



Go NAP SACC

Instrumento de Autoevaluación

Fecha: _____

Nombre del Programa: _____

Número de Inscripción: _____



Juegos y Aprendizaje al Aire Libre

Go NAP SACC se basa en un conjunto de buenas prácticas que derivan de las investigaciones y directrices más recientes en el campo. Después de completar esta evaluación, podrá ver los puntos fuertes y las áreas de mejora del programa y utilizar esta información para planificar cambios saludables.

Para esta autoevaluación, los juegos y el aprendizaje al aire libre incluyen todas las actividades realizadas al aire libre. Las preguntas abarcan una variedad de actividades, algunas centradas en la actividad física y algunas enfocadas en otras actividades de aprendizaje. Estas preguntas se relacionan a oportunidades tanto para niños con necesidades especiales como para niños con un desarrollo normal.

Antes de comenzar:

- ✓ Reúna los manuales del personal, la guía de referencia para padres y otros documentos que exponen sus políticas y directrices sobre el juego y el aprendizaje al aire libre.
- ✓ Consiga la ayuda de maestros clave y miembros del personal que están familiarizados con las prácticas cotidianas

Cuando evalúe:

- ✓ Las opciones de respuesta entre paréntesis () son para programas de medio día. Los programas de día completo deben utilizar 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 opciones de respuesta parece del todo correcta, elija la más apropiada. Si la pregunta se refiere a un grupo etario al que no brinda servicios, pase a la siguiente pregunta.

Comprensión de los resultados:

- ✓ Las opciones de respuesta en la columna de la derecha representan las recomendaciones de buenas prácticas en este ámbito. Para interpretar sus resultados, compare sus respuestas con estas recomendaciones de buenas prácticas. Esto le mostrará sus fortalezas y las áreas en las que su programa puede mejorar.



Tiempo de juego al aire libre

1. Se brinda tiempo de juego al aire libre* a los niños en edad preescolar y niños pequeños:

- | | | | |
|---|--|---|---|
| <input type="checkbox"/> 4 veces por semana o menos (Medio día: 3 veces por semana o menos) | <input type="checkbox"/> 1 vez por día (Medio día: 4 veces por semana) | <input type="checkbox"/> 2 veces por día (Medio día: 1 vez por día) | <input type="checkbox"/> 3 veces por día o más (Medio día: 2 veces por día o más) |
|---|--|---|---|

*El tiempo de juego al aire libre incluye cualquier tiempo que los niños pasan jugando y aprendiendo al aire libre. Los niños pueden ser muy activos físicamente o hacer actividades más pasivas durante este tiempo.

2. La cantidad de tiempo de juego al aire libre que se brinda a los niños en edad preescolar* cada día es el siguiente:

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

*Para Go NAP SACC, los niños en edad preescolar son niños de entre 2 y 5 años.

3. La cantidad de tiempo de juego al aire libre que se ofrece a los niños pequeños* cada día es la siguiente:

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

*Para Go NAP SACC, los niños en edad preescolar son niños de entre 2 y 5 años.

4. Los bebés* se llevan al aire libre:*

- | | | | |
|---|---|--|---|
| <input type="checkbox"/> 3 veces por semana o menos (Medio día: 2 veces por semana o menos) | <input type="checkbox"/> 4 veces por semana (Medio día: 3 veces por semana) | <input type="checkbox"/> 1 vez por día (Medio día: 4 veces por semana) | <input type="checkbox"/> 2 veces por día o más (Medio día: 1 vez por día o más) |
|---|---|--|---|

*Para Go NAP SACC, los bebés son niños de 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.

Ambiente de Juego al Aire Libre

5. Nuestro programa utiliza el aire libre para los siguientes tipos de actividades:

Vea la lista y marque la respuesta debajo

- Juego libre: Tiempo de juego que puede ser más o menos enérgico, según las actividades y los juegos que los niños elijan.
- Oportunidades de aprendizaje estructurado: Lecciones y actividades planificadas, incluidas la hora del círculo, arte y manualidades y la lectura de libros.
- Actividades al aire libre de temporada: Actividades que son exclusivas de la temporada o del clima, incluidos la jardinería, la recolección de hojas y bellotas caídas y los juegos en el agua y en la nieve.
- Caminatas: Actividades que permiten a los niños explorar al aire libre más allá del espacio de juego regular, incluidas las excursiones por la naturaleza, la búsqueda del tesoro y recorridas por el barrio.
- Excursiones al aire libre: Viajes a lugares alrededor de la comunidad donde los niños pueden disfrutar de actividades al aire libre, como jardines botánicos locales, centros naturales y refugios de animales salvajes, parques locales, fincas o jardines de la comunidad

