

„Moje tijelo - što bi htjelo?“



# Kutak za roditelje/ odgojitelje

Priča „Moje tijelo – što bi htjelo” govori o cjelovitosti ljudskog organizma pri čemu se naglašava važnost različitih organa i njihove funkcije.

Tri prijatelja dolaze na istoimenu predstavu i susreću hodajuće „organe” koji s njima razgovaraju što im odgovara da bi bili zdravi, a na to se nadovezuje i predstava u kojoj organi glume uloge.

Cilj je ove priče ukazati na važnost ravnoteže aktivnosti i odmaranja, važnosti pijenja čiste vode, važnost boravka na svježem zraku i nepušenja , na funkcije pojedinih organa srce, pluća, mozak, želudac, bubrezi i dr.)

Kada dijete ne želi ići na spavanje, podsjetite ga da je mozak to tražio u priči, ili kada traži sokove, recite da bubrezi žele vodu , kada traži grickalice, recite da želudac želi odmor između obroka i sl.

Ako znate pjevati, možete uglazbiti stihove koje pjevaju organi i ponavljati ih kada želite utjecati na dijete.



„Moje tijelo - što bi htjelo?“



Danas je poseban dan za naša tri prijatelja: Evu, Dadu i Marka. U njihovom gradu gostuje lutkarsko kazalište na otvorenoj pozornici i Evini roditelji su obećali povesti sve troje djece zajedno na predstavu. Zapravo, provest će zajedno cijelu večer, jer predstava počinje u 17 sati u Parku Vatroslava Jagića, a potom će ići zajedno u restoran na večeru i na sladoled.



„Eva, požuri, jesi li spremna?“ - požurivala je Evu mama koja je već uzimala u ruke torbicu i provjeravala je li u njoj novčanik, dok je tata nervozno dodavao gas čekajući ih u autu spreman.

Eva se znala potpuno sama obući sada kad je proljeće i kad nije trebalo navlačiti štrample na noge, jer jedino oko toga je inače trebala maminu pomoć. Mama joj je samo pomogla oko odabira prave torbice. Odlučila se na crvenu torbicu sa slikom jednoroga koji je imao grivu u duginim bojama jer joj je ta dobro pristajala uz crvene tenisice i traperice.



U torbicu je stavila malo svog novca za počastiti prijatelje sladoledom, papirnate maramice, češalj, vitaminske bombončice i mali dječji parfem.

Uskoro trebaju pokupiti autom Dadu i Frana , koji su zapravo već čekali na ulici ispred Dadine kuće tako da je već izdaleka mogla vidjeti Frana kako joj maše rukom. Obuzdavao ih je Dadin tata koji je nakon onog nemilog događaja sa zlim strancem uvijek pratio Dadu i nije ga puštao samog na igralište niti na ulicu. ( o tome čitajte u priči „ Tri prijatelja i neobični stranac ”)



Uskoro su se svi zajedno odvezli u grad i parkirali u podzemnu garažu od koje je svega 5 minuta hodanja bilo udaljeno kazalište na otvorenom.



Već izdaleka je bilo jasno da će to biti poseban doživljaj jer ih je na ulazu u park dočekalo ni manje ni više nego "hodajuće srce".

„Lub -dub--- lub- dub  
---lub - dub---

Izvolite ovim putem na pozornicu" - kucalo je srce dok je rukom pokazivalo prema montažnim tribinama na drugoj strani parka.

Tamo je već puno djece sjedilo željno iščekujući početak predstave.

