

artículo

ÁREAS DE JUEGO NATURALES

Robin C. Moore
Profesor de Paisajismo.
Director de la Natural Learning Initiative
Professor of Landscape Architecture.
Director of Natural Learning Initiative



Naturaleza, infancia y creatividad

La niñez es un proceso holístico, diferente para cada niño. A parte de la escuela, muchos niños necesitan ambientes prácticos y alternativos de juego y aprendizaje que se ajusten a sus diferentes estilos de aprendizaje. Debido a que la educación pública no da la suficiente prioridad a la vida social del niño o a su necesidad de creatividad y expresión emocional, se deben encontrar nuevas oportunidades para desarrollar sus talentos individuales con el fin de ofrecer a la sociedad una inteligencia práctica capaz de resolver problemas y un medio para la realización de las vidas individuales.

¿Dónde puede florecer esta vida creativa y expresiva de los niños? Un número creciente de estudios científicos demuestran que los espacios verdes urbanos pueden servir a estas necesidades cruciales de desarrollo así como apoyar un crecimiento saludable de los niños reduciendo el tiempo sedentario en casa.

Un nuevo papel para los paisajistas

Los parques, espacios verdes, zonas escolares y otros espacios vecinales tienen el potencial de motivar a los niños a aprender a través (y sobre) del entorno natural y de servir como antídoto contra los estilos de vida menos saludables. El papel del paisajista es el de hacer estos espacios lo suficientemente atractivos para "arrastrar" a los niños (y los adultos que los acompañan) al exterior desde una edad muy temprana para que desde el principio, los niños crezcan con entusiasmo por la naturaleza.

Como paisajistas y diseñadores urbanos podemos imaginar barrios en los que se diseñan redes de "infraestructuras verdes adaptadas a los niños" para motivarles a los niños a que exploren, descubran y aprendan sobre el mundo en el que viven y realicen actividades saludables y físicas. Los diferentes estudios demuestran que los parques y otros espacios verdes ofrecen a los niños una identidad propia y una sensación de lugar al que pertenecen como antídoto contra la alienación social, el vandalismo y la violencia. Los espacios verdes involucran a los niños en un aprendizaje informal basado en las experiencias a través del juego, lo que establece las bases para una educación formal efectiva. A través del diseño, los espacios verdes ofrecen un vehículo para la participación del niño en el desarrollo de la comunidad y los ejercita en ciudadanía y

democracia. Un mayor apego emocional por la naturaleza y un mayor entendimiento del mundo natural puede aumentar la pasión de los niños por una conciencia medioambiental a largo plazo como adultos.

Los niños y el movimiento natural

La publicación en el 2006 del libro de Richard Louv 'Last Child in the Woods' (El último Niño en los Bosques), dio comienzo a un movimiento por los niños y la naturaleza en los Estados Unidos, lo que propició la creación de zonas de juego naturales utilizando agua, tierra, troncos huecos, piedras, árboles, arbustos, hierba y otras plantas que fomentan una interacción práctica. Para satisfacer las preocupaciones paternas sobre seguridad, las zonas de juego y didácticas se desarrollan en lugares accesibles como parques de barrio, terrenos escolares, guarderías, jardines botánicos, zoos y museos de los niños.¹

La esencia de las zonas de juego y didácticas naturales es la libertad de expresión y de creatividad permitiendo que los niños puedan trabajar juntos, utilizando materiales que nos ofrece la naturaleza para crear artefactos. Materiales básicos como la tierra, el agua, la hierba, ramas y palos estimulan la inspiración de los niños permitiéndoles dar forma a su propio mundo. Las tradiciones culturales locales se expresan mediante formas naturales: hojas tropicales, adobe,



◀ Kids Together Playground, Town of Cary, North Carolina, USA. Robin Moore + Little and Little Landscape Architects.

Equipamiento de juego integrado en el elemento natural (NLI)
Play equipment integrated into natural elements (NLI).

