



# Go NAPSACC

Self-Assessment Instrument for Family Child Care  
Instrumento de Autoevaluación para  
Centro Familiar de Cuidado Infantil



Date/Fecha: \_\_\_\_\_

Your Name/Su Nombre: \_\_\_\_\_

Child Care Program Name/Nombre del Programa: \_\_\_\_\_

*This is a bilingual English and Spanish self-assessment. English text is listed first, followed by the Spanish translation which is either shaded, has a different font color, or both.*

*Esta es una autoevaluación bilingüe en Inglés y Español. El texto en Inglés viene primero, seguido por su traducción al Español, que puede estar resaltado, tener un color de fuente distinto o ambos.*



## Outdoor Play & Learning/Juegos y Aprendizaje al Aire Libre

Go NAPSACC is based on a set of best practices that stem from the latest research and guidelines in the field. After completing this assessment, you will be able to see your program's strengths and areas for improvement, and use this information to plan healthy changes.

For this self-assessment, the **outdoor play** space includes anywhere you regularly take children for outdoor playtime. This can include parks or playgrounds off-site if no play space is available right outside your home. These questions relate to opportunities for both children with special needs and typically developing children.

Go NAPSACC está basado en un conjunto de las mejores prácticas que han surgido de las últimas investigaciones en este campo. Al terminar esta evaluación, usted podrá ver las fortalezas de su programa y las áreas de mejora, y podrá utilizar esta información para planear cambios saludables.

Para esta autoevaluación, **los juegos y el aprendizaje al aire libre** incluyen todas las actividades realizadas en los espacios abiertos. Esto puede incluir jardines o parques infantiles fuera del predio si no hay espacio disponible alrededor de su casa. Estas preguntas se enfocan en las oportunidades para niños con necesidades especiales y niños de desarrollo típico.



**Before you begin:**

- ✓ Gather parent handbooks, schedules, or any other documents that state your policies about outdoor play and learning or outline your day-to-day practices.

**As you assess:**

- ✓ Answer choices in parentheses ( ) are for half-day programs. Full-day programs should use the answer choices without parentheses.
- ✓ Definitions of key words are marked by asterisks (\*).
- ✓ Answer each question as best you can. If none of the answer choices seem quite right, just pick the closest fit. If a question does not apply to your program, move to the next question.

**Understanding your results:**

- ✓ The answer choices in the right-hand column represent the best practice recommendations in this area. To interpret your results, compare your responses to these best practice recommendations. This will show you your strengths and the areas in which your program can improve.

**Antes de comenzar:**

- ✓ Reúna los manuales para padres, los horarios, u otros documentos que expresen sus normas sobre actividad física o delinee sus prácticas diarias.

**A medida que evalúa:**

- ✓ Las opciones de respuestas que están entre paréntesis ( ) son para los programas de medio día. Los programas de día completo deben usar las opciones de respuestas que no tienen paréntesis.
- ✓ Las definiciones de las palabras claves están marcadas con asteriscos (\*).
- ✓ Responda cada pregunta lo mejor que pueda. Si ninguna de las respuestas parece ser la correcta, escoja la respuesta más adecuada. Si una pregunta no aplica a su programa, continúe con la próxima pregunta.

**Para entender los resultados:**

- ✓ Las opciones de respuestas de la columna a la derecha representan las recomendaciones de las mejores prácticas en esta área. Para interpretar sus resultados, compare sus respuestas con estas recomendaciones de las mejores prácticas. Esto le mostrará sus fortalezas y las áreas en las cuales su programa puede mejorar.

*Some pages of the self-assessment may include blank space, due to the length of the following question. To avoid missing any self-assessment questions, please review and complete all pages.*

*Algunas páginas de la autoevaluación podrían incluir un espacio en blanco debido a la longitud de la siguiente pregunta. Para evitar la omisión de ninguna pregunta de la autoevaluación, por favor, revise y complete todas las páginas.*



## Outdoor Playtime/Tiempo de Juego al Aire Libre

### How often do you provide time for outdoor play?\*

- 3 times per week or less (Half-day: 2 times per week or less)       4 times per week (Half-day: 3 times per week)       1 time per day (Half-day: 4 times per week)       2 times per day or more (Half-day: 1 time per day or more)

\* Outdoor playtime includes any time that children are outdoors playing and learning. Children may be very physically active or do less energetic activities during this time.