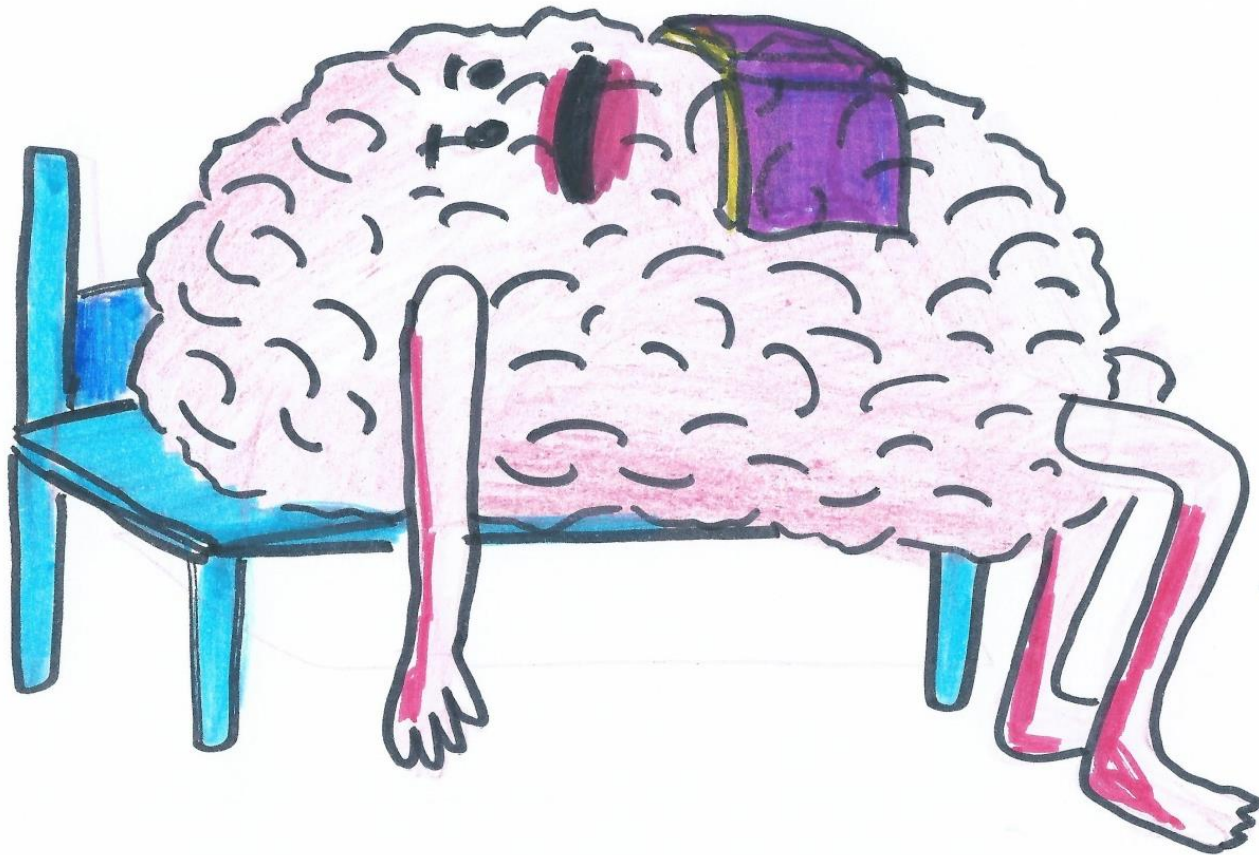




Dok su užurbano hodali prema tamo, na obližnjoj klupici je ležao Mozak koji je zijevajući rekao:

