

Fysieke Vaardigheids Toets

Uitvoeringsregels

Januari 2009

Algemeen

De map met beschrijving en instructie van de Fysieke Vaardigheids Toets is al ruim 2 jaar bij de diverse ibt/toetscentra aanwezig. Iedereen heeft de gelegenheid gehad om op de inhoud te reageren. In de loop van 2008 zijn enkele aanpassingen gedaan naar aanleiding van deze reacties. De uitvoeringwijze/technieken staan uitvoerig vermeld. De aanpassingen naar aanleiding van het TNO onderzoek, eind 2008 zijn verwerkt.

Tijdens een expertmeeting op 30 januari 2009 heeft men de volgende standpunten ingenomen:

Iedereen is het eens met de opmerking dat qua veiligheid er ergens een grens moet worden getrokken. VEILIGHEID is het belangrijkste.

Wij zijn nu in de fase van het kennismaken met de toetsen. Nu wordt de techniek getraind, het is nog lang naar 2012. Maar er moet wel een basis zijn. Dat betekent goede technische ondersteuning en er rustig naar toe werken. Het woord 'sanctie' zo weinig mogelijk gebruiken. Werken aan cultuuromslag.

Tevens zijn tijdens deze meeting de uitvoeringsregels vastgesteld. Deze zijn ter ondersteuning van hetgeen in de uitvoeringsmap is beschreven. Op de hierna volgende pagina's staan deze uitvoeringsregels uitgewerkt

Hierna volgt een verslag van de aanvullende afspraken die op 30 januari 2009 met alle aanwezige docenten/toetsafnemers zijn gemaakt over de uitvoering van de diverse onderdelen binnen de FVT.



fit & gezond

Techniek kast breedte

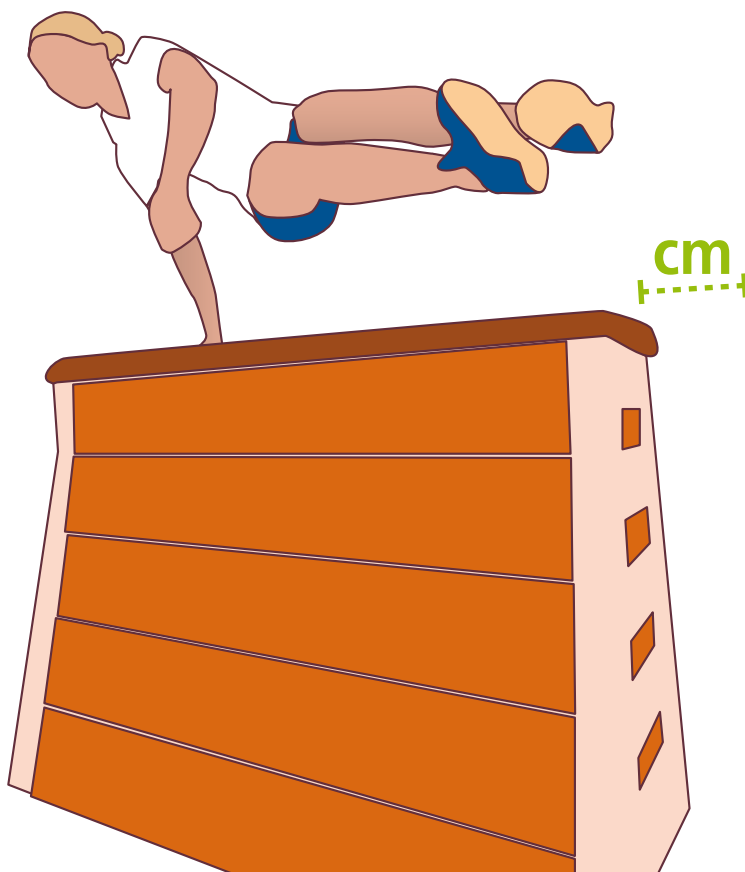
Vragen/opmerkingen

Dilemma: één keer voeten buiten kast, dan toch laten doorgaan?

- Van te voren goed uitleggen: wat kan en wat kan niet. Een mens is geen machine! En een klein foutje bij dit onderdeel moet kunnen. Wel waarschuwen.
- Behalve een goede uitleg kun je ook één waarschuwing geven bij een foute techniek of een gele kaart, secondeaftrek. Gele kaart of aftrek vindt geen aanhang.
- Algemeen het gevoel dat het geen afstraffing moet zijn. Je moet positief coachen. Je wilt mensen niet demotiveren.
- Algemeen is het gevoel dat de intentie om over de kast te komen moet meetellen in het oordeel.
- Landen op de kast met de bil mag, maar zorg dat benen over de kast gaan.

