

ANEXO I
SOLICITUD DE ADMISIÓN A PRUEBAS SELECTIVAS

DATOS DE LA PLAZA / PUESTO	
SELECCIÓN:	
IDIOMA ELEGIDO	
<input type="checkbox"/> INGLÉS	<input type="checkbox"/> FRANCÉS

DATOS DEL SOLICITANTE	
PRIMER APELLIDO _____	
SEGUNDO APELLIDO _____	
NOMBRE _____	DNI _____
FECHA NACIMIENTO _____	
NACIONALIDAD	<input type="checkbox"/> ESPAÑOLA <input type="checkbox"/> OTRA (ESPECIFICAR _____)
DATOS DE NOTIFICACIÓN DEL SOLICITANTE	
CALLE _____	Nº _____ PISO _____
LOCALIDAD _____	
PROVINCIA _____	CÓDIGO POSTAL _____
Nº TELÉFONO/S _____	
CORREO ELECTRÓNICO _____	
(Autorizo expresamente la utilización de estos datos, para cualquier notificación por medios telemáticos relativa a este proceso)	

DECLARO:

1. Que conozco la Convocatoria.
2. Que, a fecha de finalización del plazo para la presentación de instancias, reúno todos y cada uno de los requisitos exigidos para el ingreso en la Función Pública y los especialmente señalados en la convocatoria específica de esta plaza, comprometiéndome a su acreditación documental antes del nombramiento.

Alcorcón, a de de

Firma:

EXCELENTÍSIMO AYUNTAMIENTO DE ALCORCÓN - Plaza de España 1 (28921 Alcorcón)

Los datos personales facilitados serán tratados para el cumplimiento de una obligación legal, o para el ejercicio de los poderes públicos que la legislación otorga al Ayuntamiento de Alcorcón. Los datos personales serán conservados durante el tiempo necesario para cumplir con la finalidad para la que se recabaron y serán tratados con confidencialidad, no realizándose más cesiones que las previstas por la normativa. Puede ejercer sus derechos en materia de protección de datos en los casos y con el alcance que establezca la normativa en cada momento. Puede contactar con el Delegado de Protección de Datos por correo electrónico protecciondatos@ayto-alcorcon.es, o por escrito presentado en el Registro municipal. La **política de Protección de Datos del Ayuntamiento de Alcorcón** está a su disposición en www.ayto-alcorcon.es



ANEXO II AUTOBAREMO

NOMBRE: APELLIDOS:
NIF:
PROCESO:

MÉRITOS PROFESIONALES

Nº (1)	PUESTO DESEMPEÑADO	EMPRESA/PARTE CONTRATANTE	Nº MESES/ AÑOS COMPLETOS	PUNTUACIÓN
PUNTUACION TOTAL MÉRITOS PROFESIONALES				

MÉRITOS FORMACIÓN/TITULACIÓN

Nº (1)	NOMBRE DEL CURSO	ORGANISMO QUE LO IMPARTE	Nº HORAS	PUNTUACIÓN
PUNTUACION TOTAL FORMACIÓN/TITULACIÓN				

(1) El/la aspirante insertará tantas líneas como sea necesario



ANEXO III
DECLARACIÓN RESPONSABLE
DE NO HABER SIDO SEPARADO DEL SERVICIO NI HALLARSE INHABILITADO

D./D^a. con D.N.I. número
....., declaro:

- que no he sido separado/a mediante expediente disciplinario del servicio de cualquiera de las administraciones públicas o de los órganos constitucionales o estatutarios de las comunidades autónomas,
- que no me hallo en inhabilitación absoluta o especial para empleos o cargos públicos por resolución judicial, para el acceso al cuerpo o escala de funcionarios, o para ejercer funciones similares a las que desempeñaban en el caso de personal laboral, en el que hubiese sido separado o inhabilitado.
- En el caso de ser nacional de otro Estado, no me hallo inhabilitado o en situación equivalente ni he sido sometido a sanción disciplinaria o equivalente que impida, en mi Estado, en los mismos términos el acceso al empleo público.

En Alcorcón, a de de

Fdo.



ANEXO IV
DECLARACIÓN JURADA

D/D^a
con D.N.I. número realizo declaración jurada en la que manifiesto,
en caso de ser nombrado/a Inspector/a del Cuerpo de Policía Municipal de Alcorcón, mi
compromiso expreso a portar el arma reglamentaria y, en su caso, a llegar a utilizarla en los
casos previstos en la Ley.

Lo que firmo en Alcorcón, a.....de.....de

Fdo.



