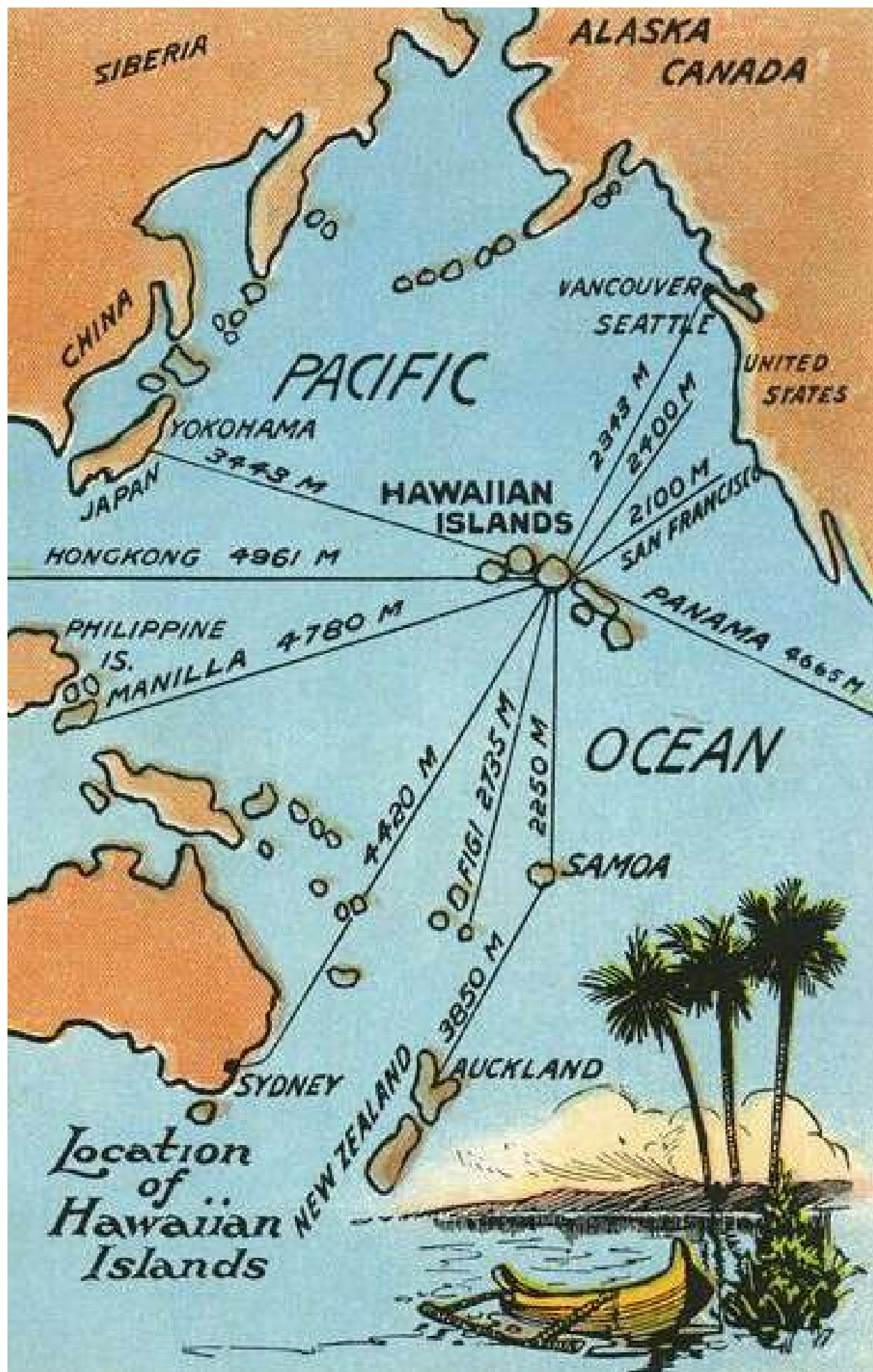


Lei to nazwa kwiatowych wieńców.
Pierwsze lei były plecione z kwiatów, liści, muszli,
piór, nasion a nawet zębów i kości zwierząt.
Były noszone jako ozdoba, która daną osobę
wyróżniała na tle innych.
Były również symbolem pokoju
– podarunkiem, który wodzowie dwóch zwaśnionych
rodów ofiarowali sobie jako symbol zgody.
Nie można nie przyjąć takiego prezentu.



