

### III. Uaktualniony przewodnik w ustanowieniu + GOE dla elementów wykonywanych przez solistów/pary sportowe (pozytywne aspekty)

Przewodnik ten jest przeznaczony do użycia razem z „przewodnikiem w określaniu GOE dla błędów w elementach”. Końcowe GOE wykonanego elementu jest wynikiem połączenia zarówno pozytywnych jak i negatywnych aspektów. Ważne jest, żeby końcowe GOE elementu odzwierciedlało zarówno pozytywne jak i negatywne aspekty.

Końcowe GOE elementu jest obliczane następująco:

najpierw Sędzia rozważa pozytywne aspekty wykonanego elementu ustalając tzw. wyjściowe GOE dla elementu, a następnie obniża wcześniej ustalone GOE zgodnie z „przewodnikiem w określaniu GOE dla błędów w elementach”.

Aby ustalić wyjściowe GOE Sędzia musi rozważyć pozytywne kryteria dla każdego elementu. Pozostawia się do uznania każdego Sędzię określenie ilości kryteriów, ale zaleca się - co następuje:

**dla + 1 : 2 kryteria**

**dla + 2 : 4 kryteria**

**dla + 3 : 6 albo więcej kryteriów**

#### SOLIŚCI

<b>elementy skokowe</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) niespodziewany / twórcze / trudne wejście</li> <li>2) rozpoznawalne kroki / ruchy łyżwiarskie bezpośrednio poprzedzające element</li> <li>3) zmiana pozycji w powietrzu / opóźnienie w rotacji</li> <li>4) dobra wysokość i odległość</li> <li>5) dobre przedłużone lądowanie / twórczy wyjazd</li> <li>6) dobra płynność od wejścia do wyjścia uwzględniając kombinacja skoków/sekwencje</li> <li>7) niewymagający wysiłku</li> <li>8) element pasujący do muzyki</li> </ol>
<b>piruety</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) dobra szybkość albo przyspieszenie podczas piruetu</li> <li>2) umiejętność szybkiego umiejscowienia piruetu</li> <li>3) zrównoważona ilość obrotów we wszystkich pozycjach</li> <li>4) wyraźnie więcej niż wymagana liczba obrotów</li> <li>5) dobra, mocna pozycja(e) (uwzględnić wysokość i pozycję w powietrzu/<u>lądowania</u> w skoku do piruetu)</li> <li>6) kreatywność i oryginalność</li> <li>7) dobra kontrola przez wszystkie fazy piruetu</li> <li>8) element pasujący do muzyki</li> </ol>
<b>Sekwencja kroków</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) dobra energia i wykonanie</li> <li>2) dobra prędkość lub przyspieszenie podczas sekwencji kroków</li> <li>3) <u>użycie odmian kroków podczas sekwencji</u></li> <li>4) głębokie czyste krawędzie (uwzględniając wejście i wyjście we wszystkich obrotach)</li> <li>5) dobra kontrola i zaangażowanie całego ciała dla <u>utrzymania</u> dokładnego wykonania kroków</li> <li>6) kreatywność i oryginalność</li> <li>7) niewymagająca wysiłku podczas wykonania</li> <li>8) element podkreślający strukturę muzyki</li> </ol>
<b>sekwencja choreograficzna</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) dobra płynność, energia i wykonanie</li> <li>2) dobra szybkość lub przyspieszenie podczas sekwencji</li> <li>3) dobra przejrzystość i precyzja</li> <li>4) dobra kontrola i zaangażowanie całego ciała</li> <li>5) kreatywność i oryginalność</li> <li>6) niewymagająca wysiłku podczas wykonania</li> <li>7) odzwierciedlający koncepcję/charakter programu</li> <li>8) element podkreślający strukturę muzyki</li> </ol>

