



Tekst łatwy  
do czytania  
i zrozumienia

## Materiały edukacyjne



# Krajobraz wysokogórski w Polsce

Zajęcia z geografii w szkole podstawowej  
– II etap edukacyjny

Katarzyna Bulanda



Minister  
Edukacji i Nauki



Ministerstwo  
Edukacji i Nauki

Materiały edukacyjne/ćwiczeniowe dla uczniów z niepełnosprawnością intelektualną opracowano w ramach zadania zleconego i dofinansowanego przez Ministra Edukacji i Nauki pod nazwą „**Czytam i wiem – tekst łatwy do czytania i zrozumienia w szkole. Opracowanie i upowszechnienie materiałów edukacyjnych i ćwiczeniowych w wersji łatwej do czytania i zrozumienia, instrukcji dotyczącej ich tworzenia i wykorzystania w pracy z uczniami oraz rekomendacji dotyczących wdrożenia rozwiązań w praktykę szkolną**”.

Materiały edukacyjne i ćwiczeniowe zostały opracowane zgodnie z podstawą programową kształcenia ogólnego dla szkoły podstawowej na II etapie edukacyjnym.

Zadanie zrealizowało:



Polskie Stowarzyszenie na rzecz Osób  
z Niepełnosprawnością Intelektualną  
ul. Głogowa 2b  
02-369 Warszawa



Wsparcie autorki przez Zespół ds. tekstu łatwego  
do czytania i zrozumienia:

Specjalista ds. tekstu łatwego

**Bartosz Józefowicz**

Konsultacja i redakcja

**Barbara Ewa Abramowska  
Karolina Makowiecka**

Konsultacja dostępności

**Małgorzata Tyska**

Projekt okładki i ilustracje

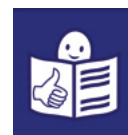
**Elżbieta Grądziel**

Skład i łamanie

**MONDI Plus Sp. z o.o.**

Rok opracowania 2021

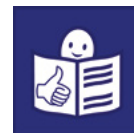
ISBN 978-83-66940-06-2



---

# Spis treści

1. Krajobrazy w Polsce	4
2. Elementy krajobrazu	6
3. Krajobraz wysokogórski Tatr	7
4. Pogoda w Tatrach	9
5. Roślinność w Tatrach	10
6. Z wizytą w Tatrach	13



## 1. Krajobrazy w Polsce

Polska podzielona jest na 6 pasów krajobrazowych. Wszystkie pasy krajobrazowe widzisz na mapie obok. Krajobraz wysokogórski jest szóstym pasem krajobrazowym.



- Pas 1 to **pobrzeże**.

Pobrzeże widzisz na samej górze mapy. Pobrzeża to tereny przy morzach. W Polsce pobrzeże jest przy **Morzu Bałtyckim**.



- Pas 2 na mapie to **pojezierza**.

Pojezierza to tereny, gdzie zobaczysz dużo jezior. W Polsce znane pojezierze to **Mazury**.





- Pas 3 na mapie to **niziny**.

Niziny to równe, płaskie tereny.

W Polsce to na przykład **Nizina Mazowiecka**.



- Pas 4 na mapie to **wyżyny**.

Wyżyny są mniejsze niż góry.

Wyżyny to wzniesienia.

Mają wysokość mniejszą niż 500 metrów nad poziomem morza.

W Polsce to na przykład **Wyżyna Małopolska**.



- Pas 5 na mapie to **kotliny**.

Kotliny są otoczone ze wszystkich stron wzniesieniami i górami.

Kotliny mają dużo dolin i rzek.

Dolina to długi, wklęsły teren.

Na tym terenie płynie rzeka.

W Polsce to na przykład **Kotlina Krakowska**.



- Pas 6 na mapie to **góry**.

Góry zobaczysz na dole mapy Polski.

Góry mają więcej niż 500 metrów wysokości nad poziomem morza.

Góry w Polsce to **Karpaty** i **Sudety**.





## 2. Elementy krajobrazu

Elementy krajobrazu to:

- 1) ukształtowanie powierzchni
- 2) podłoże
- 3) roślinność i zwierzęta
- 4) działalność ludzi.



