	Вмілість	Водолаження – III проба
	Рівень	3 проба
	Дата початку здачі	
	Дата завершення	
	Прізвище, Ім'я	

Вимоги до здобувача вмілості

	Успішно пройти передумовну вправу плавання:	Місце для дати та підпису інструктора
	а) проплисти 75 м яким-небудь стилем;	Місце для дати та підпису інструктора
	б) проплисти 25 м на спині легким відпочинковим стилем;	Місце для дати та підпису інструктора
	в) втриматися на глибокій воді протягом 10 хвилин;	Місце для дати та підпису інструктора
	г) на глибокій воді скинути з себе сорочку, штани її черевики;	Місце для дати та підпису інструктора
	ґ) правильно вдягнути та використовувати рятувальний жилет.	Місце для дати та підпису інструктора
	Без спорядження перебути 45 секунд під водою, проплисти під водою 10 метрів.	Місце для дати та підпису інструктора
	Знати всі частини водолазного апарату та спорядження, їх призначення, роботу. Вміти самостійно вдягнути акваланг, плавати в ньому, знаходити на глибині предмети; вміти виявити несправність спорядження.	Місце для дати та підпису інструктора
	Показати всі важливі знаки, які вживаються в комунікації під водою. Знати, як надати допомогу під водою.	Місце для дати та підпису інструктора
	Пояснити медичні застереження проти водолаження; пояснити правила безпеки при водолаженні, дотримуватися їх.	Місце для дати та підпису інструктора