



Go NAPSACC

Instrumento de Autoevaluación

Fecha: _____

Su Nombre: _____

Nombre del Programa: _____



Juegos y Aprendizaje al Aire Libre

Go NAP SACC 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 utilizar esta información para planificar cambios saludables.

Para esta autoevaluación, los **juegos y el aprendizaje al aire libre** incluyen todas las actividades realizadas en los espacios abiertos. Las preguntas incluyen una variedad de actividades, algunas centradas en la actividad física y algunas enfocadas en otras actividades de aprendizaje. Estas preguntas se enfocan en las oportunidades para niños con necesidades especiales y niños de desarrollo típico.

Antes de comenzar:

- ✓ Reúna los manuales del personal, la guía de referencia para padres y otros documentos que expresen sus políticas sobre actividad física o delinee sus prácticas diarias y el aprendizaje al aire libre.
- ✓ Consiga ayuda de los maestros clave y miembros del personal que están familiarizados con las prácticas diarias.

A medida que evalúa:

- ✓ Las opciones de respuesta entre paréntesis () son para programas de medio día. Los programas de día completo deben usar las opciones de respuesta sin paréntesis.
- ✓ Las definiciones de palabras clave 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 de 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 que su programa puede mejorar.



Tiempo de Juego al Aire Libre

¿Con cuánta frecuencia se ofrece tiempo de juego al aire libre* a los niños?

- | | | | |
|---|--|---|---|
| <input type="checkbox"/> 4 veces a la semana o menos (Medio día: 3 veces a la semana o menos) | <input type="checkbox"/> 1 vez al día (Medio día: 4 veces a la semana) | <input type="checkbox"/> 2 veces al día (Medio día: 1 vez al día) | <input type="checkbox"/> 3 veces al día o más (Medio día: 2 veces 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 often is outdoor playtime* provided to children?

- | | | | |
|--|--|---|--|
| <input type="checkbox"/> 4 times per week or less (Half-day: 3 times per week or less) | <input type="checkbox"/> 1 time per day (Half-day: 4 times per week) | <input type="checkbox"/> 2 times per day (Half-day: 1 time per day) | <input type="checkbox"/> 3 times per day or more (Half-day: 2 times 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.

¿Cuánto tiempo de juego al aire libre se ofrece a los niños en edad preescolar* cada día?

- | | | | |
|---|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> Menos de 60 minutos (Medio día: Menos de 15 minutos) | <input type="checkbox"/> 60–74 minutos (Medio día: 15–29 minutos) | <input type="checkbox"/> 75–89 minutos (Medio día: 30–44 minutos) | <input type="checkbox"/> 90 minutos o más (Medio día: 45 minutos o más) |
|---|---|---|---|

* Para Go NAPSACC, los niños en edad preescolar tienen entre 2 y 5 años.

How much outdoor playtime is provided to preschool children* each day?

- | | | | |
|--|--|--|--|
| <input type="checkbox"/> Less than 60 minutes (Half-day: Less than 15 minutes) | <input type="checkbox"/> 60–74 minutes (Half-day: 15–29 minutes) | <input type="checkbox"/> 75–89 minutes (Half-day: 30–44 minutes) | <input type="checkbox"/> 90 minutes or more (Half-day: 45 minutes or more) |
|--|--|--|--|

* For Go NAPSACC, preschool children are children ages 2–5 years.

¿Cuánto tiempo de juego al aire libre se ofrece a los niños pequeños* cada día?

- | | | | |
|---|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> Menos de 30 minutos (Medio día: Menos de 10 minutos) | <input type="checkbox"/> 30–44 minutos (Medio día: 10–19 minutos) | <input type="checkbox"/> 45–59 minutos (Medio día: 20–29 minutos) | <input type="checkbox"/> 60 minutos o más (Medio día: 30 minutos o más) |
|---|---|---|---|

* Para Go NAPSACC, los niños pequeños tienen entre 13 y 24 meses.

How much outdoor playtime is provided to toddlers* each day?

- | | | | |
|--|--|--|--|
| <input type="checkbox"/> Less than 30 minutes (Half-day: Less than 10 minutes) | <input type="checkbox"/> 30–44 minutes (Half-day: 10–19 minutes) | <input type="checkbox"/> 45–59 minutes (Half-day: 20–29 minutes) | <input type="checkbox"/> 60 minutes or more (Half-day: 30 minutes or more) |
|--|--|--|--|

* For Go NAPSACC, toddlers are children ages 13–24 months.



¿Con cuánta frecuencia se lleva al aire libre[†] a los bebés?*

- 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)

* Para Go NAPSACC, los bebés tienen entre 0 y 12 meses.

