

**CÂU HỎI ÔN THI LÝ THUYẾT BẰNG TRỌNG TÀI QUỐC GIA
VÀ HUẤN LUYỆN VIÊN QUỐC GIA MÔN KHIÊU VŨ THỂ THAO**

PHẦN 1. LIÊN ĐOÀN KHIÊU VŨ THỂ THAO THẾ GIỚI (WDSF)

W - KIẾN THỨC VÀ LỊCH SỬ WDSF

W1. WDSF là cơ quan quản lý của môn Dance Sport trên toàn thế giới.

ĐÚNG

W2. Các chữ cái WDSF có nghĩa là gì?

Liên đoàn Khiêu vũ Thể thao Thế giới

W3. Trụ sở chính của WDSF đặt tại.....

Thụy sĩ

W4. IDSF và Dance Sport đã được Ủy ban Olympic Quốc tế công nhận đầy đủ vào năm

1997

W5. WDSF quảng bá Dance Sport như là.....

Một môn thể thao dành cho tất cả mọi người

R – LUẬT THI ĐẤU

R1. Mọi đối thủ cạnh tranh trong một cuộc thi do WDSF cấp phép đều không nhất thiết phải là Thành viên hoặc đã đăng ký liên kết với một tổ chức Thành viên của WDSF.

SAI

R2. Tổng trọng tài có quyền xử phạt các hành vi sai trái củatrong một cuộc thi.

Vận động viên và trọng tài

R3. Nếu tại một giải đấu mà chưa có một Tổng trọng tài do WDSF bổ nhiệm thì phải chỉ định một Tổng trọng tài .

Đơn vị tổ chức

R4. Trong tất cả các cuộc thi, trọng tài báo cáo cho

Tổng trọng tài

R5. Tất cả những người tham gia vào các cuộc thi do WDSF tổ chức phải được xác định bằng

Thẻ ID WDSF

R6. Một vận động viên khi họ vẫn còn đang trong thời kỳ thi đấu.

Không thể trở thành Trọng tài WDSF

R7. Mỗi vận động viên có thể thay trang phục.... lần trong tất cả các vòng thi ở mỗi giải đấu.

Ba (3)

R8. Một vận động viên phải ngừng thi đấu tối thiểu trước khi có được chứng chỉ Trọng tài.

12 tháng

R9. Các tổ chức thành viên của WDSF chịu trách nhiệm tuân thủ bộ “Luật thi đấu” của WDSF tại các quốc gia mình.

ĐÚNG

R10. Tổng trọng tài có thể không cần thông báo tóm tắt cho các Trọng tài nếu ông ấy/bà ấy không có gì đặc biệt để thông báo cho họ.

SAI

R11. Trọng tài có thể đưa người trong gia đình của họ, những người đã thi đấu trong giải đấu đó, đến khu vực VIP sau khi hoàn thành phần thi.

SAI

R12. Một trọng tài được chỉ định trong một giải đấu có thể đóng vai trò là Tổng trọng tài trong một hạng mục khác nếu cần thiết.

SAI

R13. Quy định về trang phục chính thức hiện tại của trọng tài chỉ cho phép mặc vest đen.

ĐÚNG

R14. Sau khi một Trọng tài đã có được chứng chỉ trọng tài của mình, người đó không bắt buộc phải duy trì và phát triển kỹ năng đánh giá của mình bằng cách cập nhật cho bản thân về những phát triển về kỹ thuật và phong cách cũng như bất kỳ thay đổi nào trong các quy tắc và chính sách của WDSF về đánh giá chấm điểm.

SAI

R15. Chỉ có Tổng trọng tài và Thư ký theo dõi việc chấm điểm của các trọng tài mới có quyền xem điểm cho đến khi điểm được giao cho Ban tổ chức Cuộc thi.

ĐÚNG

R16. Trang phục của vận động viên phải che được những phần “nhạy cảm” của cơ thể vận động viên.

ĐÚNG

R17. Tổng trọng tài có thể đình chỉ thi đấu bất kỳ vận động viên nào không tuân thủ Quy định về trang phục.

ĐÚNG

C – QUY TẮC ỨNG XỬ, ĐẠO ĐỨC

C1. Quy tắc ứng xử và tiêu chuẩn đạo đức nhằm cung cấp một.....về hành vi và đạo đức cho các trọng tài.

Khuôn khổ chuẩn mực

C2. Trên thực tế bộ “Quy tắc ứng xử, đạo đức” không thể lường trước được tất cả các tình huống có thể xảy ra. Do đó trong mọi trường hợp, hành vi thích hợp vẫn là trách nhiệm của.....

Cá nhân mỗi trọng tài

C3. Các giá trị và nguyên tắc được viết trong Quy tắc Đạo đức của WDSF phản ánh nền tảng đạo đức chung của

Bắt kỳ người nào tham gia DanceSport

C4. “Quy tắc ứng xử” áp dụng cho tất cả.....

Trọng tài và Tổng trọng tài

C5. Một trọng tài có mối quan hệ cá nhân với một vận động viên đang thi đấu không được đi cùng vận động viên này trong bất kỳ khu vực chính thức nào trong một sự kiện WDSF mà anh ấy/cô ấy đóng vai trò Trọng tài. bao gồm.....

Khu vực VIP và các cơ sở chính thức, nhà hàng và chỗ ở, khách sạn

C6. Trọng tài không được đi giày

Màu hỗn hợp hoặc bất kỳ màu nào khác ngoài Màu đen

C7. Một Trọng tài sẽ không được phép công khai đưa ra bất kỳ quan điểm “Vị trí phe nhóm” đối với bất cứ cặp đôi nào mà vị trọng tài đó có thể là trọng tài chấm điểm trong nội dung thi đó. Cụm từ "vị trí phe nhóm" ở đây có nghĩa là gì?

Hỗ trợ mạnh mẽ

C8. Trọng tài không được sử dụngtrên hoặc gần sàn thi đấu trong quá trình chấm điểm.

Các loại thiết bị thông tin số cầm tay

C9. Người trọng tài không được đưa ra bất kỳ tuyên bố sai nào về quan điểm của mình đối với.....liên quan đến chứng chỉ Trọng tài của anh ấy/cô ấy.

Cấp độ được công nhận hoặc kinh nghiệm

C10. Một Trọng tài cần phải có..... trong các quyết định của mình.

Sự đánh giá khách quan và trung lập

C11. Khi một trọng tài được cho phép “hành nghề” tham gia chấm điểm các cặp đôi mà anh ấy/cô ấy huấn luyện hoặc đã huấn luyện trong quá khứ, thì Trọng tài đó không nên

Cho phép mối quan hệ này ảnh hưởng đến phán quyết của anh ấy/cô ấy

C12. Một Trọng tài cần phải duy trì và phát triển..... của bản thân bằng cách luôn cập nhật thông tin cho bản thân.

Kỹ năng đánh giá

C13. Một Trọng tài cần phải luôn cập nhật cho chính mình về

Bất kỳ thay đổi nào trong các điều luật và chính sách của WDSF trong việc đánh giá chấm điểm.

C14. Một Trọng tài phải luôn tự cập nhật cho bản thân

Sự phát triển về kỹ thuật và phong cách

C15. Bất kể tình trạng của cuộc thi như thế nào, một trọng tài không được phép.....trong khoảng thời gian trước và trong khi sự kiện đó đang diễn ra.

