



# Juego y espacio urbano

## Barcelona: ciudad jugable

**Emma Cortés Maurel**

Programa Ciudad Jugable, Institut de la Infància i l'Adolescència de Barcelona (IIAB)

Jugar es una actividad vital para el desarrollo saludable en la infancia y que genera bienestar a todas las edades. Una de las principales características del juego en el espacio público es que invita al movimiento y a la actividad física en compañía de otros niños y niñas. Los parques, las plazas o las calles peatonalizadas son espacios que permiten moverse, correr y desarrollar habilidades motrices que nos proporcionan los elementos de juego, entre otros.

### PALABRAS CLAVE

- JUEGO
- ACTIVIDAD FÍSICA
- AIRE LIBRE
- POLÍTICA PÚBLICA
- ESPACIO PÚBLICO



Programa Ciudad Jugable del Institut de la Infància i l'Adolescència de Barcelona

## EL ESPACIO URBANO, UNA OPORTUNIDAD PARA EL JUEGO

El espacio urbano es, o debería ser, uno de los espacios cotidianos de la infancia, pero, según Unicef (2019), los niños y niñas suelen estar en posiciones de mayor desventaja en el entorno urbanizado de una ciudad, porque estas se construyen por adultos y sus propias necesidades sin tener en cuenta a los menores de 18 años. Las calles, las plazas, y las zonas entre bloques que conforman nuestros municipios a menudo se convierten en lugares de paso, pensados, diseñados y usados meramente para ir de un lado a otro: a comprar, al trabajo, a lugares de ocio, etc. Pero esta función, si bien es necesaria, no puede ser la única que le demos al espacio urbano de nuestras ciudades y pueblos; porque renunciar al espacio público como lugar de encuentro, de ocio compartido, de relaciones, de vivencias y de conocimiento mutuo implica la construcción de ciudades impersonales que no generan vida comunitaria y la pérdida de oportunidad de usar espacios para actividades como la actividad física, jugar o las celebraciones populares y culturales, entre otras. Necesitamos generar relaciones vecinales y espacios de actividad en los que los niños y niñas estén incluidos. Para ello, hay que pensar un urbanismo para las actividades de vida cotidiana y no solo para la productividad.

Hace varios años que urbanistas como Jan Gehl o Janes Jacobs promueven un urbanismo a escala humana, que esté diseñado para las personas y no para los vehículos. Se trata de un modelo de ciudades inclusivas en las que el diseño urbano ponga en el centro a todas las personas: mujeres, personas mayores y también a los niños y las niñas. El proyecto «La ciudad de los niños», impulsado por el pedagogo italiano Francesco Tonnucci, se basa en dar un lugar de privilegio

a los niños en el diseño urbano y se le quita protagonismo al hombre adulto, blanco, de mediana edad y trabajador para el que se habían construido principalmente las ciudades (Tonnucci, 2015). El proyecto se basa en tres pilares fundamentales: el derecho al juego, la autonomía y la participación de la infancia en la gobernanza de la ciudad, que han sido inspiración para las ciudades que querían y quieren poner la infancia en el centro del diseño urbano. En España, la transformación urbana de la ciudad de Pontevedra es el proyecto más explícito inspirado en este paradigma (Ludantia, 2018),<sup>1</sup> así como la gran transformación que está haciendo Barcelona desde hace 8 años, como parte del proyecto «Barcelona: ciudad jugable».

Barcelona aprobó en 2019 el «Plan del juego en el espacio público con horizonte 2030»,<sup>2</sup> un ejemplo de política pública que favorece la actividad física al aire libre tanto para niños y niñas como también para toda la ciudadanía.

## EL JUEGO, UNA DE LAS ACTIVIDADES POR EXCELENCIA DE LA INFANCIA

Jugar es una necesidad humana vital y un derecho reconocido de niños, niñas y adolescentes por su importancia para el desarrollo. El Comité de los Derechos del Niño de Naciones Unidas lo define como «todo comportamien-

■  
**Las ciudades tienen que  
ofrecer espacios para jugar,  
porque el déficit de juego tiene  
consecuencias en el desarrollo  
saludable de la infancia**

to, actividad o proceso iniciado, controlado y estructurado por los mismos niños que puede pasar a cualquier lugar y cuando tengan la oportunidad». Jugar es una actividad voluntaria que responde a una motivación intrínseca, lo que la convierte en un fin en sí misma. La neurociencia y la antropología afirman que los niños y niñas juegan para aprender, pero, si bien el aprendizaje de competencias, conocimientos y habilidades es uno de los múltiples beneficios del juego, lo cierto es que los niños y niñas juegan por jugar, porque les divierte y juegan siempre que pueden, estén donde estén. Por ello, también han de poder jugar en el espacio público. Infancia y juego son un binomio indisoluble, y si queremos construir un entorno urbano para la infancia, hemos de construir ciudades más jugables.