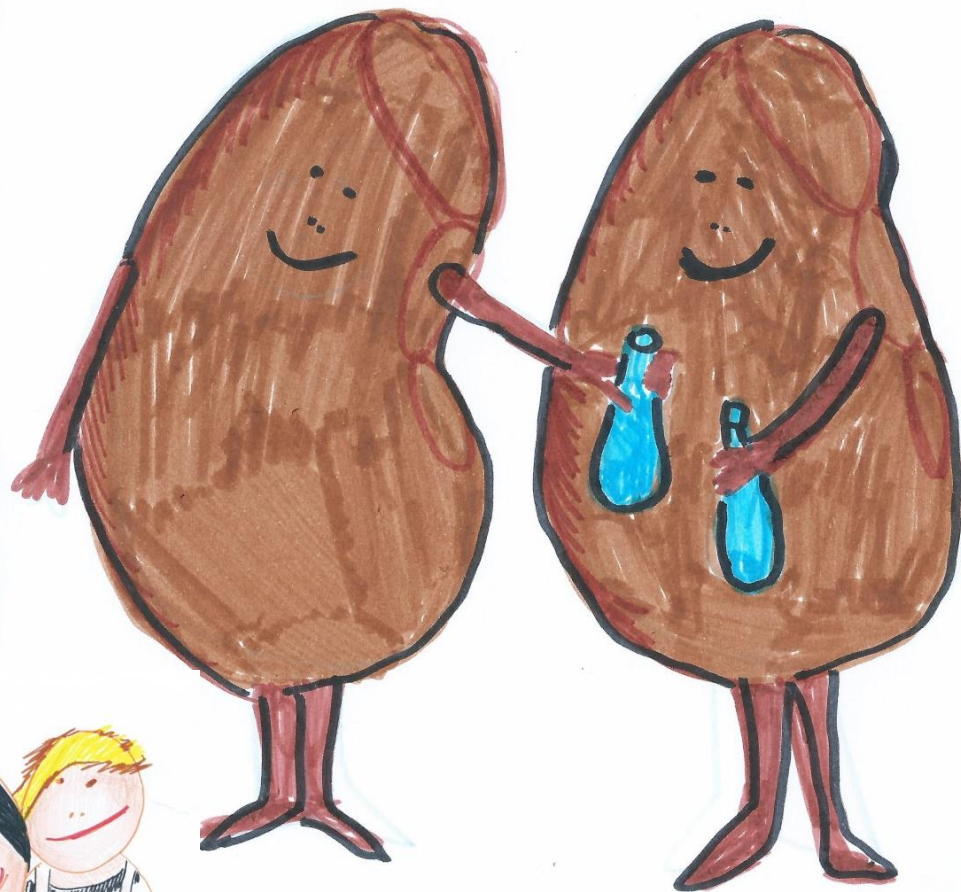
„Tiše malo ! - zar ne vidite da se odmaram?“

Djeca su se zahihotala jer mu je na trbuhu ležala otvorena knjiga kao baki kad zaspi na kauču, čitajući.



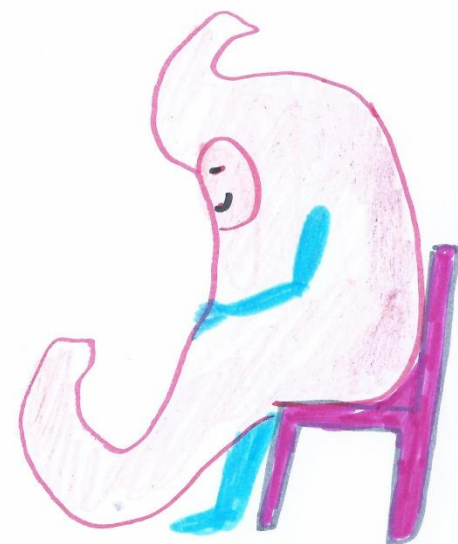
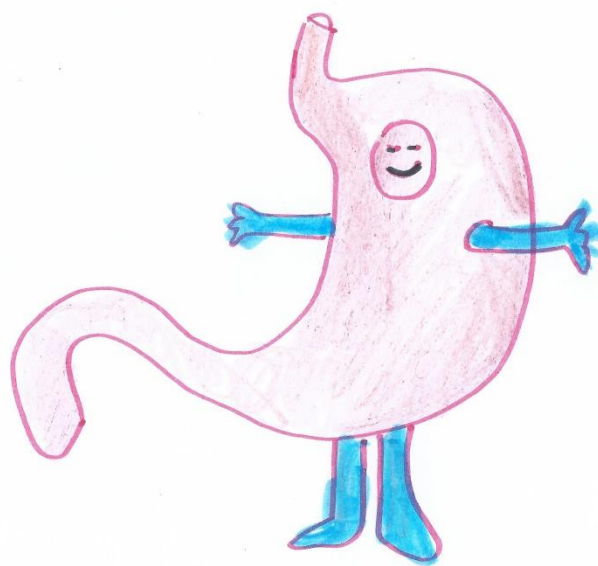
Na ulazu na tribine  
dočekali su ih dva  
Bubrega koji su  
svakom djetetu  
nudili bočicu s  
vodom.