Sử dụng bất kỳ đồ uống có cồn hoặc những chất gây nghiện

C16. Yêu cầu cơ bản của giấy phép trọng tài là bất kỳ Trọng tài nào nhận lời tham gia làm trọng tài tại một cuộc thi phải

Đến đúng giờ tại địa điểm

C17. Yêu cầu cơ bản của giấy phép Trọng tài là bất kỳ Trọng tài nào nhận lời tham gia làm trọng tài tại một cuộc thi phải

Ở trong tình trạng thể chất ổn định và tinh thần thoải mái

C18. Yêu cầu cơ bản của giấy phép Trọng tài là bất kỳ Trọng tài nào nhận lời tham gia làm trọng tài tại một cuộc thi phải.....

Nắm chắc thời gian biểu của các cuộc thi

C19. Yêu cầu cơ bản của giấy phép Trọng tài là bất kỳ Trọng tài nào nhận lời tham gia làm trọng tài tại một cuộc thi phải

Báo cáo sự hiện diện của mình với Ban tổ chức và Tổng trọng tài

C20. Yêu cầu cơ bản của giấy phép Trọng tài là bất kỳ Trọng tài nào nhận lời tham gia làm trọng tài tại một cuộc thi phải

Sẵn sàng thực hiện các nhiệm vụ của một Trọng tài theo lịch chấm đã được phân công

C21. Yêu cầu cơ bản của giấy phép Trọng tài là bất kỳ Trọng tài nào nhận lời tham gia làm trọng tài tại một cuộc thi phải..... .

Cư xử đúng mực trong suốt cuộc thi để giữ gìn danh tiếng tốt của DanceSport và WDSF

C22. Trong các vòng của cuộc thi, các Trọng tài trong hội đồng trọng tài phải.....

Đứng tách biệt với nhau

C23. Trong các vòng của cuộc thi, các Trọng tài trong hội đồng trọng tài phải.....

Đứng ở những vị trí mà không làm ảnh hưởng tới các VĐV

C24. Trong các vòng của cuộc thi, các Trọng tài trong hội đồng trọng tài phải.....

Di chuyển đến bất kỳ vị trí nào được yêu cầu để xem tất cả các VĐV

C25. Trong quá trình tiến hành một cuộc thi, các Trọng tài trong hội đồng trọng tài phải

Đánh giá độc lập

C26. Trong quá trình tiến hành một cuộc thi, các Trọng tài trong hội đồng trọng tài

Không được tham khảo cách đánh giá với các Trọng tài khác

C27. Trong quá trình tiến hành một cuộc thi, các Trọng tài trong hội đồng trọng tài

Không tìm cách làm quen với tên, số đeo và quốc tịch của những người tham gia bằng cách sử dụng chương trình chính thức

C28. Trong quá trình tiến hành một cuộc thi, các Trọng tài trong hội đồng trọng tài phải.....

Làm theo bất kỳ hướng dẫn nào được đưa ra bởi Tổng trọng tài

C29. Trong quá trình tiến hành một cuộc thi, các Trọng tài trong hội đồng trọng tài.....

Chỉ tập trung vào việc đánh giá

C41. Trong quá trình tiến hành một cuộc thi, các Trọng tài trong hội đồng trọng tài.....

Không được phép có bất kỳ giao tiếp nào với khán giả

C42. Nghiêm cấm mọi hình thức quấy rối trong Dance Sport.

ĐÚNG

C43. Danh tiếng của chúng ta đòi hỏi chúng ta phải thực hiện công việc một cách có đạo đức và hợp pháp.

ĐÚNG

C44. Tất cả các vận động viên thi đấu được đánh giá dựa trên giá trị của họ.

ĐÚNG

C45. Một trọng tài không được nhận tiền, một sự ưu đãi hoặc một lời hứa hẹn về bất kỳ sự cân nhắc nào đó trong tương lai, dù là quà tặng hay thanh toán cho các dịch vụ... từ bất kỳ Vận động viên thi đấu hoặc nhà tổ chức hay bất kỳ bên thứ ba nào

ĐÚNG

C46. Một Trọng tài không được tìm cách gây ảnh hưởng hoặc đe dọa một Trọng tài khác bằng bất kỳ cách nào.

ĐÚNG

C47. Trong tất cả các cuộc thi của WDSF, Tổng trọng tài, các Trọng tài tham gia và tất cả các quan chức khác phải tuân theo quy định về trang phục chính thức.

ĐÚNG

C48. Mục đích của Quy tắc Đạo đức là để đảm bảo rằng DanceSport được luyện tập và quản lý trong những điều kiện lý tưởng chứ không chỉ là tuân thủ các Quy tắc và Quy định.

ĐÚNG

PHẦN II. KHIÊU VŨ THỂ THAO VIỆT NAM

V1. Ở Việt Nam, cho tới thời điểm hiện tại bộ môn Khiêu vũ thể thao đang do cơ quan quản lý nhà nước nào trực tiếp quản lý và điều hành?

Tổng cục TDTT

V2. Ở Việt Nam, cho tới thời điểm hiện tại bộ môn Khiêu vũ thể thao đang do tổ chức xã hội nào trực tiếp quản lý và điều hành?

Liên đoàn Thể dục Việt Nam

V3. Hội đồng Khiêu vũ thể thao Việt Nam nằm trong tổ chức nào?

Liên đoàn Thể dục Việt Nam

V4. Việt Nam lần đầu tiên cử đoàn VĐV Khiêu vũ thể thao tham dự giải khu vực vào năm nào? Ở đâu?

Asian Indoor Games năm 2005 tại Thái Lan

V5. Liên đoàn Thể dục Việt Nam trở thành thành viên chính thức của WDSF khi nào?

Năm 2007

V6. Giải Vô địch Quốc gia môn Khiêu vũ thể thao của Việt Nam lần đầu tiên được tổ chức vào năm nào?

Năm 2006

V7. Giải Vô địch Quốc gia môn Khiêu vũ thể thao của Việt Nam được tổ chức lần đầu tiên ở đâu?

Hà Nội

V8. Khóa tập huấn đầu tiên của môn Khiêu vũ thể thao ở Việt Nam do chuyên gia WDSF giảng dạy diễn ra vào năm nào?

Năm 2006

V9. Khóa tập huấn đầu tiên của môn Khiêu vũ thể thao ở Việt Nam do chuyên gia WDSF giảng dạy diễn ra ở đâu?

Trung tâm huấn luyện thể thao Quốc gia Hà Nội

V10. Môn Khiêu vũ thể thao tại Đại hội thể thao trong nhà Châu Á (ASIAN INDOOR GAME III) diễn ra vào năm nào và ở đâu?

Năm 2009 ở Hà Nội

V11. Tại Đại hội thể thao trong nhà Châu Á (ASIAN INDOOR GAME III) các VĐV Việt Nam dành bao nhiêu huy chương vàng môn Khiêu vũ thể thao?

V12. Đại hội thể thao trong nhà Châu Á lần thứ V tổ chức tại Turmenistan năm 2017 các VĐV Việt Nam dành bao nhiêu huy chương vàng môn Khiêu vũ thể thao?

01

V13. Đại hội thể thao Đông Nam Á lần thứ 30 (SEAGAME 30) tại Philippines năm 2019 các VĐV Việt Nam dành bao nhiêu huy chương vàng môn Khiêu vũ thể thao?

