

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

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

Résultat d'évaluation : Réussite avec honneur  Réussite  Reprise

STAR 1 - Habiletés

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

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

<b>Carres:</b> respecte la définition de la carre.	<b>Virages (3/4):</b> respecte la définition du virage, carre d'entrée et carre de sortie d'au moins deux seconds.	<b>Mouvements de transition :</b> respecte la définition de l'élément et est maintenu au minimum d'une seconde. (Arabesques sur cercle : min 1 arabesque par pied seulement)	<b>Exercice d'habiletés/Séquence de virages :</b> respecte la définition de l'élément, y compris les pas prescrits.
--	--	--	---

ÉLÉMENTS		CRITÈRES	BARÈME			COTE GLOBALE	COMMENTAIRES
			BRONZE	ARGENT	OR		
<b>Carres AV</b>	Exigences obligatoires: Oui : <input type="checkbox"/> Non : <input type="checkbox"/>	Précision				O <input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/>	AVE <input type="checkbox"/> AVI <input type="checkbox"/>
		Tenue/Clarté					
		Qualité des carres					
<b>Virages trois AV</b>	Exigences obligatoires: Oui : <input type="checkbox"/> Non : <input type="checkbox"/>	Précision				O <input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/>	DAVE <input type="checkbox"/> GAVE <input type="checkbox"/> DAVI <input type="checkbox"/> GAVI <input type="checkbox"/>
		Tenue/Clarté					
		Qualité des carres					
<b>Séquence de pas en C AVI</b>	Exigences obligatoires: Oui : <input type="checkbox"/> Non : <input type="checkbox"/>	Précision				O <input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> B <input type="checkbox"/>	
		Tenue/Clarté					
		Qualité des carres					
<b>Arabesques sur cercle 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 assise AV sur 1 pied B : Ina Bauer C : Grand aigle (le patineur en choisit un)	Exigences obligatoires: Oui : <input type="checkbox"/> Non : <input type="checkbox"/>	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"/>
		Tenue/Clarté					
		Qualité des carres					
<b>Exercice d'habiletés STAR 1</b> De base (le patineur choisit la direction)	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					

2 reprises permises (les éléments doivent être différents)

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

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>La compréhension des carres se développe. La technique de poussée n'est peut-être pas adéquatement exécutée. Peut inclure :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Une flexion limitée des genoux, des poussées plus fortes que d'autres, certaines poussées de la pointe;</li> <li>• 75% de la poussée est produite par le côté de la lame.</li> </ul>	
<p><b>Tenue/clarté</b> Tenue et clarté du mouvement.</p>		<p>Le patineur peut avoir un tronc faible et une posture instable avec un équilibre incohérent ou faible.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Stable au moins 75 % du temps</li> </ul> <p>L'axe du corps est raisonnable.</p>	
<p><b>Qualité des carres</b> Équilibre, maîtrise et profondeur des carres.</p>		<p>De faibles carres ou des vacillements peuvent être présents.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 50 % des carres d'entrée et de sortie sont exécutées correctement.</li> <li>• Qualité raisonnable des carres durant 50 % ou plus de l'exercice.</li> </ul> <p>Équilibre, maîtrise, agilité et forme raisonnables.</p>	
<p><b>Puissance</b> Utilisation variée de puissance, de vitesse, d'accélération, d'évolution et de glissé.</p>		<p>Le patineur peut sembler lent. La production de vitesse se développe. La foulée peut sembler difficile.</p>	
<p><b>Position</b> Qualité de la position</p>		<p>Peut avoir une rupture de la posture. L'extension de la jambe libre se développe.</p>	

Commentaires supplémentaires :