



ACTA Nº 02

PRIMER EJERCICIO DE LA FASE DE OPOSICIÓN PRUEBA TIPO TEST PARA UNA PLAZA DE TÉCNICO/A SUPERIOR, ENCUADRADA EN LA ESCALA DE ADMINISTRACIÓN ESPECIAL, SUBESCALA TÉCNICA, CLASE TÉCNICO/A SUPERIOR, PUESTO DE TRABAJO TÉCNICO/A DE DEPORTES.

SRES. ASISTENTES

PRESIDENTE

D. Ricardo Navacerrada Peñas

VOCALES

D. Carlos Alonso López
D. José Javier Sánchez López
Dña. Eva María Medina Fernández

SECRETARIO

D. José Luis Rodrigo Rodrigo

Siendo las nueve horas del día 25 de octubre de 2024, se reunieron las personas al margen relacionadas, en la tercera planta del edificio Institucional del Ayuntamiento de Alcorcón, sito en la Plaza Reyes de España, 1, 28921 Alcorcón, Madrid.

Abierto el acto por la Presidencia y comprobada la existencia de quorum, el presidente da la palabra el secretario para introducir el orden del día:

PRIMERO.- Preparación del primer ejercicio de la fase de oposición, prueba tipo test.
SEGUNDO - Realización del primer ejercicio de la fase de oposición, prueba tipo test.
TERCERO.- Correcciones del primer ejercicio de la fase de oposición prueba tipo test.

PRIMERO. - Preparación del primer ejercicio de la fase de oposición, prueba tipo test.

Los miembros del Órgano de Selección han elaborado una serie de preguntas de los distintos temas que figuraban en las bases de la convocatoria y por unanimidad de los miembros se configura la prueba con las mismas y siendo las once horas y cuarenta minutos, con los ejercicios custodiados por los mismos se trasladan a la sede del IMEPE (C/ Industrias, nº73, 28921, Alcorcón), para la realización de la prueba tipo test.

SEGUNDO. – Realización del primer ejercicio de la fase de oposición, prueba tipo test.

A las doce horas y quince minutos se procede al llamamiento de los/as aspirantes y una vez instalados en el aula, se le hace entrega de una hoja de instrucciones, de dos sobres, de un cuadernillo de preguntas y de una hoja auto-copiativa para responder a las preguntas de la prueba tipo test y se resuelven las dudas planteadas, manifestándose por los miembros del órgano de selección que una vez pasados 10

Información de Firmantes del Documento

JOSE LUIS RODRIGO RODRIGO
EVA MARIA MEDINA FERNANDEZ - PREPARADOR FISICO
JOSE JAVIER SANCHEZ LOPEZ - JEFE DE DEPARTAMENTO
RICARDO NAVACERRADA PEÑAS - SUBDIRECTOR GENERAL DE PROMOCIÓN DEL DEPORTE
URL de Verificación: https://servint.madrid.es/VECSV_WBCONSULTAINTRA/VerificarCove.do

Fecha Firma: 07/11/2024 08:55:16
Fecha Firma: 07/11/2024 22:49:03
Fecha Firma: 08/11/2024 09:00:34
Fecha Firma: 08/11/2024 09:57:18
CSV : 1DFE6BFBDX3YF6PL



minutos no se podrá salir del aula hasta la recogida de los sobres con los ejercicios ni llevarse el cuadernillo de preguntas.

Siendo las doce horas y treinta y seis minutos se inicia el cómputo de los 90 minutos sin que ningún/a aspirante abandone el aula antes de dicho tiempo. A las catorce horas y seis minutos se procede a recoger los ejercicios y por dos aspirantes se barajan los sobres y por un miembro del órgano de selección y antes de abandonar se numeran del nº 1 al nº 22 inclusive, en este momento un aspirante manifiesta que por error, ha introducido tanto la copia de respuestas para el órgano de selección como su copia color sepia, diciéndose por el Tribunal que una vez que se abran los sobres grandes y siempre que se respete el anonimato, se valorará por el órgano de selección si procede la corrección o declarar su anulación. Seguidamente salen los/as aspirantes.