## PARY SPORTOWE

<b>podnoszenia</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) dobry wyskok i pozycja lądowania obojga partnerów</li> <li>2) poprawne i estetycznie zadowalające pozycje w powietrzu</li> <li>3) dobre pokrycie lodu podczas elementu</li> <li>4) brak skrobienia krawędzią łyżwy po lodzie przez partnera lub partnerkę podczas wszystkich faz</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>5) dobra szybkość i płynność</li> <li>6) zdolność utrzymania dobrej płynności od jednej pozycji do drugiej</li> <li>7) niewymagająca wysiłku podczas wykonania</li> <li>8) element pasujący do muzyki</li> </ol>
<b>podnoszenia twistowe</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) dobry wyskok i pozycja lądowania obojga partnerów</li> <li>2) dobra pozycja partnera przy wyrzucie</li> <li>3) dobre pokrycie lodu podczas elementu</li> <li>4) brak skrobienia krawędzią łyżwy po lodzie przez partnera lub partnerkę podczas wszystkich faz</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>5) dobra prędkość i rytm od wejścia do wyjścia</li> <li>6) dobra wysokość partnerki w powietrzu</li> <li>7) niewymagająca wysiłku podczas wykonania</li> <li>8) element pasujący do muzyki</li> </ol>
<b>elementy skokowe</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) niespodziewane / twórcze / trudne wejście</li> <li>2) zmiana pozycji w powietrzu / opóźnienie w rotacji</li> <li>3) dobra wysokość i odległość</li> <li>4) dobre przedłużone lądowanie / twórczy wyjazd</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>5) dobra płynność od wejścia do wyjścia</li> <li>6) dobre zgranie i bliski dystans obojga partnerów we wszystkich fazach</li> <li>7) niewymagająca wysiłku podczas wykonania</li> <li>8) element pasujący do muzyki</li> </ol>
<b>skoki wyrzucane</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) niespodziewane / twórcze / trudne wejście</li> <li>2) dobra pozycja partnera przy wyrzucie</li> <li>3) dobra pozycja partnerki w powietrzu</li> <li>4) dobre przedłużone lądowanie / twórczy wyjazd</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>5) dobra szybkość, wysokość, odległość</li> <li>6) dobra kontrola i płynność przy lądowaniu</li> <li>7) niewymagająca wysiłku podczas wykonania</li> <li>8) element pasujący do muzyki</li> </ol>
<b>piruety solowe</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) dobra szybkość lub przyspieszenie podczas piruetu</li> <li>2) umiejętność szybkiego umiejscowienia piruetu</li> <li>3) zrównoważona ilość obrotów we wszystkich pozycjach</li> <li>4) wyraźnie więcej niż wymagana liczba obrotów</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>5) dobre i identyczne pozycje obojga partnerów</li> <li>6) dobra kontrola przez wszystkie fazy przez oboje partnerów</li> <li>7) dobre zgranie i odległość pomiędzy partnerami</li> <li>8) element pasujący do muzyki</li> </ol>
<b>piruety parowe</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) dobra kontrola (wejście, rotacja, wyjście) przez oboje partnerów</li> <li>2) dobra szybkość albo przyspieszenie podczas piruetu</li> <li>3) zrównoważona ilość obrotów we wszystkich pozycjach</li> <li>4) wyraźnie więcej niż wymagana liczba obrotów.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>5) Dobre pozycje obojga partnerów</li> <li>6) kreatywność i oryginalność</li> <li>7) wykonane z ciągłą płynnością i łatwością</li> <li>8) element pasujący do muzyki</li> </ol>
<b>spirale śmierci</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) dobra płynność w wejściu i wyjściu</li> <li>2) dobra kontrola i szybkość w pozycji spirali śmierci</li> <li>3) dobra jakość pozycji obojga partnerów</li> <li>4) brak skrobienia krawędzią łyżwy po lodzie przez partnera lub partnerkę podczas wszystkich faz</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>5) dobre, kontrolowane przejście do wymaganej pozycji</li> <li>6) niewymagająca wysiłku podczas wykonania</li> <li>7) kreatywność i oryginalność</li> <li>8) element pasujący do muzyki</li> </ol>
<b>Sekwencja kroków</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) dobra energia i wykonanie</li> <li>2) dobra prędkość lub przyspieszenie podczas sekwencji kroków</li> <li>3) <u>użycie odmian kroków podczas sekwencji</u></li> <li>4) głębokie czyste krawędzie (uwzględniając wejście i wyjście we wszystkich obrotach)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>5) dobra kontrola i zaangażowanie całego ciała dla <u>utrzymania</u> dokładnego wykonania kroków</li> <li>6) kreatywność i oryginalność</li> <li>7) dobre zgranie</li> <li>8) element podkreślający strukturę muzyki</li> </ol>
<b>sekwencja choreograficzna</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) dobra płynność, energia i wykonanie</li> <li>2) dobra szybkość lub przyspieszenie podczas sekwencji</li> <li>3) dobra przejrzystość i precyzja</li> <li>4) dobra kontrola i zaangażowanie całego ciała obojga partnerów</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>5) kreatywność i oryginalność</li> <li>6) niewymagająca wysiłku podczas wykonania</li> <li>7) odzwierciedlający koncepcję/charakter programu</li> <li>8) element podkreślający strukturę muzyki</li> </ol>