

Краснодарский край Туапсинский район  
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 11 г. Туапсе  
МО Туапсинский район

# Влияние Брейк-данса на развитие детей

Работу выполнил ученик 3а класса

Чепель Роман

Научный руководитель

Калинина С.В.



Туапсе 2013г.

## Влияние Брейк-данса на развитие детей.

### Аннотация

Брейком я заинтересовался два года назад, когда впервые услышал это не понятное слово. Увидев этот танец в интернете, захотел научиться ему. Сначала я решил выяснить историю возникновения этого танца. Затем мне стало интересно, что же знают об этом танцевальном направлении мои сверстники. Но больше всего меня поразило то, что занятия Брейком приносят огромную пользу растущему организму детей.

Цель: Какое влияние на развитие детей оказывает Брейк?

Задачи:

- узнать историю появления Брейка;
- выяснить, осведомлённость второклассников о танце Брейк;
- понять, какое влияние на развитие детей оказывает Брейк.

Решая поставленные мною задачи, я пришёл к выводу, что Брейк-данс очень эффективный и красивый танец, который включает в себя очень сложные и необычные элементы, танец, который положительно влияет на формирование костно-мышечной системы, осанки, да и всей фигуры в целом. Поэтому он стал активно завоёвывать популярность у российской молодежи, а также более старшего поколения.

## Влияние Брейк-данса на развитие детей.

### План исследований

Сначала я решил обратиться за помощью к своему тренеру Степану Кундинову и его учебно-методическому пособию «Особенности преподавания Брейкинга». Степан Борисович мне дал много информации об истории Брейка, о его влиянии на развитие детей, поделился фотографиями с названиями некоторых элементов этого танца из личного архива. (Приложение 1 фотографии).

А для того чтобы узнать об осведомлённости ребят о Брейке, я провёл анкетирование во втором классе СОШ № 11 г. Туапсе. Узнав о влиянии Брейка на развитие личности ребёнка, пришёл к выводу, что о таком танцевальном направлении как Брейк-данс просто необходимо рассказать своим сверстникам.

## Влияние Брейк-данса на развитие детей.

### Введение

Основан Брейк-данс был в Америке, в 60-70-х годах XX века, на улицах Нью-Йорка, молодежью, которая предпочла вместо уличных разборок выяснять отношения танцевальными батлами ("батл" - это соревнование по принципу стенка на стенку. С каждой стороны по очереди выходят танцоры и показывают свое мастерство в танце). Так постепенно стал появляться новый стиль танца без правил, танец улиц - Брейк-данс.

Брейк-данс - это один из самых современных и динамичных стилей. Брейк захватывает дух и владеет умами огромной части молодежи во всем мире. Он производит сильное впечатление на подростков. В России с каждым годом Брейк-данс становится все более популярным видом спортивного танца. Благодаря молодому поколению Брейк обретает новую жизнь. В настоящее время основными задачами Брейк-данса являются силовая выносливость, гибкость, мышечная сила, развитие координации.

Меня заинтересовал вопрос: Почему на Брейк ходят ребята в основном старше 12-13 лет? Для этого я решил провести анкетирование второклассников (8 – 9 лет) и узнать, что они знают о брейке (Приложение 2.) В анкете предлагалось ребятам ответить на следующие вопросы:

1. Что такое Брейк-данс?
2. Какие элементы Брейка вам знакомы?
3. Хотели бы вы заниматься Брейком?

Обработав анкетные данные, я пришёл к выводу, что 71% опрошенных второклассников не знают что такое Брейк. Оставшиеся 29% опрошенных не смогли назвать ни одного элемента Брейка. (Диаграмма Категория 1)

Но самое радостное то, что 91% опрошенных ребят хотели бы заниматься Брейком! (Диаграмма Категория 2)



Изучая влияние занятий брейком на развитие детей я выяснил, что Брейк благотворно влияет на растущий организм ребёнка, обеспечивая ему необходимое количество двигательной активности. Физические упражнения, выполняемые на занятиях по Брейк-дансу, совершенствуют строение и деятельность не только мышечной системы, но и других важных систем, а также внутренних органов ребёнка. Брейк-данс – это не только танец, но и способ тренировать своё тело, ведь он включает в себя и общие физические упражнения, упражнения на гибкость и формирование осанки. В результате укрепляется здоровье и повышается работоспособность. Большое внимание на занятиях уделяется использованию акробатических упражнений, так как акробатика развивает у детей гибкость, ловкость, чувство равновесия, координацию, точность движения. У детей развиваются дисциплинированность и целеустремленность. Дети, занимающиеся Брейк-дансом, отличаются равномерно развитой мускулатурой, красивой выправкой, осанкой.

