

DIT IS WAT SPELEN DOET MET JE KINDERBREIN

Wat wist de altijd enthousiaste [Erik Scherder](#) (hoogleraar neuropsychologie en ambassadeur van [Jantje Beton](#)) iedereen te boeien over de functie van het kinderbrein en de kracht van spelen tijdens zijn webinar **'Waarom het kinderbrein wil spelen'**. Tijdens het LIVE webinar benoemde hij dat spelen voor kinderen zoveel meer betekent dan plezier hebben.

DIT ZIJN BELANGRIJKSTE PUNTEN VOLGENS ERIK SCHERDER:

- “(Buiten) spelen. Nieuwe dingen ontdekken. Telkens weer uitgedaagd worden én moeite moeten doen om iets nieuws te leren. Dat zijn de perfecte ingrediënten voor de ontwikkeling van het kinderbrein!”
- “Veel (buiten) spelen is niet alleen nu gezond voor kinderen. Het heeft ook een positieve impact op hun toekomstige ontwikkeling. Spelen bevordert de doorbloeding van de hersenen en stimuleert belangrijke cognitieve en sociale vaardigheden, creativiteit, omgaan met emoties en verlangens.”
- “Voor álle kinderen geldt dat zij zich in elk opzicht beter ontwikkelen door te spelen. Vervang op school eens een extra rekenles door buitenspelen en ravotten. Met elkaar op ontdekking gaan, ruzie maken, bijleggen en samen plezier hebben. Het is niet alleen leuk voor kinderen, het is ook heel leerzaam, het stimuleert de hersenontwikkeling en het helpt bij concentratie in de les.”
- “Spelen is altijd goed. Maar hoe groener de omgeving hoe beter. Zo wordt bijvoorbeeld piekeren beter geremd in de natuur dan in de stad. Een stadse omgeving is meer stressvol.”
- “Corona is niet de enige pandemie waarmee wij te maken hebben; een andere ernstige pandemie is fysieke inactiviteit, oftewel zitten. Het vermindert het afweersysteem en jaarlijks overlijden maar liefst 5,3 miljoen mensen aan ziektes gerelateerd aan zitten. Ook meer en meer kinderen zijn inactief: in 2016 hadden wereldwijd 41 miljoen kinderen tot vijf jaar overgewicht of obesitas. En nu komt daar ook nog eens corona bij... Laten wij de zit-pandemie doorbreken en nieuwe dingen blijven doen die uitdagend zijn en moeite kosten. Wij zijn het voorbeeld voor onze kinderen, fantastisch als wij samen deze missie kunnen uitdragen!”

Het #speelwebinar werd georganiseerd in het kader van het Power of Play-project van Jantje Beton en [Right To Play](#), mogelijk gemaakt door de Nationale Postcode Loterij.