TERCERO.- Correcciones del primer ejercicio de la fase de oposición, prueba tipo test.

Tras unos breves minutos de descanso, siendo las catorce horas y veinticinco minutos se procede a la corrección de los ejercicios y por decisión de los miembros del órgano de selección adoptado por unanimidad, solo se abre el sobre que contiene el cuadernillo de preguntas y la hoja de respuestas, procediéndose seguidamente a la corrección de la prueba tipo test, siendo el resultado el siguiente:

SOBRE	NOTA PRUEBA TEST
1	5,640
2	5,280
3	11,830
4	9,440
5	3,130
6	9,390
7	3,580
8	4,500
9	5,910
10	3,110
11	4,140
12	6,600
13	3,760
14	8,150
15	6,990
16	9,480
17	2,270
18	5,040
19	5,850
20	7,110
21	7,100
22	7,420

Información de Firmantes del Documento



JOSE LUIS RODRIGO RODRIGO
EVA MARIA MEDINA FERNANDEZ - PREPARADOR FISICO
JOSE JAVIER SÁNCHEZ LÓPEZ - JEFE DE DEPARTAMENTO
RICARDO NAVACERRADA PEÑAS - SUBDIRECTOR GENERAL DE PROMOCIÓN DEL DEPORTE
URL de Verificación: https://servint.madrid.es/VECSV_WBCONSULTAINTRA/VerificarCove.do

Fecha Firma: 07/11/2024 08:55:16
Fecha Firma: 07/11/2024 22:49:03
Fecha Firma: 08/11/2024 09:00:34
Fecha Firma: 08/11/2024 09:57:18
CSV : 1DFE6BFBDX3YF6PL





Los miembros del órgano de selección acuerdan que se proceda a publicar el cuadernillo de preguntas y la plantilla de respuestas, como anexos I y II.

Y no habiendo más asuntos que tratar, se da por finalizada la sesión, siendo las quince horas y treinta y cinco minutos, levantándose la presente acta en los términos previstos en el artículo 18 de la Ley 40/2015 de 1 de octubre, de Régimen Jurídico del Sector Público.

EL SECRETARIO

**Vº Bº
EL PRESIDENTE**

Fdo: José Luis Rodrigo Rodrigo

Fdo: Ricardo Navacerrada Peñas

VOCAL 1

VOCAL 2

Fdo: Carlos Alonso López

Fdo: José Javier Sánchez López

VOCAL 3

Fdo: Eva María Medina Fernández

Los/las aspirantes dispondrán de un plazo de cinco días hábiles, contados a partir del siguiente al de la publicación, para presentar alegaciones, en su caso, a la presente acta, que serán resueltas por el propio Órgano de Selección.

Información de Firmantes del Documento



JOSE LUIS RODRIGO RODRIGO
EVA MARIA MEDINA FERNANDEZ - PREPARADOR FISICO
JOSE JAVIER SANCHEZ LOPEZ - JEFE DE DEPARTAMENTO
RICARDO NAVACERRADA PEÑAS - SUBDIRECTOR GENERAL DE PROMOCIÓN DEL DEPORTE
URL de Verificación: https://servint.madrid.es/VECSV_WBCONSULTAINTRA/VerificarCove.do

Fecha Firma: 07/11/2024 08:55:16
Fecha Firma: 07/11/2024 22:49:03
Fecha Firma: 08/11/2024 09:00:34
Fecha Firma: 08/11/2024 09:57:18
CSV : 1DFE6BFBDX3YF6PL





ANEXO I - CUADERNILLO DE PREGUNTAS

- 1.- La Orden 655/2024, de 5 de abril, de la Consejería de Cultura, Turismo y Deporte, regula el programa de actividades, denominado hasta la temporada 23-24 “Deporte Infantil”, actualmente “Deporte en edad escolar”. De acuerdo con esta Orden, los deportistas ¿de qué categoría podrán ser convocados por los responsables de sus ayuntamientos para participar en actividades deportivas no competitivas de carácter educativo, lúdico o de iniciación de las diversas modalidades de los deportes practicados en su entorno municipal?:
 - a) Pre-benjamín.
 - b) Pre-deporte.
 - c) Alevín.

