



# Go NAPSACC

## Instrumento de Autoevaluación

---

Fecha: \_\_\_\_\_

Su Nombre: \_\_\_\_\_

Nombre del Programa: \_\_\_\_\_



## Tiempo Frente a una Pantalla

---

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 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.

### Antes de empezar:

- ✓ Reúna los manuales del personal, las guías de los padres y otros documentos que expresen sus normas y lineamientos sobre tiempo frente a la pantalla.
- ✓ Solicite la ayuda de los maestros y empleados que estén más familiarizados con los métodos rutinarios.

### 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.
- ✓ La definición de las palabras claves están marcadas con un asterisco (\*).
- ✓ Responda cada pregunta lo mejor que pueda, pensando en sus métodos generales. Si ninguna de las posibles respuestas le 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.



## Disponibilidad

### ¿Dónde se encuentran los televisores?

- En todas las aulas       En algunas aulas       Guardados fuera de las aulas, pero regularmente a la disposición de los niños       No hay TV en las aulas: o están fuera de ellas y no están regularmente a la disposición de los niños

### Where are televisions located?

- In every classroom       In some classrooms       Stored outside of classrooms but regularly available to children       No televisions; or, televisions stored outside of classrooms and not regularly available to children

### A partir de los 2 años, ¿cuánto tiempo frente a la pantalla\* se permite en su programa cada semana?

- 90 minutos o más (Medio día: 45 minutos o más)       60–89 minutos (Medio día: 30–44 minutos)       31–59 minutos (Medio día: 15–29 minutos)       Menos de 30 minutos (Medio día: Menos de 15 minutos)       No se permite el tiempo frente a la pantalla

\* A partir de los 2 años, no cuenta como tiempo frente a la pantalla el que usan los maestros con libros electrónicos o tabletas para leerles a los niños o con Tablero Inteligente “Smart Board” para clases interactivas o para conectarse con las familias a través de Skype u otros programas de videoconferencias.

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

- 90 minutes or more (Half-day: 45 minutes or more)       60–89 minutes (Half-day: 30–44 minutes)       31–59 minutes (Half-day: 15–29 minutes)       Less than 30 minutes (Half-day: Less than 15 minutes)       No screen time is allowed

\* For children 2 years of age and older, screen time does not include teachers 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.

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

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

*Si marca “no se permite el 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.



**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.

---

**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 se permite el 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 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 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 se permite el 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.

**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.



## Métodos

### ¿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.

### 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.

### Cuando se ofrecen actividades frente a una pantalla, ¿con cuánta frecuencia los maestros hablan con los niños sobre lo que están viendo y aprendiendo?

- Casi nunca o nunca       Algunas veces       A menudo       Siempre

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

- Rarely or never       Sometimes       Often       Always

## Educación y Desarrollo Profesional

### ¿Con cuánta frecuencia los maestros y los empleados reciben desarrollo profesional\* 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 pregunta. Para el resto de las respuestas (menos de 1 vez al año; 1 vez al año; 2 veces al año más), 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 como créditos de educación continua. También incluye información presentada en las reuniones del personal.

### How often do teachers and staff receive professional development\* 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 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 han sido incluidos en el desarrollo profesional sobre el tiempo frente a la pantalla brindado a los maestros y empleados que trabajan actualmente?**

*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 y uso del tiempo frente a la pantalla en la clase
- Comunicación con las familias sobre los hábitos saludables del uso de las pantallas
- Las normas de nuestro programa sobre el uso de las pantallas
- Ninguna de las anteriores

**Which of the following topics have been included in professional development for current staff 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 in the classroom
- Communicating with families about healthy screen time habits
- Our program's policy on screen time
- None of the above

---

**¿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 y que su programa incluye.*

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

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

---

**¿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 del programa sobre el tiempo frente a la pantalla
- Ninguna de las anteriores



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
- Our program's policies on screen time
- None of the above

## Políticas

¿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 marca "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 la pantalla
- Tipo de programación que se permite
- Supervisión y uso adecuados del tiempo frente a una pantalla en las aulas
- No ofrecer tiempo frente a la pantalla como recompensa ni como castigo
- Desarrollo profesional sobre el tiempo frente a la pantalla
- Educación para las familias sobre el tiempo frente a la pantalla
- 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 maestros, los empleados, los niños o las familias. Las normas pueden incluirse en los manuales para padres, empleados y otros documentos.

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
- Appropriate supervision and use of screen time in classrooms
- Not using screen time as a reward or to manage challenging behaviors
- 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 teachers, staff, children, and families. Policies can be included in parent handbooks, staff manuals, and other documents.

