

Date : JJ / MM / AAAA Candidat : \_\_\_\_\_ #PC : \_\_\_\_\_

Club/école de patinage d'appartenance : \_\_\_\_\_ Évaluateur : \_\_\_\_\_

Résultat d'évaluation : Réussite avec honneur  Réussite  Reprise

STAR 3 - Habiletés

Date : JJ / MM / AAAA Candidat : \_\_\_\_\_ Évaluateur : \_\_\_\_\_

**EXIGENCES OBLIGATOIRES** – doit être « oui » pour que l'élément obtienne une cote globale argent ou mieux.

**Mouvements de transition** : respecte la définition de l'élément et est maintenu au moins deux seconds. (Arabesques sur cercle : min 1 arabesque par pied seulement)

**Exercice d'habiletés** : respecte la définition de l'élément, y compris les pas prescrits. Stables tout au long (aucune chute).

ÉLÉMENTS	CRITÈRES	BARÈME			COTE GLOBALE	COMMENTAIRES
		BRONZE	ARGENT	OR		
<b>Cercles d'arabesques AV</b>  Exigences obligatoires: Oui : <input type="checkbox"/> Non : <input type="checkbox"/>	Position				O <input type="checkbox"/>  A <input type="checkbox"/>  B <input type="checkbox"/>	CW – DAVE, GAVI <input type="checkbox"/> CCW – GAVE, DAVI <input type="checkbox"/>
	Tenue/Clarté					
	Qualité des carres					
<b>Mouvement de transition au choix :</b> 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"/>	A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/> C <input type="checkbox"/> D <input type="checkbox"/>
	Tenue/Clarté					
	Qualité des carres					
<b>Exercice d'habiletés STAR 3</b> Puissance  Exigences obligatoires: Oui : <input type="checkbox"/> Non : <input type="checkbox"/>	Puissance				O <input type="checkbox"/>  A <input type="checkbox"/>  B <input type="checkbox"/>	
	Précision					
	Tenue/Clarté					

1 reprise permise

<b>Résultat :</b> <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	<b>Total – évaluations globales</b>	<u>Bronze</u>	<u>Argent</u>	<u>Or</u>
---	-------------------------------------	---------------	---------------	-----------

Normes d'évaluation

Normes			
CRITÈRES	BRONZE (en dessous du niveau)	ARGENT (au niveau)	OR (au-dessus du niveau)
<p><b>Précision</b> Technique de patinage, symétrie et forme des courbes correctes.</p>		<p><b>Virages trois</b> : l'entrée et la sortie du virage sont raisonnables avec une évolution et une symétrie adéquates.</p> <p>Le patineur utilise généralement la technique correcte de patinage, avec des poussées du côté de la lame. Poussées égales sur les deux pieds dans les croisés. Mouvement correct des genoux.</p>	
<p><b>Tenue/clarté</b> Tenue et clarté du mouvement.</p>		<p>Le patineur se tient raisonnablement droit avec quelques ruptures de la posture.</p>	
<p><b>Qualité des carres</b> Équilibre, maîtrise et profondeur des carres.</p>		<p>Le patineur peut avoir des carres modérément définies. Les carres sont parfois faibles dans les virages nouvellement exécutés. Le patineur démontre un équilibre, une maîtrise et une agilité raisonnables.</p>	
<p><b>Puissance</b> Utilisation variée de puissance, de vitesse, d'accélération, d'évolution et de glissé.</p>		<p>La production de vitesse est adéquate. Le patineur utilise généralement des poussées de la lame.</p>	
<p><b>Position</b> Qualité de la position</p>		<p>La posture se développe. Quelques légères ruptures de la posture sont acceptables. Peut avoir une extension partielle de la jambe libre (spirale).</p>	

Commentaires supplémentaires :