- 2.- El deporte como elemento socializador: La encuesta de hábitos deportivos 2022. El Ministerio de Cultura y Deporte publica regularmente la llamada Encuesta de hábitos deportivos. De la última encuesta publicada (año 2022) señale la respuesta incorrecta:
 - a) La práctica deportiva continúa siendo superior en los hombres que en las mujeres independientemente de la frecuencia.
 - b) Entre los hombres continúa siendo más frecuente que entre las mujeres, la práctica de una sola modalidad.
 - c) Entre las mujeres continúa siendo más frecuente que entre los hombres, la práctica de una sola modalidad.

- 3.- De acuerdo con Coakley (2006), citado por Sánchez García (2021), se considera que la violencia de los espectadores en las gradas se debe a tres factores:
 - a) Adicciones como el alcohol, aspectos políticos del contexto nacional o internacional y aspectos estrictamente deportivos de la competición.
 - b) La violencia física deportiva del propio juego, la violencia moral vinculada a insultos o gestos de los deportistas en la competición y la violencia simbólica ligada a prácticas como el dopaje que rompen el llamado fair-play.
 - c) La tensión generada por la propia dinámica del juego, la dinámica de la propia grada y dinámicas sociales más amplias.

- 4.- La Organización Mundial de la Salud (año 2020) estableció las actuales Directrices sobre actividad física y hábitos sedentarios. Así, se recomienda que:
 - a) Los niños y adolescentes de entre 5 y 17 años deberían realizar al menos una media de 90 minutos diarios de actividad física, principalmente aeróbica, de intensidad moderada a vigorosa durante la semana. Asimismo, sería conveniente un mínimo de cinco veces semanales de práctica de actividades que fortalezcan el aparato locomotor.
 - b) Los niños de entre 5 y 17 años deberían acumular un mínimo de 60 minutos diarios de actividad física, mayoritariamente aeróbica, de intensidad moderada. Asimismo, sería conveniente un mínimo de tres veces semanales de práctica de actividades que fortalezcan músculos y huesos.

Información de Firmantes del Documento



JOSE LUIS RODRIGO RODRIGO
EVA MARIA MEDINA FERNANDEZ - PREPARADOR FISICO
JOSE JAVIER SÁNCHEZ LÓPEZ - JEFE DE DEPARTAMENTO
RICARDO NAVACERRADA PEÑAS - SUBDIRECTOR GENERAL DE PROMOCIÓN DEL DEPORTE
URL de Verificación: https://servint.madrid.es/VECSV_WBCONSULTAINTRA/VerificarCove.do

Fecha Firma: 07/11/2024 08:55:16
Fecha Firma: 07/11/2024 22:49:03
Fecha Firma: 08/11/2024 09:00:34
Fecha Firma: 08/11/2024 09:57:18
CSV : 1DFE6BFBDX3YF6PL





- c) Los niños de entre 5 y 17 años deberían acumular un mínimo de 60 minutos diarios de actividad física, mayoritariamente aeróbica, de intensidad moderada o vigorosa. Asimismo, sería conveniente un mínimo de tres veces semanales de actividad aeróbica de intensidad vigorosa y actividades que refuercen músculos y huesos al menos tres veces por semana.

5.- Mézières (1984), citado por Barrio Hernanz (2021), define las siguientes cadenas musculares:

- a) Posterior, antero-interior y braquial.
- b) Posterior, antero-interior, braquial y anterior del cuello.
- c) Posterior, anterior-ventral, braquial y anterior del cuello.

6.- Señale la respuesta incorrecta, de acuerdo con Barrio Hernanz (2021), en relación con las indicaciones de ejercicio físico en un usuario con problemas de fragilidad ósea u osteoporosis:

- a) El entrenamiento genérico de fuerza es comúnmente utilizado con el fin de mejorar la densidad ósea en personas mayores y adultas.
- b) Se aconseja entrenamiento de fuerza al menos 2 días a la semana, e intentando implicar todos los grandes grupos musculares.
- c) Ninguna de las respuestas anteriores es correcta.