† Se puede llevar a los bebés al aire libre para diferentes actividades, incluidas un paseo en cochecito o el tiempo boca abajo en una manta o colchoneta.

How often are infants* taken outdoors?[†]

- 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)

* For Go NAPSACC, infants are children ages 0–12 months.

† Infants may be taken outdoors for different activities, including a walk in a stroller or tummy time on a blanket or mat.

Ambiente de Juego al Aire Libre

¿Qué tipo de actividades realiza su programa con los niños en el aire libre?

Marque todos los que apliquen.

- Juego libre: Tiempo de juego que puede ser más o menos energético, según las actividades que los niños elijan
- Oportunidades de aprendizaje estructuradas: lecciones y actividades planificadas, incluyendo la hora del círculo, proyectos de arte y tiempo para la lectura
- Actividades al aire libre de acuerdo a la temporada: Actividades que son exclusivas de la estación o del clima, incluyendo jardinería, juegos con agua, recolección de hojas caídas y juegos en la nieve
- Paseos caminando: actividades, como caminatas en la naturaleza y visitas al vecindario, que permiten que los niños exploren los espacios abiertos cerca de su programa, pero fuera del espacio donde regularmente juegan
- Excursiones: Oportunidades para que los niños se involucren en actividades al aire libre en la comunidad. Los destinos pueden incluir parques locales, granjas, jardines o centros naturales
- Ninguna de las anteriores

What types of activities does your program do with children outdoors?

Check all that apply.

- Free play: Playtime that can be more or less energetic, depending on what activities children decide to do
- Structured learning opportunities: Planned lessons and activities including circle time, art projects, and reading time
- Seasonal outdoor activities: Activities that are unique to the season or the weather, including gardening, water play, collecting fallen leaves, and playing in the snow
- Walking trips: Activities, like nature walks and neighborhood tours, that let children explore the outdoors nearby your program, but beyond the regular play space
- Outdoor field trips: Opportunities for children to take part in outdoor activities around the community. Destinations can include local parks, farms, gardens, or nature centers
- None of the above



¿Cuánto del espacio abierto de su programa tiene sombra de estructuras* o árboles?

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

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

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

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

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

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

- No está disponible Es suficientemente grande para que corran algunos niños de manera segura Es suficientemente grande para que corran la mayoría de los niños de manera segura Es suficientemente grande para que corran todos los niños de manera segura*

* Esto se refiere a todos los niños que utilizan regularmente los espacios abiertos juntos, no necesariamente todos los niños del programa. Para los centros grandes, esta respuesta se refiere a un espacio lo suficientemente grande para que al menos 25 niños corran alrededor de manera segura.

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

- Not available Large enough for some children to run around safely Large enough for most children to run around safely Large enough for all children to run around safely*

* This refers to all children who regularly use the open area together, not necessarily all of the children in the program. For large centers, this response refers to a space large enough for at least 25 children to run around safely.

¿Cuántas áreas diferentes de juego para niños en edad preescolar tiene el área al aire libre?

- De 1 a 2 áreas de juego* De 3 a 5 áreas de juego* De 6 a 7 áreas de juego* 8 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.

How many different play areas make up the outdoor play space for preschool children?

- 1–2 play areas* 3–5 play areas* 6–7 play areas* 8 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, pans and pipes for drumming. A play area does not need to be permanent; it can be created by bringing equipment outside.



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

- | | | | |
|--|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> No hay ningún jardín con hierbas, frutas o verduras | <input type="checkbox"/> Solo se cultivan hierbas | <input type="checkbox"/> El jardín produce algunas frutas y/o verduras para que los niños prueben | <input type="checkbox"/> El jardín produce suficientes frutas y/o verduras para proveer a los niños en sus comidas o <i>snacks</i> 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 best describes your program's garden?*

- | | | | |
|--|--|---|--|
| <input type="checkbox"/> There is no garden for herbs, fruits, or vegetables | <input type="checkbox"/> It grows only herbs | <input type="checkbox"/> It grows some fruits and/or vegetables for children to taste | <input type="checkbox"/> 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.

¿Su programa tiene un camino para que los niños jueguen con sus juguetes que tienen ruedas?

- | | | | | |
|---|---|--|---|---|
| <input type="checkbox"/> No hay ningún camino | <input type="checkbox"/> El camino es de menos de 5 pies de ancho | <input type="checkbox"/> El camino es de 5 pies de ancho o más | <input type="checkbox"/> El camino no tiene pavimento | <input type="checkbox"/> El camino está pavimentado |
|---|---|--|---|---|

Si marca "No hay ningún camino", marque "no" en el sitio web y pasará a la siguiente pregunta.

