



Patinage Canada | Évaluation des habiletés

STAR 1

PATINAGE STAR

Date : ____ / ____ / ____

Club : _____

Candidat : _____

#PC : _____

Entraîneur-évaluateur : _____

Résultat d'évaluation : Réussite Réussite avec honneur Reprise

STAR 1 - Habiletés

Date : ____ / ____ / ____

Candidat : _____

Entraîneur-évaluateur : _____

Afin d'établir une évaluation globale, les patineurs doivent obtenir 2 cases cochées ou plus au niveau nécessaire d'évaluation.

| ÉLÉMENTS | CRITÈRES | BARÈME D'ÉVALUATION | | | GLOBALE | COMMENTAIRES | | | |
|--|---------------------|---------------------|--------|--------|--|-----------------------------|-----------|--------------------|------|
| | | OR | ARGENT | BRONZE | | | | | |
| Carres AV | Qualité de la carre | | | | O <input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> | AVI | | AVE | |
| | Technique | | | | | | | | |
| | Exécution | | | | | | | | |
| Virages 3 AV | Qualité de la carre | | | | O <input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> | DAVI | DAVE | GAVI | GAVE |
| | Technique | | | | | | | | |
| | Exécution | | | | | | | | |
| Séquence de virages MoH AVI | Technique | | | | O <input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> | | | | |
| | Puissance | | | | | | | | |
| | Exécution | | | | | | | | |
| STAR 1 poussées-élan (de base) | Technique | | | | O <input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> | | | | |
| | Puissance | | | | | | | | |
| | Exécution | | | | | | | | |
| Arabesques sur cercle AV | Position | | | | O <input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> | SAM DAVE, GAVI | | SCAM GAVE, DAVI | |
| | Durée | | | | | | | | |
| | Exécution | | | | | | | | |
| Mouvement de transition au choix: A : Glisse assise AV sur 1 pied B : Ina Bauer C : Grand aigle (le patineur en choisit un) | Position | | | | O <input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> | Glisse assise AV sur 1 pied | Ina Bauer | Grand Aigle | |
| | Durée | | | | | | | | |
| | Exécution | | | | | | | | |

| | | | | |
|--|---------------------------------------|-----------|---------------|---------------|
| Résultat : <input type="checkbox"/> Réussite avec honneur (5 sur 6 éléments Or) <input type="checkbox"/> Réussite (5 sur 6 éléments Argent ou mieux) <input type="checkbox"/> Reprise | Total - évaluations globales : | OR | ARGENT | BRONZE |
| | | | | |
| | | | | |

Commentaires supplémentaires :

Patinage Canada | Évaluation des habiletés

STAR 1

Normes d'évaluation

| ÉLÉMENTS | CRITÈRES | BARÈME D' | | |
|---|--|---|---|---|
| | | OR (Bon pour le niveau) | ARGENT (Raisonné pour le niveau) | BRONZE (Faible pour le niveau) |
| Carres AV Virages - 3 AV | (1) Qualité des courbes : Qualité de la carre | Carres stables sans déformations et inclinaison remarquée dans plus de 75% de l'exercice | Carres stables et inclinaison évidente dans 50% de l'exercice ou plus | Carres et inclinaison faibles (sinuosités) dans 50% de l'exercice ou plus |
| | (2) Technique : Bonne mécanique démontrée | <ul style="list-style-type: none"> Virages (100% correct) Poussées avec la lame (plus de 75%) | <ul style="list-style-type: none"> Virages (75% correct) Poussées avec la lame (75% ou plus) | <ul style="list-style-type: none"> Virages (50% correct) Poussées avec la lame (moins de 75%) |
| | (3) Exécution : Équilibre, contrôle, agilité et forme | <ul style="list-style-type: none"> Équilibre Agilité Forme Bon contrôle de tous les virages-3 (carre d'entrée et de sortie claire) | <ul style="list-style-type: none"> Équilibre Agilité Forme Contrôle raisonnable des virages-3, 3 fois sur 4 | <ul style="list-style-type: none"> Équilibre Agilité Forme Faible contrôle faible des virages-3, 2 virages ou plus |
| Séquence de virages MoH AVI STAR 1 exercice de poussées-élan de base | (1) Technique : Bonne mécanique démontrée | <ul style="list-style-type: none"> Virages (100%) Poussées avec la lame (plus de 75%) | <ul style="list-style-type: none"> Virages (75%) Poussées avec la lame (75% ou plus) | <ul style="list-style-type: none"> Virages (50% ou moins) Poussées avec la lame (moins de 75%) |
| | (2) Puissance : Capacité à générer et maintenir la vitesse | <ul style="list-style-type: none"> Accélération Flexion du genou | <ul style="list-style-type: none"> Accélération Flexion du genou | <ul style="list-style-type: none"> Accélération Flexion du genou |
| | (3) Exécution : Équilibre, contrôle, agilité et forme | Stable durant l'exercice entier | Stable durant 75% de l'exercice | Stable durant moins de 75% de l'exercice ou chute |
| Arabesques AV Mouvement de transition | (1) Positions : Qualité des positions | <ul style="list-style-type: none"> Ligne du corps Flexibilité (jambe plus haute que la hanche dans l'arabesque) (Trois arabesques ou plus) | <ul style="list-style-type: none"> Ligne du corps Flexibilité (jambe au niveau de la hanche pour l'arabesque) (Une arabesque sur chaque pied) | <ul style="list-style-type: none"> Ligne du corps Flexibilité (jambe à la hauteur de, ou inférieure à la hanche pour l'arabesque) (Deux arabesques ou plus) |
| | (2) Durée : Durée des positions | 2 secondes ou plus Arabesques : Une sur chaque pied | 1 seconde ou plus Arabesques: Une sur chaque pied | Moins de 1 seconde Arabesques: deux arabesques ou plus) |
| | (3) Exécution : Équilibre, contrôle et qualité de la carre | <ul style="list-style-type: none"> Équilibre/contrôle Qualité de la carre | <ul style="list-style-type: none"> Équilibre/contrôle Qualité de la courbe | <ul style="list-style-type: none"> Équilibre/contrôle Qualité de la courbe Chute |