7.- Ocete Calvo (2021), establece que la lesión medular es una afectación de la médula espinal que provoca pérdida de movilidad y de sensibilidad por debajo del nivel de lesión. Siguiendo a esta autoram si la lesión es considerada como Paraplejía alta, la afectación vertebral podría comenzar desde la vértebra:

- a) T2.
- b) T1.
- c) C7.

8.- De acuerdo con los criterios de clasificación funcional de deportistas paralímpicos de natación, del Comité Paralímpico Internacional (2023), la clasificación funcional S14 se corresponde con:

- a) Nadadores con discapacidad física leve.
- b) Nadadores con discapacidad visual leve.
- c) Nadadores con discapacidad intelectual.

9.- De acuerdo con los criterios de clasificación funcional de deportistas paralímpicos de atletismo, del Comité Paralímpico Internacional (2023), la clasificación funcional que oscila entre las clases 42 y 44, se corresponde con:

- a) Deportistas con afectación en las extremidades inferiores que compiten sin prótesis.
- b) Deportistas con afectación en las extremidades superiores.
- c) Deportistas con acondroplasia.

10.- De acuerdo con Reina (2014), citado por Ocete (2021), a la práctica deportiva en la que personas sin discapacidad participan de una modalidad

Información de Firmantes del Documento



JOSE LUIS RODRIGO RODRIGO
EVA MARIA MEDINA FERNANDEZ - PREPARADOR FISICO
JOSE JAVIER SÁNCHEZ LÓPEZ - JEFE DE DEPARTAMENTO
RICARDO NAVACERRADA PEÑAS - SUBDIRECTOR GENERAL DE PROMOCIÓN DEL DEPORTE
URL de Verificación: https://servint.madrid.es/VECSV_WBCONSULTAINTRA/VerificarCove.do

Fecha Firma: 07/11/2024 08:55:16
Fecha Firma: 07/11/2024 22:49:03
Fecha Firma: 08/11/2024 09:00:34
Fecha Firma: 08/11/2024 09:57:18
CSV : 1DFE6BFBDX3YF6PL





deportiva de personas con discapacidad, simulando las limitaciones propias la discapacidad elegida durante su práctica, por ejemplo, jugar con los ojos tapados al fútbol 5, se le denomina:

- a) Deporte inclusivo con adaptación.
- b) Deporte adaptado.
- c) Deporte de inclusión inversa.

11.- Aquacicling, aquabike o hidrosporting, constituyen es una técnica de entrenamiento acuático que principalmente estresa el sistema cardiovascular. Chulvi Medrano y Masiá Tortosa (2011), citados por Pedrero Chamizo (2021), proponen una cadencia óptima para el trabajo cardiovascular entre:

- a) 75 y 90 RPM.
- b) 60 y 70 RPM.
- c) 45 y 60 RPM.

12.- El American College of Obstetricians and Gynecologists (ACOG, 2003), citado por Pedrero Chamizo (2021), recomienda realizar un mínimo de:

- a) 60 minutos o más de actividad física al día (todos los días), exceptuando aquellas gestantes con contraindicaciones obstétricas.
- b) 30 minutos o más de actividad física al día (al menos 5 días), exceptuando aquellas gestantes con contraindicaciones obstétricas.
- c) Ninguna de las respuestas anteriores es correcta.

13.- Recomendaciones de entrenamiento de fuerza en personas mayores. Según Rhea et al. (2023), citado por Ruiz López y Cejudo (2021), unos indicadores de entrenamiento correctos serían:

- a) Frecuencia 2-3 días por semana; Intensidad 60-80% de la RM; 2-4 series de 8-15 repeticiones por ejercicio.
- b) Frecuencia 2.3 días por semana; Intensidad 50-60% de la RM; 1-2 series de 8-12 repeticiones por minuto.
- c) Ninguna de las respuestas anteriores es correcta.

14.- El uso de la música como parte integrante de la sesión. Una secuencia, ¿cuántos tiempos tiene?:

- a) 8.
- b) 16.
- c) 32.