Режим в котором проходят занятия и специфика танца помогут тренировать и сердечно сосудистую систему.

## Заключение

Движение и музыка, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную культуру общения, воспитывают коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, развивают координацию, слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память, музыкальность и артистичность; побуждают к творчеству. В танце находит выражение жизнерадостность и активность ребенка, развивается его творческая фантазия, творческие способности: воспитанник учится сам создавать пластический образ. Выступления перед зрителями являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит ребенку моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувство ответственности, дружбы, товарищества.

Основная задача вовлечения подростков и молодежи в культуру танца Брейк-данс является создание наиболее благоприятных условий для нравственного, патриотического воспитания, формирования осмысленной гражданской позиции у детей. Цель любого мероприятия – развивать эстетический вкус ребенка, его культуру поведения и общения.

Занимаясь в студии Брейк-данса «X-Level» я понял, что увлечение брейком это не просто классное время провождение, но ещё и развитие. Я стал сильным, терпеливым, у меня стала меняться фигура. Но самое главное, у меня исчезли боли в спине после травмы позвоночника!

Думаю, что о таком направлении танца как Брейк должны узнать все ребята!

## Список использованной литературы

1. программа обучения БРЕЙК-ДАНС «X-LEVEL» Автор С.Кундиров.  
Туапсе 2009г.
2. [http://vkontakte.ru/topic-333930\\_7177773](http://vkontakte.ru/topic-333930_7177773).
3. Учебно – методическое пособие «Особенности преподавания брейкинга»  
Автор С.Кундиров. Туапсе 2013г.

# **ПРИЛОЖЕНИЕ**

## **1**

**(фотографии с названиями некоторых  
элементов Брейк-данса из личного архива  
С.Кундирова)**



## ФРИЗЫ



**Turtle freeze (татл фриз)** – (черепашка, крокодилчик) упор локтя в центр живота и фиксировать баланс на одной руке без помощи ног и второй руки. (Разновидность связок: переход с «тартл фриз» встать на руки и обратно опуститься «тартл фриз»).



**Baby freeze (Бэби фриз)** – стойка на двух согнутых руках + можно совмещать с тартл фриз



**Air Baby freeze (Айр бэби)** – стойка на одной согнутой руке, центр тяжести переходит на локоть и колено.



**Shoulder Freeze** - фриз на плече, (связка: стойка ноги вверх, опустить ноги и перейти на «бэби фриз» с плеча на локоть)



Связка: Переход с тартл фриз встать на руки и обратно опуститься.



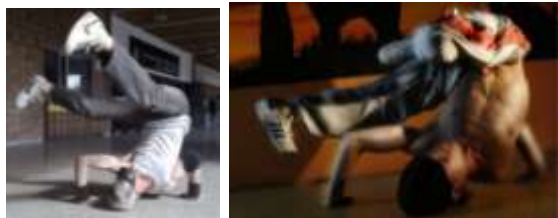
**Chair freeze (чейр фриз)** – (стул) стойка на одной согнутой руке и локоть уперт за спину возле таза (изначально делается с помощью головы и второй рукой, далее выполняется с разными фиксациями ног и рук)



**Air chair (айр чейр)** – (воздушный стул) то же самое что и «chair freeze», только без помощи ног и второй руки.



**Forearm freeze** - локтевой фриз, в котором вторая рука тоже является опорой.



**Hollow Freeze** - фриз как в чейре, только ноги на себя и в сторону.



**L-kick** - фриз в котором опора одна рука, ноги в воздухе - одна нога прямая и вытянута в сторону, вторая согнутая, а вторая рука может принимать разные положения.



**Back (бэк)** — становишься на широко расставленные руки, закидываешь зад назад и с раздвинутыми прямыми ногами на себя, и головой тянуться к груди. Руки ставить немного больше чем на ширине плеч, и можно еще ладони во внутрь свернуть (для большего прогиба).



**Groove (груви)** - разновидность Back, стоите на руках и ноги опускаете назад прогибаясь в пояснице (только в сторону) и в этом положении фиксируется.



