

1. Kompozycja - Jak program jest zaprojektowany lub zbudowany w odniesieniu do muzyki.

Celowe, rozwinięte i/lub oryginalne ułożenie repertuaru wszystkich rodzajów ruchów w sensowną całość zgodnie z zasadami proporcji, jedności, przestrzeni, wzoru i struktury muzycznej.

Jedność

Spójna całość, której wszystkie części są odpowiednio połączone, dając poczucie kompletności. W łyżwiarstwie parowym, tańcu na lodzie i łyżwiarstwie synchronicznym wszyscy łyżwiarze przyczyniają się do wyjaśnienia celu kompozycji.

Połączenia między i wewnątrz elementów

Elementy muszą być w pełni połączone ze sobą za pomocą zróżnicowanych i skomplikowanych ruchów ciała i jazdy na łyżwach (w tym zmian w trzymaniu, rodzaju ruchu i czasie ich trwania), demonstrując zakres umiejętności bez przerywania płynności ruchów.

Jednostką ruchu jest blok „element – ruchy – element”. Element staje się częścią płynności ruchów.

Wzór i pokrycie lodu

Ciekawe i kreatywne rozmieszczenie jednostek ruchu na lodzie.

Projekt programu i ułożenie pokrywa całą powierzchnię lodu.

W łyżwiarstwie parowym, tańcu na lodzie i łyżwiarstwie synchronicznym wszyscy łyżwiarze przyczyniają się do stworzenia ciekawego rysunku. W przypadku jazdy synchronicznej obejmuje to umiejętność do utrzymywania równości i zachowania symetrii.

Ruchy wielowymiarowe i wykorzystanie przestrzeni

Płynne i kontrolowane ruchy wzdłuż lub w poprzek różnych płaszczyzn (wysoka, średnia, niska, ukośna).

Możliwość wykorzystania przestrzeni. W parach, tańcu na lodzie i łyżwiarstwie synchronicznym wszyscy łyżwiarze przyczyniają się do stworzenia ciekawego projektu ruchów.

Choreografia odzwierciedlająca frazę muzyczną i formę

Forma odnosi się do struktury i organizacji kompozycji muzycznej.

Fraza jest jednostką miary muzycznej, która ma swój własny, kompletny sens muzyczny.

Każda jednostka ruchu odpowiada frazie muzycznej i formie.

Fraza choreograficzna podąża za frazą muzyczną, jej początkiem, kulminacją i końcem.

2. Prezentacja - Jak program jest wykonywany w odniesieniu do muzyki.

Demonstracja połączeń, zaangażowanie i oddanie oparte na zrozumieniu muzyki i kompozycji.

Ekspresja i projekcja

Poprzez całkowite osobiste zaangażowanie w program, łyżwiarze wyrażają i projektują nastrój, uczucie, obraz, rytm lub styl zainspirowany wyborem muzycznym i ideą kompozycji lub zgodnie z wymaganiami Regulaminowymi lub specyficznym stylem tańca. Pewna siebie prezentacja własnego ciała i energii w celu przekazania uczucia.

Umiejętność uchwycenia widza do wzbudzenia emocji.

Różnorodność i kontrast energii i ruchów

Wprowadzenie ruchu lub różnych ruchów, które mogą służyć wzmocnieniu znaczenia i/lub podkreśleniu akcentu lub muzycznego niuansu. Wykonywana siła i ruch powinny się różnić w trakcie programu.

Muzyczna wrażliwość i timing

Zdolność do dokładnego i konsekwentnego poruszania się, zgodnie z wymogami cech muzyki i jej elementów (melodia, rytm, harmonia, tempo, dynamika, artykulacja). Kroki i ruchy są zgodne z muzycznym momentem, gdy można to jasno rozpoznać lub określone Regulaminem lub określonym stylem tańca.

Finezja ruchu w celu pokazania szczegółów muzycznych, akcentów i niuansów. Odpowiednie / celowe tłumaczenie muzyki na ruchy.

Zgranie, „jedność i świadomość przestrzeni” (jazda w parach, taniec na lodzie, łyżwiarstwo synchroniczne)

Występowanie jako jednostka. Zdolność partnerów do interakcji w harmonii w celach ekspresyjnych z każdym wykazującym wrażliwość muzyczną. Każdy łyżwiarz podziela odpowiedzialność za wykonanie kompozycji o równym stopniu. Świadomość własnych ciał i przestrzeni bez patrzenia.

3. Umiejętności łyżwiarskie – Technika łyżwiarstwa i ruchu ciała.

Umiejętność wykonywania przez łyżwiarza repertuaru kroków, zwrotów i ruchów łyżwiarskich z kontrolą krawędzi i ciała.

Różnorodność krawędzi, kroków, obrotów, ruchów ciała i kierunków jazdy

Różnorodność w wykorzystaniu krawędzi, kroków, obrotów, ruchów ciała i kierunku jazdy: do przodu, do tyłu, zgodnie z ruchem wskazówek zegara, przeciwnie do ruchu wskazówek zegara.

Czystość krawędzi, kroków, obrotów, ruchów i kontrola ciała.

Możliwość wykonania każdej krawędzi, kroku, obrotu i ruchu ciała dokładnie i całkowicie.

Czystość to jakość i precyzja wykonania.

Krawędzie muszą być precyzyjne od momentu, gdy łyżwa dotyka lodu.

Kontrola ruchu niezależnie od płaszczyzny.

Równowaga i poślizg

Zdolność gładkiej jazdy po lodzie na krawędzi bez tarcia.

Równowaga nad ostrzem, co powoduje kontrolę krawędzi i ruchu oraz łatwe i płynne ruchy krawędzi na lodzie. Przewaga jazdy na jednej nodze, chociaż może być na 2 nogach.

Prędkość jest utrzymywana z powodu równowagi, kontroli i braku tarcia ostrza na lodzie.

Poślizg na długich, głębokich krawędziach jest trudniejszy niż na krótkich, płaskich krawędziach.

Płynność

Zdolność całego ciała do płynnego, harmonijnego i bezwysiłkowego poruszania się, zaczynając od płynnego ruchu stawu kolanowego.

Płynne i bezwysiłkowe przejście z jednego ruchu do drugiego lub z kombinacji ruchów do innych.

Moc i szybkość

Zdolność do pokazania energii i nabierania prędkości podczas przechodzenia z jednej nogi na drugą (dynamiczne odbicie).

Umiejętność pokazywania energii ruchu, przyspieszania i zwalniania oraz szybkiego i łatwego wykonywania repertuaru łyżwiarskiego z prędkością i łatwością.

Poważny błąd(błędy)

Poważne błędy to upadki i/lub błędy, które skutkują przerwą w prezentowaniu programu. Ta przerwa może być minimalna lub bardziej wyraźna i zauważalna. Błędy te muszą znaleźć odzwierciedlenie w ocenie przyznawanej za każdy komponent programu. Konsekwencje zależą od wagi i wpływu, jaki mają na płynność i ciągłość programu. Należy stosować się do poniższych wytycznych.

1 poważny błąd – Max ocena komponentu – 9,50

Dla wszystkich komponentów:

*Gdy występuje tylko jeden błąd i ten błąd ma minimalny wpływ na program, maksymalny wynik 9,50 jest możliwy, jak wspomniano powyżej.

Uwaga: Aby powyższe miało zastosowanie, program jako całość jest nadal uznawany za „Doskonały”.

2 lub więcej poważnych błędów - Max ocena komponentu – 8,75

**Gdy są 2 lub więcej błędów, a te błędy tylko w minimalnym stopniu wpływają na program, możliwa jest maksymalna ocena 8,75