02

V14. Đại hội thể thao Đông Nam Á lần thứ 31 (SEAGAME 31) diễn ra vào năm nào và ở đâu?

Năm 2022 tại Hà Nội - VIỆT NAM

V15. Tại Đại hội thể thao Đông Nam Á lần thứ 31 (SEAGAME 31) các VĐV Việt Nam dành bao nhiêu huy chương vàng môn Khiêu vũ thể thao?

05

PHẦN III. CHUYÊN MÔN KỸ THUẬT.

G - Các nguyên tắc chung về kỹ thuật Khiêu vũ thể thao

G1. Bàn chân của vũ công có thể được đặt _____.

Phía trước, phía sau, bên cạnh, hướng chéo, bắt chéo và đóng.

G2. Vị trí trước khi đặt hết bàn chân (Before Foot vị trí) là một vị trí mà trọng lượng cơ thể nằm ở _____

Giữa vị trí cân bằng trọng tâm (centre balance) và chân động/chân di chuyển (moving foot)

G3. Trong giải phẫu học, cơ thể con người được xác định bởi 3 mặt phẳng chuyển động tưởng tượng:

Mặt phẳng đứng dọc, mặt đứng ngang và mặt phẳng ngang

G4. Một bước nhảy là sự di chuyển mang tính phối hợp của_____từ bàn chân nọ sang bàn chân kia.

Một phần hoặc toàn bộ trọng lượng cơ thể

G5. Những kỹ thuật mang tính lịch sử (cổ điển) sẽ luôn là

Nguyên tắc hướng dẫn/mang tính chất định hướng

G6. Sách kỹ thuật của WDSF giới thiệu _____ cho các vận động viên và giáo viên, đồng thời tôn trọng các nguyên tắc nền tảng của lịch sử.

Phương pháp sắp xếp kiến thức mới

G7. Sách kỹ thuật WDSF tôn trọng các nguyên tắc nền tảng của lịch sử, đồng thời cũng bao gồm _____.

Những thay đổi rất năng động của hiện tại

G8. Sách kỹ thuật WDSF mới sử dụng hệ thống bảng tương tự như các sách kỹ thuật trong lịch sử, với sự bổ sung các cột_____.

Miêu tả các chi tiết kỹ thuật bổ sung

G9. Trong giải phẫu học, cơ thể con người được xác định bằng_____ mặt phẳng chuyển động tương tự.

3

G10. Trong vị trí đặt bàn chân w/o là viết tắt của từ_____.

Without (không/không có)

G11. Trong các bảng, LOD là viết tắt của cụm từ_____.

Line Of Dance (đường nhảy)

G12. Độ xoay/quay/biên độ xoay (amount of turn) được xác định (đo bằng)_____

Giữa hai bàn chân

G13. Trong các bảng, IE là viết tắt của cụm từ_____.

Inside Edge (cạnh trong)

G14. Các chuyển động cơ thể là những động tác liên quan đến _____.

Phần thân trên

G15. Động tác đặt chân ‘ức chân’ (đặt ức chân) _____

Bao gồm toàn bộ biên độ gập của bàn chân từ thời điểm gót chân vừa rời khỏi sàn cho đến khi nhỏ hơn một độ so với ngón chân.

G16. Tư thế sử dụng trong 5 điệu nhảy Mỹ Latin_____.

Vấn giữ nguyên ngoại trừ trong điệu Paso Doble

G17. Điều gì trong số các điều sau không phải là một chuyển động cơ thể (body action).

Line

G18. Góc xoay 1/8 nghĩa là xoay_____.

45 độ

G19. Một bước xoay nhẹ (Slight Turn) chỉ sự xoay _____.tính từ tâm

Ít hơn góc 1/8 (vòng)

G20. Thuật ngữ ET là từ viết tắt của_____.

Extreme Toe (đầu ngón chân)

G21. Một bước ‘Natural Turn’ chỉ việc xoay về bên_____.

Phải

G22. Alignment (sự định hướng/định tuyến) miêu tả _____.

Vị trí của bàn chân so với sàn nhảy

G23. Các cụm từ ‘Facing’ (mặt hướng vào), ‘Backing’ (lưng hướng vào) và ‘Pointing’ (chỉ hướng) là những cụm từ sử dụng khi miêu tả _____.

Alignment (hướng)

G24. ‘CBM’ là từ viết tắt của chuyển động ‘Contra Body Movement’ (cơ thể vặn ngược so với chân) là một _____.

Body Action (chuyển động cơ thể)

G25. ‘Shaping’ trong các điệu nhảy Mỹ Lan Latin miêu tả cách thiết kế của các điểm kết nối _____

Khi vào khung và trong các dáng đứng

S - STANDARD TECHNIQUE – KỸ THUẬT STANDARD

S1. Một hành động/động tác (action) là một chuyển động_____.

Không bao gồm việc chuyển trọng lượng cơ thể từ chân nọ sang chân kia

S2. Một bước swing ngang được thực hiện_____.

Hướng về phía trước và kết thúc ở hướng ngang

S3. Trong các điệu nhảy swing, chuyển động đẩy (drive action) thường được sử dụng ở bước chân_____ của mỗi vũ hình

Đầu tiên

S4. Khi chuẩn bị đi bước lùi, chân động/chân di chuyển nên_____

Di chuyển về hướng lùi sau trước khi hạ trọng tâm xuống chân trụ

S5. Từ vị trí trên cao (rise), vũ công sẽ hạ _____ trước tiên

Bàn chân và kéo theo đầu gối

S6. Ở trong vị trí Counter Promenade, vị trí kết nối là thân bên _____ của người nữ

Trái của người nam và bên phải

S7. Trong bước Tango walks, bàn chân _____.

Hơi nhấc nhẹ và đặt lại xuống sàn khi thực hiện bước

S8. Yếu tố nào trong các điều sau KHÔNG phải là một tính chất của chuyển động trong bước Tango Walk?

Nâng và hạ nhẹ (slight rise and fall)

S9. Do tốc độ của âm nhạc, sự nâng trong Viennese Waltz nhìn chung _____

Hoàn thành ở bước đầu tiên

S10. Sự vươn nên được bắt đầu từ phần thân __ (1) __ của cơ thể và nối tiếp bằng phần thân __ (2) __ của cơ thể

(1) Upper (trên) - (2) Lower (dưới)

S11. Technical sway là một hình thái của sway mà trong đó sử dụng _____.

Toàn bộ cơ thể từ chân đến đầu

S12. Nhìn chung, sự nâng (rise) chia làm 3 loại, đó là _____.

Nâng bàn chân (foot rise), Nâng toàn bộ chân (leg rise) và nâng thân (body rise)

S13. Biên độ xoay tối đa của một bước Pivot là _____

Góc 1/2

S14. Có bao nhiêu nhịp nhạc được sử dụng trong vũ hình Weave from PP trong Foxtrot?

S15. Góc quay của bước Heel Pull?

Góc quay 3/8 sang phải

S16. Bước chân số 4 của vũ hình Natural Spin Turn của nam là_____.

Pivot sang phải

S17. Định hướng bàn chân (alignment) và hướng nhảy (direction) bắt đầu của bước Reverse Turn trong Viennese Waltz ?

Mặt hướng chéo vào tường

S18. Độ xoay giữa bước chân cuối cùng của vũ hình trước và bước chân đầu tiên của Natural Turn trong Viennese Waltz?

