



# 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.*



## Screen Time/Tiempo Frente a la Pantalla

---

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, **screen time** includes any time spent watching shows or playing games (including active video games) on a screen. Screens can include televisions; desktop, laptop, or tablet computers; or smart phones. For children 2 years of age and older, screen time does not include using e-books or tablet computers to read children stories, using Smart Boards for interactive instruction, or connecting with families through Skype or other videoconferencing programs.

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.

En esta autoevaluación, **tiempo frente a la pantalla** es el tiempo que pasa el niño mirando programas o videos, jugando juegos (incluyendo juegos de video activos) en una pantalla. Estas pueden ser televisores, computadora de mesa, laptop, tableta o teléfono inteligente. A partir de los dos años, no cuenta como tiempo frente a la pantalla con libros electrónicos o tabletas para leerles a los niños con Pizarra inteligente para clases interactivas o para conectarse con las familias a través de Skype u otros programas de videoconferencias.



**Before you begin:**

- ✓ Gather parent handbooks, daily schedules, and other documents that state your policies and guidelines about screen time.

**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, thinking about your general practices. 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 empezar:**

- ✓ Reúna las guías de los padres y otros documentos que expresen sus normas y lineamientos sobre tiempo frente a la pantalla.

**A medida que evalúa:**

- ✓ Las opciones de respuestas que están entre paréntesis ( ) son 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 un asterisco (\*).
- ✓ 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 a la próxima pregunta.

**Para entender los resultados:**

- ✓ Las opciones de respuestas de la columna de la derecha representan las recomendaciones de las mejores prácticas en esta área. Para interpretar los 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.*



## Availability/Disponibilidad

### Where are televisions located?

- |   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> In more than one room where children spend most of the day | <input type="checkbox"/> In one of the rooms where children spend most of the day | <input type="checkbox"/> In one or more rooms where children spend most of the day, but covered or hidden from view | <input type="checkbox"/> No televisions; or, televisions are kept outside of rooms where children spend most of the day |
|---|---|---|---|

### ¿Dónde se encuentran los televisores?

- |   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> En más de un aula donde los niños pasan la mayor parte de su día | <input type="checkbox"/> En una de las aulas donde los niños pasan la mayor parte de su día | <input type="checkbox"/> En un aula o más donde los niños pasan la mayor parte de su día, pero están cubiertos o fuera de vista | <input type="checkbox"/> No hay televisores; o, estos están fuera de las aulas donde los niños pasan la mayor parte de su día |
|---|---|---|---|

### For children 2 years of age and older, how much screen time\* is allowed in your program each week?

- |  |  |  |  |
|--|--|--|--|
| <input type="checkbox"/> 90 minutes or more (Half-day: 45 minutes or more) | <input type="checkbox"/> 60–89 minutes (Half-day: 30–44 minutes) | <input type="checkbox"/> 30–59 minutes (Half-day: 15–29 minutes) | <input type="checkbox"/> Less than 30 minutes or no screen time is allowed (Half-day: Less than 15 minutes or no screen time is allowed) |
|--|--|--|--|

\* For children 2 years of age and older, screen time does not include using e-books or tablet computers to read children stories, using Smart Boards for interactive instruction, or connecting with families through Skype or other videoconferencing programs.

### A partir de los dos años de edad, ¿cuánto tiempo frente a la pantalla\* permite en su programa cada semana?

- |   |   |   |  |
|---|---|---|--|
| <input type="checkbox"/> 90 minutos o más (Medio día: 45 minutos o más) | <input type="checkbox"/> 60–89 minutos (Medio día: 30–44 minutos) | <input type="checkbox"/> 30–59 minutos (Medio día: 15–29 minutos) | <input type="checkbox"/> Menos de 30 minutos o ningún tiempo frente a la pantalla (Medio día: Menos de 15 minutos o no permito el tiempo frente a la pantalla) |
|---|---|---|--|

\* A partir de los dos años, no cuentan como tiempo frente a la pantalla los libros electrónicos o tabletas para leerles a los niños, el uso de pizarra inteligente para clases interactivas o la conexión con las familias a través de Skype u otros programas de videoconferencias.



**For children under 2 years of age, how much screen time\* is allowed in your program each week?**

- 60 minutes or more       30–59 minutes       1–29 minutes       No screen time is allowed

*If you mark “no screen time is allowed”, the website will skip to the next section, Teacher Practices.*

- \* For children under 2 years of age, screen time includes any time spent watching shows or playing games (including active video games) on a screen. Screens can include televisions; desktop, laptop, or tablet computers; or smart phones.

