



Børn lærer meget gennem deres aktive ageren i verden.

Foto: Thomas Søndergaard

# Børn i bevægelse og leg



Af: Gudrun Gjesing, specialergoterapeut i børn

Børn har behov for kropslig leg – med kroppen i spil og i centrum i legen for at lære og udvikle sig varieret. Der er mindre plads og rum for kropslig leg i dag, end der var for en generation/et par generationer siden, og de måder, børn leger på i dag, har også ændret sig, specielt på baggrund af Playstation, Nintendo Wii, iPads og computerspil. Meget af børns leg i dag er enten voksenstyret og voksenovervåget, eller foregår i cyberspace.

Børn har også behov for den "ubundne eller frie" leg, hvor de udnytter og stimulerer deres kropskompetencer, hittepåsomhed og kreativitet.

Når børn leger og er kropslig aktive, er det som regel aktivitet, der er afgrænset i tid og rum, igangsat og styret af voksne. Herigennem bør vi sikre, at denne "bundne" legeform også giver næring til, at de bliver inspireret til selv at ville og selv at kunne lege også fri leg.