1/8 sang phải

S19. Basic Sway trong vũ hình Progressive Chasse sang phải trong Waltz?

Thẳng, thẳng, thẳng, thẳng

S20. Footwork của nam trong vũ hình Hesitation Change trong Waltz là_____.

TH (ngón chân - gót), H then I/E (gót rồi đến cạnh trong bàn chân) và Whole F (cả bàn chân), I/E of B (cạnh trong ức chân)

S21. Cách chia nhịp thông thường của vũ hình Closed Promenade trong Tango là_____

SQQS (chậm, nhanh, nhanh, chậm)

S22. Vị trí đặt bàn chân của nam ở bước chân đầu tiên trong vũ hình Outside Spin là_____

LF bwd in CBMP (small step) - chân trái lùi bước nhỏ ở CBMP

S23. Trong sách WDSF Technique book, Footwork của nam ở vũ hình Natural Turn trong Quickstep là_____.

H Flat (Gót - cả bàn chân), T (ngón chân), TH (ngón chân – gót chân)

S24. Sử dụng loại Sway nào trong vũ hình Four Quick Run trong Quickstep?

Không có sway

S25. Cách chia nhịp trong vũ hình Three Step trong Slow Fox?

SQQ (chậm, nhanh, nhanh)

S26. Sway trong vũ hình Feather Step của nữ trong Slow Fox là_____.

Thẳng, trái (Cosmetic), trái (Cosmetic)

S27. Footwork của nam trong bước chân đầu tiên của vũ hình Reverse Fleckerl trong Viennese Waltz là_____.

BH (ức chân - gót chân)

S28. Điều nhảy Viennese Waltz trong sách kỹ thuật của WDSF có 37 bước Đúng hay Sai?

Đúng

S29. Bước Heel pull được sử dụng với mục đích

Giảm tốc độ của cơ thể và thay đổi hướng chuyển động

S30. Footwork của nam bước chân số 5 của vũ hình Reverse Wave trong Foxtrot là_____.

T (ngón chân)

S31. Footwork của nam trong bước chân số 1 của vũ hình Natural Fleckerl trong Viennese Waltz là_____.

HB (gót - ức chân)

S32. Những phát triển lớn nhất mà các vũ công Standard hiện đại áp dụng hiện nay, sử dụng phần_____

Thân trên của cơ thể

S33. Chuyển động cơ thể (Body action) là những hành động/động tác liên quan đến__.

Phần thân trên của cơ thể

S34. Có 3 Body action chính trong các điệu Standard, đó là __.

rotation, sway, extension (xoay, lắc, mở rộng)

S35. Trong các bảng, CBMP là một yếu tố nằm trong_____.

Vị trí đặt bàn chân

S36. Khi nhảy một bước đi thẳng về phía trước (forward step) trong Standard với phần dẫn (lead) từ gót, vị trí Centre of Balance đạt được khi_____

50% trọng lượng cơ thể ở gót chân trước và 50% ở ngón chân/ức chân của chân sau

S37. Trong Standard, vị trí của cặp đôi là sự kết hợp rất cụ thể của_____ của người nam và người nữ

Kết nối khung tay và kết nối trọng tâm

S38. Trong Standard, độ cao của tay trái nam trong vị trí đóng (closed position) sẽ ở_____

Khoảng ngang tầm mắt của người nữ

S39. Một trong những chức năng của kết nối khung tay trong Standard là__.

Giữ vai song song với bàn nhảy

S40. Trong vị trí đóng (Closed position) của Standard, tay trái của người nữ được đặt ở_____

Ở đầu thấp hơn của cơ Delta (cơ bả vai) bên phải của người nam

S41. Có __ vị trí của trọng tâm trong Standard mà vị trí cầm tay không thay đổi

S42. Trong vị trí đóng của Standard, cạnh bên (1) của trọng tâm người nữ (centre) sẽ tiếp xúc với bên (2) của trọng tâm người nam

(1) Phải - (2) Phải

S43. Trong Standard, một bước outside partner (bên ngoài bạn nhảy) ở cạnh phải được gọi là_____.

OP (Outside Partner)

S44. Ở vị trí Outside Partner trong Standard, cả người nam và người nữ cùng xoắn nhẹ sang bên phải để tạo góc xoay khoảng____giữa vai và hông.

1/8

S45. Góc giữa bàn chân của nam và nữ ở vị trí Promenade and Fallaway trong Standard là khoảng_____.

90 độ (góc 1/4)

S46. Góc giữa hông của nam và nữ ở vị trí Promenade and Fallaway trong Standard là khoảng _____

45 độ (góc 1/8)

S47. Vai của nam và nữ ở vị trí Promenade and Fallaway trong Standard nên _____

Duy trì ở vị trí gần như song song nhất có thể

S48. Vị trí Right Angle yêu cầu sự _____ của cơ thể người nữ trên tương quan với người nam

Sliding - trượt

S49. Vị trí Wing trong Standard, cạnh bên (1) của trọng tâm người nữ sẽ kết nối với cạnh bên (2) của trọng tâm người nam

(1) Trái - (2) Trái

S50. Cách sử dụng đầu trong Standard_____.

Mang tính chủ quan và phụ thuộc vào bài biên đạo cũng như phong cách của đôi nhảy

S51. Vị trí Fallaway được sử dụng khi cả hai bạn nhảy phải cùng di chuyển lùi sau và cùng một hướng

Đúng

S52. Vị trí Fallaway và vị trí Counter Promenade là như nhau/tương đương

Sai

S53. Thuật ngữ “Wing” vừa dùng để chỉ một tên bước trong syllabus vừa để chỉ một vị trí đặt trọng tâm.

Đúng

S54. Vị trí Wing là vị trí ngược lại của tư thế đóng Closed Hold.

Đúng

S55. Vị trí của đầu và vị trí của cằm sẽ tương quan với vai và xương ức

Đúng

L - LATIN AMERICAN TECHNIQUE – KỸ THUẬT LATIN

L1. Delayed actions là các động tác mà bàn chân _____.

được đặt không có trọng tâm và trọng tâm được chuyển sau

L2. Trong Rumba Walks, bàn chân được đặt và centre balance đặt dc vào đếm số và trọng tâm được chuyển _____.

Vào đếm "&"

L3. Latin Cross được thực hiện với _____.

Đầu gối nén và giữ cùng nhau

L4. Trong bước lùi của Travelling Botafogo, các dancers trình độ cao có xu hướng _____.

giữ thẳng đầu gối vì lý do thẩm mỹ

L5. Các Actions chung nào trong dòng Mỹ Latin là chung cho tất cả các điệu nhảy?

Swivel actions, Spiral actions, Delayed actions, Latin Cross

L6. Nhìn chung, các Swivel actions là gì?

Chúng là các động tác quay mà trọng tâm được giữ trên 1 bàn chân

L7. Những điệu nhảy nào thường sử dụng Merengue action?

Jive, Samba và Cha Cha Cha

L8. Trong số dưới đây, cái nào không phải là Hip Muscular Actions được mô tả trong sách kỹ thuật WDSF?

Twist, Direct và Circle (vặn, thẳng và vòng tròn)

L9. Đây là Foot Actions cho 1 bước Side Chasse trong Cha Cha Cha trong sách kỹ thuật WDSF?

B Flat, B, B Flat

L10. Loại bounce nào được sử dụng trong Natural Basic của Samba?

