

BEOORDELINGSFORMULIER RINGZWAAIEN KLAS 1

	EXPERT	GOED	VOLDOENDE	ONVOLDOENDE
In zwaai komen	Komt met 2x2 aanlooppassen in een ruime zwaai	Komt met 2x2 aanlooppassen in zwaai	Komt met 2x2 aanlooppassen in een kleine zwaai	Komt met meerdere passen niet tot nauwelijks in zwaai
In zwaai blijven	Zwaait met een snelle, ruime zwaai, gebruikt de heupen om meer hoogte te maken en de benen zijn gestrekt naast elkaar	Zwaait met een ruime zwaai en benen zijn gestrekt en naast elkaar	Zwaait met een kleine zwaai en benen zijn gestrekt en naast elkaar	Zwaait met kleine zwaai en trekt benen op
Houding	Bolle houding, spanning op het lichaam, voeten opgezwaaid en heupen omhoog	Rechte houding, spanning op het lichaam en kijkt naar voeten	Lichaam is deels aangespannen, benen gestrekt niet naast elkaar	Lichaam is niet aangespannen, benen gebogen, buik vooruit
Draaien	Maakt meerdere halve draaien in en uit op het dodepunt en gaat steeds ruimer zwaaien. Benen zijn bij elkaar	Maakt 2 halve draaien in en uit op het dodepunt. Zwaai blijft gelijk, maar benen zijn nog soms uit elkaar	Maakt 1 halve draai in en uit op of vlakbij het dodepunt, zwaai wordt verstoord	Halve draai lukt niet of nauwelijks, schopt met benen om te draaien
Stoppen	Sleept altijd en gelijkmatig tot stilstand	Sleept altijd tot stilstand, maar is niet gelijkmatig	Sleept vaak tot stilstand, maar is niet gelijkmatig	Sleept niet of nauwelijks, loopt te vroeg uit of laat los
Veiligheid	Houdt zich aan de veiligheidsregels, heeft de aandacht volledig bij het ringzwaaien en wijst anderen op veiligheid	Houdt zich aan de veiligheidsregels en heeft de aandacht volledig bij het ringzwaaien	Houdt zich aan de veiligheidsregels en heeft de aandacht meestal bij het ringzwaaien	Houdt zich niet aan de veiligheidsregels en heeft de aandacht niet bij het ringzwaaien