

Date : ___ / ___ / ___

Club : _____

Candidat : _____

#PC : _____

Entraîneur-évaluateur : _____

Résultat d'évaluation : Réussite Réussite avec honneur Reprise

STAR 3 – Habiletés

Date : ___ / ___ / ___

Candidat : _____

Entraîneur-évaluateur : _____

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

*L'évaluation de l'élément ne peut pas dépasser les critères d'évaluation.

ÉLÉMENTS	CRITÈRES	BARÈME D'ÉVALUATION			GLOBALE	COMMENTAIRES			
		OR	ARGENT	BRONZE					
Poussées-élan STAR 3 (puissance)	Puissance*				O <input type="checkbox"/>				
	Technique				A <input type="checkbox"/>				
	Exécution				B <input type="checkbox"/>				
Cercles d'arabesques AV	Position*				O <input type="checkbox"/>	SAM DAVE, GAVI		SCAM GAVE, DAVI	
	Durée				A <input type="checkbox"/>				
	Exécution				B <input type="checkbox"/>				
Mouvement de transition Au choix : A : Glisse AR assise sur 1 pied B : Arabesque AV en position Y C : Grand aigle D : Ina Bauer (Le patineur en choisit 1)	Position*				O <input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/>	Glisse AR assise sur 1 pied	Arabesque AV en position Y	Grand aigle	Ina Bauer
	Durée								
	Exécution								

Résultat : <input type="checkbox"/> Réussite avec honneur (2 sur 3 éléments Or) <input type="checkbox"/> Réussite (2 sur 3 éléments Argent ou mieux) <input type="checkbox"/> Reprise	Total – évaluations globales :	OR	ARGENT	BRONZE
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------	-----------	---------------	---------------

Commentaires supplémentaires :

Patinage Canada | Évaluation des habiletés

STAR 3

Normes d'évaluation

ÉLÉMENTS	CRITÈRES	BARÈME D'ÉVALUATION		
		OR (Bon pour le niveau)	ARGENT (Raisonné pour le niveau)	BRONZE (Faible pour le niveau)
Poussées-élan (puissance)	Puissance* : Capacité à générer et à 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
	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% correct) • Poussées avec la lame (plus de 75%) 	<ul style="list-style-type: none"> • Virages (50% ou moins) • Poussées avec la lame (moins de 75%)
	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
Cercles d'arabesques AV Mouvement de transition	Positions* : Qualité des positions	<ul style="list-style-type: none"> • Ligne du corps • Flexibilité (jambe plus haute que la hanche dans l'arabesque) Arabesques : une sur chaque pied	<ul style="list-style-type: none"> • Ligne du corps • Flexibilité (jambe au niveau de la hanche pour l'arabesque) Arabesques : une sur chaque pied	<ul style="list-style-type: none"> • Ligne du corps • Flexibilité (jambe inférieure à la hanche pour l'arabesque) Arabesques : un pied
	Durée : Durée des positions	MT : 3 secondes ou plus Arabesques : 3 secondes ou plus ; une sur chaque pied	MT : 2 secondes ou plus Arabesques : Une arabesque de 3 secondes ou plus ; l'autre pied pas moins de 2 secondes	MT : Moins de 1 seconde Arabesques : Une arabesque sur chaque pied, moins de 2 secondes
	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 carre 	<ul style="list-style-type: none"> • Équilibre/contrôle • Qualité de la carre • Chute