Bounce bình thường

L11. Các động tác chung trong Samba's Criss Cross Voltas là _____.

Latin Cross và bước ngang với một phần trọng tâm

L12. Giai đoạn nâng lên trong nhịp Samba Bounce xảy ra ở_____.

đếm ‘&’

L13. Footwork trong Jumping Chasse LRL (Nam/nữ) trong Jive là_____.

Ball, Ball, Ball Flat Ball

L14. Chasse phách đơn sang trái hoặc phải trong Jive là gì?

Một bước sang ngang đếm là ‘S’

L15. Trong bước Checked Forward Walk của Rumba,_____phần trọng tâm được chuyển về phía trước.

50%

L16. Có một_____ Action chung trong New York to Left or Right trong Rumba.

Swivel

L17. Checked Forward Walk trong Cha Cha Cha góc quay là _____.

Không quay

L18. Động tác Cuban Break trong Cha Cha Cha __so với Checked Forward Walk.

Nhanh hơn đáng kể

L19. Footwork trong March Action của Paso Doble là_____.

Dẫn bằng gót

L20. Flamenco Taps trong Paso Doble có_____.

Nghiêng và Vặn

L21. Ứng dụng thực tế của Link trong Jive là_____.

Để trở về Tư thế Đóng từ Tư thế Đóng

L22. Ecart trong Paso Doble còn được biết với tên_____.

Fallaway Whisk

L23. Cách mạng trong các điệu nhảy Mỹ Latin đã tạo ra _____.

Sự tăng lên về số lượng chuyển động và sự thay đổi mạnh mẽ tới động năng của các điệu nhảy

L24. Bounce Action là động tác cụ thể cho _____.

Samba

L25. Swivel Action là động tác cụ thể cho _____.

Cả 5 điệu nhảy Mỹ Latin

L26. Một Swivel Action thường được nhảy vào đếm _____.

"&"

L27. Spiral Turn được sử dụng khi góc quay vượt quá _____.

7/8

L28. Progressive Basic Movement trong Samba được ứng dụng thực tế để làm gì?

Được dùng để di chuyển tiếp tục

L29. Trong dòng Mỹ Latin có 2 kiểu dẫn, chúng là_____.

Kết nối và nhìn

L30. Dẫn qua kết nối được thực hiện dựa trên nguyên lý của ____.

Áp lực

L31. Bounce Action được sử dụng trong Samba và Jive.

Sai

L32. Gót dẫn không bao giờ được dụng trong các điệu nhảy Mỹ Latin.

Sai

L33. Continuous Spins và Three Step Turns không được phép nhảy trong dòng Mỹ Latin.

Sai

L34. Gót chân có thể hạ xuống 1 chút trong Sur Place của Paso Doble.

Đúng

L35. Sur Place và Basic Movements trong Paso Doble là một.

Sai

L36. Không được nâng lên khi nhảy Separation trong Paso Doble.

Sai

L37. Footwork bình thường trong Rumba là Ball flat.

Đúng

L38. Trong Side Position người nữ đứng bên phải người Nam, mặt đối diện.

Sai

L39. Appel có nguồn gốc từ 1 từ tiếng Pháp có nghĩa là người Đấu sĩ gọi con bò.

Đúng

L40. Một tư thế mà trọng tâm cơ thể ở giữa “Centre Balance Position” và chân đi được gọi là Before Foot Position.

Đúng

L41. Khi nhảy Side Step trong Rumba có thể quay trái hoặc phải.

Đúng

L42. Foot Slip là một động tác khi 1 bàn chân được di chuyển khoảng 25cms trong khi toàn bộ trọng tâm được duy trì trên bàn chân đó.

Sai

L43. The Posture (tư thế) cho Nam và Nữ ở dòng Mỹ Latin là giống nhau.

Sai

L44. Nam cần nhớ dừng động tác bounce ở bước trước đó khi nhảy Corta Jaca trong Samba.

Đúng

L45. Paso Doble xuất xứ từ Pháp.

Đúng

L46. Dẫn trong khiêu vũ là phương pháp giao tiếp giữa 2 bạn nhảy, được sử dụng để chỉ một chuyển động hoặc shape cụ thể.

Đúng

L47. Counter Fallaway Position không được sử dụng trong dòng Mỹ Latin.

Sai

L48. Không có giai đoạn 'Recovery' trong bước checked forward walk.

Đúng

L49. Checked Backward Walk luôn không có việc chuyển trọng tâm tại chỗ nổi theo sau.

Sai

L50. Delayed actions là các động tác mà bàn chân được đặt không có trọng tâm và trọng tâm được chuyển sau.

Đúng

L51. Delayed actions được sử dụng để tạo ra các đường nét thẩm mỹ ưa nhìn, đặc biệt cho cánh tay và bàn tay

Sai

L52. Delayed actions có thể được nhảy với đầu gối thẳng hoặc trùng.

Đúng

L53. Swivel Change là động tác kết hợp một Back Swivel với một Forward Swivel.

Đúng

L54. Tất cả các điệu nhảy Mỹ Latin nhảy theo hướng tiến quanh sàn theo chiều ngược kim đồng hồ.

Sai

M - MUSICALITY & TEMPI – ÂM NHẠC & TỐC ĐỘ ÂM NHẠC

M1. Độ dài phách trong Shuffle Timing có thể được tăng lên cho tới khi đạt tới _____ giá trị ban đầu của nó.

2 lần

M2. Độ dài phách trong Shuffle Timing có thể được giảm đi cho tới khi đạt tới _____ giá trị ban đầu của nó.

50%

M3. Giá trị phách của ‘a’ trong bảng mô tả của Samba là _____.

1/4 phách

M4. Giá trị phách của ‘&’ trong bảng mô tả của Samba là _____.

1/2 phách

M5. Giá trị phách của ‘1’ trong bảng mô tả của Waltz là _____.

Cả phách

M6. Trong nhịp 4/4 (ví dụ Slow Foxtrot), một đếm ‘S’ có giá trị _____.

2 phách

M7. Trong nhịp 4/4 (ví dụ Slow Foxtrot), một đếm ‘Q’ có giá trị _____.

1 phách

M8. Trong nhịp 2/4 (ví dụ Samba), một đếm ‘S’ có giá trị _____.

1 phách

M9. Trong nhịp 2/4 (ví dụ Samba), một đếm ‘Q’ có giá trị _____.

1/2 phách

M10. Ký hiệu nhịp được mô tả ở dạng một _____.

Phân số

M11. Trong lý thuyết âm nhạc, đảo phách luôn gắn liền với cả phách _____.

Preceding (liền trước)

M12. Ký hiệu Nhịp trong Jive là _____?

4/4

M13. Trong Samba phách _____ được nhấn.

Thứ hai

M14. Thông thường, một Cụm nhạc thường dài _____ nhịp.

M15. Một bản nhạc thường có _____nhịp đạo.

4

M16. Phần điệp khúc là một chuỗi Cụm nhạc và thường được viết nên bởi _____

32 nhịp

M17. Ký hiệu Nhịp của Paso Doble là_____.

2/4

M18. Sự lên xuống của bài nhạc được gọi là _____.

Giai điệu

M19. Tốc độ cho Waltz là_____.

28 – 30 nhịp/phút

M20. Tốc độ cho Tango là_____.

