

## INSTRUCCIONES Y MEDIDAS CONCRETAS A ADOPTAR EN EL DESARROLLO DE LAS PRUEBA FÍSICO-PRACTICA RELATIVAS A LA CONVOCATORIA PARA LA PROVISIÓN DE 176 PLAZAS DE PEÓN/A LIMPIADOR/A, MEDIANTE UN SISTEMA DE CONCURSO-OPOSICIÓN EN PROMOCIÓN EXTERNA Y PLAZAS PARA LA CONFORMACIÓN DE LA BOLSA DE TRABAJO TEMPORAL

### CUESTIONES GENERALES

#### 1. Las pruebas Físico-Prácticas

Se realizarán en las instalaciones deportivas del Fontanar (Castello d'Empuries, 5, Poniente Sur, 14004 Córdoba), la prueba se realizará de forma escalonada entre las fechas del 05 al 09 de mayo del 2025 (de lunes a viernes). Cada día se realizarán tres llamamientos:

- 7:45 h
- 9:15 h
- 10:45 h

Citando al personal afectado a las horas establecidas que se informarán con la publicación de las listas definitivas resultado de la prueba teórica.

#### 2. Climatología:

Para evitar las horas centrales del día de mayor temperatura ambiente, el horario de realización de las pruebas será entre las 7:45h hasta las 14:00h

En caso de lluvia o condiciones atmosféricas adversas, el Tribunal podrá aplazar la prueba del día en que tales circunstancias se dieran, los aspirantes afectados por la cancelación de las pruebas de ese día pasarán a realizarla al día siguiente al último día de celebración de pruebas.

#### 3. Consentimiento informado.

Antes de la realización de las pruebas físico-prácticas, los/as aspirantes deberán acreditar que conocen en qué consisten los dos ejercicios a realizar, firmando un documento de consentimiento informado que culminará con la aceptación o denegación libre y voluntaria para la realización de los ejercicios.

### ACCESO, TRÁNSITO Y SALIDA EN LOS CENTROS SEDE DE LAS PRUEBAS.

#### 1. La entrada y salida de los aspirantes a las Instalaciones Deportivas del Fontanar

Se realizará de forma escalonada manteniendo tanto en el interior como en el exterior el control de acceso, se restringirán las entradas y salidas al centro según los turnos establecidos.

## 2. Equipación

Todos los aspirantes deberán acceder equipados con la vestimenta y calzado que usen en las pruebas (no está permitido el uso de zapatillas de clavos). Podrán acceder al centro con una bolsa o mochila de tamaño medio (hasta 20 litros) en la que podrán llevar la documentación y objetos personales, botella de agua.

## 3. Citación

El aspirante deberá estar presente a la hora en que se le haya citado, en el acceso a las Instalaciones Deportivas del Fontanar situado en la **Calle Padre Morales**

Allí se procederá al llamamiento individualizado y por orden alfabético, comenzará por el/la aspirante cuyo primer apellido comience por la letra "E", de conformidad con el sorteo realizado al efecto por la Comisión de Exámenes el día 05 de octubre del 2023.

Los aspirantes no presentados/as a cualquiera de las pruebas serán excluidos/as de la convocatoria.

## 4. Acreditación de acceso

El personal de control procederá a su identificación según el documento DNI o NIE correspondiente. Que debe de coincidir con el de la inscripción y siempre debe de ser un documento oficial con fotografía.

En este momento los aspirantes mostrarán y depositarán el documento de Consentimiento Informado (que deberán llevar cumplimentado) en el lugar que se les indique. Tras la identificación, cada aspirante recogerá su dorsal personal e intransferible, que deberán mantener colocado durante todo el tiempo que permanezca en el centro.

## 5. Organización de las prueba físico-práctica

Los aspirantes, organizados en grupos de 8, serán acompañados por personal de la organización hasta la zona de calentamiento, donde ocuparán el espacio que se les indique y donde podrán realizar calentamiento previo a las pruebas. Los aspirantes no podrán abandonar este espacio hasta que se les indique y seguirán en todo momento las instrucciones del personal de la organización.

Una vez realizado el calentamiento por grupos de 8 aspirantes serán dirigidos a la zona de realización de las pruebas. En el acceso a las pistas se procederá a una nueva identificación y control de dorsales.

## REALIZACIÓN DE LAS PRUEBAS.

**Jueces de las pruebas.** La realización, marcas, cumplimiento de objetivos y propuesta de exclusión de las pruebas serán atendidas por jueces federados de la Federación Andaluza de Atletismo que certificarán los resultados obtenidos por los aspirantes.

