



StarSkate
PatinageStar

Patinage Canada | Évaluation de style libre STAR 7 Style libre – Programme

Normes d'évaluation

Critères d'évaluation et normes					
ÉLÉMENT		BRONZE (en dessous du niveau)	ARGENT (au niveau)	OR (au-dessus du niveau)	
SAUT	Exécution*	<p>* Les simples sauts ont une bonne hauteur et distance. La position dans les airs est organisée. La hauteur et la distance du saut double peuvent être minimales. La position dans les airs est quelque peu maîtrisée et alignée. L'approche du saut simple démontre de la confiance et une bonne évolution à l'entrée et à la sortie. L'approche de l'Axel ou du double saut peut être hésitante, lente et prudente. Peu d'évolution à la réception. Mauvaise forme avec extension limitée de la jambe libre et flexion limitée du genou et de la cheville. Tenue pendant moins d'une seconde.</p>		<p>* La hauteur et la distance du saut sont raisonnables. La position dans les airs est surtout maîtrisée et alignée. Vitesse moyenne à l'approche. Évolution apparente à la réception. Bonne forme avec pleine extension de la jambe libre et bonne flexion du genou et de la cheville. Tenue pendant plus d'une seconde.</p>	
	Vitesse/ évolution				
	Réception				
PIROUETTES	Exécution*	<p>*Vitesse moyenne de rotation durant la pirouette. Peut avoir une légère perte de contrôle à la sortie. La pirouette sautée peut avoir une mauvaise position dans les airs. La pirouette peut être centrée lentement. Le patineur peut se déplacer légèrement à la sortie ou lors du changement de position ou de pied. Position solide avec extension moyenne. Axe du corps adéquat. Positions de base : bonne extension et bon axe du corps.</p>		<p>* Bonne vitesse de rotation tout au long de la pirouette. La sortie est maîtrisée en majeure partie. La pirouette sautée a une position moyenne dans les airs. La pirouette est généralement centrée. Le patineur peut maintenir son centrage, en majeure partie, de l'entrée à la sortie lorsqu'il change de position et/ou de pied. Bonne position avec pleine extension. Axe du corps satisfaisant.</p>	
	Centrage				
	Position				
PAS		<p>Le patineur utilise généralement une technique correcte de patinage. Virage trois solide avec une bonne évolution. Les autres virages peuvent contenir quelques vacillements ou une perte d'équilibre.</p>		<p>Le patineur utilise une technique correcte de patinage. Les carres à l'entrée et à la sortie des virages sont uniformes avec une évolution raisonnable. Bonne posture et bon équilibre avec une certaine profondeur des carres.</p>	

Normes					
COMPOSANTES DE PROGRAMME	CRITÈRES	BRONZE (en dessous du niveau)	ARGENT (au niveau)	OR (au-dessus du niveau)	
Présentation	Expression/Projection Ambiance, sentiment, image, rythme ou style exprimé, projeté et inspiré par le choix de musique.	<p>Le patineur peut manquer de fluidité dans ses mouvements. La capacité d'utiliser systématiquement son corps, ses expressions faciales et sa technique de patinage pour refléter le caractère de la musique se développe. Le patineur n'a pas encore la confiance nécessaire pour projeter au public et s'engager pleinement dans la performance. Il devrait y avoir quelques moments où le patineur démontre un lien émotionnel avec le caractère de la musique.</p>		<p>Les mouvements du patineur comprennent certains mouvements du corps, des expressions faciales et diverses techniques de patinage pour refléter l'ambiance de la musique. Bien que la performance puisse être incohérente, le patineur devrait être en mesure de démontrer sa personnalité et son individualité à certains moments, ainsi que sa compréhension du caractère/rythme de la musique.</p>	
Habilités de patinage	*Variété et clarté des carres, des pas, des virages et des mouvements et maîtrise du corps Diversité des carres/virages et clarté des carres/virages/mouvements et maîtrise du corps	<p>Les carres et les virages sont corrects et peuvent être peu profonds. Le patineur démontre quelques exemples de maîtrise et d'équilibre qui peuvent être limités. Le patineur se tient droit de façon confortable et a généralement une bonne posture. Le tronc du patineur est raisonnablement bon. L'axe du corps est généralement déterminé. Les mouvements du corps entier peuvent manquer de précision et sembler hâté ou incomplet.</p>		<p>Les carres et les virages sont corrects avec une certaine profondeur démontrée. Un équilibre et une maîtrise modérés étaient présents. Le patineur démontre facilement une bonne posture. L'équilibre du tronc est généralement très bon et l'axe du corps est, en majeure partie, déterminé. Les mouvements du corps entier sont généralement précis et clairs.</p>	
	Puissance et vitesse (équilibre, glissé et évolution) Utilisation variée de puissance, de vitesse, d'accélération, d'évolution et de glissé	<p>Le patineur utilise des poussées de la lame pour produire et maintenir une vitesse raisonnable. La puissance se développe. Accélération, changements de vitesse, évolution et glissé évidents de façon limitée.</p>		<p>Le patineur prend de la vitesse en poussant sur ses lames. Parfois capable de maintenir sa vitesse et d'accélérer à l'aide de tempo varié de la foulée. Évolution et glissé quelque peu évidents.</p>	

Commentaires supplémentaires : _____