15.- De acuerdo con la clasificación de los juegos por Parlebas (2001), citado por Sánchez García (2021), la combinación CAI, podría corresponderse con:

- a) Patinaje artístico por parejas.
- b) Regatas por equipos.
- c) Escalada en Boulder de interior.

16.- Control motor en la primera infancia. Señale la opción correcta. El término estereotipias de Ajuriaquerra, citado por Sánchez López (2021), hace alusión a movimientos en los primeros meses de vida, de carácter:

Información de Firmantes del Documento



JOSE LUIS RODRIGO RODRIGO
EVA MARIA MEDINA FERNANDEZ - PREPARADOR FISICO
JOSE JAVIER SÁNCHEZ LÓPEZ - JEFE DE DEPARTAMENTO
RICARDO NAVACERRADA PEÑAS - SUBDIRECTOR GENERAL DE PROMOCIÓN DEL DEPORTE
URL de Verificación: https://servint.madrid.es/VECSV_WBCONSULTAINTRA/VerificarCove.do

Fecha Firma: 07/11/2024 08:55:16
Fecha Firma: 07/11/2024 22:49:03
Fecha Firma: 08/11/2024 09:00:34
Fecha Firma: 08/11/2024 09:57:18
CSV : 1DFE6BFBDX3YF6PL





- a) Reflejo.
- b) Rítmico.
- c) Voluntario.

17.- Planes estratégicos de subvenciones. La duración de los planes estratégicos tendrá una vigencia de:

- a) No hay una duración ordinaria establecida. Dependerá de la naturaleza del sector afectado.
- b) Tres años.
- c) Tres años, con excepciones.

18.- Plan estratégico de subvenciones 2020-2023. Línea 6 Deportes. ¿Cuáles son los indicadores de seguimiento y evaluación continua en las subvenciones de la línea de Deportes?:

- a) Número de eventos deportivos realizados. Número de entidades deportivas federadas. Número de disciplinas deportivas en función de las escuelas deportivas. Número de participantes en las actividades deportivas.
- b) Número de eventos deportivos realizados. Número de clubes deportivos y entidades deportivas federadas. Número de disciplinas deportivas en función de las escuelas deportivas. Número de participantes en las actividades deportivas.
- c) Número de eventos deportivos realizados. Número de clubes deportivos, entidades deportivas federadas y fundaciones con objeto social deportivo. Número de disciplinas deportivas en función de las escuelas deportivas. Número de participantes en las actividades deportivas.

19.- La Ordenanza general de subvenciones del Ayuntamiento de Alcorcón, en su artículo 1, punto 2, establece las materias objeto de las subvenciones del Ayuntamiento de Alcorcón, entre las que se encuentra, de forma textual:

- a) El fomento de hábitos saludables.
- b) La promoción del deporte base.
- c) El fomento del deporte.

20.- ¿Cuál es el precio público en el Ayuntamiento de Alcorcón de una entrada individual para uso libre de categoría juvenil en piscina climatizada?:

- a) 3,50 €.
- b) 5 €.
- c) 2 €.

21.- ¿Cuál debería ser la primera técnica de relajación a la que acudir y practicar? (Jaime Prieto Bermejo, 2021):

- a) La correcta respiración.
- b) Las técnicas cognitivas.
- c) Las técnicas de biofeedback.

22.- Según Carrobles (2016), en relación a técnicas de relajación, el biofeedback ayuda al individuo:

Información de Firmantes del Documento



JOSE LUIS RODRIGO RODRIGO
EVA MARIA MEDINA FERNANDEZ - PREPARADOR FISICO
JOSE JAVIER SÁNCHEZ LÓPEZ - JEFE DE DEPARTAMENTO
RICARDO NAVACERRADA PEÑAS - SUBDIRECTOR GENERAL DE PROMOCIÓN DEL DEPORTE
URL de Verificación: https://servint.madrid.es/VECSV_WBCONSULTAINTRA/VerificarCove.do

Fecha Firma: 07/11/2024 08:55:16
Fecha Firma: 07/11/2024 22:49:03
Fecha Firma: 08/11/2024 09:00:34
Fecha Firma: 08/11/2024 09:57:18
CSV : 1DFE6BFBDX3YF6PL





- a) A desarrollar un mayor conocimiento de sus propios procesos cognitivos y volitivos.
- b) A desarrollar un mayor conocimiento de sus propios procesos fisiológicos y tener un mayor control de sus propios procesos fisiológicos.
- c) A desarrollar un mayor conocimiento de sus propios procesos de expresión mental y activación simpática.