Consensus

- Veiligheid staat op nummer 1.
- Instructies van map volgen, niet met de centimeter naast de kast staan om te meten of de benen wel nauwkeurig over de kast gaan en niet ernaast.



fit & gezond

Techniek banken

Vragen/opmerkingen

Minimaal een voet tussen de banken in en GEEN voet op de bank.

Voeten op de bank, wat doe je dan?

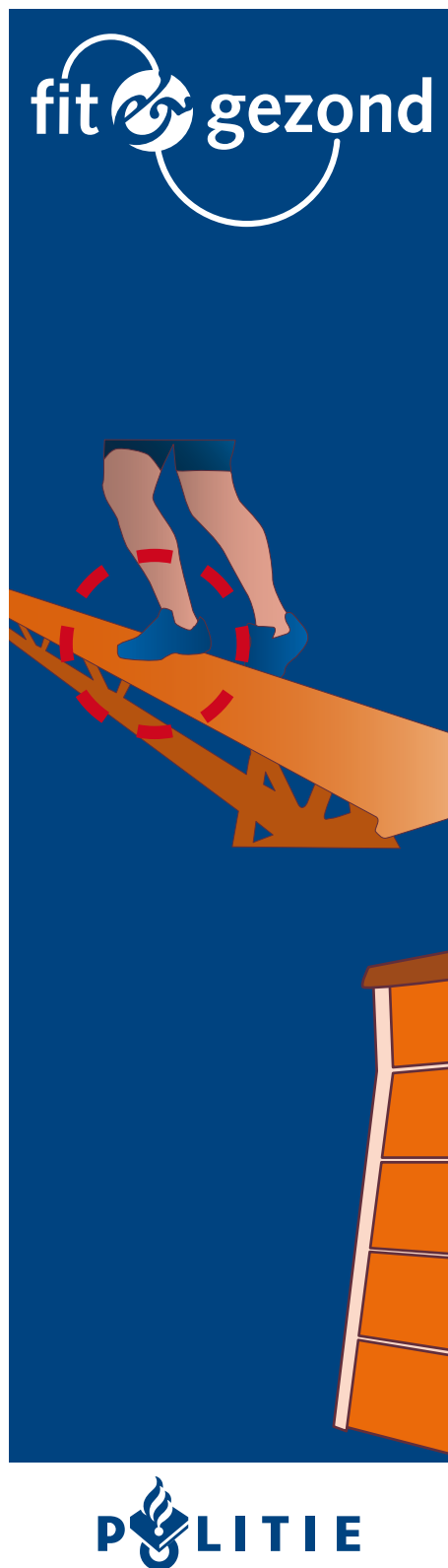
- Goed uitleggen wat de bedoeling is, daarna nog niet goed dan ongeldige poging!

Of mag de instructeur op dit gebied meer vrijheid nemen?

- In dit geval niet. Kijk naar de instructies. Nieuwe poging moet, maar tijd loopt door.
- Wanneer de kandidaat niet reageert op een correctie van de toetsafnemer dan is poging van de volledige toets ongeldig!

Consensus

- Banken niet aanraken, minimaal één stap tussen de banken.