### Ukształtowanie powierzchni

Ukształtowanie powierzchni to wygląd terenu. Inny wygląd mają tereny na równinach, inny w górach.

**Równina** to płaski teren. Tak jak na zdjęciu. Góry to tereny wypukły.



### Podłoże

Podłoże to skały, z których zbudowany jest teren.

Na przykład: piasek, kamienie, granit.

W krajobrazie ważne są też wody.

Na przykład rzeki, jeziora, strumienie.



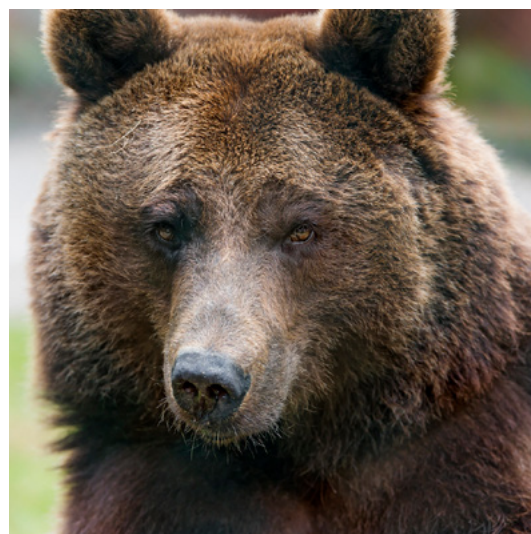


## Roślinność i zwierzęta

Inne zwierzęta i rośliny zobaczysz na pobrzeżu a inne w górach.

Nad morzem zobaczysz mewy.

W górach możesz spotkać niedźwiedzia.



## Działalność ludzi

Działalność ludzi ma wpływ na krajobraz.

Ludzie zmieniają krajobraz.

Powstaje wtedy krajobraz:

- **miejski** z budynkami i ulicami
- **przemysłowy** z fabrykami i kopalniami
- **rolniczy** z polami, sadami i wsiami.

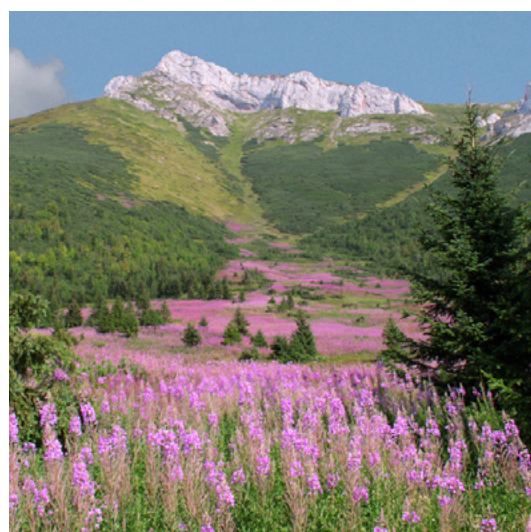


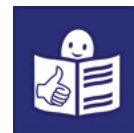
## 3. Krajobraz wysokogórski Tatr

Tatry to najwyższe polskie góry.

To część Karpat.

**Karpaty** to góry na terenie 8 państw w Europie. Między innymi Polski, Słowacji, Czech. Tatry mają **krajobraz wysokogórski**.





Tatry dzielimy na Tatry Wysokie i Tatry Zachodnie.

**Tatry Wysokie** to najwyższa część Tatr.

Mają głębokie doliny. Tatry mają też wzgórza.

**Wzgórza** to wypukły teren. Są niższe od gór.

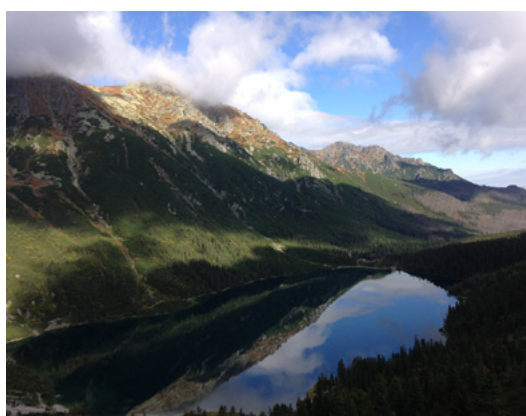
W Tatrach Wysokich jest dużo skał i mało roślin.



