

# Requisitos de la Ficha – Seguridad en la Piscina



Nombres de los Castañcitos

<p>1. ¿Debe nadar solo?</p>									
<p>2. Saber 3 o más normas de seguridad para la piscina:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• No correr alrededor de la piscina</li> <li>• No tirarse de cabeza, menos en las áreas designadas</li> <li>• No nadar sin permiso</li> <li>• No nadar sin supervisión de un adulto</li> <li>• No zarandear en la piscina o alrededor</li> <li>• No tener contenedores de vidrio cerca de la piscina</li> </ul>									
<p>3. Si se cae en la piscina, ¿qué debe hacer?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mantener la calma</li> </ul>									

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Patear las piernas para mantener la cabeza sobre el agua</li> <li>• Gritar por ayuda</li> </ul>									
<p>4. ¿Qué debe hacer si alguien se está ahogando?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tirar un salvavidas (no entre para ayudar)</li> <li>• Gritar por ayuda</li> <li>• Conseguir un adulto</li> <li>• Llamar el número de emergencia</li> </ul>									
<p>5. Nombrar algunos juegos de piscina para jugar.</p>									
<p>6. Dibujar una imagen de usted nadando.</p>									
<p>7. Planear y participar en una fiesta de piscina.</p>									

**Ayudas:**

Contacte a su ACJ-YMCA o Cruz Roja Americana para instrucción en natación y clases de primeros auxilios.

\* Mantenga un teléfono cerca del área de la piscina para usar en caso de emergencia.

\* Hay varias clases de alarmas y vallas o cercas que se pueden usar alrededor de la piscina para mantener a los niños a salvo. Busque en una compañía de piscinas.