

***Provinziales Ausbildungsinstitut für Bedienstete der
Sicherheits- und Rettungsdienste (IPFASSU)***



ORGANISATION DER ZUSATZPRÜFUNG

Sportprüfungen

Die Sportprüfungen werden mit insgesamt **30 Punkten** bewertet.

A) KLIMMZÜGE

Der Bewerber hängt mit ausgestreckten Armen und nach innen gedrehten Händen (Daumen nach innen) an der Stange. Die Stange ist so angebracht, dass die Füße den Boden nicht berühren. Auf ein Signal hin muss er mit der Stirn die Stange berühren und in die Ausgangsposition zurückkehren, mit gestreckten Armen. Während der Übung darf der Bewerber die Stange nicht loslassen und die Füße dürfen den Boden nicht berühren.

Der Bewerber muss innerhalb einer Minute so viele Klimmzüge wie möglich ausführen.

Die Bewerberin muss einen Klimmzug ausführen und das Kinn maximal 20 Sekunden lang über der Stange halten.

Die folgenden Tabellen zeigen die Vergabe der Punkte in Abhängigkeit von der Anzahl der ausgeführten Bewegungen (X) und die Vergabe der Punkte in Abhängigkeit von der Haltezeit (t).

Bewertung Männer

$X < 2$	0
$2 \leq X < 4$	1
$4 \leq X < 6$	2
$6 \leq X < 8$	3
$8 \leq X < 10$	4

Bewertung Frauen

$t < 5$ s	0
$5 \text{ s} \leq t < 10$ s	1
$10 \text{ s} \leq t < 15$ s	2
$15 \text{ s} \leq t < 20$ s	3
$20 \text{ s} = t$	4

B) KLETTERN

Der Bewerber stellt sich hinter die Startlinie, die sich 1 m vom Balken entfernt befindet. Dieser ist in einer Höhe von 1,60 m angebracht. Der Bewerber läuft zum Balken und klettert über diesen, läuft dann bis zum Kegel in 7,50 m Entfernung, läuft erneut zum Balken, klettert ein zweites Mal über ihn und überquert anschließend die Startlinie.

Der Bewerber führt diese Übung so schnell wie möglich aus.

Die folgende Tabelle zeigt die je nach Zeit (t) vergebenen Punkte:

Zeit

$t > 60$ s	0
$60 \text{ s} \geq t > 28$ s	1
$28 \text{ s} \geq t > 15$ s ...	2
$15 \text{ s} \geq t > 12$ s ...	3
$t \leq 12$ s	4

C) GLEICHGEWICHT

Der Bewerber steigt über die Leiter auf den Balken. Der Balken befindet sich in einer Höhe von 1,6 m und hat eine Breite von 7 bis 10 cm. Anschließend geht er 3 m auf dem Balken, dreht sich um (180°) ohne sich abzustützen und geht weitere 3 m vorwärts.

Die Hände des Bewerbers müssen während der Bewegung völlig frei sein und er darf sich nicht am Balken abstützen.

Der Bewerber führt diese Übung so schnell wie möglich aus.

Falls er vom Balken fällt, hat der Bewerber Anspruch auf einen zweiten Versuch, sofern dieser innerhalb der vorgegebenen Zeit durchgeführt wird.

Die folgende Tabelle zeigt die je nach Zeit (t) vergebenen Punkte:

Zeit

t > 60 s -1

60 s ≥ **t** > 52 s 0

52 s ≥ **t** > 34 s 1

34 s ≥ **t** > 27 s 2

27 s ≥ **t** > 21 s 3

t ≤ 21 s 4

D) SHUTTLE-RUN:

Start in Bauchlage hinter der Startlinie, die Ellbogen auf dem Boden;

Auf das Signal hin zu einer 10 m von der Startlinie entfernten Linie laufen, dort ein „Shuttle“ (kleines, zylinderförmiges Teil) aufheben, das auf einem 30 cm x 30 cm großen Brett liegt, zurücklaufen und das „Shuttle“ hinter der Startlinie auf einem 30 cm x 30 cm großen Brett ablegen; das zweite „Shuttle“ holen und es zurückbringen, um es auf das Brett zu legen;

Die Stoppuhr wird gestoppt, sobald das zweite „Shuttle“ auf dem Brett hinter der Startlinie abgelegt wurde.