- | | | | |
|----------------------------------|--|---|---|
| <input type="checkbox"/> Ninguno | <input type="checkbox"/> 1 tipo de actividad | <input type="checkbox"/> 2 a 3 tipos de actividades | <input type="checkbox"/> 4 a 5 tipos de actividades |
|----------------------------------|--|---|---|



Ward DS, Morris E, McWilliams C, Vaughn A, Erinosh T, Mazzuca S, Hanson P, Ammerman A, Neelon SE, Sommers JK, Ball S. (2013). Go NAP SACC: Autoevaluación sobre Nutrición y Actividad Física para el cuidado infantil, 2.ª edición. Centro para la Promoción de la Salud y la Prevención de Enfermedades y Departamento de Nutrición, Universidad de Carolina del Norte en Chapel Hill. Disponible en: www.gonapsacc.org.

6. En nuestro espacio de juego al aire libre, las estructuras* o árboles proporcionan la siguiente cantidad de sombra:

- No hay sombra en nuestro espacio de juego al aire libre. Hay suficiente sombra para unos pocos niños. Hay suficiente sombra para la mayoría de los niños. Hay suficiente sombra para todos los niños.

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

7. Una zona de césped abierta para juegos, actividades y eventos:

- 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 la zona de césped abierta juntos, no necesariamente a todos los niños en el programa. Para los centros grandes, esta respuesta se refiere a un espacio lo suficientemente grande para que al menos 25 niños corran de manera segura.

8. El espacio de juego al aire libre para los niños en edad preescolar incluye lo siguiente:

- 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

*Las áreas recreativas son áreas definidas por las oportunidades de juego. Un área puede incluir un juego de columpios, un arenero, una estructura de escalada, un camino, un jardín, una casa o una tienda de campaña, una tarima, caballetes o instrumentos musicales al aire libre como ollas, sartenes y tubos para tambores.

9. Describa el jardín de su programa:*

- No hay ningún jardín. Hay una huerta El jardín produce algunas frutas o verduras para que prueben los niños El jardín produce suficientes frutas o vegetales para proporcionar comidas o bocadillos a los niños durante 2 temporadas o más.

*Puede plantarse un jardín en el suelo o en contenedores, como jardineras o macetas. Un jardín puede incluir un bosque de árboles frutales o vides que crecen en vallas o pérgolas.

10. En nuestro espacio de juego al aire libre, el camino para juguetes con ruedas:

- No está disponible. Está sin pavimentar y es de 5 pies de ancho o más Está pavimentado y es de menos de 5 de ancho. Está pavimentado y es de 5 pies de ancho o más.

11. Describa la forma del camino para juguetes con ruedas:

- No hay ningún camino Es lineal Tiene curvas, pero no hay bucles Tiene curvas y bucles*

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



12. Describa cómo se conecta el camino para juguetes con ruedas a diferentes partes del espacio de juego al aire libre:

Vea la lista y marque la respuesta debajo.

- Se conecta con las entradas del edificio.
 - Conecta el edificio con las áreas de juego.
 - Conecta las diferentes áreas de juego entre sí
- No hay ningún camino 1 tipo de conexión 2 tipos de conexiones 3 tipos de conexiones disponible.

13. Nuestro programa tiene los siguientes equipos de juegos portátiles* disponibles en buenas condiciones para que los niños utilicen al aire libre:

Vea la lista y marque la respuesta debajo.

- Juguetes para saltar: cuerdas para saltar, bolas 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 frijol, fideos, raquetas
- Juguetes para el equilibrio: barras de equilibrio, «cantos rodados" plásticos
- Equipo para gatear o voltearse: colchonetas, túneles portátiles

- Ninguno De 1 a 2 tipos De 3 a 5 tipos De 6 a 7 tipos

*Los equipos de juegos portátiles incluyen cualquier juguete que los niños pueden llevar, lanzar, empujar, tirar, etc. Esto no incluye los equipos fijos en el suelo, como columpios y gimnasios. Los equipos de juegos portátiles pueden hacerse en casa o comprarse en tiendas.