23.- Según Oña Sicilia (1994) el modelo del procesamiento de la información sobre el que se configura una acción deportiva como resultado de una o varias ejecuciones motrices se basa en 3 mecanismos:

- a) Procesos perceptivos, procesos cognitivos y procesos conductuales.
- b) Percepción, decisión y actuación.
- c) Procesos perceptivos, procesos cognitivos y ejecución.

24.- Chóliz (2004), Escartí y Cervelló (1994), Weingberg y Gould (1996) citados por Prieto Bermejo (2021) establecen 4 tipos de motivación:

- a) Intrínseca, extrínseca, positiva y negativa.
- b) Intrínseca, extrínseca, proactiva y retroactiva.
- c) Intrínseca, extrínseca, activación y deactivación.

25.- La estadística descriptiva se encarga de ordenar, describir y sintetizar la información de los datos recogidos (Jaime Prieto Bermejo, 2021):

- a) Cierto.
- b) Falso.
- c) Cierto si se añade que además extrae conclusiones generales sobre la población.

26.- Al muestreo aleatorio también se puede denominar (Jaime Prieto Bermejo, 2021):

- a) Muestreo estadístico.
- b) Muestra base.
- c) Muestreo probabilístico o muestreo por azar.

27.- En relación al concepto de soporte vital básico (SVB) la cadena de supervivencia se corresponde con (Fernando Novella María-Martínez, 2021):

- a) Aquellas acciones que conectan a la víctima de un paro cardíaco súbito con su supervivencia.
- b) Aquellas acciones encaminadas a asegurar el lugar dónde se va a realizar una intervención de ayuda.
- c) Aquellas acciones previas al inicio de una resucitación cardiopulmonar.

28.- En relación a conceptos básicos sobre primeros auxilios (Fernando Novella María-Martínez, 2021), la valoración primaria en una emergencia sanitaria se centra en una valoración sistematizada que se llama ABC (Airway, breathing, circulation) como regla nemotécnica:

Información de Firmantes del Documento



JOSE LUIS RODRIGO RODRIGO
EVA MARIA MEDINA FERNANDEZ - PREPARADOR FISICO
JOSE JAVIER SÁNCHEZ LÓPEZ - JEFE DE DEPARTAMENTO
RICARDO NAVACERRADA PEÑAS - SUBDIRECTOR GENERAL DE PROMOCIÓN DEL DEPORTE
URL de Verificación: https://servint.madrid.es/VECSV_WBCONSULTAINTRA/VerificarCove.do

Fecha Firma: 07/11/2024 08:55:16
Fecha Firma: 07/11/2024 22:49:03
Fecha Firma: 08/11/2024 09:00:34
Fecha Firma: 08/11/2024 09:57:18
CSV : 1DFE6BFBDX3YF6PL





- a) Para ello, la valoración inicial se desarrolla de manera que se deben cumplir todas las fases independientemente del orden.
- b) Para ello, la valoración inicial se desarrolla de manera secuencial. Se distribuye en varias fases y tiene un orden concreto.
- c) Para ello, la valoración inicial se desarrolla de en forma fluida sin fases establecidas donde lo más importante es no dejar ningún paso sin cubrir.

29.- (Campos-Izquierdo, 2010) En lo referente a la gestión, organización y dirección de la actividad física y el deporte, en cualquiera de los niveles y ámbitos de actuación existirán los procesos constantes e interrelacionados de su...:

- a) Planificación, su ejecución o implantación y su evaluación.
- b) Implementación y evaluación.
- c) Previsión, auditoría y ejecución.