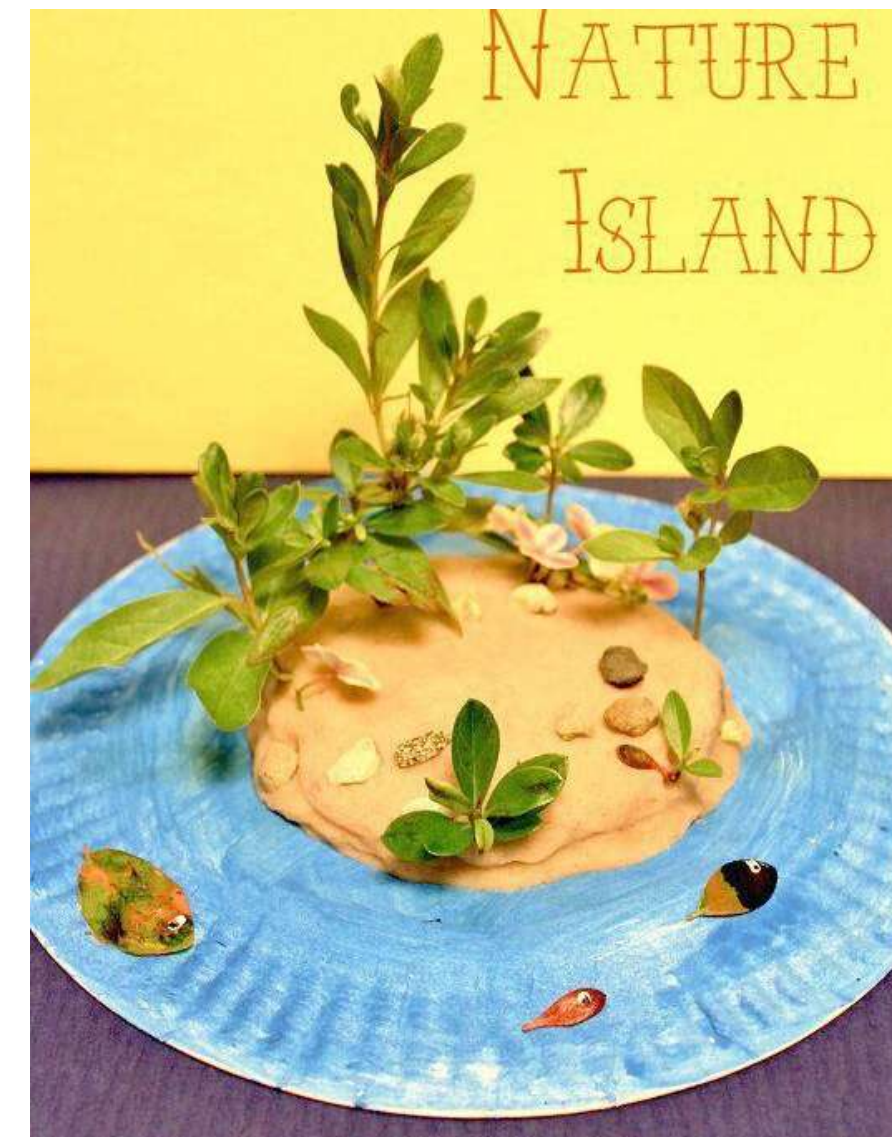
Ze słomek,
sznurka i
wyciętych
papierowych
kwiatów
możemy zrobić
swój wieniec
na szyję w
hawajskim stylu.
Można też
wykonać
do tego ozdobę
na głowę,
nadgarstki i
kostki.





Jak powstały Hawaje? To tereny pochodzenia wulkanicznego, które wypiętrzyły się z morza wskutek ruchów tektonicznych. W skład archipelagu wchodzi łącznie 137 wysp, a 7 spośród nich jest zamieszkane.