„Svaki dan treba  
popiti 6 čaša čiste  
vode“ - dodali su  
dok su ih djeca  
začudo gledala.



Sjeli su u četvrti red , točno ispred želuca koji je sjedio u sredini petog reda, odmah iza njih. Hihotali su se i okretali gledajući u sjedeći Želudac . Kako su počeli vaditi iz torbe čips i kokice - nagnuo se prema njima i tiho dodao: „ Nemojte me trpati s tim! Auuu“ - bolno je zajaukao i počeo se svijati kao da ga boli - ni manje ni više nego - želudac.

„Ja trebam odmor između obroka, a za obrok pravu hranu, a ne te grickalice!“



Iz tog neobičnog prizora prenuo ih je početak predstave u kojoj su vi organi zajedno nastupili na pozornici s pjesmom:

„Moje tijelo - što bi htjelo?  
Moje tijelo bi plesat htjelo.  
Moje tijelo - što bi htjelo?  
Moje tijelo bi spavat htjelo.”

.. i tako su se izmjenjivali tekstovi i scene u kojima su organi razgovarali i prepirali se što svaki od njih želi:



Tako su se mišići zalagali za više kretanje, vježbanja, hodanja, a manje sjedenja pred televizorom ili kompjuterom.

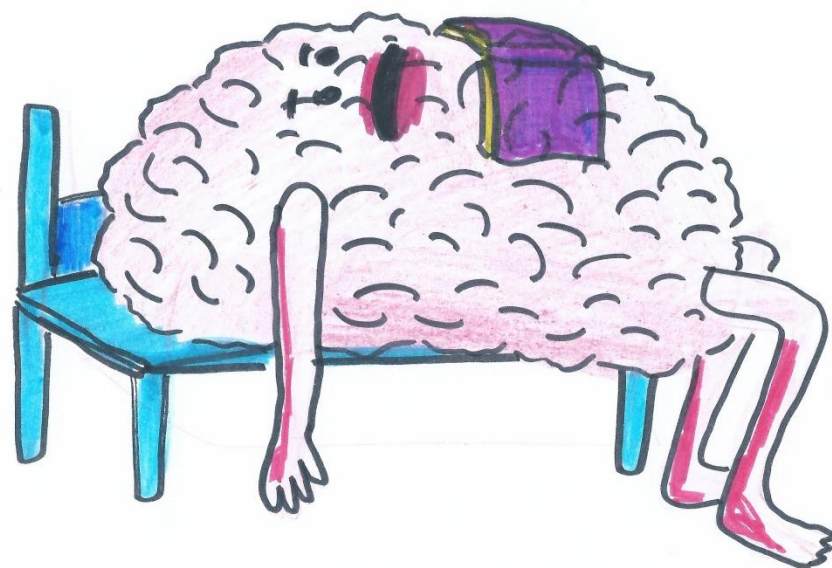
Mozak se zalagao za više odmora i spavanja te za više čitanja knjiga, učenja, računanja. Želio je i naučiti neki strani jezik i svirati bar jedan instrument.

Prsti na rukama su mu rekli neka se odluči da li hoće više rada ili više odmora jer je to samo po sebi suprotno.

