

GENERALES

1. Tener dieciséis años de edad.

Firma: _____

Código: _____ Fecha: ___/___/___

SECCION I CAPACIDAD FISICA

Aprobar cuatros de los seis grupos enumerados

Grupo 1 PISTA

Realice cinco de las siguientes pruebas:

A. Carrera de 50 metros en 6.5 segundos.

Tiempo: _____

B. Carrera de 100 metros en 12.5 segundos.

Tiempo: _____

C. Carrera de 200 metros en 26.5 segundos.

Tiempo: _____

D. Carrera de 400 metros en 1min.

Tiempo: _____

E. Carrera de 550 metros en 1 min. 30 segundos.

Tiempo: _____

F. Carrera de 1.5 Km. en 5 min.

Tiempo: _____

Firma: _____

Código: _____ Fecha: ___/___/___

Grupo 2 CAMPO

Realice tres de las siguientes pruebas:

A. Salto largo sin impulso 2.4 metros.

Distancia _____

B. Salto largo con impulso 5.05 metros.

Distancia _____

C. Salto alto de 1.52 metros

Distancia _____

D. Lanzamiento de bola de 7.26 Kg. a 9.8 metros.

Distancia _____

Firma: _____

Código: _____ Fecha: ___/___/___

Grupo 3 FUERZA Y RESISTENCIA

Realice tres de las siguientes pruebas:

A. Flexiones de tronco desde la posición acostada

(65 en 2 minutos) Cantidad _____

B. Flexiones de brazos en la barra (13)

Cantidad _____

C. Flexiones de brazos sobre el piso (36)

Cantidad _____

D. Tregar soga con las manos solamente

(6.5 metros) Cantidad _____

Firma: _____

Código: _____ Fecha: ___/___/___

Grupo 4

COORDINACIÓN, AGILIDAD, EQUILIBRIO

Realice uno de las siguientes pruebas:

A. Baloncesto, tirada libre (9 de cada 10 tiros)

Saltar la cuerda (300 sin parar o equivocarse)

Tiros _____ Cantidad _____

B. Carrera ida y vuelta, 2 viajes (9 mts en 8.4 seg)

Cuclillas (25 en 30 segundos)

Tiempo _____ Cantidad _____

C. Rebote con las manos hacia el frente

Cantidad _____

Rebote con las manos hacia atrás

Cantidad _____

Pararse en las manos (10 segundos)

Cantidad _____

Pararse en las manos

(brazos y piernas dobladas)

Cantidad _____

Firma: _____

Código: _____ Fecha: ___/___/___

Grupo 5 NATACION

Realice uno de las siguientes pruebas:

A. Estilo libre, 100 metros, en 1 min., 28 segundos

Tiempo _____

B. Estilo espalda, 100 metros, en 1 min., 40 seg.

Tiempo _____

C. Estilo pecho, 100 metros en 1 min., 48 seg.

Tiempo _____

Firma: _____

Código: _____ Fecha: ___/___/___

Grupo 6 HABILIDAD ESPECIAL

Realice uno de las siguientes pruebas:

A. Salto con obstáculos.

Cantidad _____

B. Salto alto (por lo menos 10 cms menos de la

persona) Cantidad _____

C. Salto en la nieve con esquís (30 metros) o más.

Cantidad _____

D. Prueba en esquí acuático a 40 Km. por hora

Cantidad _____

Firma: _____

Código: _____ Fecha: ___/___/___

SECCION II

HABILIDADES O DESTREZAS

Completar una especialidad en mecánica y dos de las siguientes: Buceo con escafandra, Canoaje, Deporte de vela, Enfermería del hogar, Esquí acuático, Esquí acuático(avanzado), Exploraciones, Orientación, Primeros Auxilios II, Salvamento (avanzado), Tumbling y equilibrio (volteretas y equilibrio), Vida primitiva.

