

PIŠE: Zoran Buhač, pedagog

Iako danas živimo u svijetu kada nam je znanje pristupačno i kada se količina znanja i nova znanja eksponencijalno povećavaju svakih nekoliko godina, postoji neki osjećaj da je sve što doista trebamo znati o životu i u životu koristiti od davnina poznato. Tako su stari Rimljani skovali izreku „Motus vita est!“, što bi u slobodnom prijevodu značilo: „Kretanje je život!“. Ta izreka je toliko stvarna danas kada nam se djeca sve manje kreću i sve ranije se utapaju u tjelesnu neaktivnost koja će tek kasnije rezultirati mnogim zdravstvenim teškoćama od koji je višak kilograma pa čak i pretilost najvažniji, ali jednako tako i sklonost oboljenjima, loš imunitet, poremećaji hranjenja, depresija, letargija, manjak motivacije i slično. Doktori koji proučavaju i prate pojavnost oboljenja na cijelom planetu danas dolaze do zaključka kako je sjedenje danas krivac za mnoga oboljenja. Neki idu toliko daleko da sjedenje proglašavaju i okidačem za epidemiju zloćudnih bolesti u posljednje vrijeme. Nešto za što je pušenje duhana bilo krivcem prije, danas je sjedenje. Ljudska smo bića, stvorena za kretanje, ako se ne krećemo i unutarnji organi slabije rade i sklone su oboljenjima. Da bi bili što zdraviji i opstali u ovom sjedilačkom svijetu, moramo se više kretati od što ranijih dana života. Djeca polaznici starije jasličke skupine se u ovoj aktivnosti kreću na mnoge načine i na taj način razvijaju potrebu i naviku za svakodnevnim kretanjem. Pogotovo u ove zimske dane kada se većina boravka u vrtiću svodi na aktivnosti u zatvorenom gdje je kretanje vrlo ograničeno.