### ¿Con cuánta frecuencia ofrece tiempo de juego al aire libre\*?

- 3 veces a la semana o menos (Medio día: 2 veces a la semana o menos)       4 veces a la semana (Medio día: 3 veces a la semana)       1 vez al día (Medio día: 4 veces a la semana)       2 veces al día o más (Medio día: 1 vez al día o más)

\* El tiempo de juego al aire libre incluye todo el tiempo que los niños pasan jugando y aprendiendo en los espacios abiertos. Los niños pueden ser muy activos físicamente o hacer actividades con menos energía durante este tiempo.

### How much outdoor playtime do you provide each day?

- Less than 30 minutes (Half-day: Less than 10 minutes)       30–44 minutes (Half-day: 10–19 minutes)       45–59 minutes (Half-day: 20–29 minutes)       60 minutes or more (Half-day: 30 minutes or more)

### ¿Cuánto tiempo de juego al aire libre ofrece cada día?

- Menos de 30 minutos (Medio día: menos de 10 minutos)       30–44 minutos (Medio día: 10–19 minutos)       45–59 minutos (Medio día: 20–29 minutos)       60 minutos o más (Medio día: 30 minutos o más)

## Outdoor Play Environment/Ambiente de Juego al Aire Libre

### What types of activities do you do with children outdoors?

*Check all that apply.*

- Free play  
 Structured learning opportunities  
 Seasonal outdoor activities  
 Walking trips or field trips  
 None of the above

### ¿Qué tipo de actividades usted realiza con los niños en el aire libre?

*Marque todos los que apliquen.*

- Juego libre  
 Oportunidades de aprendizaje estructuradas  
 Actividades al aire libre de acuerdo a la temporada.  
 Caminatas o excursiones  
 Ninguna de las anteriores



Ward D, Morris E, McWilliams C, Vaughn A, Erinosh T, Mazzucca S, Hanson P, Ammerman A, Neelon S, Sommers J, Ball S. (2014). Go NAP SACC: Nutrition and Physical Activity Self-Assessment for Child Care, 2nd Edition. Center for Health Promotion and Disease Prevention and Department of Nutrition, University of North Carolina at Chapel Hill. Available at: [www.gonapsacc.org](http://www.gonapsacc.org).

**How much of your program's outdoor play space\* is shaded by structures† or trees?**

- No shade                       Less than 1/4 or more                       1/4–1/2 is shaded                       1/2–3/4 is shaded  
than 3/4 is shaded

\* The outdoor play space includes anywhere you regularly take children for outdoor playtime. This can include parks or playgrounds off-site if no play space is available right outside your home.

† Structures that provide shade include fabric canopies or umbrellas, hard top canopies, gazebos, and arbors.

**¿Cuánto del espacio de juego al aire libre\* de su programa tiene sombra de estructuras† o árboles?**

- No hay sombra                       Menos de 1/4 o más                       Entre 1/4 a 1/2 tiene                       Entre 1/2 a 3/4 tiene  
de 3/4 tiene sombra                      sombra                      sombra

\* El espacio de juego al aire libre incluye todo lugar donde lleva a los niños regularmente para jugar en áreas abiertos. Este puede incluir parques o parques de juegos fuera del predio si no hay espacio disponible alrededor de su casa.

† Las estructuras que dan sombra incluyen toldos o sombrillas de tela, toldos de techo duro, gazebos y pérgolas.