Las ciudades tienen que ofrecer espacios para jugar, porque es un derecho, por su potencial como actividad educadora y también porque el déficit de juego tiene consecuencias en el desarrollo saludable de la infancia (National Institute for Play, 2023).<sup>3</sup> No nos referimos solamente a hacer más y mejores parques y áreas de juego, sino que el conjunto del espacio público permita una movilidad autónoma para los niños y las niñas, cuando alcanzan la madurez suficiente, en los espacios para jugar y en sus itinerarios cotidianos: de casa a la escuela, de escuela a la actividad extraescolar, de casa al parque, etc. Jugar y ejercer la autonomía son dos acciones fundamentales para el crecimiento y bienestar de los niños y niñas (IIAB, 2022), y ambas han de poder darse en el entorno urbano. Pero para que este juego y movilidad autónoma sean posibles, hay que repensar el urbanismo vigente y potenciar dinámicas sociales positivas en la ciudad.



Niños jugando diversos juegos en una calle pacificada

## UNA POLÍTICA PÚBLICA DE JUEGO EN EL ESPACIO PÚBLICO ES POSIBLE

La ciudad de Barcelona ha impulsado desde 2018 una política pública de juego en el espacio público. En este caso, no fueron solo los planteamientos de Tonnucci (2015) la inspiración para emprender esta nueva política, sino también modelos anglosajones que, desde hace varios años, llevaron a reflexionar sobre qué tipo de espacio necesitaban las ciudades para jugar y cómo se tenían que diseñar estos espacios. La estrategia «Barcelona: ciudad jugable», aunque es una política de juego en el espacio público muy reciente, ya se ha erigido como una política pionera e innovadora no solo en estrategias urbanas, sino también en las estrategias de intervención social.

El nivel de importancia que Barcelona da al juego en el espacio público se hace evidente si tenemos en cuenta que la estrategia de «ciudad jugable» se enmarca en la estrategia municipal Superilla Barcelona, que es el modelo de transformación urbana más importante de la ciudad después de la transformación para los Juegos

Olímpicos de 1992. «Ciudad jugable» también forma parte del modelo de «ciudad educadora», que reconoce el espacio público como un agente educador y que, por tanto, tiene que estar diseñado para maximizar las oportunidades de desarrollo de niños y niñas.

Barcelona ha hecho un giro conceptual sobre lo que significa promover el juego en la ciudad. A partir de la aprobación del «Plan del juego en el espacio público con horizonte 2030», la ciudad ha generado un nuevo marco conceptual en el que se tienen en cuenta las necesidades y visiones de la infancia, pensando en toda la ciudadanía, y que va más allá de los parques infantiles. Se ha incorporado el concepto de la «jugabilidad» a la hora de planificar el espacio público y se lo ha hecho identificando las tres capas de la infraestructura lúdica de una ciudad jugable:

- 1 Las áreas de juego y los patios escolares
- 2 Los entornos escolares y los espacios lúdicos en jardines y plazas
- 3 Elementos de la ciudad: calles peatonales, pistas deportivas abiertas, *skate parks*, playas, bosques, etc.



Niños saltando en las camas elásticas en el Parque Central de Nou Barris (Barcelona)

Pero, más allá de ampliar la mirada y concebir todo el espacio público como potencialmente jugable, ¿cuáles son los criterios para considerar que una ciudad es jugable? En Barcelona, se han formulado y concretado los siete criterios de calidad para diseñar espacios de juego en una ciudad jugable:

- Ofrecer múltiples propuestas de juegos creativos y con retos para el desarrollo saludable de niños, niñas y adolescentes
- El espacio físico diverso, estimulante, versátil, conectado y accesible
- Los espacios de juego inclusivos por edades, géneros, orígenes y diferentes capacidades
- Contacto con la naturaleza y la posibilidad de jugar con elementos naturales, como la vegetación, el agua y la arena
- El juego compartido, intergeneracional y colaborativo
- Lugares de encuentro y convivencia comunitaria (más allá del juego)
- Ecosistemas lúdicos y entorno seguro y jugable

La ciudad jugable no se puede construir solo con intervenciones urbanas, que, si bien son necesarias, no son suficientes. Por eso, el «Plan del juego en el espacio público con horizonte 2030» se estructura en tres ejes:

- Actuaciones en la infraestructura lúdica
- Programas de fomento del juego al aire libre
- Una nueva visión del juego que hay que comunicar a la ciudadanía.

