



Evaluación natación principiante 1 AR 003

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	12
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 Seguridad básica en el agua.
3	Con agua que llegue al pecho buscar un objeto que esté sumergido, sin ayuda y con los ojos abiertos.
4	Saltar del borde lateral a la parte más profunda de la piscina.
5	Con un impulso deslizarse de frente (boca abajo) una distancia de dos cuerpos.
6	Crol: 20 metros.
7	Espalda: 20 metros.
8	Cambio de dirección estilo crol.
9	Cambio de dirección espalda.
10	Flotar durante 1 minuto.
11	Deslizarse en el agua 20 metros usando una camiseta.
12	Realizar el pateo crol y espaldas con una tabla de entrenamiento por 10minutos.

Firma del instructor

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