



Evaluación natación principiante 2 AR 004

Campamento conqui-guías Pereira 18 - 21 de abri de 2019

#	Club	1 Nombre	2 Nombre	1 Apellido	2 Apellido	Edad	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1																	
2																	
3																	
4																	
5																	
6																	
7																	
8																	
9																	
10																	
11																	
12																	
13																	
14																	
15																	
16																	
17																	
18																	
19																	
20																	
21																	
22																	
23																	
24																	
25																	
26																	
27																	
28																	
29																	
30																	
31																	
32																	
33																	
34																	
35																	
36																	
37																	

ÍTEMES A EVALUAR

1	Presenta la carta firmada por el director de jóvenes, el director del club, el pastor de la iglesia y el departamental de jóvenes constando que ya presentó satisfactoriamente la parte teórica de esta especialidad.
2	Tener la especialidad Natación - Principiante 1.
3	Sumergirse y emerger sacando un objeto del fondo de la piscina.
4	Demostrar las diversas posiciones en las que puede flotar.
5	Demostrar la respiración bilateral en estilo crol.
6	Crol: 50 metros.
7	Espalda: 50 metros.
8	Demostrar el pateo del estilo pecho (braza) sin intervalo y sin una tabla de instrucción por 25 metros.
9	Demostrar la vuelta olímpica en estilo crol y espalda.
10	Mantenerse a flote durante 2 minutos con movimientos de piernas y brazos.
11	Movilizarse en el agua sin descanso durante 20 metros usando una camiseta y pantalones cortos.

Firma del instructor

Nota: Esta lista se debe cotejar con el trabajo teórico desarrollado por el estudiante.