Kar duwen/trekken

Vragen/opmerkingen

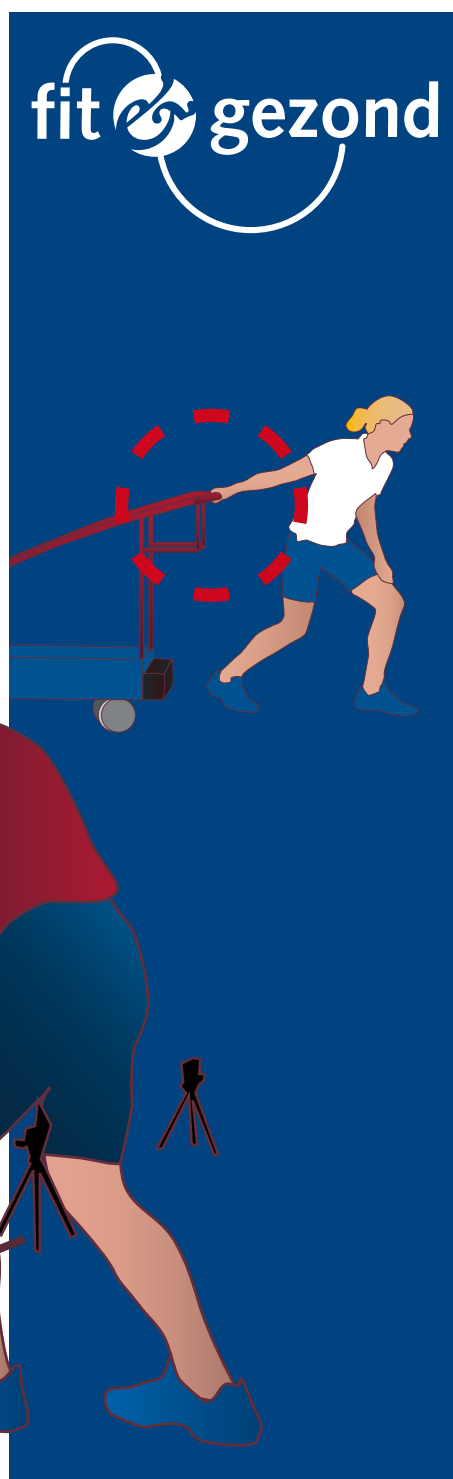
Mag je de kar loslaten voor deze stil staat?

Gaat het bij het stil zetten om de achterwielen of de geel/zwarte balk?

- Aantal vindt dat de uitvoering vrij moet zijn, als de deelnemers maar bewegen.

Consensus

- Techniek hanteren volgens de instructies, dus ook met twee handen vasthouden totdat de kar stilstaat en de kar duwen en trekken met twee handen.
