

2. kategorijas sporta deju speciālistu eksāminācijas NOLIKUMS

Eksāmens sastāv no trīs daļām:

1. Praktiskā – jādejo mūzikā apmēram 1 minūti figūru savienojumus (vismaz 6 figūras) no dejām: W, T, Q, S, CH, R, J
2. Teorētiskā – jāparāda un jāizskaidro figūras un to aprakstos lietotā terminoloģija: W, T, Q, S, CH, R, J
3. Papildjautājumi
4. Atbildot uz jautājumiem par figūrām jāparāda un jāizskaidro gan partnera, gan partneres darbības

Jautājumi par W, T un Q figūrām:

1. Temps
2. Taktsmērs
3. Satvēriens
4. Ritms
5. Sākuma un beigu stāvoklis
6. Kustības virziens katrā solī
7. Pagriezienu apjomi
8. Pēdu darbība
9. Nolaišanās, pacelšanās
10. Svārstības
11. Figūras pirms un pēc dotās figūras

Jautājumi par S, CH, R un J figūrām:

1. Temps
2. Taktsmērs
3. Ritms
4. Sākuma un beigu stāvoklis
5. Kustības virziens katrā solī
6. Pagriezienu apjomi
7. Satvēriens, tā varianti un izmaiņas figūras izpildīšanas laikā
8. Pēdu, ceļu un gurnu darbība
9. Figūras pirms un pēc dotās figūras

Papildus jautājumu tēmas:

1. Deju figūru aprakstos lietojamā terminoloģija un definīcijas
2. Stāja, auguma stāvokļi un darbības (piem. : CBM, CBMP, PP)
3. Satvērieni
4. Kustību mehānikas pamati
5. Pasniegšanas metodikas pamati
6. F un Pd figūras (bez paskaidrojumiem)
7. Treneru ētikas kodekss
8. LSDF sacensību nolikums

Literatūra: 1. "TECHNIQUE OF BALLROOM DANCING", Guy Howard
2. „TECHNIQUE OF LATIN DANCING”, Walter Laird
3. LSDF NOLIKUMS, Ētikas kodekss

DEJU FIGŪRAS

W

1. Telemark
2. Open Telemark
3. Impetus Turn
4. Open Impetus Turn
5. Double Reverse Spin
6. Turning Lock to Left
7. Wing
8. Outside Spin
9. Underturned Outside Spin
10. Turning Lock to Right
11. Closed Wing
12. Fallaway Reverse and Slip Pivot
13. Passing Natural Turn from PP
14. Fallaway Whisk
15. Fallaway Natural Turn
16. Quick Natural Spin Turn
17. Running Spin Turn
18. Reverse Pivot
19. Quick Wing

Q

1. Reverse Pivot
2. Quick Open Reverse
3. Change of Direction
4. Telemark
5. Impetus Turn
6. Hover Corte
7. Double Reverse Spin
8. Four Quick Run
9. Running Right Turn
10. Cross Swivel
11. Fish Tail
12. Outside Spin
13. 6 Quick Run
14. Topsy to R
15. Topsy to L
16. Rumba Cross
17. Passing Natural Turn From PP
18. Running Finish to PP
19. Open Telemark
20. Running Cross Chasse

T

1. Progressive Side Step
2. Basic Reverse Turn
3. Open Reverse Turn Lady in Line
4. Open Reverse Turn Lady Outside
5. Progressive Side Step Reverse Turn
6. Closed Promenade
7. Open Promenade
8. Back Corte
9. Rock on RF
10. Rock on LF
11. Natural Twist Turn
12. Progressive Link
13. Promenade Link
14. Four Step
15. Fallaway Promenade

16. Outside Swivel
17. BrushTap
18. Fallaway Four Step
19. Four step Change
20. Natural Promenade Turn
21. Back Open Promenade
22. Fallaway Reverse and Slip Pivot
23. Five Step
24. Mini Five Step

F

1. Feather Step
2. Three Step
3. Natural Turn
4. Reverse Turn
5. Reverse Wave

6. Change of Direction
7. Weave
8. Weave from PP
9. Natural Weave
10. Natural Weave from PP
11. Feather Finish

CH

1. Cuban Break
2. Split Cuban Break
3. Close Hip Twist Spiral
4. Open Hip Twist Spiral
5. Foot Changes – Method 1 and Method 2
6. Foot Changes – Method 3
7. Natural Top

R

1. Fallaway
2. Advanced Opening Out Movement
3. Alemana with R to R Hand Hold
4. Opening Out to R and L
5. Reverse Top
6. Syncopated Cuban Rocks
7. Spiral
8. Curl
9. Rope Spinning
10. Sliding Doors
11. Three Alemanas,
12. Continuous Hip Twist
13. Natural Top

S

- | | |
|--|--|
| <ol style="list-style-type: none">1. Natural Basic Movement2. Reverse Basic Movement3. Progressive Basic Movement4. Whisks to L and R5. Promenade Samba Walks6. Side Samba Walks7. Stationary Samba Walks8. Travelling Boto Fogos9. Shadow Boto Fogos (Criss Cross Boto Fogos)10. Promenade Boto Fogos (in PP and CPP)11. Closed Rocks | <ol style="list-style-type: none">13. Open Rocks14. Back Rocks15. Reverse Turn16. Corta Jaca17. Natural Roll18. Plait19. Promenade to Counter Promenade Runs20. Samba Locks21. Travelling Volta to R22. Travelling Volta to L23. Volta Spot Turn to R for Lady (Man dances Whisk to L)24. Volta Spot Turn to L for Lady (Man dances Whisk to R) |
|--|--|

J

1. Reverse Whip
2. Curly Whip
3. Overturned Change of place L to R
4. Overturned Fallaway Throwaway
5. Windmill
6. Change Of Place R to L with Double Spin
7. Spanish Arms
8. Rolling off the Arm
9. Chicken Walks

Pd

1. Appel
2. Basic Movement
3. Sur Place
4. Chasses to Right
5. Chasses to Left
6. Elevations to Right
7. Elevations to Left
8. Huit
9. Attack
10. Separatiom