ANEXO V

AUTORIZACIÓN PARA SOMETERSE A LAS PRUEBAS MÉDICAS QUE SE DETERMINEN PARA EL INGRESO EN EL CUERPO DE LA POLICÍA MUNICIPAL DEL AYUNTAMIENTO DE ALCORCÓN A TRAVÉS DE LA CATEGORÍA DE INSPECTOR/A.

Primer apellido:.....

Segundo apellido:.....

Nombre:.....

D.N.I.:..... Edad:.....

Autorizo por la presente al Equipo Médico designado para la realización de la prueba de reconocimiento médico, establecida en el proceso de selección para el ingreso, a través de la categoría de Inspector/a, en el Cuerpo de la Policía Local del Ayuntamiento de Alcorcón, a realizar las exploraciones médicas necesarias, así como a proceder a la extracción y analítica de sangre y orina para la determinación de los parámetros que se consideren necesarios, así como a poner en conocimiento del Tribunal de selección los resultados relativos a la causa de exclusión en el caso de que la hubiere.

Al mismo tiempo declaro que me estoy administrando la siguiente medicación:

.....
.....
.....

(Indicar el nombre comercial de los medicamentos o indicar la composición en caso de no recordarlo)

Y para que así conste firmo la presente autorización en,
a de de 20.....

Fdo.



ANEXO VI
DECLARACIÓN RESPONSABLE
EN RELACIÓN CON LA EXENCIÓN DEL PAGO DE TASAS DE EXAMEN

D./D^a. con D.N.I. número
....., declaro:

- Que tengo reconocida una discapacidad igual o superior al 33%
Debe aportarse certificado en el que figure el grado de discapacidad
- Que soy demandante de empleo durante el plazo, al menos, de un mes anterior a la fecha de esta convocatoria, y que, además, no he rechazado oferta de empleo adecuado ni me he negado a participar en acciones de promoción, formación o reconversiones profesionales, y carezco de rentas superiores en cómputo mensual, al salario mínimo interprofesional.

Deben aportarse los siguientes documentos:

- Demanda de empleo o informe de situación administrativa
- Informe negativo de rechazos
- Resolución con el importe de la prestación concedida o certificado de no percibir ninguna prestación

- Que todos los miembros de mi unidad familiar nos encontramos en situación de desempleo.

Deben aportarse los siguientes documentos:

- Libro de familia
- Demanda de empleo o informe de situación administrativa de todos y cada uno de los miembros de la unidad familiar mayores de edad

En Alcorcón, a de de

Fdo.

ANEXO VII

TEMARIO

1. La Constitución Española de 1978: Estructura y contenido. Principios constitucionales básicos. Reforma de la Constitución.
2. Derechos y deberes fundamentales de la persona en la Constitución, su defensa y garantía. El recurso de amparo constitucional. El Defensor del Pueblo. La suspensión de los derechos y libertades.
3. La Corona. Las Cortes Generales. El Gobierno y la Administración. La organización territorial del Estado en la Constitución. Las Comunidades Autónomas. La Provincia. El Municipio.
4. El Reglamento: concepto y clases. La potestad reglamentaria; especial referencia a la potestad reglamentaria de las entidades locales. Procedimiento de aprobación.
5. La Administración Local: concepto. Entidades que comprende la Administración Local. El municipio: concepto y elementos. La organización municipal. Órganos necesarios y complementarios: sus competencias.
6. La organización del Ayuntamiento de Alcorcón. El Reglamento Orgánico del Gobierno y de la Administración del Ayuntamiento de Alcorcón. Órganos de Gobierno. Su actual configuración.
7. El Cuerpo de Policía Municipal de Alcorcón. Organización del Cuerpo de Policía Municipal de Alcorcón.
8. Jerarquía y régimen disciplinario en los Cuerpos de Policía Local. Función de mando. Relaciones de subordinación. El saludo y sus clases. Tratamientos. Presentaciones.
9. La Ley 1/2018, de 22 de febrero, de Coordinación de las Policías Locales de la Comunidad de Madrid: la coordinación entre Policías Locales. Régimen jurídico de los Cuerpos de Policía Local: organización y estructura.
10. Reglamento Marco de Organización de las Policías Locales de la Comunidad de Madrid: disposiciones generales. Estructura y organización de los Cuerpos de Policía Local.
11. Acceso a los Cuerpos de Policía Local. Régimen de selección y promoción. La formación de las Policías Locales. Uniformidad y equipo.
12. La Policía municipal y la aplicación de las Ordenanzas. Bandos de la Alcaldía. Actuación de la Policía municipal.
13. Ordenanza de Terrazas Veladores del Ayuntamiento de Alcorcón.
14. Ordenanza de protección contra la contaminación acústica
15. Plan de Movilidad Urbana Sostenible de Alcorcón: circulación interna y seguridad vial
16. Ordenanza para la Convivencia Ciudadana y Prevención de actuaciones antisociales del Ayuntamiento de Alcorcón
17. Ordenanza reguladora de la tenencia y protección de animales del Ayuntamiento de Alcorcón.
18. El municipio de Alcorcón con sus distritos y barrios: principales calles, plazas, parques, edificios públicos, monumentos, así como principales vías de acceso al término municipal. Rasgos más destacados de su historia, geografía y cultura.
19. Establecimientos, espectáculos y actividades recreativas. Competencias municipales y actuación policial. Normativa aplicable.