Tatry Wysokie mają jeziora górskie.

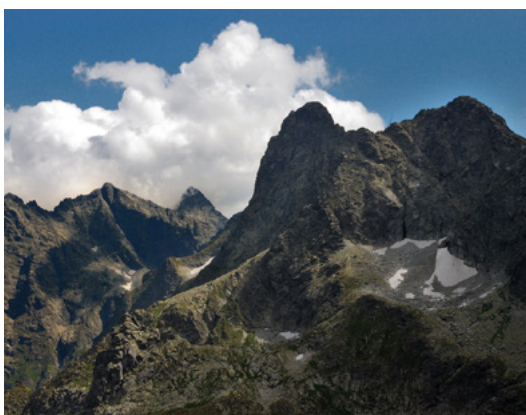
Jeziora górskie to stawy.

Największy staw Tatr Wysokich to **Morskie Oko**.



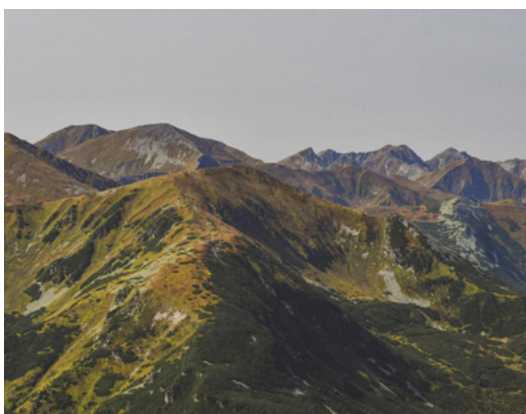
Najwyższy szczyt Tatr Wysokich w Polsce to **Risy**.

Risy mają **2499** metrów nad poziomem morza.



**Tatry Zachodnie** są niższe od Tatr Wysokich.

Tatry Zachodnie mają zaokrąglone wierzchołki.



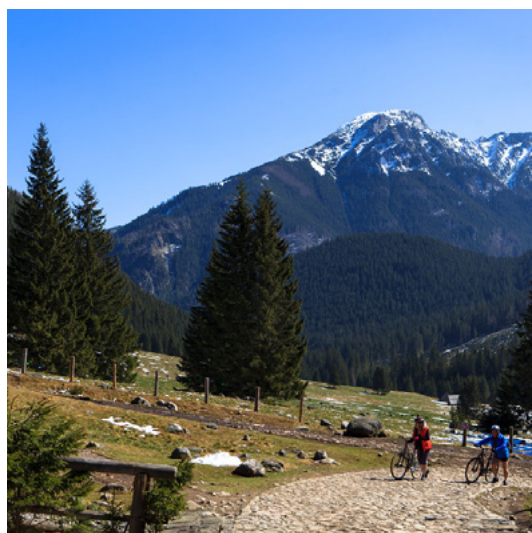




Tatry Zachodnie zbudowane są ze **skał wapiennych**.  
W skałach wapiennych jest dużo jaskiń.  
Największa jaskinia w Polsce to **Wielka Jaskinia Śnieżna**.



Tatry Zachodnie mają piękne doliny.  
Na przykład:  
– Dolina Chochołowska  
– Dolina Kościeliska.  
Na zdjęciu obok jest Dolina Chochołowska.



#### 4. Pogoda w Tatrach

Pogoda w Tatrach jest **zmienna**.  
Potrafi szybko się zmieniać.  
W jednej chwili świeci słońce, za chwilę wieje wiatr, pada deszcz lub śnieg.  
Pogodę w Tatrach trudno przewidzieć.





Gdy idziesz w Tatry ubierz się na cebulkę.

Czyli załóż:

- koszulkę z krótkim rękawkiem
- spodnie
- bluzę
- kurtkę przeciwdeszczową.

Kiedy wychodzisz w góry może być ładna pogoda.

Wysoko w górach może padać deszcz lub śnieg.