Hawaje to obecnie jeden ze stanów Stanów Zjednoczonych Ameryki. Składa się z ośmiu głównych wysp: Niihau, Kauai, Oahu, Maui, Molokai, Lanai, Kahoolawe i Big Island of Hawaii.



Oto pomysły na zrobienie makiety wysp. To wciągająca zabawa.



Hawaje były kiedyś królestwem.

Lydia Lili'uokalani
to ostatnia królowa hawajów.
Do obalenia jej rządów
doprowadzili biali plantatorzy.

Aloha 'Oe
to tytuł słynnej pieśni napisanej przez nią.



Māui (Maui) to bohater mitologii hawajskiej i całej Polinezji znany z disnejowskiej bajki Vaiana, skarb oceanu.

Według jednej z legend, wypłynął z braćmi na połów i używając swojego haka złapał dno oceanu. Powiedział swoim braciom, że złapał wielką rybę i poprosił, aby wiosłowali tak mocno, jak tylko potrafią, żeby pomóc ją wyciągnąć. W ten sposób wyciągnięto ponad powierzchnię wody pierwszą wyspę. Maui powtórzył tę sztuczkę kilkukrotnie tworząc Wyspy Hawajskie.



Film o Vaianie nawiązuje do odkrywczych podóży dawnych polinezyjskich żeglarzy. Pierwsi osadnicy przyплыли na Hawaje z Thaiti, płynąc wiele dni w nieznane, w kierunku dokąd leciały ptaki.

W oryginale imię bohaterki tej bajki to Moana, co znaczy "ocean" w wielu językach polinezyjskich, w tym hawajskim i maoryskim.

Vaiana, jest drugą bohaterką pochodzenia polinezyjskiego w animacjach Disneya, pierwszą była Lilo z Lilo i Stitch. To opowieść o niezachwianej mocy „Ohana” (hawajskie określenie rodziny).





Ho'oponopono

prastara hawajska praktyka pojednania i wybaczenia
prowadzona przez kahuna czyli szamana.

Wynika ona z przekonania, że utrzymywanie się w stanie
zagniewania wywołuje choroby i przyciąga nieszczęścia.

W dzisiejszych czasach kapłana może zastąpić starszy
członek rodziny, który prowadzi
to tradycyjne rodzinne spotkanie.

Podczas niego relacje między członkami rodziny są
prostowane poprzez modlitwę, rozmowę, spowiedź,
skruchę oraz wzajemne pojednanie i wybaczenie,
zakończone wspólnym posiłkiem.