20. Decreto 184/1998, de 22 de octubre, del Consejo de Gobierno, por el que se aprueba el catálogo de espectáculos públicos, actividades recreativas, establecimientos, Municipales e Instalaciones.
21. Estructura, organización y funcionamiento de los Tribunales en el sistema judicial español. Jurisdicción y competencia de los Juzgados y Tribunales Penales. Los procedimientos penales.
22. Consideraciones generales sobre el Derecho Penal. Concepto. Principios fundamentales. Especial referencia a la Constitución. El Código Penal y las leyes penales especiales.
23. De la infracción penal y las personas criminalmente responsables de los delitos. Las penas. Las medidas de seguridad.
24. Delitos de homicidio y lesiones. Delitos contra la libertad. Delitos contra libertad e indemnidad moral. Delitos contra la salud pública.
25. Delitos contra el patrimonio. Delitos contra los derechos de los ciudadanos extranjeros. Delitos relativos al medio ambiente.
26. Delitos contra la Administración pública: Delitos contra la Administración de Justicia. De los delitos cometidos con ocasión del ejercicio de los derechos fundamentales y de las libertades públicas garantizados por la Constitución.
27. Delitos contra la Administración Pública: Prevaricación de funcionarios públicos. Nombramientos ilegales. Aceptación de nombramiento ilegal. Abandono de destino. Omisión del deber de perseguir delitos. Abandono colectivo de un servicio público.
28. La Policía en general. Su función en la sociedad. Deontología policial. Códigos internacionales sobre conducta policial. Principios básicos de actuación policial. Especial referencia al uso del arma de fuego por la Policía.
29. Ley 5/2002, de 27 de junio, sobre drogodependencias y otros trastornos adictivos.
30. Ley 1/1997, de 8 de enero, Reguladora de la Venta Ambulante de la Comunidad de Madrid.
31. El Documento Nacional de Identidad: caracteres, requisitos y obligaciones. Pasaportes: clases, requisitos y órganos competentes para su expedición. El pasaporte comunitario.
32. "Género e igualdad". El sistema sexo-género, roles y estereotipos de género. Ley Orgánica 3/2007, de 22 de marzo, para la igualdad efectiva de mujeres y hombres. Objeto y ámbito de la ley. El principio de igualdad y la tutela contra la discriminación.
33. Ley Orgánica 1/2004, de 28 de diciembre, de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género y Ley 5/2005, de 20 de diciembre, Integral contra la violencia de género de la Comunidad de Madrid. Recursos municipales de atención a las víctimas de violencia de género. especial referencia a las unidades especializadas en la prevención en las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad.
34. El modelo policial español. Marco normativo. Las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado. Las Policías Autonómicas. Las Policías Locales. Las Juntas Locales de Seguridad. La Protección civil y la Seguridad Ciudadana, su relación con la Policía Local.
35. La función preventiva de la Policía. Modelos funcionales para la actividad proactiva y la prevención del riesgo. Relaciones de la Policía con el ciudadano: normas básicas de actuación. Principios de interrelación: subsidiariedad, proximidad, participación, eficacia y calidad del servicio público.
36. El fenómeno de la marginación: Causas, efectos y problemática social. Las migraciones en la actualidad. Integración social: factor esencia de la cohesión social. Especial mención a los delitos relacionados con los colectivos más vulnerables.