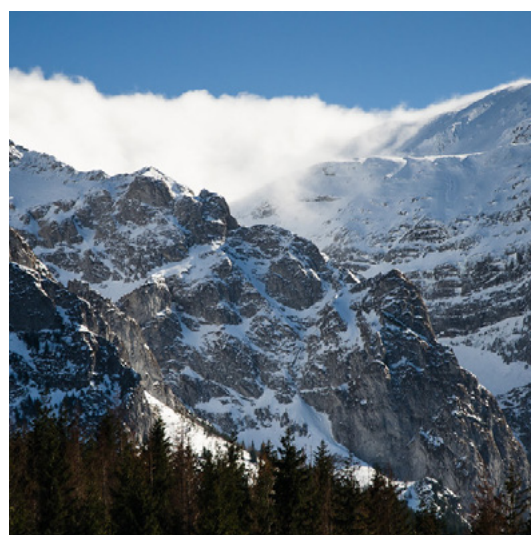
Wysoko w górach jest zimno.

Często wieje silny wiatr.

Na początku wiosny i jesienią wieje halny.

**Halny** to ciepły, porywisty wiatr.

Łamie drzewa, może zniszczyć domy.

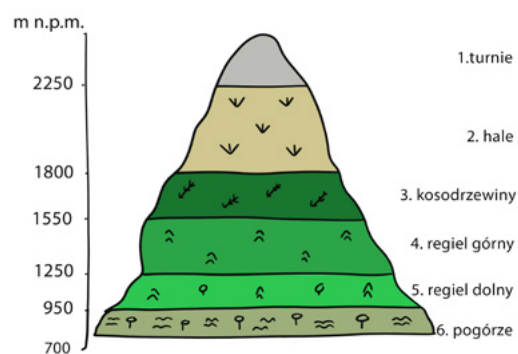


## 5. Roślinność w Tatrach

Rośliny w Tatrach rosną **piętrowo**.

Czyli rosną na różnych wysokościach w górach.

W Tatrach jest 6 pięter roślin.





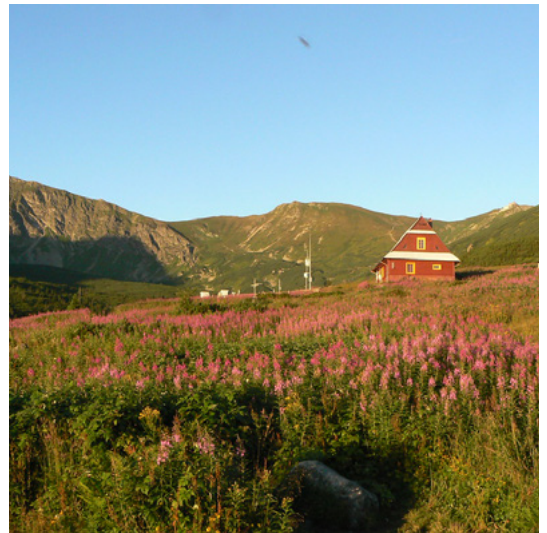
- Piętro 1 to **turnie**.

Turnie to najwyższe piętro.  
To szczyty gór. To tereny ze skałami.  
Rośnie tam mech. Taki jak w lesie.



- Piętro 2 to **hale**.

Hale to górskie łąki.  
Na halach rośnie trawa.



- Piętro 3 to **kosodrzewiny**.

Na kosodrzewinę mówi się też kosówka.  
Kosodrzewina to niski krzew iglasty.  
Ma szyszki i igły takie jak sosna.





- Piętro 4 to **regiel górny**.

W reglu górnym występują drzewa iglaste, głównie świerk.

Poniżej drzew jest runo leśne.

Runo leśne to głównie paprocie i mchy.



- Piętro 5 to **regiel dolny**.

Regiel dolny to drzewa mieszane.

To znaczy drzewa liściaste i iglaste.

Na przykład buk i sosna.



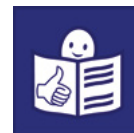
- Piętro 6 to **pogórze**.

Pogórze to pastwiska, czyli łąki.

Są nisko w górach.