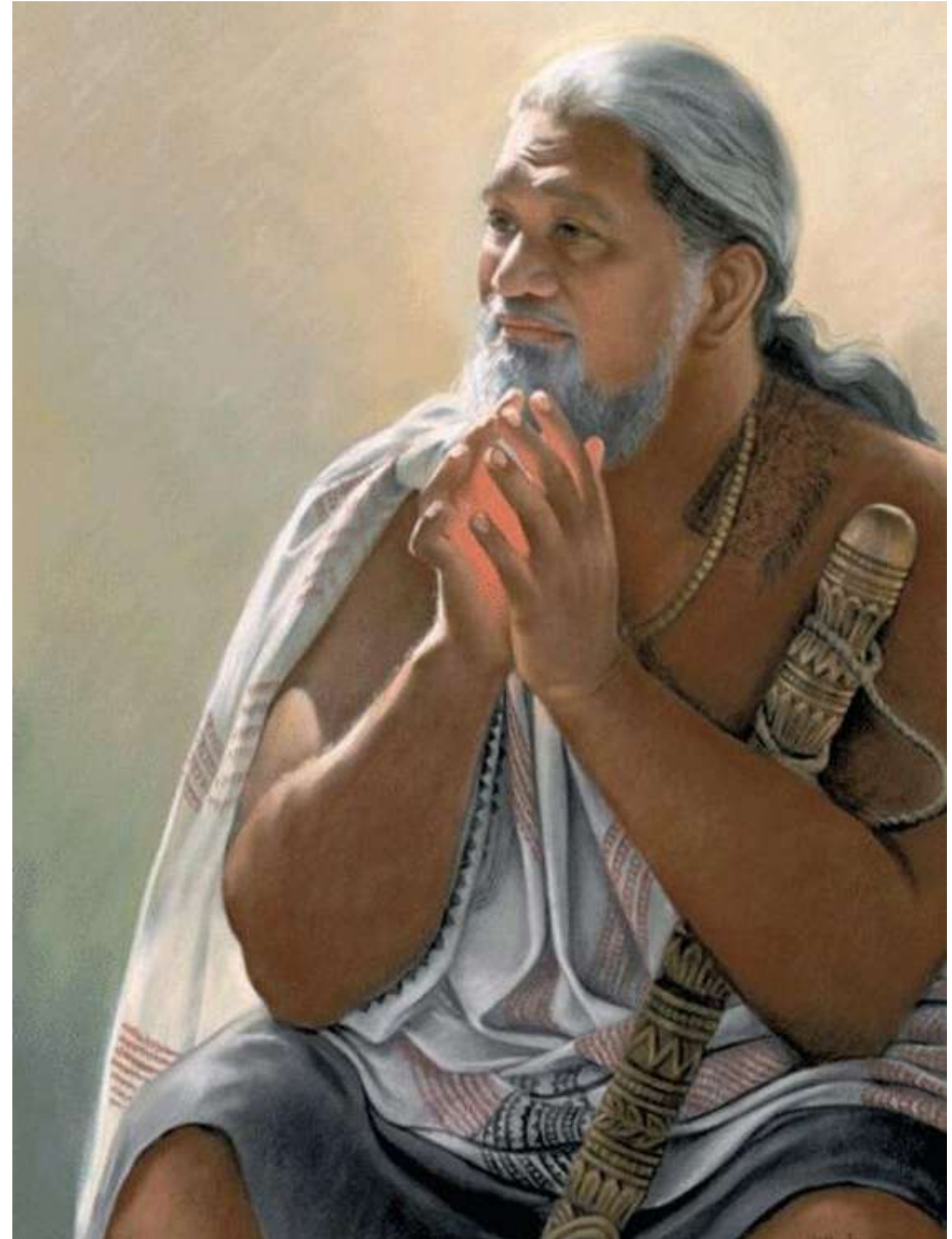
Hawajskie słowo kahuna oznacza dosłownie strażnika tajemnicy:

- ka znaczy „strażnik”,
- huna „tajemnica”

W ten sposób nazywa się osobę posiadającą umiejętności niedostępne innym.

Kahuni na Hawajach pełnili rolę szamanów, kapłanów i uzdrowicieli.

Test przydatności kandydata na ucznia szamańskiego
Kahunów to surfowanie na wysokiej fali, długi post na samych owocach lub sokach owocowych dla oczyszczenia organizmu, kilkudniowe rytualne tańce Hula non-stop bez spania czy intensywne biegi na długim dystansie.





W tej chwili na Hawajach mieszkają ludzie
z różnych stron świata.

Rdzenni Hawajczycy i inne ludy pochodzenia pacyficznego
to tylko 9% mieszkańców tych wysp
a język hawajski jest językiem wymierającym.

Pewne tutejsze tradycje są jednak wciąż podtrzymywane.



Hula - tradycyjny taniec hawajski, wykonywany przez kobiety i mężczyzn przy akompaniamencie pieśni zwanej mele. Pełen wdzięku i gracji kołyszący ruch bioder, rytmiczne kroki i symboliczne gesty rąk – ilustrują hawajskie opowieści, mity i legendy.



Ten antyczny taniec
jest dla mężczyzn
częścią wojennej tradycji.
I wcale nie jest łatwy.

Osiągnięcie mistrzostwa w nim
wymaga podjęcia
wyczerpujących treningów.

W hula tańczy całe ciało.
Tancerze są tym o czym
opowiadają: morzem,
deszczem, wulkanem kwiatem.

Hula tańczy się boso,
co pozwala na bezpośredni
kontakt z ziemią
i na harmonijny przepływ
energii.

Kołyszący ruch bioder „podnosi
święty płomień” – pobudza
energię życiową.