*„Ne u mom slučaju, djeco!*

*- kod mene je rad i odmor jednako važan  
da bih bio i pametan i snažan!*

*Ja volim svakojako učenje - to mi nikad nije mučenje!”*

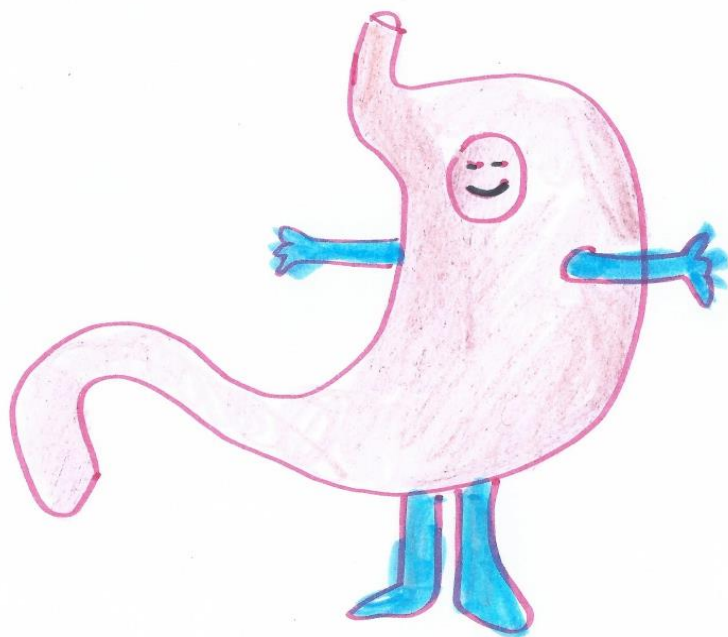




Srce je reklo da je od svega najvažnije što se jede, misleći pritom na puno voća i povrća, cjelovitih žitarica, oraščića i ribe, i da se dovoljno kreće.

*„Jedite svi ribu, žitarice,  
oraščiće, povrće i voće,  
Hodati, trčati,  
vježbati, plesati,  
Svakojako trenirati  
meni se uvijek hoće!”*

*Od masnoća ponajviše volim ulja,  
Svatko tko vam kaže drugačije  
- Draga djeco - taj vas mulja!”*



U tome ga je podržao i želudac, koji je naglasio da je važno da se jede na obroke kako bi on imao vremena da se između svakog jela malo odmori. Također je zamolio djecu da ne piju vodu dok jedu, nego pola sata prije jela, ili sat i pol nakon jela jer on mora najprije ispumpati svu vodu da bi se počeo baviti s hranom.

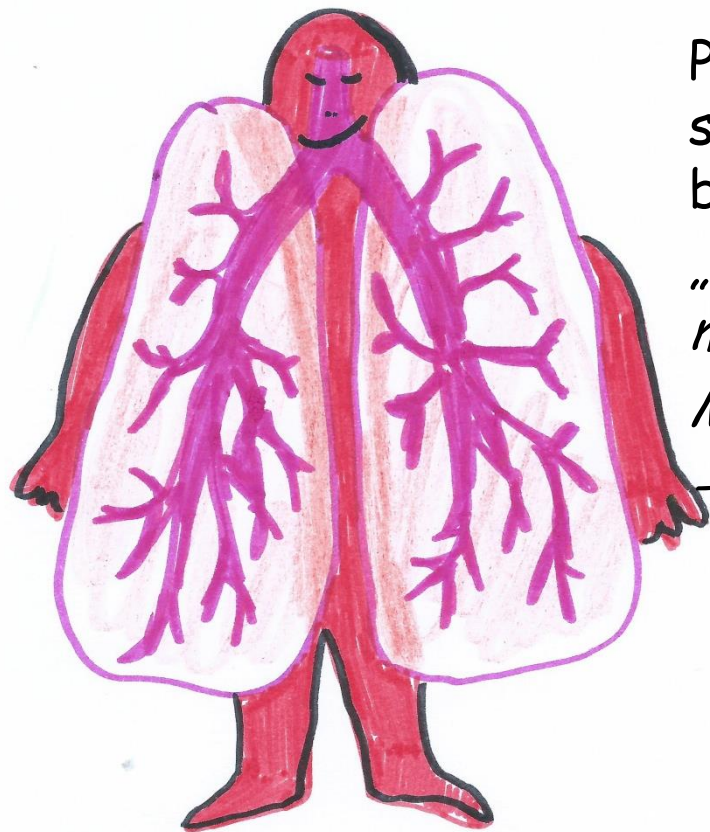
*„Ne pijte dok jedete, nego malo prije,*

*Ne stignem vodu pumpati dok hrana u meni vrije!*

*Dajte mi bar dva - tri sata mira*

*Dok se slijedeći obrok s mamom pažljivo bira!*

*Smoki, čips i kokice- ostavite po strani - dok god hrana iz mene nije vani!”*



Pluća zajedno s dušnicama su rekla da je od svega najvažnije boraviti na čistom zraku, bez zagađenja i bez duhanskog dima.

