

# 北京市中小学体育运动协会

## 2023 北京市中小学街舞大赛 breaking 初级规定动作培训通知

各中小学、幼儿园、俱乐部、个人及有关单位：

为了深入贯彻落实习近平总书记关于体育工作的重要论述和指示批示精神，立足新发展阶段，贯彻新发展理念，构建新发展格局，在中小学校进行街舞项目的推广和发展，2021年初，北京市中小学生体育运动协会特成立了街舞推广中心，旨在帮助中小学教师们在更好的在学校开展街舞课程，让更多青少年学习到专业、系统、充满活力和创造力的街舞，并为广大青少年搭建风采展示的平台。2021年4月至今，北京市中小学生体育运动协会街舞推广中心举办了一系列的培训和比赛，北京市中小学及幼儿园师生共四千多人参与其中，取得了非常好的推广效果。

由于街舞中的霹雳舞项目（breaking）成为2024年巴黎奥运会和2022年杭州亚运会的新增比赛项目，使这一深受年轻人喜爱的运动正式登上世界竞技体育的舞台。同时breaking项目也兼具良好的锻炼价值和极强的观赏性，对于青少年成长过程中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志都有着良好的促进作用。因此，北京市中小学生体育运动协会街舞推广中心特别创编了一套适合中小学生的breaking初级规定动作，此套动作也将作为2023年第三届北京市中小学生街舞大赛的规定动作使用。

现将举办2023年北京市中小学街舞大赛breaking初级规定动作培训有关事项通知如下：

### 一、主办单位：

北京市中小学体育运动协会

### 二、承办单位：

北京市中小学体育运动协会街舞推广中心

### 三、协办单位：

北京九略体育发展有限公司  
京视焦点（北京）体育文化发展有限公司

### 四、时间：

2023年10月21日（星期六）

### 五、地点：（待定）

### 六、参加人员：

中小学、幼儿园体育教师；机构街舞老师；

## 七、培训内容:

breaking 项目介绍  
breaking 学练方法  
breaking 规定套路学练（初级）

## 八、导师介绍:

白鹿

北京体育大学博士；北京体育大学霹雳舞专业专项教师；中国体育舞蹈联合会街舞等级教材编者；国家单板滑雪 U 型池国家青年队体能主教练；舞蹈表现训练及舞蹈损伤预防训练体系 BuckPerformance 创始人。

曾获 2021 霹雳舞国家队选拔第六名；2021 南京应天舞道冠军；2020CDC JAM 冠军；2020DragonStyle 蒙古赛区冠军；2020WordBboyClassic 中国赛区 4 强；2019GreenPandaFestival 世界八强；2018-2019Dragonstyle 亚军；2018-2019FFW 冠军；2017 斗舞之王 bboy/freestyle 冠军。

在专业杂志发表《Bboy 的体能素质》、《Breaking&柔韧性和灵活性》、《核心收紧!》、《奥运会竞技下的风格战争》、《青少年与 Breaking》、《青少年 Bboy/Bgirl 的早期专项化训练》 等文章。

## 九、日程安排:

10 月 21 日	内容	教师
9: 00——9: 50	breaking 基本文化常识、breaking 基本元素与舞蹈构成	白鹿
10: 00——11: 30	北京市中小学生 breaking 初级规定动作 toprock 教学	
11: 30——13: 00	午餐+休息	
13: 00——14: 30	北京市中小学生 breaking 初级规定动作 footwork+配合+freeze 教学	
14: 40——15: 30	北京市中小学生 breaking 初级规定动作介绍（编排思路、音乐介绍、创编要求、评分规则）	

## 十、收费标准

教师参训费用 800 元/人（含午餐）

## 十一、报名及缴费方式:

1. 报名者请即日起至 2023 年 10 月 14 日前，将报名表（见附件）发送至邮箱：  
txjw2021@163.com
2. 缴费方式:

对公汇款：请在汇款单上注明赛事及单位名称(例：师资培训+单位或姓名)  
账户名称：京视焦点（北京）体育文化发展有限公司  
银行账号：638916617  
开户银行：中国民生银行北京回龙观支行

**十二、联系人：**

刘老师 电话：15811166178（微信同号）  
郭老师 电话：13261331979（微信同号）



附件： 街舞 breaking 培训活动报名表

区县	学校名称	姓名	性别	电话	备注