### A. Primera Prueba "Lanzamiento de balón medicinal"

El primer ejercicio consistirá en el lanzamiento estático del balón medicinal a una distancia de objetivo mínima de 6 metros para hombres y de 4,5 metros para mujeres.

El movimiento se ejecutará de pie, de frente a la línea objetivo, con el balón entre las manos por encima de la cabeza y con una distancia entre las piernas similar a la de los hombros. No estará permitido saltar ni despegar ningún pie del suelo, aunque sí estará permitido balancearse o ponerse de puntillas.

Tampoco se permitirá traspasar la línea de lanzamiento salvo indicación específica de los jueces para recoger el balón. Como medida de apoyo y fiabilidad ante posibles infracciones cometidas por los/as aspirantes durante el lanzamiento, se grabará la línea de foso donde se colocan los/las aspirantes para realizar el lanzamiento.

Cada candidato/a dispondrá de un segundo intento, si fallara en el primero para la superación de este ejercicio.

El balón tendrá un peso 3 kg para mujeres y 4 kg para hombres. La distancia se medirá entre la línea de lanzamiento y el primer punto de contacto con el suelo. Esta prueba será eliminatoria, por lo que serán excluidos/as de la convocatoria aquellos/as aspirantes que no alcancen el objetivo de 6 metros para hombres y de 4,5 metros para mujeres.

La prueba será calificada con 0,5 puntos para los/as aspirantes que alcancen o superen la distancia de objetivo mínima de 6 metros para hombres y de 4,5 metros para mujeres, pero no consigan una distancia Mejorada.

Todos/as los/as aspirantes que consigan una distancia mejorada de 6,50 metros para hombres y 5 metros para mujeres o más metros en el lanzamiento, pero no consigan una distancia de 7 metros para hombres y 5,5 metros para mujeres, serán calificados/as con 0,75 puntos.

Todos/as los/as aspirantes que consigan una distancia mejorada de 7 metros para hombres y 5,5 metros para mujeres o más metros en el lanzamiento, serán calificados/as con 1 punto.

La prueba se realizará por grupos de 8 aspirantes. Los que superen esta prueba pasarán directamente a la realización del ejercicio B, firmando previamente un documento en el que se indicará el resultado obtenido. Los candidatos que no superen la prueba serán eliminados y deberán abandonar sin demora las instalaciones, siguiendo las indicaciones del personal de control y habiendo firmado previamente un documento que acredite la no superación de ésta.

Entorpecer la prueba de otros aspirantes o una actitud reiterada que retrase o dificulte la prueba será motivo de exclusión de esta.

Una vez finalizada la prueba, el grupo de aspirantes que la hubiesen superado, será acompañado por personal de la organización, a la realización de la Segunda prueba "Carrera de 1000 metros"

## **B. Segunda Prueba "Carrera de 1.000 m"**

El ritmo de carrera dependerá de cada candidato/a estando permitido caminar o detenerse.

La salida se realizará en pie, situándose cada aspirante en calle siempre detrás de la línea de salida. Los aspirantes se situarán en la línea de salida de forma compensada, situándose en función del dorsal: el dorsal con el número menor en la calle 1, y el mayor en la calle 8, y una vez tomada la salida, cada aspirante podrá incorporarse libremente a la calle 1.

Entorpecer la carrera de otros aspirantes o una actitud reiterada que retrase o dificulte la prueba será motivo de exclusión de esta.

Esta prueba se calificará con un máximo de 1 punto. Esta puntuación máxima se alcanzará por los/as candidatos/as que realicen el recorrido en tiempo igual o inferior a 5,5 minutos para hombres y 6,5 minutos para mujeres.

Si los/as candidatos/as emplean más tiempo que el indicado en este punto anteriormente, serán penalizados por cada segundo extra con 0,0166 puntos. Los/as aspirantes que superen en 1 minuto el tiempo establecido obtendrán una puntuación de 0 puntos. Los/as candidatos/as que superen en más de 2 minutos el tiempo de referencia, 5,5 minutos para hombres y 6,5 minutos para mujeres, serán eliminados de la convocatoria.

Todos los candidatos firmarán un documento acredite el resultado obtenido en la prueba o su eliminación de la misma.

## FIN DE LAS PRUEBAS Y SALIDA DE LAS INSTALACIONES.

Las personas candidatas que no superen la primera prueba o que hayan finalizado ambas pruebas, deberán abandonar sin demora las instalaciones, siguiendo las indicaciones del personal de control.

Los/as eliminados/as serán excluidos del proceso selectivo en el momento de la no superación del ejercicio, sin perjuicio de su posterior publicación.

## PLANO DE LAS INSTALACIONES DEPORTIVAS DEL FONTANAR



<https://maps.app.goo.g/DuvwCRQEdWPF7Dzn9>