Does your program have a path for children to use for wheeled toys?

- | | | | | |
|----------------------------------|--|---|---------------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> No path | <input type="checkbox"/> Path is less than 5 feet wide | <input type="checkbox"/> Path is 5 feet wide or wider | <input type="checkbox"/> Unpaved path | <input type="checkbox"/> Paved path |
|----------------------------------|--|---|---------------------------------------|-------------------------------------|

If you mark "no path", mark "no" on the website and you will skip to the next question.

¿Cómo describe su forma?

- | | | | |
|---|------------------------------------|---|---|
| <input type="checkbox"/> No hay ningún camino | <input type="checkbox"/> Es lineal | <input type="checkbox"/> Tiene curvas, pero no hay bucles | <input type="checkbox"/> Tiene curvas y bucles* |
|---|------------------------------------|---|---|

Si marca "no hay ningún camino", marque "no" en el sitio web, pasará a la siguiente pregunta.

* Las curvas y los bucles permiten que los niños puedan recorrer varios circuitos, no solo un gran círculo.

How would you describe its shape?

- | | | | |
|----------------------------------|-----------------------------------|--|---|
| <input type="checkbox"/> No path | <input type="checkbox"/> Straight | <input type="checkbox"/> Curved but not looped | <input type="checkbox"/> Curved and looped* |
|----------------------------------|-----------------------------------|--|---|

If you mark "no path", mark "no" on the website and you will skip to the next question.

* A curved and looped path allows children to ride around multiple loops, not just one large circle.



¿Cómo se conectan las diferentes áreas en el espacio al aire libre?

Marque todos los que apliquen.

- Se conecta con las entradas del edificio.
- Conecta el edificio con las áreas de juego.
- Conecta las diferentes áreas de juego entre sí
- Ninguna de las anteriores

How does it connect to different parts of the outdoor play space?

Check all that apply.

- Connects to building entrances
- Connects the building to play areas
- Connects different play areas to each other
- None of the above

¿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, grandes camiones 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
- Juguetes para el equilibrio: barras de equilibrio, "cantos rodados" plásticos
- 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 los maestros.



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
- Balance toys: balance beams, plastic “river stones”
- Crawling or tumbling equipment: mats, portable tunnels
- Other “loose parts”: sticks, shovels, pales
- 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 jungle gyms, but does include fabric tunnels, mats, and other larger items that teachers can easily move and switch out.

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

- Rarely or never Sometimes Often Always

¿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.
Siempre hay algo disponible para que cada niño pueda jugar

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 – there is always something available for each child to play with

Educación y Desarrollo Profesional

¿Con cuánta frecuencia los maestros y el *staff* reciben instrucción para su desarrollo profesional* sobre juegos y aprendizaje al aire libre (a parte 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

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), 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 cuenten como horas en clase o como créditos de educación continua. También, se puede incluir información presentada en las reuniones del personal.



How often do teachers and staff receive 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

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.

* Professional development can include taking in-person or online training for contact hours or continuing education credits. It can also include information presented at staff meetings.

¿Cuáles de los siguientes temas se han incluido en la instrucción para el desarrollo profesional del personal que labora actualmente 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
- Las políticas de nuestro programa sobre juegos y aprendizaje al aire libre
- Ninguna de las anteriores

Which of the following topics have been included in professional development for current staff 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
- Communicating with families about outdoor play and learning
- Our program's policies on outdoor play and learning
- None of the above

¿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 más

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 en folletos, hojas con consejos o el boletín informativo, sitio web, o la pizarra de anuncios de su programa.

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, brochures, tip sheets, or your program's newsletter, website, or bulletin boards.

¿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 espacio de juego al aire libre
- Las políticas de nuestro programa sobre los juegos y aprendizaje al aire libre
- Ninguna de las anteriores



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
- Our program's policies on outdoor play and learning
- None of the above

Políticas

¿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 y maestros jugar al aire libre en todas las estaciones
- Exposición al sol segura para los niños, maestros y personal
- No quitar el tiempo de juego al aire libre para controlar conductas desafiantes de los niños
- 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 maestros, personal, niños y familias. Las políticas pueden estar incluidas en las guías de los padres, manuales del personal 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 de 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.



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[†] days
- Shoes and clothes that allow children and teachers to play outdoors in all seasons
- Safe sun exposure for children, teachers, and staff
- Not taking away outdoor playtime in order to manage challenging behaviors
- 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 includes any written guidelines about your program’s operations or expectations for teachers, staff, children, and families. Policies can be included in parent handbooks, staff manuals, 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.