37. Delitos contra la Seguridad Vial. Especial referencia a su reforma por Ley Orgánica 15/2007.
38. Denuncias por infracciones en materia de circulación. Concepto de infracción y sanción. Procedimiento sancionador. Recursos. Ejecución y apremio.
39. Legislación de seguridad vial. Reglamento General de Circulación, aprobado por Real Decreto 1428/2003, de 21 de noviembre: ámbito de aplicación de las normas sobre tráfico, circulación de vehículos a motor y seguridad vial. Normas generales. Normas generales de los conductores.
40. Legislación de seguridad vial. Reglamento General de Circulación, aprobado por Real Decreto 1428/2003, de 21 de noviembre: normas sobre bebidas alcohólicas. Normas sobre estupefacientes, psicotrópicos, estimulantes u otras sustancias análogas.
41. Legislación de seguridad vial. Reglamento del procedimiento sancionador en materia de tráfico, circulación de vehículos a motor y seguridad vial, aprobado por Real Decreto 320/1994, de 25 de febrero: estructura y contenido.
42. Legislación de seguridad vial. Real Decreto 1507/2008, de 12 de septiembre, por el que se aprueba el Reglamento del seguro obligatorio de responsabilidad civil en la circulación de vehículos a motor: estructura y contenido.
43. Concepto de accidente de tráfico. Condiciones precisas para que un accidente se considere de tráfico. Clases de accidentes de tráfico.
44. Alcoholemia: Concepto. Tasa de alcoholemia. Efectos generales de las diferentes TAS. Normas para la realización de las pruebas. Alcohólmetero. Descripción general. Obligación de someterse a la prueba.
45. El procedimiento de Habeas Corpus
46. La policía judicial: Disposiciones generales de la ley de Enjuiciamiento Criminal. Competencia de la policía judicial en el procedimiento abreviado
47. El procedimiento de enjuiciamiento rápido de delitos. Ámbito de aplicación y actuación de la Policía Judicial
48. Estatuto de la víctima: disposiciones generales y derechos básicos de la víctima
49. Estatuto de la víctima: participación de la víctima en el proceso penal. La protección de la víctima
50. Ley Orgánica 4/2015 de 30 de marzo, de protección de la seguridad ciudadana: disposiciones generales. Actuaciones generales para el mantenimiento y restablecimiento de la seguridad ciudadana.
51. Ley Orgánica 4/2015 de 30 de marzo, de Protección de la Seguridad Ciudadana: régimen sancionador: sujetos responsables, órganos competentes y reglas generales sobre las infracciones y aplicación de las sanciones. Procedimiento sancionador.
52. Ley Orgánica 4/1997, de 4 de agosto, por la que se regula la utilización de videocámaras por las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad en lugares públicos: estructura y contenido.
53. Ley 17/2015, de 9 de julio, del Sistema Nacional de Protección Civil: Disposiciones Generales. Actuaciones del Sistema de Protección civil.
54. Ley 5/2014, de 4 de abril, de Seguridad Privada: disposiciones comunes. Control administrativo de la seguridad privada.
55. El Reglamento de Armas, aprobado por Real Decreto 137/1993, de 29 de enero: disposiciones generales: objeto y ámbito. Clasificación de las armas reglamentadas,



- armas prohibidas, armas de guerra, intervención e inspección. Documentación de la titularidad de las armas: licencias a personal dependiente de las Fuerzas Armadas, de las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad y del Servicio de Vigilancia Aduanera.
56. Ley Orgánica 5/2000, de 12 de enero, reguladora de la responsabilidad penal de los menores: título preliminar. La instrucción del procedimiento: reglas generales. La responsabilidad civil.
 57. Ley Orgánica 1/1996, de 15 de enero, de Protección Jurídica del Menor: derechos y deberes del menor. Actuaciones de protección, atención inmediata, actuaciones en situación de riesgo y desamparo.
 58. Real Decreto 287/2002, de 22 de marzo, por el que se desarrolla la Ley 50/1999, de 23 de diciembre, sobre el régimen jurídico de la tenencia de animales potencialmente peligrosos: estructura y contenido
 59. Ley Orgánica 9/1983, de 15 de julio, reguladora del derecho de reunión: estructura y contenido.
 60. Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de prevención de riesgos laborales: objeto, ámbito de aplicación y definiciones. Plan de prevención de riesgos laborales, evaluación de riesgo y planificación de la actividad preventiva. Servicios de Prevención y delegados de Prevención

ANEXO VIII

CUADRO DE EXCLUSIONES EN RELACIÓN A LA APTITUD PSICOFÍSICA PARA EL INGRESO EN LA POLICÍA MUNICIPAL

1. RELACIÓN PESO-TALLA.
 - 1.1. El peso máximo admitido se deduce de la siguiente fórmula:
$$P=(T-100) + 20.$$
 - 1.2. El peso mínimo admitido se deduce de la siguiente fórmula:
$$P=(T-100) - 20.$$

