

## **CURSO DE FORMACIÓN TÉCNICA DE 1º NIVEL**

### **Instructor Elemental de Breaking (Clase C)**

El Comité de Formación de la especialidad de Breaking de la Federación Española de Baile Deportivo (FEBD) organiza el presente curso de formación para el logro de la calificación de técnico de primer nivel - Instructor Elemental de Breaking (Clase C).

#### **Fecha**

El curso de Instructor Elemental de Breaking (Clase C), se impartirá de forma intensiva durante una única jornada que tendrá lugar el Domingo 11 de Abril de 2021 (primera edición) en horario de mañana de 09:45 a 14:00 y en horario de tarde de 16:00 a 20:30 horas.

#### **Duración**

El curso tiene una duración total de 8 horas formativas.

#### **Formato**

El curso se desarrollará de forma ONLINE a través de la plataforma "ZOOM Cloud Meetings".

#### **Destinatarios**

Puede participar en el curso toda persona mayor de 16 años y que disponga de la licencia federativa vigente correspondiente al año en curso (2021).

#### **Plazas**

El curso dispone de un total de 15 plazas que se adjudicarán por estricto orden de inscripción.

#### **Requisitos de Acceso**

Para cursar esta formación no se exige acreditación de experiencia o formación previa, pero para superar el examen y obtener la titulación será imprescindible demostrar un conocimiento técnico y didáctico sobre Breaking acorde al nivel de capacitación que reconoce el título de Instructor Elemental de Breaking.

---

## Inscripción

La inscripción podrá realizarse dentro del plazo establecido a través de la plataforma de formación de la FEBD ([deporteelanube.es](http://deporteelanube.es))

## Precio

El curso tendrá un coste de 90€.

La tarifa de inscripción en el curso incluye la prueba de examen en primera convocatoria.

\*No se realizará el reembolso de la tarifa de inscripción por el hecho de no aprobar el examen o no participar en el curso.

\*Se excluyen de la tarifa todos los costos técnicos, de traslado, comida, alojamiento u otros gastos derivados que, de existir, serán por cuenta del participante.

## Requisitos Técnicos

Para realizar el curso será necesario disponer de los siguientes recursos técnicos: Ordenador o Smartphone con conexión estable a internet y con cámara de buena calidad. Tener instalado el programa o APP "ZOOM Cloud Meetings".

## Prueba de examen

Al término del curso, durante la misma jornada formativa, tendrá lugar una prueba de examen. La prueba consistirá en una verificación teórico / práctica de los contenidos del curso.

La comisión de examen será nombrada por el Comité de Formación de la FEBD.

---

**FORMADORES:** Graciela Stenio (GRAZY), Marc Clavero (CLAV), Sergio Perol (SERLLI) y Pablo Castiñeira (PABLO).

**COORDINADOR:** Fernando Amador (FLEX NANDO).

**NOTA:** La organización se reserva el derecho a cancelar el curso en el caso de que no se cubran el mínimo de plazas que hagan viable su puesta en marcha. En el caso de que el curso se aplaze, se reservarán las plazas de las personas que se hayan inscrito previamente.

---

### PROGRAMA DEL CURSO

09:45	<b>PRESENTACIÓN DEL CURSO</b>  Plan de formación de la FEbD (cursos y niveles formativos). El Instructor de Breaking, funciones y competencias.		PABLO / SERLLI
10:00	<b>EL BREAKING</b> Historia, origen y evolución. El aspecto cultural y artístico del Breaking. El Breaking deportivo y la competición reglada.	TT1	PABLO
	<b>LA FEDERACIÓN</b> Estructura, Funcionamiento y Especialidades. Organigrama de la Especialidad de Breaking. Código Deportivo y Código Ético. Reglamento Deportivo. Estructura de la Competición de Breaking (circuito, ranking, formatos y categorías).	TT2	
10:45	<b>FUNDAMENTOS DEL BREAKING 1</b> Patrones motores, control postural y distribución del peso. Elementos preacrobáticos. Elementos técnicos del Breaking. Estructura del baile. Fundamentos artísticos del Breaking.	CT1	SERLLI
11:30	<b>FUNDAMENTOS DEL BREAKING 2</b> Taxonomía y contextualización (clasificación del Breaking como deporte) SYLLABUS Estilos de baile del Breaking. Variaciones y Firma.	TT3	PABLO
12:00	<i>Coffee Break / Coloquio Preguntas-Respuestas</i>		
12:30	<b>DIDÁCTICA DEL BREAKING</b> Estructura de la Clase de Breaking. Enseñar Breaking a través de Juegos. Métodos de Enseñanza de <i>sets</i> básicos. El Cypher como recurso didáctico. La Competición como recurso didáctico.	CP1	SERLLI / PABLO
14:00	<b>PAUSA COMIDA</b>		

16:00	<b>PREPARACIÓN FÍSICA Y PREVENCIÓN DE LESIONES</b> Recomendaciones para una práctica adecuada y segura.	CT2	CLAV / GRAZY
16:30	<b>DIDÁCTICA DEL BREAKING 1</b> La Música. Estilos y ritmos. Didáctica de la técnica de Toprock. Didáctica de los Down Rocks	CP2	CLAV / GRAZY
17:30	<i>Pausa / Coloquio Preguntas-Respuestas</i>		
17:45	<b>DIDÁCTICA DEL BREAKING 2</b> Consideraciones generales para la enseñanza-aprendizaje del Breaking. Progresiones metodológicas y recursos didácticos.  <ul style="list-style-type: none"> <li>- Didáctica de los Down Rocks (Footworks, Powermove, Drops, Blow Ups...)</li> <li>- Las Transiciones y los Freezes.</li> <li>- El concepto "Kill the Beat".</li> <li>- Las Coreografías.</li> </ul>	CP2	CLAV / GRAZY
19:00	<i>Coffee Break / Coloquio Preguntas-Respuestas</i>		
19:15	<b>LA COMPETICIÓN DE BREAKING</b> Preparación Técnica Preparación Táctica Preparación Psicológica Rendimiento Físico Nutrición Deportiva	CP3	CLAV / GRAZY
20:00	<i>Pausa / Coloquio Preguntas-Respuestas</i>		
20:15	<b>Prueba de examen</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Examen tipo test.</li> <li>2. Entregar hojas de ejercicios.</li> <li>3. Aportar vídeo de una ronda/set de cada participante (*entregar días después para valoración).</li> </ol>		CLAV / GRAZY/ PABLO / SERLLI
21:00	<b>CLAUSURA DEL CURSO</b>		

TT (Teoría Transversal) |

CT (Identificador del Curso + Teoría) | CP (Identificador del Curso + Práctica)