**Para los menores de 2 años, ¿cuánto tiempo frente a la pantalla\* permite en su programa cada semana?**

- 60 minutos o más       30–59 minutos       1–29 minutos       No permito tiempo frente a la pantalla

*Si marca “no permito tiempo frente a la pantalla”, el sitio web pasará a la siguiente sección, Métodos.*

- \* Para los menores de 2 años, el tiempo frente a la pantalla es cualquier tiempo que pasa el niño mirando programas o videos, jugando juegos (incluyendo juegos de video activos) frente a una pantalla. Estas pueden ser televisores, computadoras de mesa, laptops, tabletas o teléfonos inteligentes.

**When television or videos are shown to children, how often is this programming educational and commercial-free?\***

- Rarely or never       Sometimes       Often       Always

*If you mark “no screen time is allowed”, the website will skip to the next section.*

- \* Educational and commercial-free shows and videos are developmentally appropriate, support children’s learning goals, and do not contain advertising.

**Cuando se prende la televisión o se pone videos a los niños, ¿con cuánta frecuencia la programación es educativa y no tiene comerciales\*?**

- Casi nunca o nunca       Algunas veces       A menudo       Siempre

*Si marca “no permito tiempo frente a la pantalla”, el sitio web pasará a la siguiente sección.*

- \* Los programas y videos educativos y sin comerciales son apropiados para el nivel de desarrollo de los niños, favorecen los objetivos de aprendizaje y no tienen publicidad.

**When screen time\* is offered, how often are children given the opportunity to do an alternative activity?**

- Rarely or never       Sometimes       Often       Always

*If you mark “no screen time is allowed”, the website will skip to the next section.*

- \* Screen time includes any time spent watching shows or videos or playing games (including active video games) on a screen. Screens can include televisions, desktop, laptop or tablet computers, or smart phones. For children 2 years of age and older, screen time does not include using e-books or tablet computers to read children stories, using Smart Boards for interactive instruction, or connecting with families through Skype or other videoconferencing programs. Screen time does not include the use of screen-based assistive technology by children who need it.



**Cuando ofrece tiempo frente a la pantalla\*, ¿con cuánta frecuencia se da a los niños la posibilidad de elegir una actividad alternativa?**

- Casi nunca o nunca       Algunas veces       A menudo       Siempre

*Si marca “no permito tiempo frente a la pantalla”, el sitio web pasará a la siguiente sección.*

- \* Tiempo frente a la pantalla es el tiempo que pasa el niño mirando programas o videos, jugando juegos (incluyendo juegos de video activos) en una pantalla. Estas pueden ser televisores, computadora de mesa, laptop, tableta o teléfono inteligente. A partir de los dos años, no cuenta como tiempo frente a la pantalla el uso de libros electrónicos o tabletas para leerles a los niños, el uso de pizarra inteligente para clases interactivas o la conexión con las familias a través de Skype u otros programas de videoconferencias. El tiempo frente a la pantalla no incluye la tecnología de asistencia a través de pantallas para los niños que la necesitan.

## Daily Methods/Métodos

**How often is screen time\* used as a reward in your program?**

- Every day       1–4 times per week       1–3 times per month       Rarely or never

- \* Screen time includes any time spent watching shows or videos or playing games (including active video games) on a screen. Screens can include televisions, desktop, laptop or tablet computers, or smart phones. For children 2 years of age and older, screen time does not include using e-books or tablet computers to read children stories, using Smart Boards for interactive instruction, or connecting with families through Skype or other videoconferencing programs. Screen time does not include the use of screen-based assistive technology by children who need it.

**¿Con cuánta frecuencia el tiempo frente a la pantalla\* se usa como recompensa en su programa?**

- Todos los días       1–4 veces a la semana       1–3 veces al mes       Casi nunca o nunca

- \* Tiempo frente a la pantalla es el tiempo que pasa el niño mirando programas o videos, jugando juegos (incluyendo juegos de video activos) en una pantalla. Estas pueden ser televisores, computadora de mesa, laptop, tableta o teléfono inteligente. A partir de los dos años, no cuenta como tiempo frente a la pantalla el uso de libros electrónicos o tabletas para leerles a los niños, el uso de pizarra inteligente para clases interactivas o la conexión con las familias a través de Skype u otros programas de videoconferencias. El tiempo frente a la pantalla no incluye la tecnología de asistencia a través de pantallas para los niños que la necesitan.

