

положения в усложненных условиях: после динамических движений, с выключенным зрением, на уменьшенной и повышенной опоре;													
На выносливость – выполнение различных заданий на фоне утомления	11	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1
ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА	30	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2		2
Беспредметная – освоение техники упражнений без предмета, освоение базовых упражнений (волны, равновесия, повороты, прыжки), акробатические и партерные элементы	6	1		1		1		1		1			1
Предметная – освоение техники упражнений с предметами	6		1		1		1		1		1		1
Хореографическая – упражнения у опоры, упражнения на середине, прыжковая подготовка, танцевальные элементы	6	1		1		1			1	1	1		
Музыкально-двигательная – освоение элементов музыкальной грамоты и музыкально-двигательных заданий, развитие музыкальности	6	1	1		1		1	1		1			
Композиционно-исполнительская – составление и отработка соревновательных программ, показательных выступлений	6		1	1	1	1	1		1				
ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА	10	1	1	1	1	1	1	1	1	1			1
СОРЕВНОВАТЕЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА	4				2				2				
ХОРЕОГРАФИЯ И АКРОБАТИКА	39	4	4	4	4	4	4	4	4	4			3
ПЕРЕВОДНЫЕ ИСПЫТАНИЯ	8										8		
ВРАЧЕБНЫЙ КОНТРОЛЬ	4	4											
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ	276	26	26	26	26	20	24	26	26	28	22		26