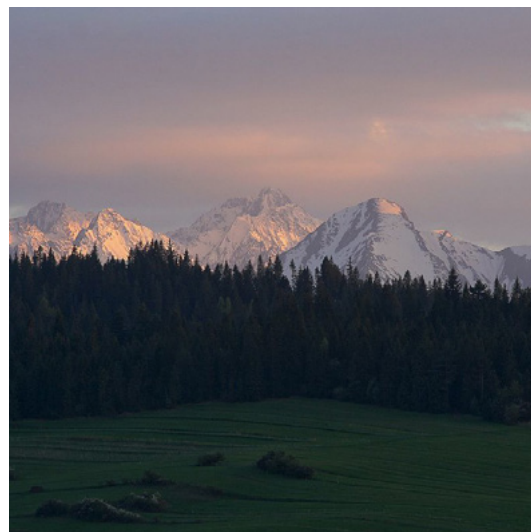
Na łąkach pasą się owce.





## 6. Z wizytą w Tatrach

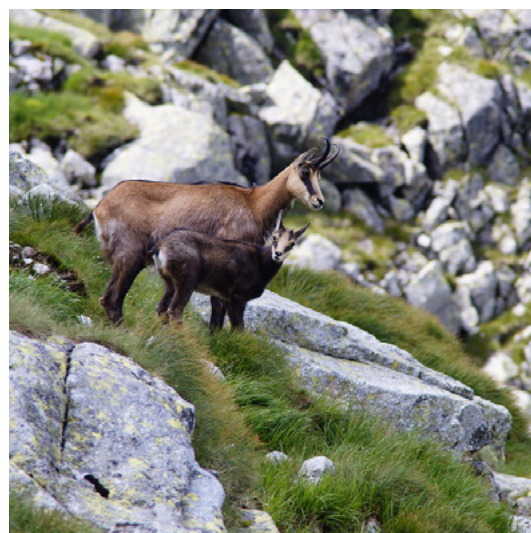
W Tatrach jest **Tatrzański Park Narodowy**. **Park narodowy** to teren z roślinami i zwierzętami. W parku narodowym rośliny i zwierzęta są pod ochroną. To znaczy, roślin nie wolno zrywać. Zwierząt nie wolno zabijać ani karmić.



W Tatrach żyją wyjątkowe zwierzęta. Na przykład **świstak tatrzański**. Jest wielkości dużego kota. Pokarm świstaka to górskie rośliny. Świstak mieszka w norze. Świstaków tatrzańskich jest bardzo mało. Dlatego są pod ochroną.

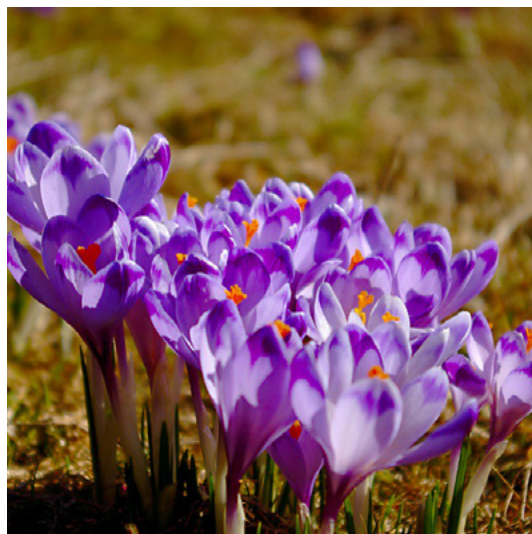


W Tatrach żyją **kozice tatrzańskie**. Kozice mają na głowie dość długie rogi. Są zwinne. Łatwo wspinają się po skałach. Ich pokarmem są górskie rośliny. Na przykład drzewa, jagody, ziola i mchy. Kozice są pod ochroną.





W Tatrach wiosną kwitną **krokusy**.  
Krokusy rosną w dolinach i na polanach.  
Są pod ochroną.  
Turyści często robią zdjęcia z krokusami.  
To bardzo piękne kwiaty.



W Tatrach jest góra **Giewont**.  
Na Giewont mówi się **Śpiący rycerz**.  
Górale tak nazwali Giewont.



