

Club de Natation Pointe-Claire Pointe-Claire Swim Club



Grille d'évaluation Sport-Études Sport-Studies Report Card



Nom de l'élève/Name: 1

Secondaire/Secondary:

Étape/Term: 1

Date d'évaluation/Report Date: October 30th, 2023

Légende pour l'évaluation /Evaluation Legend	
0-25	L'élève a de la difficulté à réaliser l'élément technique/ Student has difficulty achieving the technical element
26-50	L'élève réussit l'élément technique occasionnellement/The student achieved the technical element occasionally
51-75	L'élève réussit généralement bien l'élément technique en entraînement/The student is generally successful in the technical element in training
76-100	L'élève est en mesure d'appliquer l'élément technique en situation de course en compétition/The student is able to apply the technical element in a competition race situation

Habiletés athlétique et technique/Athletic and Technical Skills	Note
Styles de nage/Swimming Strokes (out of 100)	
(Position du corps, jambes, bras, respiration synchronisation/Body Position, Legs, Arms, Breathing, Synchronization)	
Départs/Starts (out of 100)	
(Préparation, réaction, accélération, lancée, entrée/Preparation, Reaction, Acceleration, Drive, Entry)	
Virages/Turns (out of 100)	
(Approche, virage, poussée, glissement, transition/Approach, Turn, Push, Kickout)	
Arrivée/Finish (out of 100)	
Agilité, coordination, équilibre/Agility, coordination, balance (out of 100)	%
Sous-total Habiletés athlétique et technique/Subtotal of Athletic and Technical Skills (25%)	0 / 500

Tests et évaluations/Test Sets and Evaluations	Note
Tests et évaluations dans l'eau/Tests and Evaluations in the water (out of 100)	
Endurance/Endurance (ex. 7 x 200m)	
Vitesse/Speed (ex: 4 x 25m)	
Jambes/Kick (ex. 400m)	
Efficacité technique/Technical Efficiency (ex: 8 x 50m)	
Tests et évaluations hors de l'eau/Dryland Testing and Performance (out of 100)	%
Sous-total Tests et évaluations/Subtotal Test Sets and Evaluations (10%)	0 / 200

Performance et Compétition/Performance and Competition	Note
Amélioration des performances/Improvement of performances (out of 100)	
Application des stratégies de cours/Application of Race Strategies (out of 100)	
Atteinte de standard/Attaining Standards (out of 100)	%
Sous-total Performance et Compétition/Subtotal Performance and Competition (15%)	0 / 300

Implication dans son sport/Involvement in the Sport	Note
Présence/Attendance (out of 100)	
(Entraînements, compétitions, activités d'équipe/Trainings, Competitions, Group Activities)	
Esprit sportif et respect/Sportsmanship and Respect (out of 100)	
Attitude/Attitude (out of 100)	
Engagement et effort/Commitment and Effort (out of 100)	
Démontre les valeurs d'un nageur PCSC/Demonstrates the values of a PCSC swimmer (out of 100)	%
(PCSC non négociables, valeurs du club/PCSC non-negotiables, club values, etc.)	
Sous-total Implication dans son sport/Subtotal Involvement in the Sport (50%)	0 / 500

Évaluation final/Final Evaluation (%)

0%