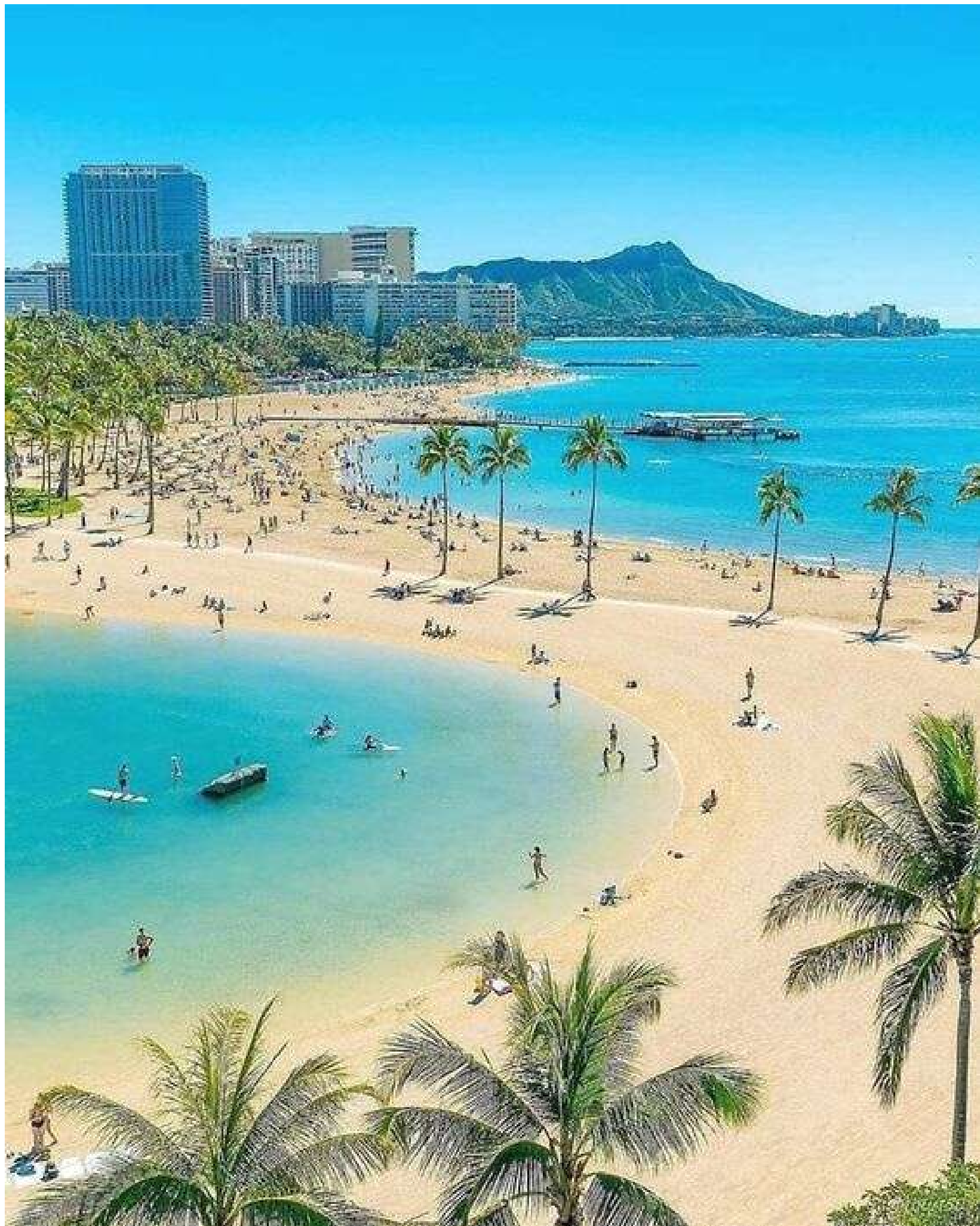
Może spróbujecie
wytańczyć
swoją opowieść
a ktoś kto będzie
obserwował
twój taniec
spróbuje go odczytać
i zrozumieć?



