**Tema:** Conduce (buceo scuba básico)

**Objetivo:** valorar la habilidad y destreza del estudiante para identificar y armar el equipo scuba, así como realizar los ejercicios básico en aguas confinadas.

**Actividades.**

1.-Equipamiento del equipo básico fuera del agua ,200 metros de nado con equipo básico (visor, aletas, tubo (snortkel) con entrada paso de gigante y salida controlada.

2.- armado de equipo scuba, individual.

3.- equipamiento en binas e individual, dentro y fuera del agua.

4.- entrada al agua con paso de gigante con equipo scuba y señal de estoy bien.

5.- inmersión (compensar)

6.-vaciado de visor

7.-recuperacion de regulador (barrido y

8.-liberar, presentar y poner cinturón de lastre

9.-quitar chaleco bpd

10.-compartir aire (fuente alterna) y ascenso controlado 25 metros.

11.- flotabilidad (pivoteo)

12.- natación subacuática (50 metros)

**Rubrica de evaluación Buceo Scuba Básico**

**Participante (s): \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Plantel: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Estado: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Tiempo: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Criterio | Excelente (4 puntos) | Bueno (3 puntos) | Satisfactorio (2 puntos) | Deficiente (1 punto) |
| Natación 200 metros equipo básico | Se equipa correctamente y nada 200 metros sin parar | Se equipa correctamente, nado intermitente (descansa 1 vez), completa los 200 metros | Equipamiento incorrecto recorrido de nado con más de 2 descansos completa los 200 metros | No se equipa correctamente y no completa los 200 metros |
| Armado equipo scuba individual  Contra reloj | Arma correctamente y en tiempo requerido el equipo SCUBA | Comete un error en el armado con tiempo establecido | Comete dos errores en el armado en tiempo establecido | No completa el armado en el tiempo indicado |
| Equipamiento en binas e individual, dentro y fuera del agua. | Se equipan correctamente dentro y fuera del agua en mejor tiempo | Se equipan, pero es auxiliado por su compañero respetando los tiempos de armado | se equipan, pero es auxiliado por un compañero excediendo el tiempo limite | No se equipa correctamente y excede el límite de tiempo |
| Entrada al agua con paso de gigante con equipo scuba y señal de estoy bien. | Entra al agua correctamente (sujetado visor, regulador y cinturón de lastre, haciendo la seña de “estoy bien”) | Entra al agua sin realizar alguno de los procesos de entrada. (sujetado visor, regulador y cinturón de lastre, haciendo la seña de “estoy bien”) | Entra al agua y se le cae o desajusta alguna parte del equipo. | No entra alguna correctamente, no hace la señal de estoy bien. |
| Inmersión (compensar) | Hace la inmersión sin ningún problema y realiza la técnica de compensación Valsalva y señal de “ok” | Realizar la inmersión y no realiza la técnica de compensación, realiza la señal de “ok” | Realiza la inmersión, no compensa ni hace señal de “ok” | Batalla para realizar la inmersión y no realiza alguna de las señales. |
| Quitar mascara y vaciado de visor | En inmersión se retira el visor y realiza vaciado del mismo al primer intento. | En inmersión se retira el visor y realiza vaciado del mismo en dos intentos. | En inmersión se retira el visor y realiza vaciado del mismo en tres o más intentos | En inmersión se retira el visor y no realiza vaciado del mismo. |
| Recuperación de regulador (aplica las dos técnicas de recuperación) | Aplica correctamente las dos técnicas de recuperación de regulador en 1 intento | Aplica correctamente las dos técnicas de recuperación en 2 intentos | Aplica correctamente una de las dos técnicas de recuperación en 3 intentos | Aplica correctamente una de las dos técnicas de recuperación en 4 o más intentos |
| Liberar, presentar y poner cinturón de lastre | Se libera, presenta y se pone el cinturón de lastre en 1 intento | Se libera, presenta y se pone el cinturón de lastre en 2 intentos | Se libera, presenta y se pone el cinturón de lastre en 3 intentos | Se libera, presenta y se pone el cinturón de lastre en 4 0 más intentos |
| Quitar y colocar chaleco bcd | En inmersión se retira chaleco bcd lo presenta y se lo vuelve a colocar en 1 intento | En inmersión se retira chaleco bcd lo presenta y se lo vuelve a colocar en 2 intentos | En inmersión se retira chaleco bcd lo presenta y se lo vuelve a colocar en 3 intentos | En inmersión se retira chaleco bcd lo presenta y se lo vuelve a colocar en 4 o más intentos |
| Compartir aire (fuente alterna) y ascenso controlado 25 metros. | Demuestra la habilidad de compartir aire de su fuente alterna y realizar un ascenso controlado de 25 metros en 1 intento | Demuestra la habilidad de compartir aire de su fuente alterna y realizar un ascenso controlado de 25 metros en 2 intentos | Demuestra la habilidad de compartir aire de su fuente alterna y realizar un ascenso controlado de 25 metros 3 intentos | Demuestra la habilidad de compartir aire de su fuente alterna y realizar un ascenso controlado de 25 metros en 4 o más intentos |
| Flotabilidad (pivoteo) | Logra realizar el ejercicio de flotabilidad (pivoteo) correctamente en el 1 intento | Logra realizar el ejercicio de flotabilidad (pivoteo) correctamente en el 2 intento | Logra realizar el ejercicio de flotabilidad (pivoteo) correctamente en el 3 intento | Logra realizar el ejercicio de flotabilidad (pivoteo) correctamente en el 4 o más intentos |
| Natación subacuática (50 metros) | Realiza natación subacuática de 50 metros optando una flotabilidad optima en 1 intentos | Realiza natación subacuática de 50 metros optando una flotabilidad optima 2 intentos | Realiza natación subacuática de 50 metros optando una flotabilidad optima 3 intentos | Realiza natación subacuática de 50 metros optando una flotabilidad optima 4 o más intentos |
|  |  |  |  |  |

Nota: en caso de empate en algún ejercicio se tomará el mejor tiempo

**Puntuación: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Evaluador: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Válida: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Materiales que requiere el participante:**

* Equipo básico
* Traje de neopreno (recomendación mínimo 5 mm)
* Equipo scuba y tanques (tratar de hacer vinculación con el Instituto Tecnológico Bahía de Banderas)

**Ponderación:**

* Cada criterio tiene un valor de 4, 3, 2 y 1 punto de acuerdo al nivel de cumplimiento.
* Puntaje máximo 48

**Escala** **de interpretación:**

* 45 a 48 puntos excelente
* 40 a 44 puntos bueno
* 35 a 38 puntos suficiente
* Menos de 35 puntos deficiente