- Kar stil zetten als de geel/zwarte balk gelijk met de lijn staat.
- Verder volgens de regels in de instructiemap werken. (maatregelen bij overtreding)



Medicine ballen

Vragen/opmerkingen

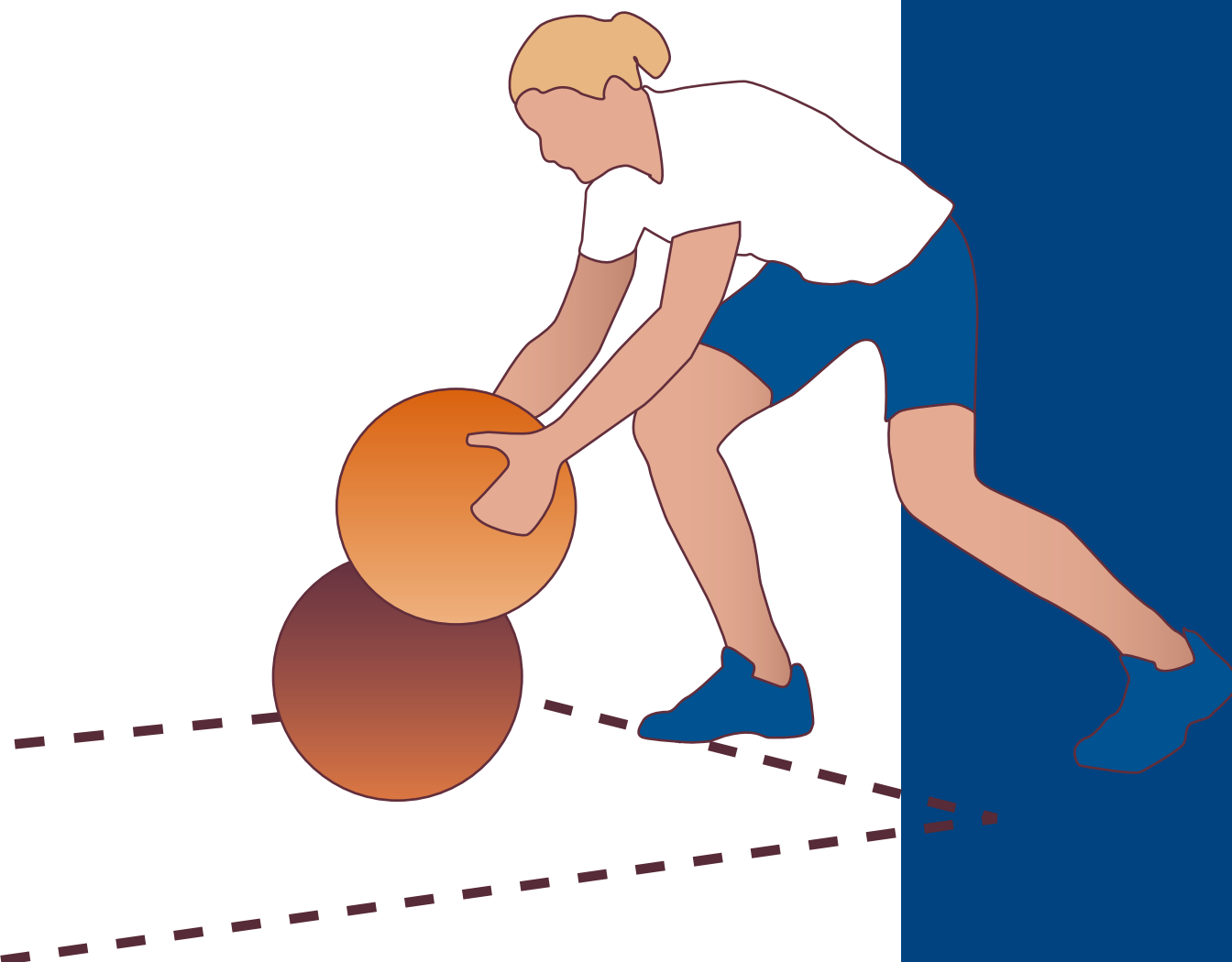
- Vooraf de opmerking dat de matten op advies weggehaald zijn i.v.m. kans op blessures, zoals enkelblessure en piekbelasting voor de rug.