El plan identifica 14 objetivos y 63 actuaciones, entre ellas, 10 proyectos tractoros que tienen que ver con la retirada de carteles que indican que está prohibido jugar a pelota, priorizar el juego en las calles y plazas de la ciudad, transformar los patios de los colegios, proteger los entornos escolares y apoyar en el juego los niños y niñas con diversidad funcional, entre otros.



Parte del éxito de «Barcelona: ciudad jugable» es que esta política ha arraigado en el seno de la gobernanza municipal porque se plantea el reto del déficit de juego libre al aire libre no solo como un reto unidimensional (ofrecer espacios de diversión y esparcimiento adecuados para la infancia en la ciudad), sino como la posibilidad de dar respuesta a 4 retos mayores que son de la infancia, pero también de toda la ciudadanía.

En primer lugar, el reto de dar cumplimiento al derecho a jugar, un derecho específico de la infancia reconocido en la Convención de los Derechos del Niño de las Naciones Unidas. En segundo lugar, la necesidad de fomentar la vida comunitaria, ya que, a través del juego con otros niños y niñas, también se fomenta las relaciones entre los adultos que acompañan el juego. En tercer lugar, el reto de renaturalizar las ciudades para hacerlas más saludables, un reto que con la ciudad jugable se puede contribuir a resolver; porque, si queremos ciudades mejores para jugar, será imprescindible que pacifiquemos las calles, minimizando el tráfico con vehículo motorizado y ampliando la vegetación y los elementos naturales. En cuarto lugar, el reto de promover el desarrollo saludable de la infancia y de toda la población, aprovechando todo el potencial del juego, en especial del juego libre compartido, para la adquisición de competencias y habilidades cognitivas, sociales, afectivas y motrices.

## BENEFICIOS DEL JUEGO EN EL ESPACIO PÚBLICO

Jugar tiene múltiples beneficios en la infancia: conlleva el ejercicio de autonomía y de actividad física, mental o emocional, adoptando infinitas formas que se adaptan y cambian en el transcurso de la infancia y que se puede alargar y variar en

## Hay habilidades sociales y emocionales fundamentales para la vida que se aprenden mejor jugando



todas las etapas del ciclo vital. Además, el hecho de jugar se vincula con la diversión, la incertidumbre, el desafío, la creatividad, la flexibilidad, la libertad y la no productividad. Todos estos factores juntos constituyen el principal motivo por el que jugar es una actividad que provoca disfrute y placer.

Además, hay habilidades sociales y emocionales fundamentales para la vida que se aprenden mejor jugando, porque el juego es una vivencia corporal y emocional que requiere implicación y participación. Todas ellas son estrategias primordiales para la adquisición de aprendizajes significativos. Jugar es una actividad muy seria en la que las personas ponen en práctica todas sus capacidades y recursos para conseguir el objetivo marcado, es decir, supone aceptar y superar retos. Mientras se juega, se pone en acción de forma voluntaria la capacidad de conquista y superación personales. Se deben aceptar el éxito y también el fracaso, que se convierten en la clave para el desarrollo de la confianza y la autoestima y la gestión de la frustración.

