

Тест по Классическому танцу

1. Классический танец в переводе с латинского означает:
 - а) вежливый;
 - б) серьезный;
 - в) образцовый.**
2. Adagio (адажио):
 - а) медленно, медленная часть танца;**
 - б) быстро, прыжки;
 - в) устойчивость.
3. Preparation (препарасьон):
 - а) поза, положение тела; поднятая вверх нога полусогнута;
 - б) приготовление, подготовка;**
 - в) упражнение для рук, корпуса, головы.
4. Demi plie (деми плие) в переводе с французского означает:
 - а) поза;
 - б) маленькое приседание;**
 - в) большое приседание.
5. Какая обувь подходит для классического танца:
 - а) сапоги;
 - б) балетки;**
 - в) джазовки.
6. Пятки собраны вместе, носки разведены в стороны. Какая это позиция?
 - а) V
 - б) I**
 - в) VI
7. Как правильно держать руки на станке?
 - а) большой палец внизу станка, 4 пальца на станке;**
 - б) все пальцы на станке, включая большой;
 - в) большой палец сверху, остальные внизу.
8. Port de bras (Пор де бра) – это
 - а) движения рук, с участием поворота или наклона головы и корпуса;**
 - б) движение головы;
 - в) движение ног.
9. Нога, освобожденная от тяжести тела и выполняющая движения:
 - а) опорная нога;
 - б) рабочая нога;**
 - в) свободная нога.
10. Releve (релеве) это:
 - а) поза;
 - б) прыжок;
 - в) подъем на полупальцы.**

Тест по Народно-характерному танцу

1. Народный танец это -
 - а) танец несущий соревнование;
 - б) выразительные движения человека на сцене;
 - в) древнейший вид народного искусства, созданный народом и исполняемый в быту.**
2. Какие движения танцевальной лексики характеризуют народный танец?
 - а) крис-крос;
 - б) болео;
 - в) дробь.**
3. Кто одним из первых исполнил русский народный танец?
 - а) поляки;
 - б) люди;
 - в) скоморохи.**
4. При исполнении движения «Русский бег» необходимо следить
 - а) за осанкой;
 - б) за поднятием рабочей ноги;
 - в) оба варианта верны.**
5. Определите понятие «Сокращенный подъём»:
 - а) нога вытянута в подъёме, пальцы вытянуты;
 - б) вытянутая стопа повернута в голеностопном суставе носком внутрь;
 - в) нога сильно сокращена в подъёме, носок поднят.**
6. Какой удар в двойной дроби приходится на сильную долю?
 - а) 1;
 - б) 2;**
 - в) 3.
7. Один из самых популярных и известных белорусских танцев – это...
 - а) «Селезень»;
 - б) «Куделька»;
 - в) «Лявониха».**
8. В какой момент при исполнении *battement tendu* на каблук сгибается опорное колено?
 - а) при выносе рабочей ноги на носок;
 - б) в момент *preparation*;
 - в) в момент опускания рабочей ноги на каблук.**
9. Определите понятие «Скошенная стопа»:
 - а) нога сильно сокращена в подъёме, носок поднят;
 - б) вытянутая стопа повернута в голеностопном суставе носком внутрь;**
 - в) нога вытянута в подъёме, пальцы вытянуты;
10. Что относится к русскому танцу
 - а) Кадриль;
 - б) Кругляк;
 - в) Чардаш.

Тест по партерной гимнастике

1. Координация – это.:
 - а) подготовительное упражнение;
 - б) одновременная работа рук и ног;
 - в) согласованная работа рук, ног, головы, корпуса.**
2. «Мостик», «свечка», «затяжка», «ласточка» - эти упражнения относятся к
 - а) растяжке;**
 - б) акробатике;
 - в) классическому танцу.
3. Упражнение на пресс:
 - а) велосипед;**
 - б) лягушка;
 - в) шпагат.
4. Вертикальное положение тела ногами вверх называется
 - а) упор;
 - б) свечка;**
 - в) треугольник.
5. Упражнение, укрепляющие мышцы спины
 - а) рыбка;**
 - б) звездочка;
 - в) ножницы.
6. Сколько видов шпагатов существует:
 - а) 2;**
 - б) 3;
 - в) более 3.
7. С какого возраста начинается уменьшение эластичности мышечно-связочного аппарата человека:
 - а) с двух лет;
 - б) с пяти лет;
 - в) с четырнадцати лет.**
8. Упражнение, развивающие выворотность ног:
 - а) лягушка;
 - б) колесо;
 - в) мостик.
9. Какая часть тела должна быть максимально прижата к ногам во время упражнения «Складочка»
 - а) голова;
 - б) живот;**
 - в) руки.
10. В каком положении должны находиться стопы при выполнении поперечного шпагата
 - а) большие пальцы прижаты к полу;**
 - б) мизинцы развернуты к полу, пятка стремится вперед;
 - в) стопы расслаблены.