31 – 33 nhịp/phút

M21. Tốc độ cho Viennese Waltz là__.

58 – 60 nhịp/phút

M22. Tốc độ cho Slow Foxtrot là_____.

28 – 30 nhịp/phút

M23. Tốc độ cho Quickstep là_____.

50 - 52 nhịp/phút

M24. Tốc độ cho Samba là_____.

50 - 52 nhịp/phút

M25. Tốc độ cho Cha Cha Cha là_____.

30 – 32 nhịp/phút

M26. Tốc độ cho Rumba là_____.

25 – 27 nhịp/phút

M27. Tốc độ cho Paso Doble là_____.

60 – 62 nhịp/phút

M28. Tốc độ cho Jive là _____.

42 - 44 nhịp/phút

M29. bpm là viết tắt của?

Bar per minute - nhịp/phút

M30. Chia nhịp có nghĩa là sử dụng đúng Tốc độ khi thực hiện bước và động tác.

Đúng

M31. Tempo là tốc độ của nhạc.

Đúng

M32. Giá trị phách là số lượng của một phách được dùng cho bước/động tác và là một nghĩa phái sinh của Timing.

Đúng

M33. Trong Dance Sport, nhịp cho mỗi vũ hình được hình thành và viết rõ trong bảng mô tả. Không cho phép Shuffle Timing.

Sai

M34. Dancers không được phép cá nhân hóa độ dài nhịp của các bước theo đặc tính cơ thể và khả năng cá nhân.

Sai

M35. Shuffle Timing cho các dancer khả năng tăng tính nghệ thuật và giá trị âm nhạc của bài trình diễn của mình.

Đúng

M36. Giá trị phách tiêu chuẩn cần được nhìn nhận như một luật cố định chứ không phải như một chỉ dẫn.

Sai

M37. Dance Sport là một dòng thể thao dựa trên sự kết hợp của Âm thanh - Chuyển động và kết nối trực tiếp với âm nhạc.

Đúng

M38. Trọng tài Dance Sport không yêu cầu phải có kiến thức chung về các thành tố trong âm nhạc để có thể cho ra được các đánh giá chính xác.

Sai

M39. Để đạt được nhạc tính, kỹ năng phối hợp của một cặp đôi không cần liên quan đến yếu tố âm nhạc..

Sai

M40. Hai thành phần chính được sử dụng để xây dựng một tác phẩm âm nhạc là giai điệu và nhịp điệu.

Đúng

M41. Đối với một vũ công, phần cuối của điệp khúc phải trùng với phần cuối của đoạn vũ hình.

Đúng

M42. Ký hiệu Nhịp cho Tango là 4/4 và chỉ phách đầu tiên được nhấn.

Sai

M43. Ký hiệu Nhịp cho Waltz là 3/4 và phách đầu tiên được nhấn.

Đúng

M44. Ký hiệu Nhịp cho Samba là 2/4 và phách đầu tiên được nhấn.

Sai

M45. Ký hiệu Nhịp cho Rumba là 4/4 và phách thứ tư được nhấn.

Đúng

M46. Nhịp điệu cơ bản của mỗi điệu nhảy được tổ chức thành các nhịp bằng cách sử dụng các kiểu nhấn bộ gõ khác nhau.

Đúng

M47. Tử số (nửa trên của phân số) trong Ký hiệu Nhịp chỉ số phách có trong một nhịp.

Đúng

M48. Tốc độ của Âm nhạc được đo bằng kph (km/h)

Sai

M49. Trong Dance Sport, nhịp điệu cơ bản có thể được thay đổi qua đảo phách, miễn là tốc độ của hành động không bị ảnh hưởng.

Sai

M50. Một bước Slow nên được thực hiện bằng cách đặt bàn chân vào phách nhạc đầu tiên và hoàn thành chuyển trọng tâm vào phách thứ 2 để được coi là đúng nhịp.

Đúng

M51. Trong các bước off-beat, việc chia các phách liên quan đến các bước không do dancer quyết định.

Sai

T – CÂU HỎI LÝ THUYẾT 10 BÀI SYLLABUS (Cấp Độ Đồng)

1/ Samba

T1. Chuyển động Bounce được tạo ra bởi những chuyển động nào ?

A- Nâng lên

B - Hạ Xuống

C - A&B

Đáp án : C

T2. Hướng đi của bước số 4 trong bước Progressive Basic Movement ?

A- Sang ngang

B - Tiến thẳng

C - Lùi Thẳng

Đáp án : A

T3. Có bao nhiêu bước Out Side Basic ?

A- 6

B – 8

C - 12

Đáp án : C

T4. Nam và nữ thực hiện bước Promenade Samba Walks trong những tư thế nào ?

A – PP

B – CP

C - CPP

Đáp án : A

T5. Bước số 2 trong bước Side Samba Walk được thực hiện theo hướng nào ?

A- Tiến

B – Lùi

C – Sang ngang

D – Tại chỗ

Đáp án : C

T6. Bước số 3 đối với nam trong bước Reverse Turn được kết thúc ở tư thế nào ?

A- Vất chéo

B – Chụm

C - Lùi

Đáp án : A

T7. Bước số 6 đối với nữ trong bước Reverse Turn được kết thúc ở tư thế nào ?

A- Vắt chéo

B – Lùi

C – Tiến

Đáp Án : A

T8. Có bao nhiêu bước trong bước Promenade to Counter Promenade Botafogos ?

A- 8

B – 9

C - 4

Đáp án : B

T9. Bước Travelling Volta to Right được đếm như thế nào ?

A – 1 a 2

B – 1a2a3a4

C – S a S

Đáp án : A và C

T10. Có bao nhiêu bước trong bước Travelling Botafogo Backward to PP ?

A – 9

B – 8

C - 12

Đáp án : C

2/ Cha Cha Cha

T11. Bước 3,4,5,8,9,10 trong bước Open Basic Movement được sử dụng động tác nào ?

A- Chasse sang phải

B - Chasse sang trái

C - Lock tiến

D - Lock lùi

E - A&B

F - C&D

Đáp án : F

T12. Bước 3,4,5 trong bước New York to Right đối với Nam được sử dụng động tác nào?

A- Chasse sang trái

B - Chasse sang phải

C - Chasse vòng (Ronde)

Đáp án : A

T13. Bước 1 trong bước New York to Left đối với Nữ được đặt ở vị trí nào?

A- Tiến

B – Vắt chéo

C – Tiến cắt qua người

Đáp án : C

T14. Bước 3,4,5 trong bước Hand to Hand to Right đối với nữ được sử dụng động tác nào?

A – Chase sang phải B - Chasse vòng (Ronde) C - Chasse sang trái

Đáp án : C

T15. Bước số 1 trong bước Spot turn to Left được sử dụng động tác nào ?

A- Checked forward Walks B - Checked backward Walks

C - Forward Walk Turning

Đáp án : C

T16. Bước Three Cha Cha Chas to Right bắt đầu bằng nhịp ?

A – 2 & 3 B – 4 & 1

Đáp án : B

T17. Bước số 6 đối với nữ trong bước Shoulder to Shoulder được thực hiện theo hướng nào?

A- Tiến B - Lùi C - Tại chỗ

Đáp án : B

T18. Bước số 6 đối với nam trong bước Shoulder to shoulder được thực hiện theo hướng nào?

