



HINWEISE ZUR VORBEREITUNG

AUF DEN TESTTAG A

Das Auswahlverfahren besteht aus **zwei Testtagen**, die direkt aufeinanderfolgend durchgeführt werden. Wir versuchen die von Dir in der Onlinebewerbung angegebenen Termine zu berücksichtigen.

Der **Auswahltag A** besteht aus den psychologischen Tests am Computer sowie dem Sporttest. Für beide Testteile ist eine gezielte Vorbereitung möglich und empfehlenswert.

1. Psychologische Tests („PC-Test“, Dauer ca. 4,5 Stunden)

Dieser Testteil umfasst insgesamt **12 Testbausteine**.

Dabei zielen die ersten 10 Aufgabengruppen auf verschiedene **Intelligenz- bzw. kognitive Leistungsmerkmale** ab, die für den Polizeiberuf wichtig sind:

- zwei Testbausteine zur Erfassung der Sprach- bzw. Schreibfertigkeiten
 - *Rechtschreibtest (Lückentext)*
 - *Sprachverständnistest*

Im Rechtschreib- und Sprachverständnistest kommt es insbesondere auf die Groß- und Kleinschreibung, Getrennt- und Zusammenschreibung, Dehnung und Schärfung, S-Laute, Zeichensetzung sowie Grammatik an.

- ein Testbaustein zur Erfassung der Arbeitsgeschwindigkeit und Genauigkeit
 - *Konzentrationstest*
- sechs Testbausteine zum schlussfolgernden Denken, zu mathematischen Fähigkeiten und zum räumlichen Denken
 - *Analogien*
 - *Syllogismen*
 - *Zahlenreihen*
 - *Rechenaufgaben*

- *Figurenkombinationen*
- *Räumliche Modelle*

Bezüglich der Rechenaufgaben ist uns die Kenntnis grundlegender Rechenfertigkeiten wichtig (nicht „höherer Mathematik“). Dazu zählen u. a. Punkt- und Strichrechnung, positive und negative Zahlen, Bruchrechnung, Dezimalrechnung, Auflösung einfacher Gleichungen, einfache Potenz- und Wurzelrechnung.

- ein Testbaustein zur Langzeitmerkfähigkeit
 - *Merkaufgaben*

Zwei weitere Aufgabengruppen zielen u. a. auf die **allgemeine Sozialkompetenz, soziales Problemlösen und die Selbstreflexion** über die eigene Person ab – beides ist für den Polizeiberuf essentiell:

- ein Testbaustein mit konkreten polizeilichen Sachverhalten
 - *polizeiliche Situationen*
- ein Testbaustein mit allgemeinen Fragen zur Selbstreflexion
 - *Fragen zur Selbsteinschätzung*

Deine Vorbereitung auf die psychologischen Tests

Wer gut aufgestellt in den Auswahltest gehen möchte, kann sich mit Hilfe einschlägiger Literatur gezielt vorbereiten. Wertvolle Tipps finden sich beispielsweise in folgenden Büchern, Bibliotheken und Internetseiten:

- Guth, K. & Mery, M. (2. Auflage; 2020): Der Einstellungstest / Eignungstest zur Ausbildung bei der Polizei. Offenbach: Ausbildungspark Verlag
- Guth, K., Mery, M. (2. Auflage; 2019) Die Bewerbung zur Ausbildung bei Polizei und Zoll. Offenbach: Ausbildungspark Verlag
- Hesse, J. & Schrader, H.C.: (2018) Testtraining 2000plus. Hallbergmoos: Starkverlag
- Hesse, J. & Schrader, H.C.: Testtraining Polizei, Feuerwehr und Bundeswehr. Hallbergmoos: Starkverlag
- Hesse, J. & Schrader, H.C.: (2014) Die 100 wichtigsten Tipps zum Assessment Center: Hallbergmoos: Starkverlag

- e-Trainer: Online-Testtraining für den Einstellungstest / Eignungstest - Ausbildungspark Verlag
- Eignungstests Hesse/Schrader: Testtraining (der-eignungstest.de)
- Schulbibliothek oder öffentliche Bibliothek (Arbeitsblätter und Bücher für den Sprach- und Rechtschreibtest, Mathematik)
- Nutzung von Suchmaschinen (z.B. Google etc.) für kostenneutrale Angebote (Stichwort: Syllogismen, Analogien)

2. Sporttest (Dauer ca. 1,5 Stunden)

Abgeprüft werden allgemeine sportliche Fähigkeiten wie Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit und Koordination mit folgenden drei Testbausteinen:

- Klimmzughang
- Standweitsprung
- 12-Minuten-Lauf („Cooper-Test“)

In diesen Disziplinen müssen folgende Mindestanforderungen erfüllt werden:

Disziplin	Geschlecht	Mindestanforderung
Klimmzughang	Frauen	15 Sekunden
	Männer	40 Sekunden
Standweitsprung	Frauen	1,40 m
	Männer	1,60 m
12-Minuten-Lauf	Frauen	2100 m
	Männer	2500 m

Eine detaillierte Testbeschreibung findest Du im Dokument „Testbeschreibung Sporttest Bewerber“ unter [Download / Formulare mit Abitur Polizei \(rlp.de\)](#).

Wichtig: Deine Vorbereitung auf den Sporttest

Wir empfehlen Dir ausdrücklich, Dich auf den Sporttest mit einem bewussten und regelmäßigen Training im Vorfeld vorzubereiten!

