De Grote Lijflijkheid Show

**Categorieën:** Genre: Komedie, Leeftijd: Bovenbouw

# Introductie

In dit grappige theaterscript ontdekken Jasper en Emma de wereld van lijflijkheid. Ze leren hoe belangrijk het is om naar je lichaam te luisteren, met een flinke dosis humor!

# Karakters

* • Jasper: Een enthousiaste jongen die graag nieuwe dingen leert en alles met humor bekijkt.
* • Emma: Een slimme en nieuwsgierige meid die graag dingen uitprobeert maar soms wat te serieus kan zijn.

# Het Toneel

Het lokaal is eenvoudig, met twee stoelen in het midden, waar Emma en Jasper elkaar ontmoeten voor een grappige discussie over lijflijkheid.

# Script

[Jasper]: (lachend) Wist je dat je lichaam eigenlijk een soort fabriek is?  
[Emma]: (nieuwsgierig) Een fabriek? Dat klinkt interessant. Wat bedoel je?  
[Jasper]: (enthousiast) Nou, je armen en benen zijn de lopende band en je hersenen zijn de directeur!  
[Emma]: (glimlachend) Dus mijn neus is dan de rookuitlaat?  
[Jasper]: (lachend) Precies! En je maag is de kantine waar al het eten naartoe gaat.  
[Emma]: (nadenkend) Maar wat doen mijn tenen dan?  
[Jasper]: (grappend) Die zijn de beveiliging, ze houden je in balans!  
[Emma]: (grinnikend) Oké, dus als ik struikel, zijn ze ontslagen?  
[Jasper]: (lachend) Ja, dan moeten ze een cursus volgen!  
[Emma]: (serieus) Maar serieus, lijflijkheid is ook weten hoe je lichaam werkt, toch?  
[Jasper]: (knikkend) Ja, en luisteren naar je lichaam is superbelangrijk.  
[Emma]: (glimlachend) Zoals weten wanneer je moet rusten of juist bewegen.  
[Jasper]: (enthousiast) Precies! En ook weten wanneer je een grap moet maken.  
[Emma]: (lachend) Of wanneer je moet stoppen met grappen maken.  
[Jasper]: (doet alsof hij nadenkt) Hmmm, dat is moeilijk voor mij!  
[Emma]: (lachend) Dat had ik al door. Maar serieus, als we beter naar ons lichaam luisteren, zijn we gezonder.  
[Jasper]: (knikkend) En gelukkiger! Want dan weet je wat je wel en niet moet doen.  
[Emma]: (lachend) Zoals nu even ademhalen en genieten van het moment.  
[Jasper]: (glimlachend) Ja, en misschien nog een laatste grap maken?  
[Emma]: (lachend) Oké, vooruit dan. Maar dan stoppen we echt!  
[Jasper]: (grappend) Wat zei de ene voet tegen de andere?  
[Emma]: (lachend) Geen idee, wat?  
[Jasper]: (grappend) 'Blijf niet hangen, we moeten verder!'

# Regie-aanwijzingen

Gebruik veel bewegingen en gezichtsuitdrukkingen om de humor te benadrukken. Laat Jasper energiek en speels zijn, terwijl Emma meer nadenkend maar met een glimlach speelt.

# Leerdoelen

Leerlingen begrijpen het belang van lijflijkheid en hoe ze signalen van hun lichaam kunnen interpreteren. Het script bevordert bewustzijn over gezondheid en welzijn.