



# Go NAP SACC

## Instrumento de Autoevaluación

---

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

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

Nombre de la Guardería: \_\_\_\_\_



## Tiempo Frente a una Pantalla

---

Go NAP SACC se basa en un conjunto de los mejores métodos surgidos de las últimas investigaciones en este terreno. Al terminar esta evaluación, usted podrá ver las virtudes de su programa y las áreas que necesitan mejorarse, 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 el que usan las maestras con libros electrónicos o tabletas para leerles a los niños o con *Smart Boards* para clases interactivas o para conectarse 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 en cuanto a la lactancia materna y la alimentación del bebé.
- ✓ Solicite la ayuda de las maestras y empleados que estén más familiarizados con los métodos rutinarios.

### A medida que evalúa:

- ✓ La definición de las palabras clave 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 que más se acerque.

### Para entender los resultados:

- ✓ Las opciones de respuestas de la columna de la derecha representan las recomendaciones para los mejores métodos en esa área. Para interpretar los resultados, compare sus respuestas con esas recomendaciones. Así verá cuáles son sus puntos fuertes y en qué áreas su programa puede mejorar.



## Disponibilidad

### 1. Hay 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 ni fuera de ellas y no están regularmente a la disposición de los niños

### 2. A partir de los 2 años, el tiempo frente a la pantalla\* que se permite en nuestro programa cada semana es de:

- 90 minutos o más (Medio día: 45 minutos o más)       60-89 minutos (Medio día: 30-44 minutos)       30-59 minutos (Medio día: 15-29 minutos)       Menos de 30 minutos (Medio día: Menos de 15 minutos)

\* Para los niños de 2 años y más, no cuenta como tiempo frente a la pantalla el que usan las maestras con libros electrónicos o tabletas para leerles a los niños o con *Smart Boards* para clases interactivas o para conectarse con las familias a través de Skype u otros programas de videoconferencias.

### 3. A los menores de 2 años, el tiempo frente a la pantalla\* que se permite en nuestro programa cada semana es de:

- 60 minutos o más       30-59 minutos       1-29 minutos       No se permite

\* 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.

### 4. Los programas de televisión y los videos que se muestran son educativos y no tienen comerciales\*:

- Casi nunca o nunca       Algunas veces       A menudo       Siempre

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

### 5. Cuando se les ofrecen actividades frente a una pantalla, los niños pueden elegir una actividad alternativa:

- Casi nunca o nunca       Algunas veces       A menudo       Siempre

## Métodos

### 6. Se ofrecen actividades frente a una pantalla como recompensa:

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

### 7. Cuando se les ofrecen actividades frente a una pantalla, las maestras hablan con los niños sobre lo que están viendo y aprendiendo:

- Casi nunca o nunca       Algunas veces       A menudo       Siempre

## Instrucción y Formación Profesional

### 8. Las maestras y los empleados reciben formación 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...



- \* La formación profesional puede incluir materiales impresos, información presentada en reuniones de personal y horas de clase en persona o por internet, que cuentan como horas en clase o como créditos para educación continuada.

**9. La formación profesional\* sobre el tiempo que los niños pasan frente a una pantalla incluye lo siguiente:**

*Vea la lista y marque la respuesta más abajo*

- Cantidad de tiempo que se recomienda que pasen los niños pequeños frente a una pantalla
- Tipo de programación adecuada para los niños pequeños
- Uso apropiado del tiempo frente a una pantalla en un aula
- Comunicación con las familias sobre los hábitos saludables del uso de las pantallas
- Las normas de nuestro programa sobre el uso de las pantallas

Ninguno                       1-2 tópicos                       3-4 tópicos                       5 tópicos

**10. Se ofrece instrucción\* a las familias sobre el tiempo que los niños usan las pantallas:**

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

- \* La instrucción puede incluir folletos, hojas informativas y enlaces a sitios seguros en Internet y clases en persona.

**11. La instrucción a las familias sobre el tiempo de uso de las pantallas incluye los siguientes tópicos:**

*Vea la lista y marque la respuesta más abajo*

- Cantidad de tiempo que se recomienda que pasen los niños pequeños frente a una pantalla
- Tipo de programación adecuada para los niños pequeños
- Supervisión y uso adecuados del tiempo frente a una pantalla por parte de los cuidadores
- Las normas de nuestro programa sobre el tiempo frente a una pantalla

Ninguno                       1 tópico                       2-3 tópicos                       4 tópicos

## Normas

**12. Nuestras normas escritas\* sobre el uso de las pantallas incluyen los siguientes tópicos:**

*Vea la lista y marque la respuesta más abajo*

- 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 negarlo como castigo
- Formación profesional sobre el tiempo de uso de las pantallas
- Instrucción a las familias sobre el tiempo de uso de las pantallas

No hay normas                       1-2 tópicos                       3-4 tópicos                       5-6 tópicos

escritas o las que hay  
no incluyen estos  
tópicos

- \* Una norma escrita es cualquier lineamiento escrito sobre las operaciones o expectativas de su programa para las maestras, el personal o las familias. Las normas pueden estar incluidas en las guías de los padres, los manuales del personal y otros documentos.



Felicitaciones por completar la  
**Autoevaluación de Go NAP SACC sobre el Tiempo Frente a una Pantalla**

Para más información sobre éste y otros recursos de Go NAP SACC, visite: [www.gonapsacc.org](http://www.gonapsacc.org).