P= Peso expresado en kilogramos. T= Talla expresada en centímetros.
2. EXCLUSIONES CIRCUNSTANCIALES.
 - 3.1. Enfermedad o lesiones agudas de solución médica o quirúrgica, activas en el momento del reconocimiento, que potencialmente puedan producir secuelas capaces de dificultar, limitar o impedir el desarrollo de las funciones exigidas para el puesto solicitado.
 - 3.2. En tales casos, el Tribunal de las pruebas selectivas, con las asesorías necesarias, podrá fijar un nuevo plazo para la comprobación del estado del aspirante, al final del cual la asesoría médica certificará si persiste la situación, si han quedado secuelas o han desaparecido los motivos de exclusión circunstanciales.
3. EXCLUSIONES DEFINITIVAS DE CARÁCTER GENERAL.
 - 4.1. Defectos físicos, de cualquier tipo y localización, que menoscaben o dificulten la función pública y las realizaciones específicas del puesto a que opta, o que puedan agravarse con el desempeño del mismo.
 - 4.2. Enfermedades agudas o crónicas de cualquier aparato o sistema con posible repercusión sobre las realizaciones específicas del puesto a que opta, o que puedan agravarse con el desempeño del mismo, incluyéndose como alteraciones del sistema nervioso las siguientes: Epilepsia, depresión, jaquecas, temblor de cualquier causa, alcoholismo, toxicomanías y otros procesos patológicos que dificulten el desarrollo de la función policial.
4. EXCLUSIONES DEFINITIVAS DE CARÁCTER ESPECÍFICO.
 - 4.1. Ojo y visión.
 - 4.1.1. Agudeza visual espontánea remota inferior a 2/3 en ambos ojos con o sin corrección, según la escala de Wecker. Para la realización de esta prueba, los aspirantes podrán utilizar gafas o lentillas.
 - 4.1.2. Hemianopsias.
 - 4.1.3. Discromatopsias que imposibiliten para el desempeño de la labor policial.
 - 4.1.4. Desprendimiento de retina.
 - 4.1.5. Estrabismo.
 - 4.2. Oído y audición.

Agudeza auditiva que suponga una pérdida entre 1.000 y 3.000 hertzios a 35 decibelios, o de 4.000 hertzios a 45 decibelios.



- 4.3. Hipertensión arterial, prescindiendo de su causa. Las cifras de presión arterial, tomadas con el sujeto en reposo y sentado, no deberán ser superiores a:
Presión sistólica: 145 mm./Hg. Presión diastólica: 90 mm./Hg.
- 4.4. La comprobación de los datos clínicos a que hace referencia este cuadro se hará sólo y exclusivamente en el centro médico y por el Tribunal Médico designado al efecto, y sus resultados siempre han de referirse al momento de la exploración.

ANEXO IX

PRUEBAS FÍSICAS

Las pruebas se realizarán siguiendo el orden que determine el Tribunal. Cada prueba tendrá carácter eliminatorio para pasar a la siguiente.

1. CARRERA DE RESISTENCIA SOBRE 800 METROS.

1.1. Disposición.

El aspirante se colocará en la pista en el lugar señalado para la salida, pudiendo realizarla de pie o agachado, sintacos de salida.

1.2. Ejecución.

La propia de este tipo de carreras, adaptada a los requisitos mínimos en cuanto a condiciones del terreno especificadas en el Reglamento de la F.I.A.A. (Federación Internacional de Atletismo), corriendo desde la salida por calle libre.

1.3. Medición.

Podrá ser manual, duplicándose en este caso los cronos por cada calle ocupada por un aspirante, tomándose el tiempo medio de las 2 mediciones.

1.4. Intentos.

Un solo intento.

1.5. Invalidaciones.

- Obstruir impidiendo el avance o empujar intencionadamente a otro corredor.
- Abandonar voluntariamente la pista durante la carrera, no permitiéndose el continuar en la prueba.
- Cuando se realice por un mismo aspirante 2 salidas falsas.

1.6. Marcas y puntuaciones.

Las establecidas en el cuadro al final de este anexo según edad y sexo de la persona.

2. CARRERA DE VELOCIDAD SOBRE 60 METROS.

2.1. Disposición.

El aspirante se colocará en la pista en el lugar señalado, pudiendo realizar la misma de pie o agachado, sin tacos de salida.

2.2. Ejecución.

La propia de una carrera de velocidad, adaptada a los requisitos mínimos en cuanto a condiciones del terrero especificadas en el Reglamento de la F.I.A.A. (Federación Internacional de Atletismo).

2.3. Medición.

Podrá ser manual, duplicándose los cronos por cada calle ocupada por un aspirante, tomándose el tiempo medio de las dos mediciones.



