



União dos Escoteiros do Brasil  
**GRUPO ESCOTEIRO CÔNEGO SORG - 346RS**  
Carazinho - RS  
Mais Escoteiros, Melhores Cidadãos



## ROTEIRO ESPECIALIDADE NATAÇÃO

Ramo Desportos

Nome: \_\_\_\_\_  
Ramo: \_\_\_\_\_

Examinador: \_\_\_\_\_

Profissão: \_\_\_\_\_

Nível 1: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

Nível 2: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

Nível 3: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

	Data	Assin
1 - Saber dar um mergulho perfeito da borda de uma piscina		
2 - Saber boiar de costas por um período mínimo de 1 minuto, sem bater os pneus ou mãos		
3 - Saber nadar 50m, qualquer estilo, sem parada		
4 - Nadar 50 m, vestido com calça, camisa e meias		
5 - Buscar um objeto submerso em uma piscina com profundidade mínima de 3 mts		
6 - Demonstrar de forma prática conhecimento de salvamento e de técnicas de recuperação de afogados, descrevendo as regras de segurança para atividades aquáticas		
7 - Despir-se (calca, camisa e meias) dentro de uma piscina, sem encostar os pés no fundo, em menos de 1 minuto		
8 - Atravessar uma piscina submerso, numa distância mínima de 6 mts		
9 - Nadar 100 mts em cada estilo (crown, costas, peito e bortoleta)		
10 - Nadar 800 mts em qualquer estilo, sem parada		
11 - Mergulhar de um prancha colocada a uma altura mínima de 3 mts da superfície da água em piscina apropriada		
12 - Rebocar outro nadador, em percurso mínimo de 15 mts.		

**O Examinador deve de Professor de Natação ou ter formação em Ed. Física.**