14. El equipo de juegos portátiles está disponible para los niños durante el tiempo de juego físicamente activo al aire libre:

- Rara vez o nunca A veces A menudo Siempre

15. La cantidad de equipos de juegos portátiles a disposición de los niños durante el tiempo de juego físicamente activo al aire libre:

- Es muy limitado— los niños siempre deben esperar para utilizar los elementos. Es limitado – por lo general, los niños esperan. Es algo limitado – a veces, los niños esperan para utilizar los elementos. No es limitado – los niños nunca deben esperar para utilizar los elementos.

Formación y Desarrollo Profesional

16. Los maestros y el personal reciben capacitación profesional* en juegos y aprendizaje al aire libre:

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

* La capacitación profesional puede incluir materiales de impresión, información presentada en las reuniones de personal y capacitación en persona o en línea para horas de contacto o créditos de educación continua.

17. Los siguientes temas se incluyen en la capacitación profesional para juegos y aprendizaje al aire libre:

Vea la lista y marque la respuesta debajo.

- Cantidad recomendada de tiempo de juego al aire libre para los niños
- Cómo utilizar el espacio de juego al aire libre para la actividad física y el aprendizaje
- Comunicación con las familias acerca de juegos y aprendizaje al aire libre
- La política de nuestra programa acerca de los juegos y aprendizaje al aire libre

- Ninguno 1 tema De 2 a 3 temas Los 4 temas



Ward DS, Morris E, McWilliams C, Vaughn A, Erinosh T, Mazzuca S, Hanson P, Ammerman A, Neelon SE, Sommers JK, Ball S. (2013). Go NAP SACC: Autoevaluación sobre Nutrición y Actividad Física para el cuidado infantil, 2.ª edición. Centro para la Promoción de la Salud y la Prevención de Enfermedades y Departamento de Nutrición, Universidad de Carolina del Norte en Chapel Hill. Disponible en: www.gonapsacc.org.

18. Se ofrece a las familias educación* en juegos y aprendizaje al aire libre:

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

*La educación puede incluir folletos, hojas de consejos, enlaces a sitios web de confianza y sesiones educativas en persona.

19. Los siguientes temas están incluidos en la educación para familias en juegos y aprendizaje al aire libre:

Vea la lista y marque la respuesta debajo.

- Cantidad recomendada de tiempo de juego al aire libre para los niños
- Cómo fomentar la actividad física al aire libre
- La política de nuestra programa acerca de los juegos y aprendizaje al aire libre

- Ninguno 1 tema 2 temas Los 3 temas

Política

20. Nuestra política escrita* acerca de juegos y aprendizaje al aire libre incluye los siguientes temas:

Vea la lista y marque la respuesta debajo.

- Cantidad de tiempo de juego al aire libre 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 restringir el tiempo de juego al aire libre como castigo
- Capacitación profesional en juegos y aprendizaje al aire libre
- Educación para familias en juegos y aprendizaje al aire libre

- No hay política escrita o la política no incluye estos temas De 1 a 2 temas De 3 a 5 temas De 6 a 7 temas

* Una política escrita incluye cualquier tipo de directrices escritas sobre las operaciones o expectativas de su programa para los maestros, el personal, los niños o las familias. Las políticas pueden ser incluidas en la guía de referencia para padres, manuales para el personal y otros documentos.



¡Felicitaciones por completar la Autoevaluación sobre juegos y aprendizaje al aire libre de Go NAP SACC!

Para obtener más información acerca de esta y otras herramientas de Go NAP SACC, visite:

www.gonapsacc.org



Ward DS, Morris E, McWilliams C, Vaughn A, Erinosh T, Mazzuca S, Hanson P, Ammerman A, Neelon SE, Sommers JK, Ball S. (2013). Go NAP SACC: Autoevaluación sobre Nutrición y Actividad Física para el cuidado infantil, 2.ª edición. Centro para la Promoción de la Salud y la Prevención de Enfermedades y Departamento de Nutrición, Universidad de Carolina del Norte en Chapel Hill. Disponible en: www.gonapsacc.org.