Masaż lomi lomi nui
to tradycyjna i głęboko uzdrawiająca
metoda pracy z ciałem,
która wywodzi się z Hawajów.

Nazwa masaż lomi lomi oznacza w języku
hawajskim m.in. ugniatanie, naciskanie.
W innym znaczeniu lomi lomi
to dotyk delikatnej łapy kota.

Dobierając się w pary możecie na zmianę
wykonać sobie delikatny masaż pleców.
To na prawdę miłe.



W stolicy Hawajów - Honolulu
jest bardzo popularna plaża Waikiki.

Hawaje to niekwestionowany raj i cel dla wszystkich, którzy kochają surfować. Można tu rozpocząć swoją przygodę z tym dostarczającym adrenalinę sportem.





Zaprojektujmy własne
mini deski surfingowe.

Każda z nich może mieć
na sobie wymyślony przez
was rysunek, żeby była jedyna
w swoim rodzaju.



Windsurfing można
z powodzeniem uprawiać
dzięki wysokim falom
na Pacyfiku,
jest tu niemal sportem
narodowym.



Osoby, które nie pragną aż takich
emocji lub nie czują się na siłach,
mogą spróbować
stand up paddle boardingu -
nietypowego, hawajskiego sportu,
który polega
na odpychaniu się wiosłem
i pływaniu na desce
po spokojnej wodzie.



Niezwykła wodna fauna dostarcza
wielu okazji do bajecznych obserwacji.
Nurkowanie z maską
jest tu bardzo popularne.



hibiskus

Hawaje zachwycają swoją
niezwykłą przyrodą.
Wyróżniają się wśród
pozostałych regionów Ziemi
najwyższym udziałem
procentowym organizmów
endemicznych czyli takich,
które występują tylko tu.



Hawajskie kobiety wkładają sobie niekiedy kwiat plumerii za ucho, traktując ją jako biżuterię. Ma to swoją symbolikę: dziewczyna z plumerią we włosach oznacza, że jest ona panną, ale szybko chce zmienić swój stan cywilny.

To z plumerii tworzy się bukiety ślubne i hawajskie łańcuchy na szyję wyglądające niczym kwieciste girlandy.

Zakłada się je np. podczas ceremonii zaślubin.



Nie słusznie uważa się, że ukulele pochodzi z Hawajów.

Instrumenty będące prekursorami ukulele trafiły do Honolulu wraz z portugalskimi emigrantami z Madery, przybyłymi do pracy na plantacjach trzciny cukrowe. Trzech z nich, będących z zawodu stolarzami, zajmowało się również lutnictwem, a po zakończeniu dziesięcioletnich kontraktów pozostało na Wyspach, powracając do wyuczonego zawodu i stając się pierwszymi wytwórcami ukulele.

Ukulele szybko zyskało popularność dzięki wsparciu hawajskiego dworu królewskiego. Król Dawid Kalākaua i jego siostra Lydia Lili'uokalani znani byli z zamiłowania do muzyki i szybko rozpropagowali w swoim otoczeniu nowe instrumenty muzyczne, łącząc ich brzmienie i wyuczoną europejską tradycję muzyczną z wpływami rdzennej muzyki hawajskiej.



Aloha!

Inspirujące linki o tańcu i śpiewie związanymi z Hawajami:

piosenka z filmu Vaiana - opowiadająca o odkryciu Hawajów przez dawnych żeglarzy.
polinezyjskich

https://www.youtube.com/watch?v=_LrwPM4cYHY

Israel Kamakawiwo'ole w popularnej piosence - Somewhere over the Rainbow

<https://www.youtube.com/watch?v=V1bFr2SWP1I>

tradycyjny taniec hula i śpiew

<https://www.youtube.com/watch?v=ASl6exlOn0Y>

film o szkole tańca hula dla mężczyzn, którzy uczą się tańczyć jak wojownicy:

<https://www.youtube.com/watch?v=BFT-M18N2A4>

fragmenty występów tańca hula zespołów tanecznych z Hawajów:

<https://www.youtube.com/watch?v=JKwARgG6hiw>

taniec hula z disnejowskiej bajki Lilo i Stich:

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