



Hola, soy **ITA**, tu compañía virtual para actividades con niñas y niños

¿Es tu primera vez por acá?

¿Quieres saber cómo funciono? Haz click en el video





https://balsamiq.cloud/sf7gn6a/pbgizf7/r267

8?1=N41gUibCMA0iDkpxAYWtAmkAhHAsj

gFo4DSUA2gLoC+QA=

### ¿Qué es **ITA**?

**ITA** es un coach virtual, algo así como un entrenador virtual que acompaña a madres, padres y otras personas que cuiden niños y niñas.

### ¿Cuál es su objetivo?

Busca favorecer que niños y niñas desarrollen hábitos saludables, por medio de actividades que realicen en conjunto con sus padres, madres o personas que cuidan.

### ¿Cómo funciona?

**ITA** se basa en ciencia, y sugiere actividades que pueden ser realizadas con niños y niñas. Las elige considerando las características de los niños y niñas, y también las características de las madres, padres o personas que cuidan.

### ¿Qué debo hacer?

Debe hacer tres cosas principales: entregarle algunos datos para que conozca un poco más, realizar las actividades sugeridas y contarle cómo les fue después de realizar cada actividad.

Todo eso ayuda a que **ITA** pueda acompañar de la mejor manera, especialmente **en estos días** en que las cosas están siendo un poco más complejas.

Siguiente



Elige tu nombre de usuario. Recuerda que debe ser muy original y fácil de recordar para ti.

¿Cuál es tu usuario?

EULA Términos y condiciones

Acepto



Cuéntame un poco más de ti, para acompañarte de la mejor manera posible

Edad

Parentesco con el niño o niña

Género

Número de niñas o niños bajo tu cuidado

Comuna

Edades de los niños o niñas



Ahora me gustaría conocer cómo sueles comportarte (o qué es lo que te pasa) cuando enfrentas diferentes tareas, labores o las cosas que generalmente haces en tu vida. Con estas preguntas sabremos después tu nivel de auto-eficacia. ?

Para esto te voy a mostrar una serie de frases, por favor indica qué tan de acuerdo estás en cada una. Puedes usar la barra que se te muestra y mover la banderita a la ubicación que más se acerque a lo que sientes o piensas.

Siempre puedo resolver problemas si trato lo suficiente

Desacuerdo ————— Acuerdo

Es fácil lograr mis metas y mantener mis objetivos

Desacuerdo ————— Acuerdo

Sé cómo manejar situaciones imprevistas

Desacuerdo ————— Acuerdo

Puedo mantener la calma ante nuevas dificultades

Desacuerdo ————— Acuerdo

Cuando tengo problemas, logro pensar varias soluciones

Desacuerdo ————— Acuerdo

Siguiente



Según tus respuestas, parece ser que tu nivel de auto-eficacia pareciera ser:



¿Te parece bien? Si no estás tan de acuerdo, puedes cambiar este nivel de autoeficacia moviendo la banderita a través de la barra.

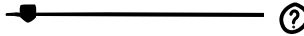
Haz clic en siguiente cuando creas que tu nivel de autoeficacia está listo, te representa.

Siguiente



Ingresa tu usuario:

La última vez tu auto-eficacia parecía ser:



Puedo sugerirte actividades en este nivel o puedes cambiarlo  
moviendo la barra.

Haz clic en siguiente cuando creas que tu nivel de  
autoeficacia está listo, te representa.

Siguiente



¿Qué tipo de actividad quieres realizar con tu niña o niño? Piensa en los hábitos que te gustaría fortalecer en él o ella.

Actividad Física



Alimentación saludable



Bienestar



Te sugiero la siguiente actividad ¿Qué te parece?

Participa en un Desfile de Acontecimientos!  
(10-20 minutos)

Está bien, hagámosla



Sí, muéstrame otra

¿Prefieres que te sugiera otra?





Veo que ya terminaste esta actividad. Por favor, cuéntame cómo fue la experiencia para ustedes contestando las siguientes preguntas.

¿Crees que el niño o niña disfrutó la actividad?



¿Y tú, disfrutaste la actividad?



¿Cuál es tu nivel de auto-eficacia ahora?



¡Gracias! Espero volver a acompañarte pronto, nos vemos.

Salir