

Examenformulier Ab2

(apr.2021)

Kandidaat.....	Mail adres.....
Boot : Positie:.....	Examinator.
Datum:	Handtekening.....

Onderdelen van het examen**Beoordeling**

G=goed, O= onvoldoende, N= niet gepraktiseerd	G/O/N
1. Check voor vertrek (onder andere veiligheid en zichtbaarheid borgen)	
2. Zelfstandig voetenbord afstellen op het water (niet aan het vlot)	
3. Gelijkmatic en koersvast roeien, met voldoende snelheid	
4. Roeien in correct ritme (haal korter van duur dan de recover)	
5. Regelmaat / gelijkheid in roeibewegingsvolgorde: a. correcte wegzet b. correct inbuigen c. beheerst oprijden d. correcte handlevoering e. correcte inpik f. correcte koppeling van benen, rug en armen g. correcte doorhaal	
6. Gelijke in- en uitpik	
7a. Halend kunnen aanleggen, rekening houdend met wind en stroom.	
7b. Strijkend kunnen aanleggen, rekening houdend met wind en stroom.	
8. Met de buitenhand trekken; met de binnenhand draaien	
9. Kleding (shirt of turtle) kunnen uittrekken en weer aantrekken	
10. Redelijk watervrij kunnen roeien	
11. Zonder onderbreking kunnen omkijken om de 5 halen	
12. Evaluatie met elkaar	

Toelichting:

- Doel: zo effectief en veilig roeien dat je op de IJssel kunt varen.
- Voordat een kandidaat voor een examen opgaat, dient zijn/haar instructeur zich ervan te overtuigen dat de kandidaat toe is aan het examen.
- Alle kandidaten krijgen aan het begin van het examen van de examinerator een korte toelichting over de indeling van het examen: in welke volgorde gaan de kandidaten het water op en welke route varen zij. De vaardigheden die de kandidaat dient te tonen om een beoordeling mogelijk te maken worden bekend verondersteld. Deze vaardigheden staan op het examenformulier.
- Elke kandidaat geeft het ingevulde examenformulier (met naam) aan een examinerator op het vlot. Die bepaalt of het examen begint en geeft dan specifieke instructies (wat moet je laten zien) voor het betreffende examen. Aan de hand van het formulier wordt je bevoegdheid in het afschrijfsysteem bijgewerkt, althans als je slaagt. Er zijn altijd meerdere examineratoren, dus er worden meerdere examens tegelijkertijd afgenomen.
- Na vertrek van het vlot roeit de roei-kandidaat voorlangs het botenhuis in noordelijke richting en vaart aan stuurboord terug tot aan de havenmond. Een A2-kandidaat laat zien roeiend te kunnen sturen en koers te houden, en de boot onder controle te hebben.
- De A2 kandidaat roeit voor het vlot en krijgt daar instructies voor een tweede ronde. Daarna legt de A2-kandidaat (in de regel) aan. De examinerator kan vragen dit halend dan wel strijkend te doen en/of aan een specifieke kant van het vlot.
- Een examen neemt circa een kwartier in beslag en dat bepaalt wanneer een volgende kandidaat gereed moet staan.
- Bij het aanleggen geeft de examinerator aan of de kandidaat wel of niet geslaagd is.
- Examinerator geeft per onderdeel aan of de kandidaat op dat onderdeel "goed", dat wil zeggen overtuigend (G), "niet voldoende" (O) presteert dan wel of betreffend onderdeel tijdens de outing niet gepraktiseerd is (N).
- Bij onvoldoende steeds verbeter- / aandachtspunten aangeven.