W Tatrach jest **Kasprowy Wierch**.  
Kasprowy Wierch to szczyt na granicy  
Polski i Słowacji.  
Jest tam obserwatorium meteorologiczne.  
W obserwatorium naukowcy mierzą ilości  
deszczu i śniegu. Obserwują pogodę.  
Na Kasprowy Wierch możesz wjechać kolejką  
górką.





W Tatrach jest **Dolina Pięciu Stawów**.  
To miejsce, które musisz zobaczyć.  
Jest tam 5 pięknych stawów.  
Stawy leżą blisko siebie.  
Największy z nich to **Wielki Staw Polski**.



W Dolinie Pięciu Stawów jest też wodospad **Siklawa**.  
To najwyższy wodospad w Polsce.  
Ma wysokość 70 metrów.  
Jest tak wysoki, jak blok z 20 piętrami.



W Tatrach mieszkają **górale**.  
Górale mają ważne zwyczaje:  
– mówią gwara góralską.  
**Gwara** to rodzaj języka, jakim mówi się na określonym terenie.  
– mają swoje stroje ludowe,  
– grają wyjątkową muzykę.





Górale pasą owce na górskich halach.  
Robią oscypki.

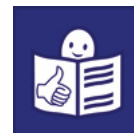
**Oscypek** to stony ser z owczego mleka.  
Ma ciekawe wzorki i rowki.



Najbliżej Tatr jest miasto ważne dla górali.  
To miasto nazywa się **Zakopane**.  
W Zakopanem są Krupówki.  
**Krupówki** to główna ulica w Zakopanem.  
Jest tam dużo sklepów i restauracji.  
Na Krupówkach kupisz pamiątki z gór.







## Licencje i linki do zdjęć

### Strona 4:

- 4.2 Ronja!, CC BY-NC-SA 2.0 license,  
<https://search.creativecommons.org/photos/00bb9822-81ce-41a1-b384-028b8ff73db3>
- 4.3 Ministerstwo Spraw Zagranicznych Republiki Pol, CC BY-NC 2.0 license,  
<https://search.creativecommons.org/photos/80f65b52-15d0-40b3-98d7-4e0339d3dc2e>

### Strona 5:

- 5.1 Lech Darski, CC BY-SA 4.0 license,  
<https://search.creativecommons.org/photos/296b3987-a134-4bdf-a923-d3c889d2981b>
- 5.2 Hejma, CC BY-NC-ND 2.0 license,  
<https://search.creativecommons.org/photos/b0c3b2ec-7744-4bbd-a069-3131346497a6>
- 5.3 TomLight Photography, CC BY-NC-ND 2.0 license,  
<https://search.creativecommons.org/photos/e434c482-1677-4428-bb91-6dbc15eb016c>
- 5.4 zdjęcie autorstwa Mateusza Wilczka

### Strona 6:

- 6.1 zdjęcie autorstwa Mateusza Wilczka
- 6.2 Lech Darski, CC BY-SA 3.0 license,  
<https://search.creativecommons.org/photos/9f1ba093-a909-491a-8eed-9e183d550b3f>
- 6.3 Stebulus, CC BY 2.0 license,  
<https://search.creativecommons.org/photos/60ad416a-35e2-4df5-8fe8-b5904e9c8a04>

### Strona 7:

- 7.1 Tambako the Jaguar, CC BY-ND 2.0 license,  
<https://search.creativecommons.org/photos/3811aa32-4a6d-43f1-b330-bb96fa00f2e8>
- 7.2 GringoPL, CC BY-SA 3.0 license,  
<https://search.creativecommons.org/photos/81cfe292-f507-4d72-af1f-e9a30cef69e2>
- 7.3 Peter Fend'a, CC BY-NC-ND 2.0 license,  
<https://search.creativecommons.org/photos/27272831-735e-4298-bedd-0c9323c42055>

### Strona 8:

- 8.1 Raini4, CC PDM 1.0 license,  
<https://search.creativecommons.org/photos/d66515c2-fc8d-4360-97f3-70e099484b5c>
- 8.2 Salgo1960, CC BY-ND 2.0 license,  
<https://search.creativecommons.org/photos/f1d10e54-7173-49cf-a3f0-85a91c4404e7>
- 8.3 gaetanku, CC BY-NC-SA 2.0 license,  
<https://search.creativecommons.org/photos/8af1b2cf-e8c6-4066-bbb9-1477a20d8abb>
- 8.4 zdjęcie autorstwa Mateusza Wilczka

