**Учебно-тематический план Программы**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Дисциплины** | **Всего** | **Теория** | **Самостоятельная работа** | **Практическая работа** |
|  |  |  |  |
| Модуль1  Введение | Основные понятия АТ. Основные движения АТ для начинающих. | 4 | 4 |  |  |
| Модуль 2  Стрейчинг | Игровой стрейчинг. Укрепление мышц. Растяжка. | 4 | 2 | 2 |  |
| Модуль 3  Твирлинг | Разминка. Вращение батона. Работа в группах. | 10 | 4 | 2 | 4 |
| Модуль 4  Танцевальная  терапия | Разминка. Практика танцевальной терапии. Моделирование урока. | 6 | 4 | 2 |  |
| Модуль 5  Заключение | Разбор танцевальных номеров. Методические рекомендации. Мастер-класс.  Специальная Олимпиада России | 10 | 4 | 2 | 4 |
|  | **Итоговая аттестация - тест** | **2** |  |  | **2** |
|  | **Итого:** | **36** | **18** | **8** | **10** |