

Учебный (тематический) план
 Школа-студия современного танца «Движение»
 Йога
 3 ступень
1-2 года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		общее	теория	практика	
1	Инструктаж по ТБ. Теория йоги	6	6		Опрос
2	Понятие «Хатха- Йоги»	6	6		Фронтальный опрос
3	Практическая часть йоги: Изучение сложных поз (асан)	54		54	Практическая работа, контроль выполнения упражнений, анализ проделанной работы
4	Просмотр видеоматериалов	4	4		Опрос
5	Контрольное занятие	2		2	Контрольное занятие
Всего:		72	16	56	

**Учебный (тематический) план
3-4 года обучения**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		общее	теория	прак тика	
1	Инструктаж по ТБ. Теория йоги	6	6		Опрос
2	Понятие «Кундалини- йога»	6	6		Фронтальный опрос
3	Практическая часть йоги: Изучение сложных поз (асан)	54		54	Практическая работа, контроль выполнения упражнений, анализ проделанной работы
4	Просмотр видеоматериалов	4	4		Опрос
5	Контрольное занятие	2		2	Контрольное занятие
	Всего:	72	16	56	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 524816045673059869957481658416670580425006721535

Владелец Гагауз Артём Григорьевич

Действителен с 05.05.2023 по 04.05.2024