**Плавание на 10, 15, 25, 50 м.**

Плавание проводится в бассейнах или специально оборудованных местах на водоемах.   
Допускается стартовать с тумбочки, бортика или из воды.   
Способ плавания – произвольный.   
Пловец касается стенки бассейна или края (границы) специально оборудованного места для плавания какой-либо частью тела при завершении каждого отрезка дистанции и на финише.

Испытание (тест) **прекращается** при:

1) ходьбе либо касании дна ногами;  
2) использовании для продвижения или сохранения плавучести разделителей дорожек или подручных средств.

|  |  |
| --- | --- |
| **Стили плавания** | |
| **Стиль - "Кроль"**  Стиль Кроль Стиль Кроль Стиль Кроль | **Стиль - "Брас"**  Стиль Брас Стиль Брас Стиль Брас |
| **Стиль - "Баттерфляй"**  или "Дельфин"  http://olimp.kcbux.ru/Raznoe/gto/ispytaniy/009-isp-plavonie-003-1.gif http://olimp.kcbux.ru/Raznoe/gto/ispytaniy/009-isp-plavonie-003-2.gif | **Плавание на спине**  "Кроль" на спине   http://olimp.kcbux.ru/Raznoe/gto/ispytaniy/009-isp-plavonie-004-1.gif http://olimp.kcbux.ru/Raznoe/gto/ispytaniy/009-isp-plavonie-004-2.gif http://olimp.kcbux.ru/Raznoe/gto/ispytaniy/009-isp-plavonie-004-3.gif |
| **Стили плавания** | |
| **Стиль - "Кроль"**  Стиль Кроль Стиль Кроль Стиль Кроль | **Стиль - "Брас"**  Стиль Брас Стиль Брас Стиль Брас |
| **Стиль - "Баттерфляй"**  или "Дельфин"  http://olimp.kcbux.ru/Raznoe/gto/ispytaniy/009-isp-plavonie-003-1.gif http://olimp.kcbux.ru/Raznoe/gto/ispytaniy/009-isp-plavonie-003-2.gif | **Плавание на спине**  "Кроль" на спине   http://olimp.kcbux.ru/Raznoe/gto/ispytaniy/009-isp-plavonie-004-1.gif http://olimp.kcbux.ru/Raznoe/gto/ispytaniy/009-isp-plavonie-004-2.gif http://olimp.kcbux.ru/Raznoe/gto/ispytaniy/009-isp-plavonie-004-3.gif |
| **Стили плавания** | |
| **Стиль - "Кроль"**  Стиль Кроль Стиль Кроль Стиль Кроль | **Стиль - "Брас"**  Стиль Брас Стиль Брас Стиль Брас |
| **Стиль - "Баттерфляй"**  или "Дельфин"  http://olimp.kcbux.ru/Raznoe/gto/ispytaniy/009-isp-plavonie-003-1.gif http://olimp.kcbux.ru/Raznoe/gto/ispytaniy/009-isp-plavonie-003-2.gif | **Плавание на спине**  "Кроль" на спине   http://olimp.kcbux.ru/Raznoe/gto/ispytaniy/009-isp-plavonie-004-1.gif http://olimp.kcbux.ru/Raznoe/gto/ispytaniy/009-isp-plavonie-004-2.gif http://olimp.kcbux.ru/Raznoe/gto/ispytaniy/009-isp-plavonie-004-3.gif |