



# Create challenge: Lær gennem leg

## Hvorfor nu?

Små børns hjerner udvikler sig hurtigere end på noget andet tidspunkt i livet - mere end 1 millioner neurale forbindelser i sekundet! Hver eneste oplevelse i deres tidligere år – fra de bånd de former til deres forældre eller omsorgsperson, til den mad de spiser, den luft de indånder og måden de leger og lærer på - opbygger børns hjerner, former deres personligheder, og udvikler deres immun- og stofskiftesystemer. Til gengæld former det de liv som de kommer til at leve som voksne.

## Hvorfor lege?

Børn udforsker deres verden gennem leg fra det øjeblik de bliver født. Tænk på titte bøj, en af de mest simple lege. Titte bøj finpudser deres motoriske evner og visuelle sporing, og hjælper babyer til at forstå at du stadig er der selvom du ikke er lige foran dem. Det er også super sjovt!

Leg er den naturlige måde hvorpå børn lærer. Og beviserne vokser for at leg hjælper børn til at mestre de færdigheder, de behøver for at trives i vores altid hurtige og konstant omskiftelige verden. Ved at få chancen for at tænke, forhandle, tilpasse sig til nye regler og prøve igen når alt ikke lige går efter planen, udvikler børn væsentlige færdigheder der vil vare hele livet.

Leg handler ikke kun om at lære. Det at lege sammen styrker også dit eget velvære som forælder, idet det hjælper dig med at knytte bånd til dit barn, til at møde dag til dag udfordringer fra et helt nyt og lysere perspektiv, og opbygger et stærkt fundament for mental sundhed og robusthed for dit barn.

Som forældre indser du måske ikke, at det at du konstant kommer på ideer, strategier, taktikker og manøvre for at komme igennem hverdagens udfordringer som forældre - fra det at blive klædt på, komme ud af døren, få mad på bordet og ned i maven, og komme i seng. Din udfordring igennem dagens meet-up er at afspejle din egen oplevelse og sætte et legende spin på din tilgang.

Og fordi forældreskab ikke er noget som man bør gøre alene, vil du i slutningen af dine to Meet-ups skulle dele et par af dine meget tiltrængte hjemmedyrkede ideer med det bredere forældresamfund på EasyPeasy - appen - forældre rundt om i verden takker dig allerede på forhånd!



**Så er du klar til at komme igang. Lad os begynde!**