Los tiempos deberán leerse en décimas de segundo. Si se utilizan cronómetros de centésima de segundo, con lectura digital, todos los tiempos que terminen en más de cinco en el segundo decimal se convertirán a la próxima décima de segundo mayor.

Ejemplos:

10 segundos 05 centésimas se convierte en 10 segundos 0 décimas.

10 segundos 06 centésimas se convierte en 10 segundos 1 décimas.

2.4. Intentos.

Se efectuará un solo intento.

2.5. Invalidaciones.

Cuando realice un mismo aspirante dos salidas falsas.

De acuerdo con el Reglamento de la F.I.A.A. (Federación Internacional de Atletismo), (artículo 141) se aplicarán las descalificaciones por:

Obstaculizar o molestar de cualquier forma a otro corredor cruzándose delante de él, pudiendo repetir la prueba el corredor obstaculizado.

No mantenerse desde la salida a la meta en la calle asignada, a excepción de cuando sea por causa ajena a su voluntad y no obtenga una ventaja material.

2.6. Marcas y puntuaciones.

Las establecidas en el cuadro al final de este anexo según edad y sexo de la persona.

3. LANZAMIENTO DE BALÓN MEDICINAL.

3.1. Disposición.

El aspirante se colocará frente a una línea marcada en el suelo, de 1 metro de larga por 0,05 metros de ancha, paralela a la zona de lanzamiento, con la punta de ambos pies a la misma distancia de dicha línea.

3.2. Ejecución.

Cuando esté dispuesto el aspirante, tomará el balón medicinal con ambas manos y lanzará el mismo, sacándole desde atrás y por encima de la cabeza, enviándolo lo más lejos posible.

3.3. Medición.

Se efectúa desde la parte anterior de la línea de lanzamiento hasta la marca más próxima a la misma de la primera huella que deje el balón en su caída.

3.4. Intentos.

Podrán realizarse tres intentos, contabilizándose el mejor de los tres.

3.5. Invalidaciones.

Serán lanzamientos nulos:

Cuando el aspirante pise la línea.

Cuando el aspirante no tenga la punta de los pies a la misma distancia de la línea de lanzamiento.

Cuando el aspirante sobrepase la línea o caiga en ella con cualquier parte del cuerpo, una vez ejecutado el lanzamiento.



Cuando el aspirante haga el lanzamiento saltando, despegando totalmente cualquiera de los dos pies, o arrastrando cualquiera de los mismos hacia atrás.

Cuando el aspirante efectúe el lanzamiento con una sola mano.

3.6. Marcas y puntuaciones.

Las establecidas en el cuadro al final de este anexo según edad y sexo de la persona.

Mujeres: Con balón de 3 Kg. Hombres: Con balón de 5 Kg.

4. SALTO DE LONGITUD DESDE LA POSICIÓN DE PARADO.

4.1. Disposición.

El aspirante colocará la punta de ambos pies a la misma distancia del borde de una línea, de un metro de larga y 0,05 metros de ancha, marcada en el suelo, paralela al foso de salto, y a una distancia de 0,50 metros del borde anterior al mismo.

4.2. Ejecución.

Cuando se halle dispuesto el aspirante, con los pies apoyados en el suelo, flexionará y extenderá rápidamente el tren inferior, proyectando el cuerpo hacia delante, para caer al foso y abandonar el mismo por la parte delantera.

4.3. Medición.

Se efectuará desde la parte de la línea más alejada del foso hasta la huella del aspirante más cercana a la línea de partida sobre la arena del foso. La medición será en metros y centímetros.

4.4. Intentos.

Podrán realizarse tres intentos como máximo, puntuando el mejor.

4.5. Invalidaciones.

a.- Es nulo el salto en el que una vez separados totalmente los pies del suelo, vuelvan a apoyarse para el impulso definitivo.

b.- Es nulo el salto en el que el aspirante pise la línea en el momento de impulsarse.

c.- Es nulo el salto en el que el aspirante no realice el primer apoyo en la caída con los pies.

4.6. Marcas y puntuaciones.

Las establecidas en el cuadro al final de este anexo según edad y sexo de la persona.

5. NATACIÓN SOBRE 25 METROS.

5.1. Disposición.

El aspirante podrá colocarse para la salida, sobre la plataforma, en el borde de la piscina o en el interior de la pileta, teniendo en este caso, contacto con la pared de la misma.

5.2. Ejecución.

Dada la salida, los aspirantes según la disposición adoptada, bien por zambullida o por impulsión sobre la pared, iniciarán la prueba, empleando cualquier estilo para su progresión.



