

**Принято**  
на Педагогическом Совете  
протокол № 1 от 30.08.2021 г.

**Утверждено**  
Приказом директора МАОУДОДЮСШ р.п.Башмаково  
№ 231-п от 30. 08.2021 г.



**Учебный план по дополнительной  
общеобразовательной общеразвивающей программе  
физкультурно-спортивной направленности  
Фитнес-аэробика**

№	Название темы,раздела	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	1	1		Входная диагностика
2.	Теоретические знания	2	2	-	Опрос
3.	Хореографическая подготовка	39	1	38	Тест
4.	Танцевальная аэробика	11	1	10	
5.	Элементы художественной гимнастики	14	2	12	Контрольные упражнения
6.	ОФП	38	2	36	Тест
7.	Разучивание комплекса	38	2	36	Фестиваль
8.	Итоговое занятие	1	1		
<b>Итого часов:</b>		<b>144</b>	<b>12</b>	<b>132</b>	