El juego al aire libre se caracteriza por permitir que se juegue en grandes espacios abiertos. Este aspecto es de gran importancia, como el encuentro con otros niños y niñas. En el espacio público, se pueden hacer juegos en grupo, ya sean de movimiento (como jugar a pillar, jugar a pelota, saltar a la comba, al escondite, etc.) como juegos más tranquilos de rol o de experi-



Niños y niñas jugando en una zona pacificada

mentación. De hecho, la pandemia de covid-19, con las consiguientes restricciones del espacio público, pusieron en evidencia más que nunca cómo el espacio público permite a las personas realizar actividades que en espacios privados y en espacios cerrados es imposible realizar. ¿Dónde se podían columpiar o escalar los niños que estuvieron encerrados en sus casas? ¿Cómo jugar con otros niños y niñas si no tenían hermanos o solo uno? ¿Pudieron correr? Evidentemente, quienes vivían en pisos pequeños o incluso en habitaciones no pudieron. De hecho, en aquellos meses se les privó de realizar actividad física vital para su desarrollo. Las condiciones físicas de las plazas, los parques y la calle en general (hablamos del tamaño, contacto con el sol, el aire, los elementos de juego, etc.) invitan al movimiento, a correr, a hacer ejercicio aeróbico, actividad motriz de intensidad alta. Y justamente esta vinculación entre el juego y la actividad motriz es una razón más para promoverlo, ya que el juego al aire libre ayuda a mejorar la salud. Promover el juego significa también combatir los alarmantes índices de obesidad infantil, el senderismo y el pantallismo. Así lo recomiendan las Naciones Unidas y la Sociedad Catalana de Pediatría.

Como nos señala Tonucci (2015), el juego es una actividad libre, gratuita y placentera, por lo que no se puede obligar a jugar. En la misma línea, la neurociencia muestra que las actividades que se hacen producen emociones positivas, ya que es cuando más conexiones neuronales se producen y se generan mejores aprendizajes, así pues, cuanto más enriquecedoras sean estas actividades, mejores aprendizajes proporcionarán, y no solo en referencia a aprendizajes más cognitivos, sino también motrices. Hacer una carrera por obligación nunca es tan placentero como hacerla en el marco del juego libre. De esta forma, el niño que corre en un pilla-pilla no siente que le juzgarán por sus tiempos y su rapidez, solamente siente que se ha de poner a prueba con el resto de sus compañeros. Y lo hará en la intensidad que él decida, probando con ensayo y error: si el objetivo es inalcanzable, él mismo rebajará sus expectativas y si lo alcanza con facilidad, él mismo buscará una mayor dificultad. ¿Quién no ha decidido columpiarse de pie cuando sentado le parece demasiado fácil? También hay muchas habilidades motrices que los niños y niñas pueden desarrollar si tienen elementos que se lo faciliten. Aunque cierto es que ellos hacen equilibrios en los bordillos de las aceras o en las repisas de cualquier muro de la calle, no les permitiremos subirse a un muro de tres metros, por ejemplo, pero sí a una pirámide de cuerdas que, de forma segura, los invite a superarse y a subir cada vez más alto. Además, hay actividades, como columpiarse, balancearse o lanzarse por una tiroлина, que necesitan de un elemento pensado para ello. Poder realizar estas actividades les permite realizar la actividad física desde el placer, ya que están jugando. Y si la pasan bien, seguramente, repiten. Pues de eso se trata, de que tengamos un espacio público que favorezca el juego activo y en compañía de más niños y niñas. Jugar no es un

entrenamiento para el deporte o la actividad física, sino que jugar al aire libre es actividad física.

Es relevante subrayar que los parques, sobre todo si están bien diseñados, proporcionan a la infancia múltiples oportunidades de desarrollo físico, oportunidades que, especialmente para los niños y niñas en situaciones más desfavorecidas, son únicas, porque no todas las familias podrán salir de la ciudad para ir al monte rodeados de naturaleza o podrán pagar la entrada para un parque de aventura lleno de juegos de escalada, equilibrios y tirolinas. Pero, si las ciudades y pueblos se lo ofrecen de forma gratuita a toda la población, nadie quedará excluido de poner a prueba sus habilidades. Así pues, el espacio público, si está pensado para favorecer el juego y la actividad física, es un igualador de oportunidades de juego y de salud en la infancia.

Se trata de pensar en que no solo los parques, sino toda la ciudad favorezca el desarrollo saludable y la actividad física. El movimiento «Entornos escolares seguros y saludables», que ha surgido en España para la conversión de los entornos escolares en áreas de protección de la salud de la infancia, señala en sus estudios cómo el hecho de ir andando a pie o en bici al colegio se configura como una de las actividades clave para ejercer diariamente actividad física. Está claro que, para que así sea, las condiciones urbanísticas tienen que permitirlo. Hace falta que haya calles pacificadas, seguras, sin tráfico, con vida comunitaria saludable, sin conflictividad social y con vegetación para generar bienestar. Además, si hay pistas deportivas abiertas, los niños y adolescentes podrán organizar juegos de equipo con pelota autogestionados, si pueden ir a un *skate park* para jugar con sus bicis, patines o patinetes o los recientes circuitos de *parkour*, la ciudad les

