

## Toelichting Landelijk Instroominstrument Publieke Veiligheid

Om een eenduidig beleid te voeren over de toelating tot de opleidingen Handhaving, Toezicht en Veiligheid en Particuliere Beveiliging, is er besloten om een landelijk instroominstrument te implementeren. Het instrument is een sporttest, die ingaat op de volgende fysieke onderdelen:

- Uithoudingsvermogen
- Kracht
  - Spierspanning
  - Spierkracht
  - Spieruithoudingsvermogen
- Bewegingskwaliteit
  - Flexibiliteit
  - Balans
  - Coördinatie

De test bestaat uit een zestal oefeningen die achtereenvolgens moeten worden uitgevoerd:

1. Coopertest (12 minutenloop)
2. Eén minuut over een kast heen en weer
3. Eén minuut sit-ups
4. Eén minuut ballen verplaatsen
5. Eén minuut push-ups
6. Eén minuut jumping-jacks

Het doel van de Coopertest is om zoveel mogelijk meters af te leggen in 12 minuten tijd. Het doel van de overige oefeningen is om zoveel mogelijk herhalingen in één minuut af te leggen.

Eisen heren:

Oefening	Voldoende
Coopertest	2300 meter
Kast	20 herhalingen
Sit-ups	25 herhalingen
Ballen verplaatsen	25 herhalingen
Push-ups	20 herhalingen
Jumping-Jacks	60 herhalingen

Eisen dames:

Oefening	Voldoende
Coopertest	1800 meter
Kast	15 herhalingen
Sit-ups	20 herhalingen
Ballen verplaatsen	20 herhalingen
Push-ups	10 herhalingen
Jumping-Jacks	55 herhalingen

Bovenstaande eisen geven een beeld van de fysieke gesteldheid, die past bij het beroepsbeeld van handhaver of beveiliging. Uit de test zal blijken of jij op dit moment op het gewenste niveau zit.

Voldoe je voor alle oefeningen aan de eisen, dan wordt de fysieke toelatingstest afgerond met een voldoende. Voldoe je nog niet aan één of meer eisen, dan zijn er twee opties:

**Optie 1:**

De opleiding zal inschatten of het mogelijk is om jou, binnen de gestelde lestijd van het schooljaar, alsnog te laten voldoen aan de genoemde eisen. In dit geval rond je de toelatingstest met een voldoende af. De sportlessen op school zullen zo ingedeeld worden dat je zo snel mogelijk aan alle eisen voldoet.

**Optie 2:**

De opleiding ziet (nog) geen mogelijkheid om jou binnen de gestelde lestijd van het schooljaar, te laten voldoen aan de genoemde eisen. In dit geval rond je de toelatingstest met een onvoldoende af. Je zal dan worden uitgenodigd voor een herintake. Het is dan aan jou om hard te trainen, zodat je in de herkansing wel voldoet aan de eisen. Mocht je in de herintake ook niet voldoen aan de eisen, krijg je een negatief advies bij de plaatsing voor de opleiding.

Naast de fysieke test, bestaat de toelatingstest ook uit een intakegesprek. Als je de fysieke test en het intakegesprek met positief gevolg hebt afgerond, krijg je een positief advies bij de plaatsing voor de opleiding.