

**Программа «Обучение плаванию в детском саду»**  
*под ред. Т.И. Осокиной, Е.А. Тимофеевой, Т.Л. Богиной*

Цель программы – повышение эффективности оздоровления и укрепления детского организма, гармоничного психофизического развития с помощью плавания.

Задачи программы:

1. укрепление здоровья детей, расширение адаптивных возможностей детского организма;
2. формирование правильной осанки, повышение работоспособности организма;
3. формирование теоретических и практических основ освоения водного пространства;
4. обучение плавательным навыкам и умениям.