A – Tại chỗ B – Lùi C – Tiến

Đáp án : C

T19. Bước số 6,7 trong bước Aida được thực hiện bởi động tác gì ?

A- Cuban Rocks B - Chasse C - Forward Walk Turning

Đáp án : A

T20. Bước số 11 trong bước Aida được thực hiện bởi động tác gì ?

A- Backward Walk Turning B - Forward Walk Turning

C - Check forward Walk

Đáp án : B

3/ Rumba

T21. Hướng đi bước số 3 và số 6 của bước Close Basic Movement ?

- A –bước 3 sang ngang , bước 6 đi thẳng
- B – Bước 3 đi thẳng, bước 6 sang ngang
- C- Bước 3 Sang ngang, bước 6 sang ngang

Đáp án : C

T22. Hướng đi bước số 3 và số 6 của bước Open Basic Movement?

- A- Bước 3 đi thẳng bước 6 đi thẳng
- B- Bước 3 sang ngang , bước 6 đi thẳng
- C- Bước 3 đi thẳng , bước 6 sang ngang

Đáp án : A

T23. Bước số 1 trong bước New York to Right đối với bước Nam được thực hiện bằng chân nào?

- A- Trái
- B - Phải

Đáp án : A

Bước số 1 trong bước New York to Right đối với bước Nữ được thực hiện bằng chân nào?

- A – Trái
- B - Phải

Đáp án : B

T24. Bước số 1 trong bước Hand to Hand to Left đối với bước Nam được thực hiện bằng chân nào ?

- A – Trái
- B - Phải

Đáp án : A

T25. Bước số 1 trong bước Hand to Hand to Left đối với bước Nữ được thực hiện bằng chân nào ?

- A – Trái
- B - Phải

Đáp án : B

T26. Hướng đi của bước số 3 trong bước Hand to Hand to Right được đi theo hướng nào ?

A- Ngang

B - Chéo

C - Thẳng

Đáp án : C

T27. Bước Spot turn to Right đối với bước nam được thực hiện bằng chân nào ?

A- Phải

B - Trái

Đáp Án : B

T28. Bước Spot turn to Left đối với bước nữ xoay theo chiều nào ?

A – Xoay phải

B - Xoay trái

Đáp án : A

T29. Bước Fan đối với nam ở bước 1 đi theo hướng nào ?

A- Tiến

B - Lùi

Đáp Án : B

T30. Nữ sử dụng chân nào ở bước số 1 của bước Underarm turn turning Right ?

A – Phải

B - Trái

Đáp án : B

4/ Pasodoble

T31. Thân người của điệu nhảy Pasodoble ?

A- Cong về phía sau

B - Thẳng

C - Đổ về phía trước

Đáp Án : A

T32. Sự khác biệt khi Xoay gót (Heel Turn) trong Pasodoble và các điệu nhảy Standard ?

A- Không khác nhau

B - Đầu gối Thẳng

C - Đầu gối chùng

Đáp án : B

T33. Bước Basic movement có độ xoay như thế nào?

- A - Không xoay B - 1/2 sang trái
C - 1/2 sang phải D - 1/2 sang cả trái hoặc phải

Đáp Án : D

T34. Động tác Appel đối với Nam được thực hiện ?

- A- Dậm chân trái bước chân phải
B - Dậm chân phải bước chân trái
C - Dậm chân phải tại chỗ và xoay sang trái
D -Dậm chân trái tại chỗ và xoay sang phải

Đáp Án : C

T35. Bước Chasses to Left có đóng chân ở bước thứ 4 ?

- A- Đóng chân B - Không đóng chân C - Cả A và B

Đáp Án : B

T36. Bước ATTACK có thể xoay hay không xoay ?

- A – Xoay B - Không xoay C - Cả A và B

Đáp Án : C

T37. Động tác March được thực hiện ?

- A- Mũi chân B - Gót chân C - Mũi , gót

Đáp Án : B

T38. Bước Huít có bao nhiêu bước ?

- A- 8 bước B - 9 bước C - Ít hơn 8 bước

Đáp án : A

T39. Bước số 1 của bước Closed Promenade được thực hiện ?

- A - Tại chỗ B - Tiến C - Lùi

Đáp Án : B

T40. Bước số 1 của bước Promenade Link được thực hiện

A- Tại chỗ B – Lùi C - Tiến

Đáp Án : A

5/ Jive

T41. Nhạc trong Jive được nhấn tại phách ?

A – 1 B - 3 C - 2 và 4

Đáp án : C

T42. Chuyển động đặc trưng điệu nhảy Jive ?

A- Swing B – Jumping C - Cả A và B

Đáp án : C

T43. Động tác Rock được thực hiện?

A - 1 bước tại chỗ

B - 1 bước di chuyển 1 bước tại chỗ C - Cả 2 bước đều di chuyển

Đáp án : B

T44. Việc sử dụng bàn chân trong động tác Jive Chasse được thực hiện theo những cách ?

A - Úc ,Úc ,Úc cả bàn B - Úc ,Úc cả bàn ,Úc cả bàn C - Cả A và B

Đáp án : C

T45. Đầu gối trong Jive cần phải

A – Luôn thẳng B – Luôn chùng

Đáp Án : B

T46. Bước 1 và 2 trong Basic in Place được thực hiện ?

A- Tại chỗ B - Di chuyển C - Chụm

Đáp án : A

T47. Nữ xoay chiều nào trong bước 5,6,7 của bước Change of place from Right to Left ?

A – Xoay trái

B – Xoay phải

C - Cả A và B

Đáp án : B

T48. Nữ xoay chiều nào trong bước 5 của bước Change of place from Left to Right

A – Xoay phải

B – Xoay trái

C – Không xoay

Đáp án : B

T49. Nam và nữ xoay như thế nào trong bước Change of place behind the back ?

A- Nam xoay trái nữ xoay phải

B - Nam xoay phải nữ xoay trái

C - Nam xoay trái nữ xoay trái

D - Nam xoay phải nữ xoay phải

Đáp án : A

T50. Động tác nào được thực hiện trong bước 3,4,5,6 của bước Promenade Walks-Quick?

A- Rock

B – Merengue

C - Appel

Đáp án : B

6/ Slow Waltz

T51. Bước Closed Change On Right Foot nữ bắt đầu lùi bằng chân nào ?

A – Trái

B- Phải

Đáp án : A

T52. Bước Close change on Left Foot nữ bắt đầu chân phải theo hướng nào ?

A- Tiến

B - Lùi

Đáp Án : B

T53. Bước Natural Turn có bao nhiêu bước ?

A- 6

B – 3

C - 4

Đáp án : A

T54. Bước Reverse Turn nam bắt đầu tiến chân nào ?

A- Phải B - Trái

Đáp án : B

T55. Bước 2,3,4 của bước Progressive Chasse to Right đối với Nữ đi về hướng nào ?

A- Trái B - Phải

Đáp án : A

T56. Bước Whisk kết thúc ở tư thế nào ?

A- Đóng - Closed (CP) B - Mở - Promenade (PP)

Đáp án : B

T57. Nam tiến hay lùi chân trái trong bước Back Whisk ?

A – Tiến B – Lùi

Đáp án : B

T58. Có bao nhiêu bước trong bước Basic Weave ?

A- 6 B – 3 C - 4

Đáp án : A

T59. Chân trái nam vắt trước chân phải ở bước nào trong bước Backward Lock ?

