

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	1		-	
1.1	Правила поведения и техники безопасности на занятии		1		опрос
2	Партерная гимнастика и элементы акробатики	22	6	16	
2.1	Развитие гибкости позвоночника		1	3	наблюдение
2.2	Развитие гибкости и подвижности тазобедренных суставов		1	3	наблюдение
2.3	Гимнастические равновесия		1	2	наблюдение
2.4	Гимнастические прыжки		1	3	наблюдение
2.5	Стойки		1	2	наблюдение
2.6	Перекаты и кувырки		1	3	наблюдение
3	Элементы классического танца	26	8	18	
3.1	Экзерсис в партере		2	4	наблюдение
3.2	Экзерсис у станка		2	4	наблюдение
3.3	Экзерсис на середине зала		2	4	наблюдение
3.4	Аллегро (прыжки)		2	6	наблюдение
4	Элементы современного танца	52	10	42	
4.1	Техника современного эстрадного танца		6	22	наблюдение
4.2	Техника джазового танца		4	20	наблюдение
5	Постановочная и репетиционная деятельность	40	6	34	
5.1	Постановка хореографического номера		4	30	наблюдение
5.2	Репетиционная работа над номером		2	34	наблюдение
6	Аттестация	2	-	2	тестирование
7	Итоговое занятие	1	1	-	опрос
	Общее количество часов за год	144	31	113	