◀ Laberinto de gramíneas (NLI)
Grass maze setting (NLI).

article

NATURAL PLAYGROUNDS

Nature, childhood, and creativity

Childhood is a holistic process, different for each child. Besides classrooms, many children need alternative, hands-on play-and-learning environments to match their varied learning styles. As public education often does not emphasize the social life of children or their need for creativity and emotional expression, new opportunities must be found for developing individual talents to provide society with practical, problem-solving intelligence as well as fulfillment of individual lives.

Where can this creative, expressive life of children flourish? An ever-increasing amount of scientific research demonstrates that urban green spaces can serve these crucial developmental needs as well as support healthy development of children by reducing sedentary time indoors.

A new role for landscape architects

Parks, greenways, schoolgrounds and other neighbourhood spaces have the potential to motivate children to learn through (and about) the natural environment and to serve as an antidote to unhealthy lifestyle trends. The task of landscape architects is to make these spaces compelling enough to “pull” children (AND accompanying adults) outdoors from a very early age so that from the beginning, children grow up with enthusiasm for nature.

As landscape architects and urban designers, we can imagine neighborhoods where networks of “child-friendly green infrastructure” are designed to motivate children to explore, discover, and learn about their world and to engage in health-promoting, physical activity. Research shows that parks and other green spaces offer children self-identity, and a sense of place and belonging as an antidote to social alienation, vandalism, and violence. Green spaces engage children in informal, experiential learning through play, which lays the foundation for effective formal education. Through design, green spaces offer a vehicle for children’s participation in community development, and exercises in citizenship and democracy. Deeper emotional attachment to nature and increased understanding of the natural world by chil-

dren can increase passion for long-term environmental stewardship as adults.

The children and nature movement

The 2006 publication of Richard Louv’s *Last Child in the Woods*, started a children and nature movement in the United States, which includes the creation of natural play areas using water, earth, hollowed-out logs, stones, trees, shrubs, grass, and other plants that encourage hands-on interaction. To satisfy parental concerns about safety, natural play and learning areas are developed in defined, accessible locations such as neighborhood parks, school grounds, childcare centers, botanical gardens, zoos, and children’s museums.¹

The ethos of natural play and learning areas is freedom of expression and creativity, providing opportunities for children to work together, using close-at-hand malleable materials supplied by nature to create artifacts. Basic materials like soil, water, grass, twigs, and sticks provide inspiration, allowing children to shape their world. Local cultural traditions are expressed in natural forms: tropical leaves, adobe, snow and ice according to region. Seasonal changes present new, stimulating opportunities with each visit as children learn the play opportunities of the local ecology. As nature is regenerative, natural play and learning areas can

¹— *Kids Dig Dirt* (2008). Washington, DC: Asociación de Museos de los Niños Association of Children’s Museums (www.childrensmuseums.org).

Nature PlayScape, Cincinnati Nature Center, Tealtown, Ohio, USA. NLI + GroundWork + Cincinnati University. Un prado abierto ofrece muchas oportunidades para explorar fuera de los caminos (NLI).
Open meadow setting provides many opportunities for off path exploration (NLI).

Las cuevas ofrecen un escondite aislado para explorar y refugiarse (NLI).
Cave setting offers secluded, "prospect-and-refuge" hideaway (NLI).

2 – Moore, Robin y Herb Wong (1997). *Natural Learning: Rediscovering Nature's Way of Teaching*. Berkeley, CA: MIG Communications.

3 – Children & Nature Network' publican publishes Bibliographies of Research and Studies. www.cnaturenet.org

nieve y hielo según la región. Los cambios estacionales ofrecen nuevas y estimulantes oportunidades con cada visita ya que el niño aprende el juego de la ecología local. Ya que la naturaleza es regenerativa, las zonas de juegos y didácticas naturales pueden ser gestionadas para demostrar la facilidad que puede tener la naturaleza para recuperarse del impacto de las actividades de los niños.

