

NIVELES NATACION

Con el objetivo de favorecer la necesaria renovación entre los alumnos inscritos en las opciones **Infantil 2 e Infantil 3** de un programa que cuenta con un número de plazas limitado y con el de asegurar un nivel adecuado en las opciones **Perfeccionamiento Infantil y Adultos Nivel Avanzado** se han establecido unos niveles técnicos de acuerdo a unos objetivos conseguidos.

En el caso de las opciones Infantil 2 y 3 se establece un **NIVEL TÉCNICO MÁXIMO (Nivel III)**. Una vez conseguido por el alumno e informado de su situación, en el siguiente periodo de inscripción por el procedimiento establecido, podrá continuar si por edad es posible en la opción de **Perfeccionamiento Infantil**.

En el caso de las opciones de Perfeccionamiento Infantil y Adultos Nivel Avanzado, será necesario poseer el nivel exigido en cada caso para poder inscribirse en estas opciones.

| NIVEL | OBJETIVOS CONSEGUIDOS |
|--------------|------------------------------|
|--------------|------------------------------|

| | |
|------------|--|
| 0 | Aceptar con facilidad el contacto con el agua con todo su cuerpo Sumergirse en el agua con o sin la ayuda del profesor Mantener la flotación ventral y ventral con material Controlar las respiraciones subacuáticas Desplazarse 5 metros con material auxiliar |
| I | Realizar una inmersión agarrado al borde durante 5 segundos Mantener la flotación ventral 5 segundos. Realizar 5 respiraciones subacuáticas Desplazarse 15 m con batido ventral o dorsal, con material auxiliar Saltar desde el borde de la piscina desde la posición de sentado |
| II | Desplazarse 15 m en posición ventral con respiración acuática Desplazarse 10 m con batido ventral, realizar un giro y desplazarse 10 m con batido dorsal Saltar desde el bordillo, de pie y hacer una flotación dorsal, 5 segundos |
| III | Zambullirse de cabeza, nadar 10 mts a crol, voltereta y nadar 10 mts a espalda Nadar 20 m a braza más batido de mariposa o viceversa Desplazarse 15 m con remolque en flotación dorsal con tabla Sumergirse 1,5 mts, recogiendo un objeto |
| IV | Realizar una salida, nadar 25 m crol, un viraje y nadar 25 m espalda Realizar una salida, nadar 25 m braza, un viraje y nadar 25 m mariposa Desplazarse 10 m con remadas en flotación dorsal con tabla Desplazarse 25 m conduciendo un balón con 3 pases y 3 recepciones |
| V | Realizar una salida, nadar 100 m estilos con todos los virajes Desplazarse 10 m con remada en flotación ventral y con remada en flotación dorsal Desplazarse 25 m con remolque en flotación dorsal con tabla Desplazarse 25 m con balón dar 4 pases, 4 recepciones y 4 lanzamientos a un cono situado a 5 m |
| VI | Realizar una salida, nadar 200 m estilos, con todos los virajes Desplazarse 5 m en inmersión sin batidos. Desplazarse 12,5 m con movimiento ondulatorio subacuático Nadar 400 m con ritmo uniforme |

Niveles :

0, I, II, III INFANTILES y ADULTOS

IV, V y VI PERFECCIONAMIENTO INFANTIL y ADULTOS NIVEL AVANZADO