

SMIJEHOM DO ZDRAVLJA

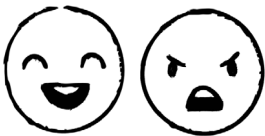
Ljubica Bačić Đuračković, Vukovar i Vojislav Đuračković, Negoslavci

Smijete li se svaki dan? Znete li koliko je smijeh zdrav? Znanstveno je dokazano da je smijeh najbolji lijek protiv mnogih bolesti, osobito protiv stresa koji je svakodnevno prisutan u našim životima. Bez obzira na jezik kojim govorite, smijeh je univerzalno sredstvo komunikacije. Da bismo njime komunicirali, treba samo imati pozitivan i optimističan pristup životu.

Indijski liječnik Madan Kataria utemeljio je 1998. godine Svjetski dan smijeha koji se slavi dva puta godišnje, 10. siječnja i 2. svibnja. Na taj je način htio potaknuti ljude da se što više smiju kako bi se osjećali bolje, zaboravili na stres, brige i depresiju te ojačali imunitet. Nije slučajno što je odabrao baš 10. siječnja jer se često kaže da je siječanj najdepresivniji mjesec u godini. Dugo traje, vrijeme je tmurno i hladno, a ljudi su fizički i financijski istrošeni. Preporuka liječnika i znanstvenika ja da se smijemo svaki dan jer smijeh izaziva posebne fiziološke promjene koje pomažu organizmu. S druge strane, ako je organizam pod stresom, povećava se razina kortizola i adrenalina, što može izazvati povišenje krvnog tlaka i začepljenje arterija.

Smijeh potiče stvaranje stanica koje u ljudskom organizmu uništavaju uzročnike različitih bolesti: tumorske stanice, bakterije, viruse i mikroorganizme. Prilikom jakog smijanja aktivira se više od 300 mišića lica, trbuha, dijafragme, leđa, nogu i ruku. Šire se i očne zjenice, a vrhovi prstiju postaju vlažni. Smijeh ima važnu ulogu u životu svakog čovjeka jer dovodi kisik u krvožilni sustav i potiče lučenje endorfina te poboljšava kemiju u ljudskom mozgu.

No, u kakvoj su vezi matematika i smijeh? Pokušat ćemo ovdje navesti primjere zadataka koji to opisuju. Neki podatci potrebni za rješavanje zadataka nalaze se u već navedenom tekstu.



1. Da bismo se nasmijali, potrebno je pokrenuti 17 mišića lica, dok su za mrštenje (ljutnju) potrebna 43 mišića lica. Što je lakše učiniti: nasmijati se ili naljutiti?
2. Ana se danas nasmijala 244 puta, dok se Ivan nasmijao 337 puta. Koliko su se puta ukupno nasmijali?
3. Djeca se u prosjeku nasmiju oko 300 puta dnevno. Koliko se puta nasmiju u godinu dana?
4. Ako se odrasli u prosjeku nasmiju oko 17 puta dnevno, koliko se puta nasmiju u jednom tjednu?
5. Jakov ima 11 godina te živi s mamom, tatom i mlađom sestrom. Koliko se puta u prosjeku dnevno nasmiju?
6. Prije koliko je godina utemeljen Svjetski dan smijeha?

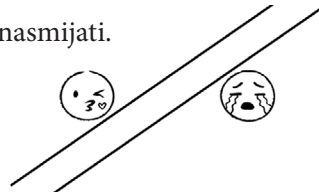


7. Ljudi su se nekad smijali u prosjeku 18 minuta dnevno. Koliko su vremena provodili u smijanju u jednoj prijestupnoj godini?
8. U 2019. godini svaki se čovjek smijao u prosjeku 2 190 minuta. Koliko se minuta smijao u jednome danu?
9. Je li godina utemeljenja Svjetskog dana smijeha bila prijestupna?
10. Sljedeći Svjetski dan smijeha obilježit ćemo 10. siječnja 2021. godine. Koliko iznosi zbroj brojeva koji predstavljaju dan, mjesec i godinu?

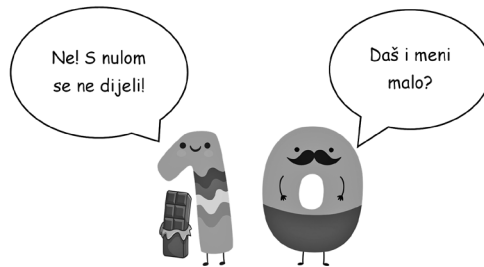


Tu su i matematički vicevi koji nas mogu nasmijati. Ovdje navodimo samo neke od njih.

- Znete li što je matematička tragedija? Dva paralelna pravca se zaljubila.



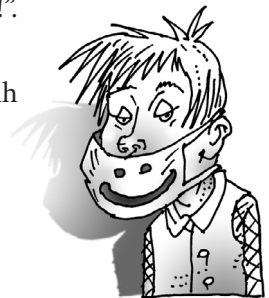
- Zašto se razlomak ne želi udati za decimalni broj? Jer bi se morao pretvarati.
-



- Plivaju minus i plus. Minus počinje tonuti i zazivati: „Upomoć, upomoć!!!”. Plus mu odgovara: „Tko ti je kriv kad si sav negativan.”
- Što je jedna knjiga iz matematike rekla drugoj? Ne gnjavi me. Imam i svojih problema!

Znatiželjnom čitatelju ostavljamo da pokuša riješiti zadatke, a svima ostalima da se bar nasmiju matematičkim šalama. Jer, kako je Victor Hugo rekao,

„Smijeh je sunce koje tjera zimu s ljudskog lica.”



Literatura:

1. <https://novosti.hr/svjetski-dan-smijeha/>
2. <https://www.educentar.net/Article/15505/Svjetski-je-dan-smijeha/>
3. <http://www.eduvizija.hr/portal/sadrzaj/djeluje-li-smijeh-na-ljudsko-zdravlje>
4. <https://www.weareteachers.com/math-jokes/>

Ilustracije:

1. www.pixabay.com
2. www.freepik.com

Rješenja zadataka provjerite na stranici 143.

