

Данное занятие предназначено для учащихся по дополнительной образовательной программе «Хип-хоп». Занятие предлагает продолжить обучение искусству брейк-данса в дистанционном формате.

**Тема: «Связка: Топрок – гоудаун – футврк - фриз».**

**Top Rock** (с англ. **top** — «верх, верхний», **rock** — «кач, заряд») - это уровень брейк-данса, при котором Bboy или Bgirl танцуют исключительно вверх, перед тем, как опуститься вниз и перейти к движениям внизу. Раньше существовало мнение, что брейк-данс бывает «верхний» и «нижний», эти термины ошибочные, из-за отсутствия информации. В России в 1990е годы «Верхним» брейк-дансом называли Top Rock.



**Go Down** (с англ. **Go** — «давай», **Down** — «вниз») - опускание вниз. Go Down предназначен для эффектного опускания вниз после выполнения элементов Top Rock'a и перехода к элементам на нижнем уровне.



**Footwork** (с англ. **foot** — «ноги, ступни», **work**— «работа») - это большая направленность в брейк-дансе, в которой основой является работа ногами, весь акцент внимания сосредоточен на том, как Бибой использует свои ноги в танце. Footwork танцуют, на нижнем уровне, после того, как Бибои сделали несколько движений Топрока и Гоудаун. В Футворке используют различные перебежки, кики, скольжения, прыжки, шаги.

Известный факт: что на создание Футворка на первых Бибоев оказало большое влияние творчество русских народных танцев.



**Freeze** (с англ. **Freeze** - замораживание) – это движения в брейк-дансе, которые основаны на замирании, фиксации в определённой позе. Движения фриз выполняются в статическом положении. Как правило, сложные и креативные фриззы, используемые в танце, свидетельствуют о высоком уровне бибоя (бибой - человек, который танцует брейк-данс).



На этом занятии мы разберём 2 связки в последовательности: «Топрок+гоудаун+футврк+фриз».

**Задания:**

- Посмотреть видео по ссылке: <https://drive.google.com/open?id=1gxN-4cpX-312u-PDI6dJONhRGBАpevXk>
- Отработать предлагаемые 2 связки. В работе используй зеркало.
- Сделай фото (видео) танцевальных элементов и отправь их по:
  - Viber: +79089590362
  - WhatsApp: +79089590362