A – 2 B – 4 C – 3

Đáp án : C

T60. Bước Open Natural Turn có mấy bước ?

A – 6 B – 3 C – 4

Đáp án : B

7/ Tango

T61. Ngón tay của bàn tay Phải của nam tiếp xúc ở phần nào của lưng nữ ?

A- Bả vai B - Cột sống

Đáp án : B

T62. Bước Tap có mấy bước ?

A – 1

B – 2

Đáp án : A

T63. Bước Brush tap được đếm nhanh chậm như thế nào ?

A – Nhanh, Nhanh, Chậm

B – Nhanh, Nhanh, Chậm

C - Chậm, Nhanh, Nhanh, Chậm

Đáp án : B

T64. Bước Progressive Link có mấy bước ?

A – 1

B – 2

C – 3

Đáp án : B

T65. Nam vắt chân trái trước chân phải ở bước số mấy trong bước Basic Reverse Turn ?

A – 3

B – 5

C – 6

Đáp án : A

T66. Nữ có vắt chân trong bước Basic Reverse Turn ?

A – Có

B – Không

Đáp Án : B

T67. Bước số 3 trong bước Open Reverse Turn có đóng chân ?

A – Không

B – Có

Đáp án : A

T68. Chân nào trong bước số 1 của nữ tiến về phía trước trong bước Rock on Left Foot ?

A- Trái

B - Phải

Đáp án : B

T69. Chân Phải nam tiến hay lùi trong bước Rock on Right Foot ?

A – Lùi B – Tiến

Đáp án : A

T70. Chân phải vắt sau chân trái bước nam ở bước số mấy trong Natural Twist Turn from PP ?

A – 5 B – 6 C – 4

Đáp án : C

8/ Viennese Waltz

T71. Cách sử dụng bàn chân như thế nào của bước số 6 đối với nam trong bước Natural turn ?

A- Cả bàn B – Mũi C - Úc D - Gót

Đáp án : A

T72. Cách sử dụng bàn chân như thế nào của bước số 3 đối với nữ trong bước Natural turn?

A- Mũi B – Gót C - Cả bàn D - Úc

Đáp án : C

T73. Nam đứng ở hướng nào trước khi thực hiện bước Natural turn ?

A- Mặt hướng sàn (LOD) C - Mặt chéo tâm (DC)
B- Mặt chéo tường (DW)

Đáp án : B

T74. Bước số 1 trong Natural turn đối với nam đi vào từ hướng nào trên sàn nhảy ?

A - Mặt hướng sàn (LOD) B -Mặt chéo tâm (DC)
C - Mặt chéo tường (DW)

Đáp án : A

T75. Bước số 6 trong Natural turn đối với nam được kết thúc ở hướng nào trên sàn nhảy ?

A- Mặt hướng đường nhảy (LOD) B - Mặt chéo tâm (DC)

C - Mặt chéo tường (DW)

Đáp án : B

T76. Bước số 1 trong Natural turn đối với nữ đi vào từ hướng nào trên sàn nhảy ?

A – Lưng hướng chéo tâm (DC) B - Lưng hướng đường nhảy (LOD)

C – Lưng Hướng chéo tường (DW)

Đáp án : A

T77. Bước số 6 trong Natural turn đối với nữ được kết thúc ở hướng nào trên sàn nhảy ?

A – Lưng hướng chéo tâm (DC) B - Lưng hướng đường nhảy (LOD)

C – Lưng Hướng chéo tường (DW)

Đáp án : A

T78. Nữ bắt đầu ở hướng nào trên sàn nhảy khi chuẩn bị thực hiện bước Reverse Turn ?

A – Lưng hướng tâm (C) B – Lưng hướng chéo tâm (DC)

C – Lưng hướng chéo tường (DW)

Đáp án : C

T79. Chân trái nữ vát chéo trước chân phải trong Reverse turn ở bước số mấy ?

A – 3 B – 6 C – 2

Đáp án : B

T80. Chân trái nam vát chéo trước chân phải trong bước Reverse turn ở bước số mấy

A – 3 B – 6 C – 2

Đáp án : A

9/ Slowfox

T81. Cách đếm nhanh chậm trong bước Feather Step có giá trị tương đương phách ?

A- 2-1-1 B – 1-1-2 C – 1-2-1

Đáp án : A

T82. Nam bắt đầu bằng chân nào trong bước Feather step ?

A- Trái B - Phải

Đáp án : B

T83. Nữ bắt đầu bằng chân nào trong bước Feather step ?

A- Lùi trái B - Lùi phải

Đáp án : A

T84. Bàn chân nam được sử dụng như thế nào trong bước Three steps?

A – Gót cả bàn , gót cả bàn , ức gót B – Gót , Mũi , Gót

C – Mũi cả bàn , gót cả bàn , ức gót

Đáp Án : A

T85. Nam lùi chân nào trong bước Feather Finish ?

A- Lùi Trái B - Lùi Phải

Đáp án : B

T86. Nữ tiến chân nào trong bước Feather Finish ?

A- Tiến Trái B - Tiến Phải

Đáp án : A

T87. Nam bắt đầu tiến bằng chân nào trong bước Feather ending ?

A – Tiến trái B – Tiến phải

Đáp án : B

T88. Nữ lùi bao nhiêu bước trong bước Feather ending ?

A- 3 B – 2 C - 4

Đáp án : A

T89. Hover feather có bao nhiêu bước ?

A – 3 B – 2 C - 4

Đáp án : B

T90. Heel Pull finish đếm như thế nào ?

A – Nhanh , Chậm , Nhanh

B – Nhanh , Nhanh , Chậm

C – Chậm , Nhanh , Nhanh

Đáp án : A

10/ Quick step

T91. Bước Basic movement được kết hợp bởi những bước nào ?

A - Quarter Turn + Reverse turn

B - Progessive Chasse + Outside change

C - Quarter Turn + Progessive Chasse

Đáp án : C

T92. Bước Basic movement có bao nhiêu bước ?

A – 8 bước

B – 7 bước

C – 6 bước

Đáp án : A

T93. Hướng của bước nam số 1 trong bước Progessive chasse to Right ?

A- Tiến thẳng

B - Tiến hướng cạnh

C - Lùi thẳng

Đáp án : B

T94. Hướng của bước nữ số 1 trong bước Progessive chasse to Left ?

A- Tiến hướng cạnh

B -Tiến thẳng

C - Lùi Thẳng

Đáp án : A

T95. Sử dụng bàn chân nam như thế nào trong bước Cross Chasse ?

A – Gót cả bàn , mũi , mũi gót

B - Mũi , mũi , mũi gót

C - Mũi , Gót , Mũi

Đáp án : A

T96. Sử dụng bàn chân nữ như thế nào trong bước Cross Chasse ?

A- Gót, mũi, gót

B - Mũi gót, mũi, mũi gót

C - Gót mũi, mũi gót, gót

Đáp án : B

T97. Độ quay của bước Quarter Turn to Right ?

A- 1/8 phải B - 1/8 trái C - 1/4 phải

Đáp án : C

T98. Bước Quarter Turn to Left có bao nhiêu bước ?

A- 3 B – 4 C - 2

Đáp án : A

T99. Bước Outside change được xoay theo hướng nào ?

A- Phải B - Trái C - Không xoay

Đáp án : B

T100. Bước Natural Pivot có mấy bước ?

A – 1 B – 2 C – 3

Đáp án : A