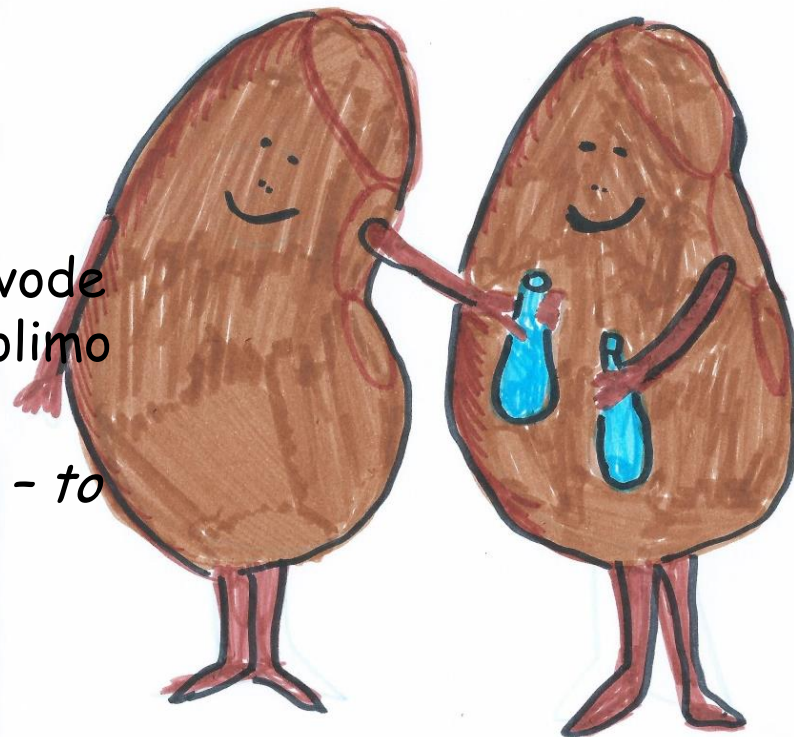
*„Nemojte nikada početi pušiti, jer ćete mene jednog potpuno zagušiti!*

*Molim Vas! Što dalje od cigaretnog dima - Vi djeco, koliko vas god ima!”*

Bubrezi su se založili za pijenje čiste vode i da je potrebno paziti da previše ne solimo hranu koju jedemo.

*„Najbolje je soljenku maknuti sa stola - to vam je djeco istina gola!*

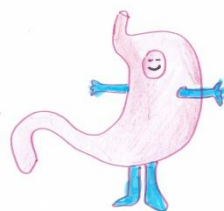
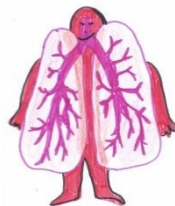
*Vodu pijte između obroka - to vam je, djeco, bolje i od soka!”*





I tako dalje...

Uglavnom, na kraju su organi i dijelovi tijela zaključili da jedni bez drugih ne mogu i da su svi u pravu te su zajedno zapjevali pjesmicu u kojoj su nabrajali: „Moje tijelo - što bi htjelo?... Završili su sloganom „Moje tijelo - bi sve to htjelo“ misleći na zdravu hranu, vježbanje, slikanje, pisanje, učenje, čist zrak, odmor i san te pijenje čiste vode.



Eva, Dado i Fran su bili jako zadovoljni predstavom , jer je bila zaista neobična, ali i zato što su neke stvari naučili.

I tako dok su razmišljali gdje će ići na večeru nakon predstave, odlučili su se :

- prošetati po gradu umjesto da se voze,
- naručili su laganu večeru u restoranu namjesto fast - fooda,
- boravili su na svježem zraku i vratili se ranije kući nego su planirali - kako bi mogli na vrijeme na spavanje i da im se odmori mozak.