5.3. Medición.

Podrá ser manual, duplicándose en este caso los cronos por cada calle ocupada por un aspirante, tomándose el tiempo medio de las dos mediciones. Los tiempos deberán leerse en segundos.

5.4. Intentos.

Se efectuará un solo intento.

5.5. Invalidaciones.

Se considerará que no es válida la realización:

- a) Cuando en algún momento del recorrido, el aspirante se apoye para descansar o tomara impulso en algún lugar de la pileta como corcheras o bordes.
- b) Cuando en algún momento del recorrido, el aspirante toque o descansa con los pies en el fondo.
- c) Cuando realice en su totalidad la prueba en inmersión.
- d) Cuando realice un mismo aspirante dos salidas falsas.
- e) Cuando no finalice la prueba en la misma calle de salida.
- f) Cuando utilice cualquier elemento auxiliar que aumente velocidad, flotabilidad, etcétera, tales como manoplas, flotadores, aletas, etcétera, admitiéndose gafas y gorros de baño.

5.6. Marcas mínimas y puntuaciones.

Las establecidas en el cuadro de marcas al final de este anexo según edad y sexo de la persona.

CUADRO DE MARCAS

Las puntuaciones de las marcas no recogidas en este cuadro se obtendrán por interpolación del anterior y el posterior a la marca conseguida.

TABLA 1 – MUJERES

PRUEBAS	PUNTOS	EIDADES							
		Hasta 25	26-30	31-35	36-40	41-45	46-50	51-55	56-60
CARRERA VELOCIDAD 60 METROS	10	8"5"	8"7"	8"9"	9"1"	9"3"	9"5"	9"7"	9"9"
	9	8"9"	9"1"	9"3"	9"5"	9"7"	9"9"	10"1"	10"3"
	8	9"3"	9"5"	9"7"	9"9"	10"1"	10"3"	10"5"	10"7"
	7	9"7"	9"9"	10"1"	10"3"	10"5"	10"7"	10"9"	11"1"
	6	10"1"	10"3"	10"5"	10"7"	10"9"	11"1"	11"3"	11"5"
	5	10"5"	10"7"	10"9"	11"1"	11"3"	11"5"	11"7"	11"9"
CARRERA VELOCIDAD 800 METROS	10	2'50"	2'56"	3'02"	3'08"	3'14"	3'20"	3'26"	3'32"
	9	3'00"	3'06"	3'12"	3'18"	3'24"	3'30"	3'36"	3'42"
	8	3'10"	3'16"	3'22"	3'28"	3'34"	3'40"	3'46"	3'52"
	7	3'20"	3'26"	3'32"	3'38"	3'44"	3'50"	3'56"	4'02"
	6	3'30"	3'36"	3'42"	3'48"	3'54"	4'00"	4'06"	4'12"
	5	3'40"	3'46"	3'52"	3'58"	4'04"	4'10"	4'16"	4'22"
SALTO DE LONGITUD DESDE PARADO	10	2,75 m.	2,70 m.	2,65 m.	2,60 m.	2,55 m.	2,50 m.	2,45 m.	2,40 m.
	9	2,55 m.	2,50 m.	2,45 m.	2,40 m.	2,35 m.	2,30 m.	2,25 m.	2,20 m.
	8	2,35 m.	2,30 m.	2,25 m.	2,20 m.	2,15 m.	2,10 m.	2,05 m.	2,00 m.
	7	2,15 m.	2,10 m.	2,05 m.	2,00 m.	1,95 m.	1,90 m.	1,85 m.	1,80 m.
	6	1,95 m.	1,90 m.	1,85 m.	1,80 m.	1,75 m.	1,70 m.	1,65 m.	1,60 m.
	5	1,75 m.	1,70 m.	1,65 m.	1,60 m.	1,55 m.	1,50 m.	1,45 m.	1,40 m.
LANZAMIENTO BALÓN MEDICINAL DE 3 KG.	10	10,40 m.	10,15 m.	9,90 m.	9,65 m.	9,40 m.	9,15 m.	8,90 m.	8,65 m.
	9	9,40 m.	9,15 m.	8,90 m.	8,65 m.	8,40 m.	8,15 m.	7,90 m.	7,65 m.
	8	8,40 m.	8,15 m.	7,90 m.	7,65 m.	7,40 m.	7,15 m.	6,90 m.	6,65 m.
	7	7,40 m.	7,15 m.	6,90 m.	6,65 m.	6,40 m.	6,15 m.	5,90 m.	5,65 m.
	6	6,40 m.	6,15 m.	5,90 m.	5,65 m.	5,40 m.	5,15 m.	4,90 m.	4,65 m.
	5	5,40 m.	5,15 m.	4,90 m.	4,65 m.	4,40 m.	4,15 m.	3,90 m.	3,65 m.
NATACIÓN 25 METROS	10	11"	13"	15"	17"	19"	21"	23"	25"
	9	14"	16"	18"	20"	22"	24"	26"	28"
	8	17"	19"	21"	23"	25"	27"	29"	31"
	7	20"	22"	24"	26"	28"	30"	32"	34"
	6	23"	25"	27"	29"	31"	33"	35"	37"
	5	26"	28"	30"	32"	34"	36"	38"	40"

