**Учебно-тематический план Программы**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Дисциплины** | **Всего** | **Теория** | **Самостоятельная работа** | **Практическая работа** |
|  |  |  |  |
| Модуль1Введение | Основные понятия АТ. Основные движения АТ для начинающих. | 4 | 4 |  |  |
| Модуль 2Стрейчинг | Игровой стрейчинг. Укрепление мышц. Растяжка. | 4 | 2 | 2 |  |
| Модуль 3Твирлинг | Разминка. Вращение батона. Работа в группах. | 10 | 4 | 2 | 4 |
| Модуль 4Танцевальная терапия | Разминка. Практика танцевальной терапии. Моделирование урока.  | 6 | 4 | 2 |  |
| Модуль 5Заключение | Разбор танцевальных номеров. Методические рекомендации. Мастер-класс.Специальная Олимпиада России | 10 | 4 | 2 | 4 |
|  | **Итоговая аттестация - тест** | **2** |  |  | **2** |
|   | **Итого:** | **36** | **18** | **8** | **10** |