Баланс в сторону



**Hollow back (холлоубэк) полубэк** — тоже что и back, только с помощью головы.



**Elbow hollow back** - тоже что и back, только на обеих локтях.



**Invert (инверт) (Лезвие, топор)** - когда тело сложено пополам стоя на руках.



**Side Invert** - фриз также как Hollow Freeze, только на руках (без упоры головы) ноги на себя и в сторону

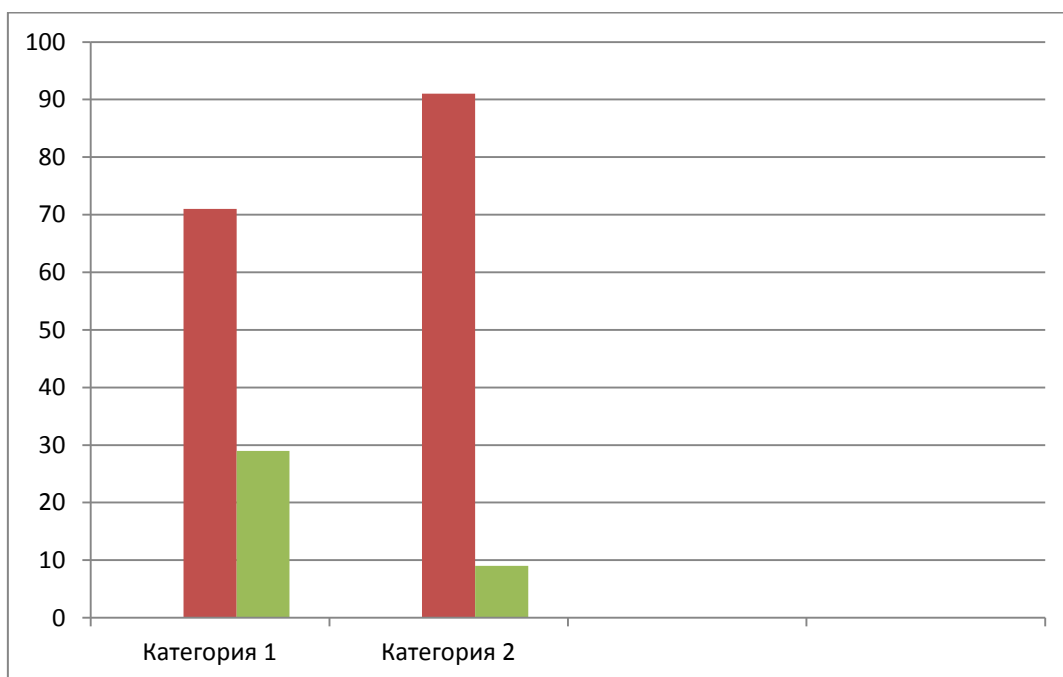
# **ПРИЛОЖЕНИЕ**

## **2**

**(анкеты)**

Что такое Брейк-данс?	Что такое Брейк-данс?
Какие элементы Брейка вам знакомы?	Какие элементы Брейка вам знакомы?
Хотели бы вы заниматься брейком?	Хотели бы вы заниматься брейком?
Что такое Брейк-данс?	Что такое Брейк-данс?
Какие элементы Брейка вам знакомы?	Какие элементы Брейка вам знакомы?
Хотели бы вы заниматься брейком?	Хотели бы вы заниматься брейком?
Что такое Брейк-данс?	Что такое Брейк-данс?
Какие элементы Брейка вам знакомы?	Какие элементы Брейка вам знакомы?
Хотели бы вы заниматься брейком?	Хотели бы вы заниматься брейком?
Что такое Брейк-данс?	Что такое Брейк-данс?
Какие элементы Брейка вам знакомы?	Какие элементы Брейка вам знакомы?
Хотели бы вы заниматься брейком?	Хотели бы вы заниматься брейком?
Что такое Брейк-данс?	Что такое Брейк-данс?
Какие элементы Брейка вам знакомы?	Какие элементы Брейка вам знакомы?
Хотели бы вы заниматься брейком?	Хотели бы вы заниматься брейком?

## Обработанные анкетные данные



71% опрошенных второклассников не знают что такое брейк. Оставшиеся 29% опрошенных не смогли назвать ни одного элемента брейка. (Диаграмма Категория 1)

91% опрошенных ребят хотели бы заниматься брейком. (Диаграмма Категория 2)