TABLA 2 – HOMBRES

PRUEBAS	PUNTOS	EDADES							
		Hasta 25	26-30	31-35	36-40	41-45	46-50	51-55	56-60
CARRERA VELOCIDAD 60 METROS	10	7"1"	7"3"	7"5"	7"7"	7"9"	8"1"	8"3"	8"5"
	9	7"5"	7"7"	7"9"	8"1"	8"3"	8"5"	8"7"	8"9"
	8	7"9"	8"1"	8"3"	8"5"	8"7"	8"9"	9"1"	9"3"
	7	8"3"	8"5"	8"7"	8"9"	9"1"	9"3"	9"5"	9"7"
	6	8"7"	8"9"	9"1"	9"3"	9"5"	9"7"	9"9"	10"1"
	5	9"1"	9"3"	9"5"	9"7"	9"9"	10"1"	10"3"	10"5"
CARRERA VELOCIDAD 800 METROS	10	2'00"	2'06"	2'12"	2'18"	2'24"	2'30"	2'36"	2'42"
	9	2'10"	2'16"	2'22"	2'28"	2'34"	2'40"	2'46"	2'52"
	8	2'20"	2'26"	2'32"	2'38"	2'44"	2'50"	2'56"	3'02"
	7	2'30"	2'36"	2'42"	2'48"	2'54"	3'00"	3'06"	3'12"
	6	2'40"	2'46"	2'52"	2'58"	3'04"	3'10"	3'16"	3'22"
	5	2'50"	2'56"	3'02"	3'08"	3'14"	3'20"	3'26"	3'32"
SALTO DE LONGITUD DESDE PARADO	10	3,15 m.	3,10 m.	3,05 m.	3,00 m.	2,95 m.	2,90 m.	2,85 m.	2,80 m.
	9	2,95 m.	2,90 m.	2,85 m.	2,80 m.	2,75 m.	2,70 m.	2,65 m.	2,60 m.
	8	2,75 m.	2,70 m.	2,65 m.	2,60 m.	2,55 m.	2,50 m.	2,45 m.	2,40 m.
	7	2,55 m.	2,50 m.	2,45 m.	2,40 m.	2,35 m.	2,30 m.	2,25 m.	2,20 m.
	6	2,35 m.	2,30 m.	2,25 m.	2,20 m.	2,15 m.	2,10 m.	2,05 m.	2,00 m.
	5	2,15 m.	2,10 m.	2,05 m.	2,00 m.	1,95 m.	1,90 m.	1,85 m.	1,80 m.
LANZAMIENTO BALÓN MEDICINAL DE 5 KG.	10	10,50 m.	10,25 m.	10,00 m.	9,75 m.	9,50 m.	9,25 m.	9,00 m.	8,75 m.
	9	9,50 m.	9,25 m.	9,00 m.	8,75 m.	8,50 m.	8,25 m.	8,00 m.	7,75 m.
	8	8,50 m.	8,25 m.	8,00 m.	7,75 m.	7,50 m.	7,25 m.	7,00 m.	6,75 m.
	7	7,50 m.	7,25 m.	7,00 m.	6,75 m.	6,50 m.	6,25 m.	6,00 m.	5,75 m.
	6	6,50 m.	6,25 m.	6,00 m.	5,75 m.	5,50 m.	5,25 m.	5,00 m.	4,75 m.
	5	5,50 m.	5,25 m.	5,00 m.	4,75 m.	4,50 m.	4,25 m.	4,00 m.	3,75 m.
NATACIÓN 25 METROS	10	9"	11"	13"	15"	17"	19"	21"	23"
	9	12"	14"	16"	18"	20"	22"	24"	26"
	8	15"	17"	19"	21"	23"	25"	27"	29"
	7	18"	20"	22"	24"	26"	28"	30"	32"
	6	21"	23"	25"	27"	29"	31"	33"	35"
	5	24"	26"	28"	30"	32"	34"	36"	38"