**How large is your program's open area for outdoor games, activities, and events?**

- No open area                       Large enough for some                       Large enough for most                       Large enough for all  
children to run around                      children to run around                      children to run around  
safely                      safely                      safely

**¿Cuán grande es el área abierta de su programa destinada a los juegos, actividades y eventos al aire libre?**

- No hay un área abierta                       Es suficientemente                       Es suficientemente                       Es suficientemente  
grande para que                      grande para que                      grande para que  
corran algunos niños                      corran la mayoría de                      corran todos los niños  
de manera segura                      los niños                      de manera segura

**How many different play areas make up your program's outdoor play space?\***

- 1 play area\*                       2 play areas\*                       3 play areas\*                       4 play areas\* or more

\* Each play area offers different play opportunities. An area might include a swing set, sandbox, climbing structure, pathway, garden, house or tent, small inflatable pool, easel, or outdoor musical instruments like pots and pans for drumming. A play area does not need to be permanent; it can be created by bringing equipment outside.

**¿Cuántas áreas diferentes de juego tiene el área al aire libre?**

- 1 área de juego\*                       2 áreas de juego\*                       3 áreas de juego\*                       4 áreas de juego\* o  
más

\* Cada área de juego ofrece oportunidades diferentes para jugar. Un área puede incluir un juego de columpios, un arenero, una estructura de escalada, un camino, un jardín, una casa o una carpa, una piscina inflable pequeña, caballetes o instrumentos musicales para el aire libre como ollas, sartenes y tubos para tambores. Un área de juego no necesita ser permanente; puede ser creada al llevar los equipos afuera.



**Which of the following best describes your program's garden?\***

- No garden for herbs, fruits, or vegetables       It grows only herbs       It grows some fruits and/or vegetables for children to taste       It grows enough fruits and/or vegetables to provide children meals or snacks during 1 or more seasons

\* A garden can be planted in the ground or in containers like window boxes or pots. A garden can include vines growing on fences or arbors, or fruit trees planted in the outdoor play space.

**¿Cuál de los siguientes enunciados describe mejor el jardín\* de su programa?**

- No hay ningún jardín con hierbas, frutas o verduras       Solo se cultivan hierbas       El jardín produce algunas frutas y/o verduras para que los niños prueben       El jardín produce suficientes frutas y/o verduras para proveer a los niños en sus comidas o *snacks* durante 1 o más temporadas

\* Puede plantarse un jardín en el suelo o en contenedores, como jardineras o macetas. Un jardín puede incluir enredaderas que crecen en los cercos o pérgolas, o árboles frutales cultivados en el área libre para los juegos.

**Which of the following portable play equipment\* does your program have available and in good condition for children to use outdoors?**

*Check all that apply.*

- Jumping toys: jump ropes, jumping balls  
 Push-pull toys: wagons, wheelbarrows, big dump trucks  
 Ride-on toys: tricycles, scooters  
 Twirling toys: ribbons, scarves, batons, hula hoops, parachute  
 Throwing, catching, and striking toys: balls, bean bags, noodles, rackets  
 Crawling or tumbling equipment: mats, portable tunnels  
 Other "loose parts": sticks, shovels, pails  
 None of the above

\* Portable play equipment includes any toys that children can carry, throw, push, pull, or kick, as well as "loose parts" that help children explore and learn about the natural world. This equipment can be homemade or store bought. Portable play equipment does not include equipment fixed into the ground like swing sets and jungle gyms, but does include fabric tunnels, mats, and other larger items that can easily be moved around by adults.



**¿Cuáles de los siguientes equipos móviles\* tiene su programa disponibles y en buen estado para que los niños los usen al aire libre?**

*Marque todos los que apliquen.*

- Juguetes para saltar: cuerdas para saltar, pelotas saltarinas
- Juguetes para empujar y tirar: vagones, carretillas, camiones grandes de carga
- Juguetes para montar: triciclos, patinetas
- Juguetes para hacer piruetas: cintas, pañuelos, bastones, aros de hula-hula, paracaídas
- Juguetes para lanzar, atrapar y golpear: pelotas, bolsas de frijoles, fideos, raquetas
- Equipo para gatear o tirarse al piso: colchonetas, túneles portátiles
- Otras “partes libres”: palos, palas, cubos
- Ninguna de las anteriores

\* Los equipos de juegos portátiles incluyen cualquier juguete que los niños pueden llevar, lanzar, empujar, jalar o patear y también, las “partes libres” que pueden ayudar a los niños a explorar y aprender sobre la naturaleza. Este equipo puede ser casero o comprado en tienda. Los equipos de juegos portátiles no incluyen los equipos fijos en el suelo, como gimnasios, pero pueden incluir túneles de tela, colchonetas y otros equipos más grandes que pueden ser movidos fácilmente por adultos.

