

# Nadador II

1. Debe terminar y recibir el Honor de Nadador I.
2. Revise y hable acerca de las reglas de seguridad.
3. Tírese al agua y recoja dos piedras del fondo.
4. Juegue en el agua pero no en lo profundo.
5. Mencione tres cosas que usted podría hacer para ayudar a salvar a alguien que se está ahogando.
6. Nade algunas yardas sólo con los pies, luego con los brazos y manos solamente.



**Grado 3**

*Actualizado en 1996.*

## Ayudas

1. Anime a los niños para terminar ambos honores de nadador y prepararse para participar en Natación de Principiantes usando instrucciones de la Cruz Roja o su equivalente.
2. Haga énfasis en que la seguridad es muy importante: No correr, ni empujar; no tirarse al agua sin saber si es seguro y que no hay piedras, etc.; no nadar durante una tormenta; no nadar a menos que un adulto esté presente; no depender de un aparato para flotar por seguridad.
3. Practique con los niños para que aprendan a flotar sin temor.
4. Deben practicar el contener la respiración y flotar con la cara hacia abajo, salen para respirar y seguir flotando.
5. Coloque dos piedras sin puntas agudas en el fondo del agua. Haga que cada niño recoja las piedras del fondo.
6. Jueguen a la pelota en el agua para que los niños se diviertan mientras aprenden a perder el miedo al agua.
7. Además de usted u otros aparatos normales de seguridad, hay tres cosas que podría hacer para ayudar a una persona que se está ahogando: correr en busca de ayuda, alcanzarlos con una vara o palo largo para que se agarren, lanzarles una cuerda, etc.
8. Enséñeles movimientos de piernas adecuados, y brazadas. Un video o libro de natación de la Cruz Roja sería de ayuda. Entusiásmese con el deseo de los Aventureros de lograr su objetivo.