## Los parques, sobre todo si están bien diseñados, proporcionan a la infancia múltiples oportunidades de desarrollo físico



ofrecerá aún más retos, sobre todo, a los mayores de 8 años, que a veces dejan de encontrar atractivo de ir a jugar en los parques infantiles, y si son adolescentes o jóvenes, los elementos de calistenia les ofrecerán la posibilidad de ejercitar su condición física de forma gratuita (aunque no consideremos estos elementos como espacio de juego, pero sí de actividad física).

## A MODO DE CONCLUSIÓN

Promover el juego al aire libre en el espacio público de las ciudades es una forma de garantizar el derecho al juego de la infancia y, a la vez, una estrategia para afrontar retos que van más allá estrictamente del juego. Puesto que hay una vinculación clara entre juego y actividad motriz de intensidad alta, promover el juego al aire libre ayuda a mejorar la salud: combate los alarmantes índices de obesidad infantil, el sedentarismo y el excesivo uso de pantallas.

Para que los niños y las niñas puedan jugar al aire libre, hay que diseñar y planificar las ciudades pensando en sus necesidades. Pero no basta con poner un tobogán en cada esquina, sino que las áreas de juego se tienen que planificar según criterios de ciudad jugable, es decir, que ofrezcan múltiples propuestas de juegos creativos y con retos; que sean diversas, estimulantes y versátiles; que permitan juegos inclusivos de todas las

infancias; que ofrezcan contacto con la naturaleza, juegos compartidos e intergeneracionales, y que sean lugares de encuentro y convivencia más allá del juego. Pero no solamente esto, hay que pensar las ciudades como un entramado de ecosistemas lúdicos, asumiendo que los niños y las niñas no solamente juegan en una o varias áreas de juego, sino que juegan siempre que pueden donde quiera que estén. Así, toda la ciudad, con sus calles, aceras, parques, plazas, etc., tiene que estar pensada no solamente para ir de un lado a otro o para satisfacer las necesidades productivas de las personas adultas, sino, sobre todo, para que sean amables con la infancia. Una ciudad jugable, que permite no solamente el juego al aire libre, sino también la movilidad autónoma y segura de niños y niñas en sus trayectos cotidianos es una ciudad mejor para toda la ciudadanía, dado que favorece la salud y la vida comunitaria para todos.<sup>4</sup> ◀

## Notas

1. <https://bit.ly/44tzgg2>
2. <https://bit.ly/43mTW8q>
3. [www.nifplay.org](http://www.nifplay.org)
4. <https://bit.ly/43iV50H>

## Referencias bibliográficas

- Tonnucci, F. (2015). *La ciudad de los niños*. Graó.
- Unicef (2019). *Construyendo el entorno urbano para niños y niñas*. Unicef. <https://bit.ly/3PL0dYx>

## Dirección de contacto

Emma Cortés Maurel

Programa Ciudad Jugable, Institut de la Infància i l'Adolescència de Barcelona (IIAB)  
[info@institutinfancia.cat](mailto:info@institutinfancia.cat)

Este artículo fue solicitado por TÁNDEM. DIDÁCTICA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA en marzo de 2023 y aceptado en junio de 2023 para su publicación.

## Educación física y valores: educando en un mundo complejo

### 31 propuestas para los centros escolares

**Marta Carranza, Josep M. Mora**

El presente libro nos aporta nuevas formas de abordar el área de educación física en el contexto del mundo que nos rodea, un mundo complejo. ¿Cuáles son las prioridades educativas del siglo XXI? ¿Cómo se aborda la educación emocional y volitiva? ¿Cuáles son los valores más fáciles de potenciar desde el área de educación física? El libro ofrece gran cantidad de ejemplos que ayudan a conseguir el justo equilibrio entre la reflexión y la actuación, entre la teoría y la práctica, en definitiva, entre lo que se dice y lo que se hace.

**GASTOS DE ENVÍO GRATIS**  
 Península (mínimo 10€)




Hurtado, 29. 08022 Barcelona


[amacias@grao.com](mailto:amacias@grao.com)


[www.grao.com](http://www.grao.com)


934 080 464