**How often is portable play equipment available to children during outdoor active playtime?**

- Rarely or never       Sometimes       Often       Always

**¿Con cuánta frecuencia los equipos móviles están disponibles para los niños durante las horas de juegos activos al aire libre?**

- Rara vez o nunca       A veces       A menudo       Siempre

**How would you describe the amount of portable play equipment that is available to children during outdoor active playtime?**

- Very limited       Limited       Somewhat limited       Not limited

**¿Cómo describiría la cantidad de juegos móviles que están disponibles para los niños durante las horas de juegos activos al aire libre?**

- Muy limitado       Limitado       Algo limitado       No es limitado

**Education & Professional Development/Educación y Desarrollo Profesional**

**How often do you complete professional development\* on outdoor play and learning (other than playground safety)?**

- Never       Less than 1 time per year       1 time per year       2 times per year or more, including at least 1 in-person or online training, when available

*If you mark “never” the website will skip to the next question. For all other answers (Less than 1 time per year; 1 time per year; 2 times per year or more, including at least 1 in-person or online training, when available), on the website, check the items from the list below that your program includes.*

\* Professional development can include taking in-person or online training for contact hours or continuing education credits. It can also include reading brochures, books, or online articles from trusted organizations.



**¿Con cuánta frecuencia usted recibe instrucción para su desarrollo profesional\* sobre juegos y aprendizaje al aire libre (aparte de la seguridad en los parques de juego)?**

- Nunca                       Menos de 1 vez al año     1 vez al año                       2 veces al año o más, incluyendo por lo menos 1 entrenamiento en persona o virtual, cuando sea disponible

*Si marca “Nunca” en el sitio web, pasará a la siguiente pregunta. Para todas las otras respuestas (Menos de 1 vez al año; 1 vez al año; 2 veces al año o más, incluyendo por lo menos 1 entrenamiento en persona o virtual, cuando sea disponible), en el sitio web marque los elementos de la lista a continuación que incluye su programa.*

- \* El desarrollo profesional puede incluir entrenamiento en persona o virtual que cuenta como horas en clase o como créditos de educación continua. Además, puede incluir la lectura de folletos, libros, o artículos de internet de organizaciones de confianza.

**Which of the following topics have you covered through professional development on outdoor play and learning?**

*Check all that apply.*

- Recommended amounts of outdoor playtime for young children  
 Using the outdoor play space to encourage children’s physically active play  
 Talking with families about outdoor play and learning  
 None of the above

**¿Cuáles de los siguientes temas ha cubierto en la instrucción para su desarrollo profesional sobre juego y aprendizaje al aire libre?**

*Marque todos los que apliquen.*

- Cantidad recomendada de tiempo de juego al aire libre para los niños pequeños  
 Cómo fomentar el juego físicamente activo usando el espacio de juego al aire libre  
 Comunicación con las familias sobre juego y aprendizaje al aire libre  
 Ninguna de las anteriores

**How often are families offered education\* on outdoor play and learning?**

- Never                       Less than 1 time per year     1 time per year                       2 times per year or more

*If you mark “never” the website will skip to the next question. For all other answers (Less than 1 time per year; 1 time per year; 2 times per year or more), on the website, check the items from the list below that your program includes.*

- \* Education can be offered through in-person educational sessions. Education can also be offered through brochures, tip sheets, or your program’s newsletter, website, or bulletin boards.





**¿Con cuánta frecuencia se ofrece información\* a las familias sobre los juegos y aprendizaje al aire libre?**

- Nunca  Menos de 1 vez al año  1 vez al año  2 veces al año o mas

*Si marca "Nunca" en el sitio web, pasará a la siguiente pregunta. Para las otras respuestas (Menos de 1 vez al año; 1 vez al año; 2 veces al año o más), marque los elementos de la lista a continuación que incluye su programa.*

- \* La información puede ser ofrecida a través de sesiones en persona. También, esta se puede ofrecer a través de folletos, hojas con consejos o el boletín informativo, sitio web o la pizarra de anuncios de su programa.