Beneficios de la naturaleza en el desarrollo del niño

La abundancia de "piezas sueltas" naturales puede estimular al niño a co-crear un escenario, construir historias imaginativas y negociar con otros jugadores a medida que los cuerpos y mentes interactúan en procesos de juego colectivo autodirigidos. Para algunos niños cuyas formas de aprendizaje no se adaptan a las clases en el interior, el acceso a entornos exteriores ricos y prácticos les permite destacar.² En resumen:

1. Las áreas de juego naturalizadas están relacionadas con filosofías de la educación que consideran el entorno exterior como un recurso didáctico que apoya el desarrollo del niño como un proceso holístico psicológico, social y cognitivo. La naturalización puede ofrecer experiencias prácticas y supone una oportunidad para sacar las clases al aire libre.
2. La intensificación de la estimulación sensorial, la exploración y el descubrimiento de



nuevos objetos y fenómenos estimula el aprendizaje activo, la creatividad y la imaginación.

3. Jugar en la naturaleza puede estimular el desarrollo de las habilidades motoras finas y gruesas. Debido a que en las áreas de juego naturales se experimentan con todo el cuerpo, el repertorio de juego del niño se amplía y se enfatiza la superficie horizontal del suelo para jugar, aumentando de esta manera la actividad física y el movimiento motor grueso.

4. Los mayores niveles de actividad física se dan con juegos como el escondite, estimulados por la variedad topográfica, los caminos sinuosos, los arbustos y los árboles, integrados con el mobiliario fijo.

5. La naturaleza aumenta las opciones de juego, apoyando de esta manera la interacción social y el desarrollo físico de los niños. Los diferentes escenarios de juego que se crean satisfacen las necesidades individuales según la etapa de desarrollo, la educación, la personalidad, los patrones de amistad y la cultura.

6. La naturalización permite una inclusión más amplia de niños con diferentes habilidades y aumenta la interacción social entre niños con diferentes orígenes socioeconómicos y étnicos.

7. Los educadores medioambientales ven el juego en la naturaleza como una estrategia clave para implicar a los niños de las ciudades en la riqueza de experiencias del

mundo natural. Este proceso de aprendizaje en el exterior aumenta las opciones para lograr los objetivos curriculares exigidos por la sociedad.

Las zonas de juego naturales pueden ser diseñadas, gestionadas y programadas para integrar tres puntos clave para el desarrollo infantil: el éxito pedagógico mediante la interacción con diferentes entornos vivos; el desarrollo social y psicológico a través del juego espontáneo y creativo; y la salud física a través de un modo de vida activo.

Beneficios para la salud de la naturalización

Las evidencias sobre los efectos para la salud del juego al aire libre redefinen las áreas de juego naturales como un medio sanitario preventivo que puede estimular un estilo de vida activo para los niños, ayudándoles a evitar las consecuencias negativas en la salud de un comportamiento sedentario.

Estudios recientes ofrecen evidencias contundentes en diferentes ámbitos del desarrollo infantil, subrayando la importancia de la interacción con la naturaleza para una niñez saludable. En concreto, la exposición a la naturaleza³:

1. Reduce los síntomas del trastorno de déficit de atención en los niños desde 5 años.
2. Produce una sensación de paz, auto-control y disciplina dentro de la juventud de las



be managed to demonstrate how easily nature can recover from the impact of children's activities.

Child development benefits of nature

An abundance of natural 'loose-parts' can stimulate children to co-create drama, build imaginative stories, and negotiate with other players as bodies and minds interact in a self-directed collective processes of active play. For some children whose learning styles are not adapted to indoor classrooms, access to rich outdoor, hands-on environments allows them to excel.² In summary:

1. Naturalized play areas are aligned with education philosophies that consider the outdoor environment as an educational resource supporting child development as a holistic psychological, social, and cognitive process. Naturalization can provide hands-on experiences and opportunities to bring classroom learning outdoors.
2. Heightened sensory stimulation, exploration, and discovery of natural objects and phenomena stimulate active learning, creativity, and imagination.
3. Playing in nature can stimulate both gross motor and fine muscle development. By offering full body experiences, natural play areas extend children's play repertoire and emphasize horizontal, ground surface play, thus increasing phys-

ical activity and gross motor movement.