Mag de bal met één of twee handen in het vak geplaatst worden?

Consensus

- Bal mag met zowel één als twee handen in vak geplaatst worden.
- Goed zichtbare stippellijn gebruiken om vak af te bakenen.
- Rolt de bal desondanks uit het vak, dan zijn de maatregelen te lezen in de instructiemap

fit & gezond



Techniek kast lengte

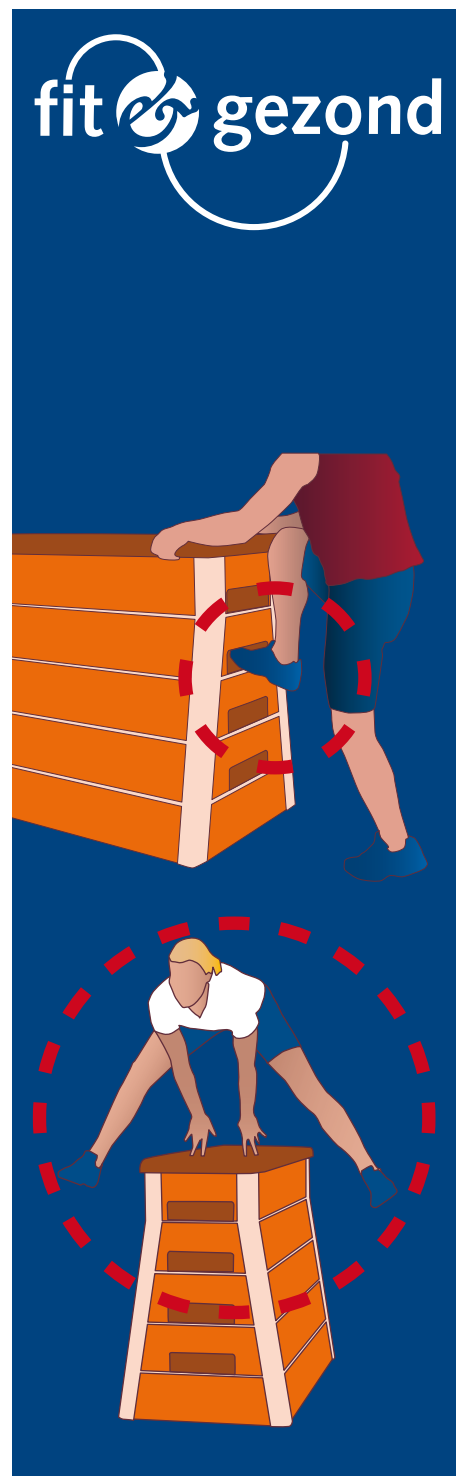
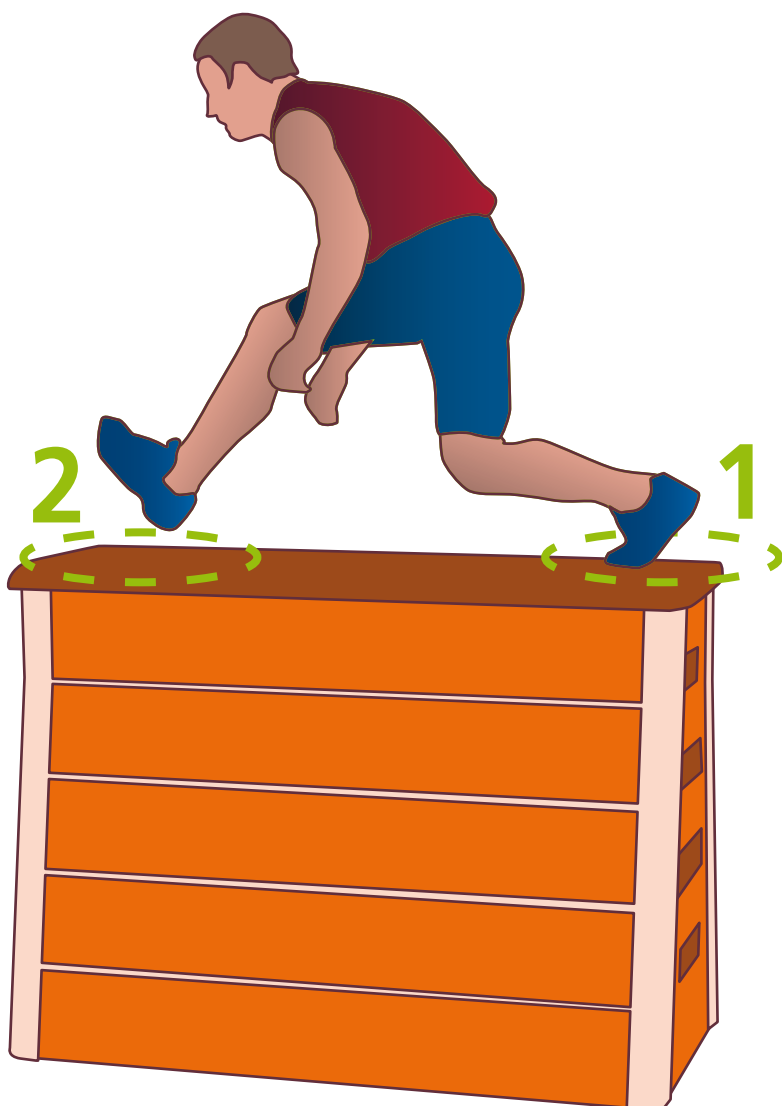
Vragen/opmerkingen

Mogen de voeten in de openingen van de kast worden geplaatst?

- Nee, er wordt informatie verzameld hoe de openingen in de kast eenvoudig te dichtten. Afdekken met plank.
- Vanuit het project wordt onderzocht welke systemen inmiddels worden gehanteerd en doet een voorstel.
- Het landen kent risico's, dus belangrijk om goede landingstechniek aan te leren. Geen mat!

Consensus

- Geen spreidsprong. (zie map)
- Geen voeten in de kast, openingen dichtten. (zie map)
- Een voet tegen de kast bij springen is akkoord.
- Schuiven over de kast of met 1 stap overbruggen wordt niet toegestaan.
- Het is verplicht om in het kader van veiligheid 2 stappen op de kast te plaatsen.



Pop verplaatsen

Vragen/opmerkingen

- Het onderdeel pop verplaatsen is uit de tijd gehaald. Door de tijdsdruk weg te halen, kan nu gelet worden op het secuur verslepen en neerleggen van de pop.
- De criteria waaraan het verplaatsen van de pop moet voldoen staan in de beschrijving/instructie van het parcours uitgewerkt.

Consensus

- Pop niet bij hoofd pakken tijdens het slepen, maar bij het oppakken (in stelling brengen) is het toegestaan
- Elke okselgreep is in principe goed.
- Het is geen specifieke EHBO handeling, maar een praktische fysieke handeling.



fit & gezond

POLITIE