Patinage Canada | Évaluation des habiletés

STAR 1

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

ÉLÉMENTS	CRITÈRES	BARÈME D'ÉVALUATION			GLOBALE	COMMENTAIRES			
		OR	ARGENT	BRONZE					
Carres AV	Qualité de la carre				O ☐	AVI ☐		AVE ☐	
	Technique				A ☐				
	Exécution				B ☐				
Virages 3 AV	Qualité de la carre				O ☐	DAVI ☐	DAVE ☐	GAVI ☐	GAVE ☐
	Technique				A ☐				
	Exécution				B ☐				
Séquence de virages MoH AVI	Technique				O ☐				
	Puissance				A ☐				
	Exécution				B ☐				
STAR 1 poussées-élan (de base)	Technique				O ☐				
	Puissance				A ☐				
	Exécution				B ☐				
Arabesques sur cercle AV	Position				O ☐	SAM DAVE, GAVI ☐		SCAM GAVE, DAVI ☐	
	Durée				A ☐				
	Exécution				B ☐				
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 ☐	Glisse assise AV sur 1 pied ☐	Ina Bauer ☐	Grand Aigle ☐	
	Durée				A ☐				
	Exécution				B ☐				

Résultat : ☐ **Réussite avec honneur** (5 sur 6 éléments Or) ☐ **Réussite** (5 sur 6 éléments Argent ou mieux) ☐ **Reprise**	**Total - évaluations globales :**	**OR**	**ARGENT**	**BRONZE**

Commentaires supplémentaires :

Tous droits réservés. © 2016 Patinage Canada

Patinage Canada | Évaluation des habiletés
STAR 1
Normes d'évaluation

ÉLÉMENTS	CRITÈRES	BARÈME D'		
		OR (Bon pour le niveau)	ARGENT (Raisonnable 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	• Virages (100% correct) • Poussées avec la lame (plus de 75%)	• Virages (75% correct) • Poussées avec la lame (75% ou plus)	• Virages (50% correct) • Poussées avec la lame (moins de 75%)
	(3) Exécution : Équilibre, contrôle, agilité et forme	• Équilibre • Agilité • Forme Bon contrôle de tous les virages-3 (carre d'entrée et de sortie claire)	• Équilibre • Agilité • Forme Contrôle raisonnable des virages-3, 3 fois sur 4	• 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	• Virages (100%) • Poussées avec la lame (plus de 75%)	• Virages (75%) • Poussées avec la lame (75% ou plus)	• Virages (50% ou moins) • Poussées avec la lame (moins de 75%)
	(2) Puissance : Capacité à générer et maintenir la vitesse	• Accélération • Flexion du genou	• Accélération • Flexion du genou	• 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	• Ligne du corps • Flexibilité (jambe plus haute que la hanche dans l'arabesque) (Trois arabesques ou plus)	• Ligne du corps • Flexibilité (jambe au niveau de la hanche pour l'arabesque) (Une arabesque sur chaque pied)	• 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	• Équilibre/contrôle • Qualité de la carre	• Équilibre/contrôle • Qualité de la courbe	• Équilibre/contrôle • Qualité de la courbe • Chute

Tous droits réservés. © 2016 Patinage Canada