

Lekens betydning



Leken er en viktig del av barnas liv. Gjennom lek utvikler de sosiale og fysiske ferdigheter, og opparbeider seg mestringsfølelse og selvtillit. Leken er også grunnlag for barnas vennskap med hverandre.

Leken har en sterk egenverdi for barnet.

Hvorfor er lek viktig for barn?

At barnet leker er i seg selv et sunnhetsstegn. Leken stimulerer ulike sider av barnets utvikling, både språklig, sosial og motorisk. Leken er med på å utvikle kreativiteten og evnen til å løse problemer. Gjennom lek og eksperimentering lærer barnet masse om hvordan verden fungerer. De lærer også hvordan de skal forholde seg til andre mennesker.

Hva kjennetegner lek?

Leken er frivillig og indremotivert. Barn kan ikke kommanderes til å leke, men kan gjerne hjelpes i gang av andre barn eller av voksne. Selv om barnet lærer masse gjennom leken, oppfatter barnet leken som noe hun gjør fordi hun har lyst og ikke fordi hun har et mål med det. Leken endrer seg gjennom barnets utvikling, og kan ha ulike uttrykk, som konstruksjonslek, rollelek eller øvelseslek.

Lek som grunnlag for trivsel

Gjennom leken formes de tette vennskapene mellom barna. Vennskap er viktig for at barna skal trives i barnehagen, og det er også med på å forhindre mobbing. Når barnet leker med andre, får de trening i å forhandle, finne fram til gode løsninger for alle, lytte til hverandre og ta hensyn.

Lek som kulturbærer

Leken er bærer av barnekulturen. I leken finner man spor av tiden barnet lever i og hvordan de påvirkes av samfunnet rundt. Leken blir som et spill av barnets oppvekstmiljø. I leken overføres også tradisjoner fra voksne til barn, eller fra eldre til yngre barn.



Ulike typer lek:

- ✓ Rollelek
- ✓ Fysisk lek
- ✓ Konstruksjonslek
- ✓ Regellek
- ✓ Sanglek
- ✓ Digitallek
- ✓ Øvelseslek
- ✓ Symbollek
- ✓ Sosiallek

Vil du vite mer?



ARTIKKEL

[Hvorfor er leken viktig for barn?](#)



ARTIKKEL

[Barnas lek er viktigere enn du tror](#)



DYBDE

[Lek og vennskap i barnehagen](#)

Relaterte artikler i Foreldrepulsen:

[Barns trivsel – voksnes ansvar >>](#)

[Vennskap mot mobbing >>](#)

[Språklek >>](#)



Kilder:
NDLA, Ulvund