



Go NAPSACC

Instrumento de Autoevaluación para
Centro Familiar de Cuidado Infantil



Fecha: _____

Su Nombre: _____

Nombre del Programa: _____



Juegos y Aprendizaje al Aire Libre

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.

Antes de comenzar:

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



Tiempo de Juego al Aire Libre

¿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 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.

¿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)

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)

Ambiente de Juego al Aire Libre

¿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

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



¿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 de 3/4 tiene sombra Entre 1/4 a 1/2 tiene sombra Entre 1/2 a 3/4 tiene 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 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 1/4–1/2 is shaded 1/2–3/4 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.

¿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 grande para que corran algunos niños de manera segura Es suficientemente grande para que corran la mayoría de los niños Es suficientemente grande para que corran todos los niños de manera segura

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

- No open area 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

¿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.

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.



¿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"/> 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.

¿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.



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.

¿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

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

Educación y Desarrollo Profesional

¿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.



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.

¿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

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

¿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.

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.

¿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



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

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 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.



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.

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 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.