Especialidades: _____

Firma: _____

Código: _____ Fecha: ___/___/___

SECCION III EXCURSIONES

Recibir el adiestramiento apropiado, y escoger hacer dos las siguientes excursiones, con su informe escrito de: _____ Lugar _____

a) Paseo a pie por 64 kilómetros _____

b) Bicicleta por 160 Kilómetros _____

c) Canoa por 64 Kilómetros _____

d) A caballo por 160 Kilómetros _____

Especialidad: _____

Firma: _____

Código: _____ Fecha: ___/___/___

SECCION IV PROYECTOS DE SERVICIO

Cumplir uno de los siguientes:

1. Desempeñar un cargo de liderazgo, mínimo por un semestre de los siguientes:

a) Director de Sociedad de Jóvenes

b) Director de Escuela Sabática

c) Director de Conquistadores

Director de: _____

2. Servir mínimo diez semanas en el Servicio Adventista de Voluntarios

3. Participar en un plan de Evangelismo mínimo doce semanas

Firma: _____

Código: _____ Fecha: ___/___/___

SECCION V MEJORAMIENTO CULTURAL

Complete dos de los siguientes grupos:

Grupo 1 **MUSICA**

Realice uno de las siguientes pruebas:

1. Presente un recital clásico o semiclásico (vocal o instrumental a no menos tres personas.
2. Asistir a tres conciertos clásico o semiclásico (solistas o grupos) y presente un informe escrito de 1500 palabras.

Firma: _____

Código: _____ Fecha: ___/___/___

Grupo 2 **ARTE**

Realice una de las siguientes pruebas:

1. Exhiba cinco trabajos originales de arte (pinturas, esculturas, tallados, etc.) que usted haya hecho.
2. Visite una galería de arte o asista a tres exhibiciones de arte y presente un informe escrito de 1500 palabras

Firma: _____

Código: _____ Fecha: ___/___/___

Grupo 3 **LITERATURA SAGRADA**

Realice una de las siguientes pruebas:

1. Leer un libro del Espíritu de profecía de mínimo 300 paginas.
2. Lea el Nuevo Testamento en una traducción moderna.

Firma: _____

Código: _____ Fecha: ___/___/___

Grupo 4 **INVESTIGACION ETNICA**

Escoja un país y trace su origen, fondo cultural y religioso y hacer un estudio del comienzo, desarrollo y estado presente de la Iglesia Adventista en ese país; y presente un informe escrito de 2000 palabras.

Firma: _____

Código: _____ Fecha: ___/___/___

INVESTIDURA

Fecha de examen: ___/___/___

Director Club: _____ Código: _____

Encargado de Tarjeta: _____ Código: _____

Evaluador de Asoc.: _____ Código: _____

Fecha de Investidura: ___/___/___

Departamental J.A. _____ Código: _____

VOTO

Por amor al Señor Jesús prometo tomar parte activa en la obra de la Sociedad de Jóvenes Adventistas, haciendo cuanto pueda para ayudar a otros y para terminar la obra del evangelio en todo el mundo

LEY

1. Observar la Devoción Matutina.
2. Cumplir con la parte que me toca.
3. Cuidar mi cuerpo.
4. Tener una mirada franca.
5. Ser cortés y obediente.
6. Andar con reverencia en la casa de Dios
7. Conservar una canción en el corazón.
8. Trabajar para Dios.

BLANCO

El mensaje del advenimiento a todo el mundo en mi generación.

LEMA

El amor de Cristo nos constriñe

VOTO DE LEALTAD A LA BIBLIA

“Prometo lealtad a la Biblia y al evangelio que ella contiene:
Un Salvador crucificado, resucitado y próximo a venir con vida y libertad para todos los que en él creen”.



Requisitos para el Medallón de Oro para jóvenes

Nombre: _____

Dirección: _____

Teléfono: _____ Edad: _____

Iglesia: _____

Departamento de Jóvenes
Asociación Central-Sur de Costa Rica