**Which of the following topics are included in education for families on outdoor play and learning?**

*Check all that apply.*

- Recommended amounts of outdoor playtime for young children  
 Using the outdoors to encourage children's physically active play  
 My program's policies on outdoor play and learning  
 None of the above

**¿Cuáles de los siguientes temas se han incluido en información para las familias sobre los juegos y aprendizaje al aire libre?**

*Marque todos los que apliquen.*

- Cantidad recomendada de tiempo de juego al aire libre para los niños pequeños  
 Cómo fomentar la actividad física usando el aire libre  
 Las políticas de nuestro programa sobre los juegos y aprendizaje al aire libre  
 Ninguna de las anteriores

## Policy/Políticas

**Which of the following topics are included in your written policy\* on outdoor play and learning?**

*See list and mark response below.*

*If you marked "no written policy", mark "no" on the website and the self-assessment will be complete. For all other answers, on the website, check the items from the list below that your program includes in its policies.*

- Amount of outdoor playtime provided each day  
 Ensuring adequate total playtime on inclement weather<sup>†</sup> days  
 Shoes and clothes that allow children to play outdoors in all seasons  
 Safe sun exposure for children  
 Not taking away outdoor playtime in order to manage challenging behaviors  
 My participation in professional development on outdoor play and learning  
 Education for families on outdoor play and learning  
 None of the above  
 No written policy

- \* A written policy can include any written guidelines about your program's operations or expectations for assistants, children, and families. Policies can be included in parent handbooks and other documents.

- † Inclement weather includes very high and very low temperatures, hazardous air quality, storms, and any other factors that make the outdoors unsafe for children.



*The Outdoor Play Environment items represent a collaboration between Go NAPSACC and the Natural Learning Initiative at North Carolina State University in Raleigh, NC.*



Ward D, Morris E, McWilliams C, Vaughn A, Erinosh T, Mazzucca S, Hanson P, Ammerman A, Neelon S, Sommers J, Ball S. (2014). Go NAP SACC: Nutrition and Physical Activity Self-Assessment for Child Care, 2nd Edition. Center for Health Promotion and Disease Prevention and Department of Nutrition, University of North Carolina at Chapel Hill. Available at: [www.gonapsacc.org](http://www.gonapsacc.org).



**¿Cuáles de los siguientes temas se han incluido en su política escrita\* sobre juegos y aprendizaje al aire libre?**  
Vea la lista a continuación y marque la respuesta.

*Si marca “No hay políticas escritas”, marque “no” en el sitio web y la autoevaluación estará completa. Para todas las otras respuestas, en el sitio web marque los elementos de la lista a continuación que su programa incluye en sus políticas.*

- Cantidad de tiempo de juego al aire libre provisto por día
- Garantizar el tiempo de juego total adecuado en días de mal tiempo†
- Zapatos y ropa que permitan a los niños jugar al aire libre en todas las estaciones
- Exposición al sol segura para los niños
- No quitar el tiempo de juego al aire libre para controlar conductas desafiantes de los niños
- Mi desarrollo profesional sobre juegos y aprendizaje al aire libre
- Educación para familias sobre juegos y aprendizaje al aire libre
- Ninguna de las anteriores
- No hay políticas escritas

\* Una política escrita incluye toda directriz escrita sobre las operaciones o expectativas de su programa para los asistentes, los niños y las familias. Las políticas pueden incluirse en los manuales para padres y otros documentos.

† El mal tiempo incluye las temperaturas muy altas y bajas, calidad de aire peligrosa, tormentas y cualquier otro factor que pueda hacer el aire libre peligroso para los niños.



*Los ítems del Ambiente de Juego al Aire Libre son una colaboración entre Go NAPSACC y el Natural Learning Initiative de la Universidad del Estado de Carolina del Norte en Raleigh, NC.*