Zeit (Sek.)	+ als 15	15	14	13,5	13	12,5	12	11,5	11	10,5	10 und -
Punkte	0	0.5	1	1.5	2	2.5	3	3.5	4	4.5	5

E) LIEGESTÜTZEN

Der Bewerber beginnt in Bauchlage, die Handflächen unterhalb der Schultern zum Boden gerichtet, Daumen vollständig ausgestreckt und Daumenspitzen gegen die Schultern gedrückt. Die Füße sind geschlossen und der Körper bildet eine Planke: Knöchel – Knie – Becken in einer Linie.

Aus dieser Position beugt der Bewerber die Arme um 90° und streckt sie dann wieder: Diese Bewegung stellt eine Liegestütze dar.

Es werden nur korrekt ausgeführte Bewegungen gezählt. Unvollständige Bewegungen zählen nicht. Der Bewerber führt diese Übung innerhalb einer Minute so oft wie möglich aus.

Die folgende Tabelle zeigt die Anzahl der Punkte, die je nach Anzahl der ausgeführten Bewegungen (X) vergeben werden:

Bewegung

$10 \leq X$ -1

$10 < X \leq 12$ 0

$12 < X \leq 15$ 1

$15 < X \leq 20$ 2

$20 < X \leq 25$ 3

$X \geq 30$ 4

F) EINE PLANE SCHLEPPEN

Der Bewerber stellt sich hinter die Startlinie. Er greift die Plane, auf der Sandsäcke liegen und die insgesamt 60 Kilogramm wiegt, zieht sie über eine glatte Fläche 15 Meter weit (bis hinter die Ziellinie) und kehrt mit der Plane hinter die Startlinie zurück. Er achtet darauf, die Plane immer über die Linie hinauszuziehen.

Der Bewerber führt diese Übung so schnell wie möglich aus.

Die folgende Tabelle zeigt die je nach Zeit (t) vergebenen Punkte:

Zeit

$60 \text{ s} \geq t > 33 \text{ s}$ -1

$33 \text{ s} \geq t > 31 \text{ s}$ 0

$31 \text{ s} \geq t > 27 \text{ s}$ 1

$27 \text{ s} \geq t > 23 \text{ s}$ 2

$23 \text{ s} \geq t > 20 \text{ s}$ 3

$t \leq 20 \text{ s}$ 4

G) Treppensteigen

Der Bewerber steigt so schnell wie möglich die Treppe hinauf, Stufe für Stufe, immer mit einem Fuß pro Stufe. Die Hände müssen frei bleiben, der Bewerber darf sich nicht am Geländer festhalten.

Die Übung wird auf Stufen mit einer Höhe zwischen 15 und 19 Zentimetern durchgeführt, wobei die Anzahl der Stufen gezählt wird, bis der Anwärter 22 Meter und 60 Zentimeter erreicht hat:

119 Stufen für 19 cm;

der Bewerber führt diese Übung in maximal 57 Sekunden durch.

57 Sekunden

5 Punkte

Mehr als 57 Sekunden

0 Punkte

Mündliche Prüfung

Die mündliche Prüfung besteht aus einem Einzelgespräch mit dem Bewerber bzw. der Bewerberin, um dessen bzw. deren Motivation zu beurteilen. Dieses Gespräch findet in Anwesenheit einer Jury statt, die sich wie folgt zusammensetzt:

- dem Direktor-Koordinator der Feuerweherschule;
- dem Koordinator der Kadettenschule;
- einem von der Feuerweherschule benannten Sachverständigen;

Diese Prüfung wird mit maximal **45 Punkten** bewertet.

Voraussetzungen für das Bestehen der Zusatzprüfungen:

Um die Sportprüfungen und die mündliche Prüfung zu bestehen, muss der Bewerber bzw. die Bewerberin **50 % der Punkte erreichen**.

Einstufung und Auswahl der Bewerber

Die Bewerber, die die Sportprüfungen und die mündliche Prüfung bestanden haben, werden **entsprechend der Gesamtpunktzahl (von insgesamt 75 Punkten) in eine Rangliste eingeordnet**.

Da die Zahl der Bewerber, die in die Schule aufgenommen werden, auf 12 Bewerber pro Sektion begrenzt ist, werden nur die 12 Bestplatzierten einer Sektion zur Teilnahme an der dort angebotenen Ausbildung zugelassen.

In der Reihenfolge ihrer erzielten Punkte können die Bewerber, die nicht in die Sektion ihrer ersten Wahl aufgenommen wurden – je nach den angegebenen weiteren Wahlmöglichkeiten –, eine andere Sektion wählen, deren maximale Teilnehmerzahl noch nicht erreicht ist.