4. Increased levels of physical activity result from chasing and hide-and-go-seek games stimulated by topographical variety, curvy pathways, shrubs and shade trees, integrated with fixed equipment.
 5. Nature increases diversity of play opportunities, thereby supporting social interaction and physical development of a wider range of children. Diverse play settings meet individual needs according to stages of development, learning styles, personality types, friendship patterns, and culture.
 6. Naturalization provides broader inclusion of children of various abilities and increases social interaction between children with different socioeconomic and ethnic/racial backgrounds.
 7. Environmental educators see nature play as a key strategy for engaging urban children with the experiential richness of the natural world. Opportunities for extending learning outdoors increase options for meeting state-mandated curriculum objectives.
- Natural play areas can be designed, managed, and programmed to integrate three crucial agendas for children's development: educational success through engagement with diverse, living environments; social and psychological development through spontaneous, creative play; and physical health through active living.

Health benefits of naturalization

Evidence of the health effects of outdoor play redefines natural play areas as preventive health assets that can support active lifestyles in children, helping them avoid the negative health consequences of sedentary behavior.

Recent studies provide powerful evidence across many child development domains underscoring the importance of engagement with nature for healthy childhood. Specifically, exposure to nature:³

1. Reduces attention deficit disorder symptoms in children as young as five years old.
2. Produces feelings of peace, self-control, and self-discipline within inner city youth, particularly girls.
3. Reduces stress in children through contact with plants, green views, and access to natural play areas.
4. Increases children's ability to focus and enhances their cognitive abilities.
5. Develops capacities for creative problem solving, as well as intellectual and emotional development.
6. Motivates children to be more physically active, more aware of nutrition, more civil to one another, and more creative by experiencing diverse, natural schoolgrounds.
7. Enhances self-esteem, self-confidence, independence, autonomy and initiative in



◀ **The Edible Schoolyard (ESY)**, Greensboro Children's Museum, North Carolina, USA. NLI + landscape architects Swanson and Associates + Carla Delcambre. Camino y huertas (NLI). Pathway and garden beds.

urbes, especialmente entre las niñas.

3. Reduce el estrés de los niños a través del contacto con las plantas, las vistas hacia el paisaje y el acceso a las áreas de juego naturales.

4. Aumenta la habilidad de los niños para centrarse y mejora sus habilidades cognitivas.

5. Desarrolla las capacidades para la resolución creativa de problemas así como el desarrollo intelectual y emocional.

6. Motiva a los niños a ser físicamente más activos, más conscientes de la nutrición, más civilizados entre ellos y más creativos a través de experimentar diferentes áreas naturales.

7. Mejora la autoestima, la confianza, independencia, autonomía e iniciativa de los adolescentes – resultados que perduran por muchos años.

8. Mejora la capacidad en estudios sociales, ciencias, idiomas y matemáticas entre los niños que asisten a clases al aire libre.

9. Involucra a los niños en formas de juego más creativas y cooperativas.

El desafío del diseño

Los niños, al igual que un animal recién nacido, están genéticamente predispuestos a moverse, explorar el mundo y descubrir lo que en él se encuentra. Por primera vez en la historia, la infancia se debate entre el estrecho espacio de la televisión, el sofá y la pantalla del ordenador y el aprendizaje al aire libre de las calles, los colegios, los par-

ques y los espacios vacantes. El desafío para los paisajistas y los profesionales relacionados con este mundo es el de diseñar esta infraestructura verde para que sea sugerente y asegurar su integración con las redes de caminos peatonales y seguros conectados con los hogares para permitir que los niños escapen de las rígidas estructuras del día a día.

teens – results, which persist for years.

8. Produces student competence and gains in social studies, science, language arts, and math for children attending schools with outdoor classrooms.

9. Engages children in more creative and cooperative play.

The design challenge

Like newborn animals, children are genetically predisposed to move, to explore the world, and discover its contents. For the first time in history, childhood is torn between the tight space of television, couch, and computer screen, and the free-range learning of local neighborhood streets, schoolgrounds, parks, greenways, and vacant ground. The challenge for landscape architects and related professionals is to design this green infrastructure to be compelling and to ensure its integration with networks of child-friendly, safe, traffic-free pathways connected to homes, thus allowing children to escape from the tight strictures of daily life.