Trainiere so lange, bis Du wenigstens die Mindestanforderungen erfüllen kannst. Bedenke, dass Deine Leistung am Auswahltag durch Aufregung und Anspannung beeinflusst wird.

Im Dokument „Testbeschreibung Sporttest Bewerber“ unter [Download / Formulare mit Abitur Polizei \(rlp.de\)](#) findest Du Tipps und Ideen zum gezielten Training der einzelnen Testbausteine.

Allgemein gilt:

- Nimm Dir im Vorfeld ausreichend Zeit für das Training.
- Überfordere Dich nicht: Dein Körper braucht eine gewisse Zeit, um Muskeln und Ausdauer aufbauen zu können.
- Achte auf ausreichende Erholung zwischen den Trainingseinheiten.
- Trainiere nur, wenn Du körperlich gesund bist (keine Infekte o. ä.).

HINWEISE ZUR VORBEREITUNG

AUF DEN TESTTAG B

Am **Auswahltag B** finden die polizeiärztliche Untersuchung und das strukturierte Interview statt.

1. Polizeiärztliche Untersuchung

Der polizeiärztliche Dienst überprüft, ob Du die gesundheitlichen Anforderungen des Polizeidienstes erfüllst. Unter anderem werden folgende Untersuchungen durchgeführt:

- Gewicht und Körpergröße
- Dokumentation vorhandener Tätowierungen
- Hörtest
- Lungenfunktionstest
- Sehtest
- Urintest
- Belastungs-EKG
- Untersuchung des Skelettsystems
- Drogenscreening

Für das Belastungs-EKG ist vor allem eine gute Grundlagenausdauer ausschlaggebend.

Bringe bitte folgende Unterlagen (ausgefüllt) zum Testtag B mit:

- Hausärztlicher Befundbericht
- Anamnesebogen Auswahluntersuchung
- Einwilligungserklärung zur laborchemischen Untersuchung auf Drogen und Medikamente
- Impfpass
- Wenn vorhanden: Befundberichte (z. B. OP-Berichte)

Die hierzu notwendigen Vordrucke zum Download sowie Informationen bezüglich der Sehleistung findest Du hier: [Download / Formulare mit Abitur Polizei \(rlp.de\)](#)

Medizinische Anfragen kannst Du richten an:

- E-Mail: PPELT.MD1@polizei.rlp.de
- Telefon: 06131/655961

2. Strukturiertes Interview

Das Auswahlverfahren endet mit einem strukturierten Interview. Du kannst in einem etwa **45-minütigen Einzelgespräch** dem Prüfungsgremium ein kurzes aber klares Bild Deiner Persönlichkeit zeichnen.

Neben *biographischen Fragen* zu Deiner Lebensgeschichte und Deiner aktuellen Lebenssituation bekommst Du auch *situative Fragen* gestellt. Bei diesen Fragen wirst Du aufgefordert, Dich in die Rolle einer Polizistin/eines Polizisten zu versetzen, die/der eine vorgegebene Situation bewältigen muss. Hier wird von Dir erwartet, dass Du Dich mit Deinem zukünftigen Beruf intensiv auseinandergesetzt hast.

Du solltest nicht nur die Leistungsfähigkeit für Deinen Wunschberuf mitbringen, sondern Dein zukünftiger Beruf sollte auch zu *Deinen Interessen und Deiner Persönlichkeit* passen. Auch das werden wir mit Dir im Interview besprechen.

Am Ende des Interviews fragen wir Dich nach Deiner präferierten Studienrichtung - Schutzpolizei oder Kriminalpolizei.

Bitte beachte jedoch, dass die tatsächliche Zuweisung zur entsprechenden Studienklasse erst am Ende des Auswahlverfahrens erfolgt.

Deine Vorbereitung auf das strukturierte Interview

Folgende Fragen kannst Du Dir selbst stellen oder mit Familie und Freunden darüber sprechen, um Dich mit den Inhalten des Interviews auseinanderzusetzen:

- Beschreibe Deine aktuelle Lebenssituation in wenigen Sätzen:
 - Was machst Du aktuell schulisch oder beruflich?
 - Wie ist Deine Familiensituation?
 - Was machst Du in Deiner Freizeit?
 - ...

- Was motiviert Dich, Polizistin oder Polizist zu werden?
- Was interessiert Dich besonders an der Arbeit einer Polizistin/eines Polizisten? Welche Themen, welche Bereiche?
- Für welche Studienrichtung interessierst Du Dich aktuell mehr? Schutzpolizei oder Kriminalpolizei?

Ergänzender Hinweis

Besonders hilfreich ist, wenn Du Dir, je nach Möglichkeit, vor dem Auswahlverfahren einen persönlichen Eindruck vom Polizeiberuf verschaffst. Dies ist möglich durch Schnupperpraktika, Bewerbertage, Bewerbungstrainings und persönliche Gespräche mit Polizeibeamtinnen und Polizeibeamten. Auf jeder Dienststelle sind Einstellungsberaterinnen und Einstellungsberater tätig, die Du jederzeit ansprechen kannst. Informationen und Kontaktdaten dazu findest Du unter folgendem Link: [Einstellungsberatung . Polizei Rheinland-Pfalz \(rlp.de\)](#)

Wir wünschen Dir viel Erfolg!