### Strona 9:

- 9.1 Ministerstwo Spraw Zagranicznych Republiki Pol, CC BY-ND 2.0 license,  
<https://search.creativecommons.org/photos/9ce79fc2-d1d2-43ad-a15a-b33e904131da>
- 9.2 Ministerstwo Spraw Zagranicznych Republiki Pol, CC BY-NC 2.0 license,  
<https://search.creativecommons.org/photos/b4fa82b4-c8c3-45ed-8368-098eaeb43b07>
- 9.3 wwnorm, CC BY-NC-SA 2.0 license,  
<https://search.creativecommons.org/photos/76c1e2d0-d943-4007-868c-b848e474c703>



Strona 10:

- 10.1 TimWilson, CC BY 2.0 license,  
<https://search.creativecommons.org/photos/39df92cb-6369-46db-bb4b-c88524d49e46>
- 10.2 Piotr Manowiecki, CC BY-NC 2.0 license,  
<https://search.creativecommons.org/photos/7eeee3b0-22b9-41dd-81dd-0aad26329fc7>

Strona 11:

- 11.1 Jerzy Opióła, CC BY-SA 4.0 license,  
<https://search.creativecommons.org/photos/c44c38ae-7dfc-44f8-b160-431a592b8a63>
- 11.2 disordered design, CC BY-SA 2.0 license,  
<https://search.creativecommons.org/photos/df1a8566-3325-43ca-9863-4b89fc812e32>
- 11.3 Joanna Boise, CC BY-SA 4.0 license,  
<https://search.creativecommons.org/photos/c825a89c-a5c7-4463-8bf2-ba1b8e253f2c>

Strona 12:

- 12.1 Rrrodriigo, CC BY-NC 2.0 license,  
<https://search.creativecommons.org/photos/dd15c4d4-dd0f-40a9-bd6f-db6fee9169e2>
- 12.2 Buguslaw\_gerarg, CC BY-NC-SA 2.0 license,  
<https://search.creativecommons.org/photos/147cf603-0f06-44d5-a183-68781296c2dd>
- 12.3 Erik-Karits,  
<https://pixabay.com/pl/photos/owiec-trawa-zwierz%C4%85t-baranek-4797921/>

Strona 13:

- 13.1 Ministerstwo Spraw Zagranicznych Republiki Pol, CC BY-ND 2.0 license,  
<https://search.creativecommons.org/photos/acb356a7-65ab-466b-842b-059157b5614d>
- 13.2 arquez, CC BY-NC-ND 2.0 license,  
<https://search.creativecommons.org/photos/02d165bd-8ae8-4959-8fd8-2b22af2d6a33>
- 13.3 deoelaer, CC BY-NC 2.0 license,  
<https://search.creativecommons.org/photos/f6ab1cb1-b680-473a-9c8b-194ee1f1484d>

Strona 14:

- 14.1\*ljon, CC BY-NC-SA 2.0 license,  
<https://search.creativecommons.org/photos/06622c70-be79-4867-86f2-293f213a29f6>
- 14.2 - zdjęcie autorstwa Mateusza Wilczka
- 14.3 - zdjęcie autorstwa Mateusza Wilczka

Strona 15:

- 15.1 - zdjęcie autorstwa Mateusza Wilczka
- 15.2 - zdjęcie autorstwa Mateusza Wilczka
- 15.3 DrabikPany, CC BY 2.0 license,  
<https://search.creativecommons.org/photos/1483bcb9-9796-468f-8136-a32830039bce>

Strona 16:

- 16.1 Ministerstwo Spraw Zagranicznych Republiki Pol, CC BY-ND 2.0 license,  
<https://search.creativecommons.org/photos/26e0ae46-b665-47dc-8e27-82df6d48aacb>
- 16.2 Ministerstwo Spraw Zagranicznych Republiki Pol, CC BY-ND 2.0 license,  
<https://search.creativecommons.org/photos/bc55a944-206d-4149-9b00-b4897ab8b398>