**When screen time is offered, how often do you talk with children about what they are seeing and learning?**

- Rarely or never       Sometimes       Often       Always

**Quando se ofrecen actividades frente a una pantalla, ¿con cuánta frecuencia habla con los niños sobre lo que están viendo y aprendiendo?**

- Casi nunca o nunca       Algunas veces       A menudo       Siempre



## Education & Professional Development/Educación y Desarrollo Profesional

### How often do you complete professional development\* on screen time?

- 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 complementa su desarrollo profesional\* sobre el tiempo que los niños pasan frente a una pantalla?

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

*Si marca “nunca”, el sitio web pasará a la siguiente pregunta. Para el resto de las respuestas (menos de 1 vez al año; 1 vez al año; 2 veces al año o más, incluyendo al menos 1 entrenamiento presencial o virtual, cuando está disponible), en el sitio web, marque los ítems de la lista que verá a continuación y que su programa incluye.*

- \* El desarrollo profesional puede incluir entrenamiento presencial o virtual para obtener horas de contacto o créditos de educación continua. También puede incluir leer folletos, libros o artículos de internet de organizaciones de confianza.

### Which of the following topics have you covered through professional development on screen time?

*Check all that apply.*

- Recommended amounts of screen time for young children  
 Appropriate types of programming for young children  
 Appropriate use of screen time when teaching and caring for young children  
 Talking with families about healthy screen time habits  
 None of the above

### ¿Cuáles de los siguientes temas han sido cubiertos en su desarrollo profesional sobre el tiempo que los niños pasan frente a la pantalla?

*Marque todos los que apliquen.*

- Cantidad de tiempo frente a la pantalla recomendada para los niños pequeños  
 Tipo de programación adecuada para los niños pequeños  
 Uso apropiado del tiempo frente a la pantalla mientras se enseña y cuida a los niños pequeños  
 Comunicación con las familias sobre los hábitos saludables del uso de las pantallas  
 Ninguna de las anteriores



**How often are families offered education\* on screen time?**

- 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 section, Policies. 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 a las familias educación\* sobre el tiempo frente a la pantalla?**

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

*Si marca “nunca”, el sitio web pasará a la siguiente sección, Políticas. Para el resto de las respuestas (menos de 1 vez al año; 1 vez al año; 2 veces al año o más), marque los ítems de la lista que verá a continuación que su programa incluye.*

\* La educación puede ser ofrecida a través de sesiones educativas presenciales, folletos, hojas informativas, o en el boletín de su programa, página web o murales informativos.

**Which of the following topics are included in education for families on screen time?**

*Check all that apply.*

- Recommended amounts of screen time for young children
- Appropriate types of programming for young children
- Appropriate supervision and use of screen time by caregivers
- My program’s policies on screen time
- None of the above

**¿Cuáles de los siguientes temas han sido incluidos en la educación para las familias sobre el tiempo frente a la pantalla?**

*Marque todos los que apliquen.*

- Cantidad de tiempo frente a la pantalla recomendada para los niños pequeños
- Tipo de programación adecuada para los niños pequeños
- Supervisión adecuada del tiempo frente a la pantalla por parte de los cuidadores
- Las políticas de mi programa sobre el tiempo frente a la pantalla
- Ninguna de las anteriores





## Policy/Políticas

### Which of the following topics are included in your written policy\* on screen time?

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 screen time allowed
- Types of programming allowed
- My practices with screen time
- Not using screen time as a reward or to manage challenging behaviors
- My participation in professional development on screen time
- Education for families on screen time
- 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.

### ¿Cuáles de los siguientes temas están incluidos en su política escrita\* sobre el uso de pantallas?

Vea la lista a continuación y marque la respuesta.

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

- Tiempo que se permite frente a las pantallas
- Tipo de programación que se permite
- Mis prácticas con el tiempo frente a la pantalla
- No ofrecer tiempo frente a la pantalla como recompensa ni como castigo
- Mi participación en el desarrollo profesional sobre el tiempo frente a las pantallas
- Educación para las familias sobre el tiempo frente a las pantallas
- Ninguna de las anteriores
- No hay políticas escritas

\* Una política escrita puede incluir todas las guías escritas sobre las operaciones o expectativas de su programa para los asistentes, los niños y las familias. Las políticas pueden estar incluidas en las guías para padres y otros documentos.

