



# Auswahlverfahren

## Ausbildung zum/zur Notfallsanitäter\*in

Das gesamte Auswahlverfahren besteht aus den folgenden Stufen:

- Sporttest & Personenrettung (Stufe 1)
- Online-Eignungstest (Stufe 2)
- Auswahlgespräch (Stufe 3)

### **Sporttest & Personenrettung (Stufe 1)**

Der Sporttest gliedert sich in folgende Übungen:

#### ➤ **Lauf-Übung (Sportplatz)**

- ✓ 3.000 Meter-Lauf

Zeitvorgabe: maximal 17 Minuten

Für die Übung gibt es einen Wertungsdurchgang.

#### ➤ **Hallen-Übungen (Sporthalle)**

- ✓ Einbeinstand<sup>1</sup>

Jeweils mit dem linken und rechten Bein wird ein Einbeinstand ausgeführt. Dabei darf Spielbein in der Luft beliebig gehalten, allerdings nicht abgesetzt werden. In den ersten 15 Sekunden bleiben die Augen geöffnet, danach werden die Augen für weitere 15 Sekunden geschlossen.

Zeitvorgabe: keine

- ✓ Liegestütz<sup>1</sup>

Auf Kommando bei gestreckter Haltung den Körper absenken (Dauer: 2 Sekunden) bis der Ellenbogenwinkel 90 Grad beträgt. Auf Kommando die Arme bis zur Ausgangsposition wieder strecken (Dauer: 2 Sekunden). Es müssen mindestens 12 Liegestützen absolviert werden.

Zeitvorgabe: keine

✓ Wechselsprünge<sup>1</sup>

Beidbeiniges, seitliches Überspringen einer ca. 30 cm hohen Stange, die horizontal auf zwei Pylonen aufliegt. Es müssen mindestens 42 Wechselsprünge absolviert werden.

Zeitvorgabe: maximal 30 Sekunden

✓ Kombiübung – Kniebeugen und Hindernislauf<sup>1</sup>

Es müssen 10 Kniebeugen (ca. 90 Grad Beugung im Kniegelenk) mit ca. 10 kg Gewicht in jeweils der linken und rechten Hand absolviert werden. Nach Beendigung der letzten Kniebeuge beginnt sofort der Hindernislauf mit den Gewichten in den Händen. Der Hindernislauf verläuft über eine Länge von 26 Metern. Auf dem Weg befinden sich drei Hindernisse

1. Kastenteil auf- und absteigen
2. 33 cm Hürde übersteigen
3. 130 cm Hindernis unterlaufen

Die Hindernisstangen dürfen nicht herunterfallen.

Zeitvorgabe: <= 20 Sekunden

➤ **Personenrettung im Team (2 Personen)**<sup>1</sup>

Eine Übungspuppe mit einem Gewicht von 75 kg muss auf eine Trage aufgeladen und darauf angeschnallt werden. Sodann ist die Übungspuppe auf der Trage über eine Strecke von 20 Metern so zu transportieren, dass die Übungspuppe nicht verrutscht und/oder von der Trage fällt. Auf der Strecke ist ein Hindernis von 50 cm zu überwinden

Zeitvorgabe: keine

<sup>1</sup> Bei Nichterreichen der Mindestanforderung kann ein Wiederholungsdurchgang erfolgen.

## Durchführungshinweise

Grundsätzlich beginnt der Test mit der Übung (Laufübung) im Außenbereich. Aufgrund witterungsbedingter Einflüsse (beispielsweise Hitze, Starkregen, Schneefall etc.) kann es kurzfristig zu Änderungen hinsichtlich der Durchführung (Änderung der Reihenfolge oder andere erforderliche Anpassungen) der Übungen kommen. Hierzu werden Sie vor Ort und vor Beginn der Übung(en) entsprechend in Kenntnis gesetzt.

Informieren Sie sich bitte kurz vor dem Termin des Sporttests in entsprechenden Medien über die zu erwartende Wetterlage und planen Sie Ihre individuelle und optimale Ausrüstung (Kleidung und Sportschuhe) für den Außenbereich entsprechend ein.

Für die Durchführung der Übungen in der Sporthalle ist eine saubere Ausrüstung (Kleidung und Sportschuhe) zu nutzen.

Die Reihenfolge der Hallen-Übungen kann von der o.g. Reihenfolge abweichen.

Getränke und Verpflegung werden während des Sporttests nicht gestellt. Das Mitbringen von Getränken (z.B. Apfelsaftschorle) zum Ausgleich des Wasser- und Elektrolythaushaltes wird, neben einer guten kalorischen Versorgung (Frühstück), dringend empfohlen.

Das Rauchen ist auf dem gesamten (Sport-)Gelände des Gymnasiums Kerpen untersagt.

Parkplätze stehen im näheren Umfeld zur Verfügung. Das Parken auf dem Gelände des Gymnasiums Kerpen oder der Feuer- und Rettungswache Kerpen ist nicht möglich.

In der Sporthalle sowie im Hallenbad stehen Umkleide- und Sanitärräume zur Verfügung. Die Umkleideräume sind unbewacht, sodass keine Haftung für mitgebrachte Gegenstände durch die Kolpingstadt Kerpen übernommen wird.

### **Online-Eignungstest (Stufe 2)**

Der Online-Eignungstest ist ein speziell für den Ausbildungsberuf konzipierter Test, der eine Vielzahl von Eignungsmerkmalen aus den Bereichen Leistung und Intelligenz, Berufsmotivation sowie den persönlichen, sozialen und methodischen Kompetenzen umfasst.

### **Auswahlgespräch (Stufe 3)**

Das Auswahlgespräch wird als Einzelgespräch durchgeführt und dient als letzte Instanz des Auswahlverfahrens der Ergebnisfindung für die Vergabe der Ausbildungsplätze. Nähere Informationen über die Ausgestaltung des Auswahlgesprächs erhalten Sie mit der Einladung.