

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
 дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы  
 «Эстетическая гимнастика» на 2024-2025 учебный год  
 (выдержка из дополнительной общеобразовательной общеразвивающей  
 программы физкультурно-спортивной направленности  
 «Эстетическая гимнастика»)

№ п/п	Название раздела, темы	Кол-во часов			Формы (аттестации) контроля
		всего	теория	практика	
1	Комплектование групп Вводное занятие	1		1	Фронтальный опрос Наблюдение Самоконтроль Контрольные
2	Теоретическая подготовка	1	1		Наблюдение Контроль Самоконтроль
3	Общая физическая подготовка	6		6	Наблюдение Контроль Самоконтроль
4	Специальная физическая подготовка	6		6	Наблюдение Контроль Самоконтроль
5	Техническая подготовка	6		6	Наблюдение Контроль Самоконтроль
6	Хореографическая подготовка. Пластика	5		5	Наблюдение Контроль Самоконтроль
7	Композиционная подготовка	7		7	Наблюдение Контроль Самоконтроль
8	Контрольные нормативы	3		3	Контроль
9	Выступления	2		2	Наблюдение Контроль Самоконтроль
	Итого:	37	1	33	