30.- Según la clasificación de los espacios deportivos convencionales del Consejo Superior de Deportes (2006), citado por Campos-Izquierdo (2021) ¿cuál de las siguientes definiciones corresponde al concepto de “sala”?:

- a) Espacios deportivos donde se desarrollan actividades en recinto cerrado que no tienen los requerimientos dimensionales de las pistas.
- b) Espacios deportivos que se caracterizan porque la actividad se desarrolla siguiendo un recorrido, por ello la longitud es determinante y predomina sobre el ancho.
- c) Espacios como las pistas pero que disponen de una o varias paredes que se utilizan para el desarrollo de la actividad.

31.- Según el manual editado por el Consejo Superior de Deportes en el año 2011 “De la Planificación a la Gestión de las Instalaciones Deportivas. Un camino hacia la sostenibilidad”, cuando habla de sostenibilidad en las fases de diseño y construcción de instalaciones deportivas, ¿cuál de los siguientes elementos es considerado dentro del componente de ahorro energético?:

- a) Posición y orientación de la instalación.
- b) Uso de aguas pluviales como riego.
- c) Temporizadores de iluminación y detectores de presencia.

32.- Según el manual editado por el Consejo Superior de Deportes en el año 2011 “De la Planificación a la Gestión de las Instalaciones Deportivas. Un camino hacia la sostenibilidad”, para hacer un análisis de la oferta en lo que a instalaciones deportivas del municipio se refiere ¿cuál sería la primera acción a realizar?:

- a) Realizar un plano de ubicación de las instalaciones.
- b) Detectar vacíos de construcción en el municipio.
- c) Actualizar el Censo Nacional de Instalaciones Deportivas.

33.- Campos-Izquierdo (2021) cita a Valls (2003) en relación a la categorización de las habilidades directivas. ¿La gestión del tiempo y la creatividad en qué grupo estarían?:

Información de Firmantes del Documento



JOSE LUIS RODRIGO RODRIGO
EVA MARIA MEDINA FERNANDEZ - PREPARADOR FISICO
JOSE JAVIER SÁNCHEZ LÓPEZ - JEFE DE DEPARTAMENTO
RICARDO NAVACERRADA PEÑAS - SUBDIRECTOR GENERAL DE PROMOCIÓN DEL DEPORTE
URL de Verificación: https://servint.madrid.es/VECSV_WBCONSULTAINTRA/VerificarCove.do

Fecha Firma: 07/11/2024 08:55:16
Fecha Firma: 07/11/2024 22:49:03
Fecha Firma: 08/11/2024 09:00:34
Fecha Firma: 08/11/2024 09:57:18
CSV : 1DFE6BFDX3YF6PL





- a) Habilidades personales para dirigir.
- b) Habilidades interpersonales.
- c) Habilidades para la dirección de personas.

34.- Según la Ley 6/2016 por la que se ordena el ejercicio de las profesiones del deporte en la Comunidad de Madrid, ¿qué función tiene la profesión denominada director deportivo?:

- a) Organizar, promocionar dirigir, coordinar, planificar, inspeccionar y evaluar actividad física y deporte y recursos humanos de actividad física y deporte.
- b) Entrenar físicamente a personas o grupos (incluye preparación y entrenamiento personal, grupal o individual) (incluye preparar físicamente a individuos y equipos que compiten).
- c) Asesorar, investigar y certificar sobre actividad física y deporte.

35.- En lo referente a la gestión y organización de la actividad física y el deporte, en la organización y dirección de los distintos servicios en las organizaciones, los recursos serán (Cabrera y Bonache, 2004):

- a) Físicos, organizativos o humanos.
- b) Escasos o abundantes.
- c) Humanos, materiales y económicos.

36.- ¿En qué grupo estarían incluidos los fisioterapeutas dentro de los recursos humanos de actividad física y deporte? Campos-Izquierdo, 2021):

- a) Recursos humanos indirectos. Trabajadores que no pertenecen a una profesión, pero sí están en una ocupación remunerada.
- b) Recursos humanos indirectos. Trabajadores que pertenecen a una profesión (que no es de actividad física y deporte).
- c) Recursos humanos de actividad física y deporte.

37.- (Campos-Izquierdo, 2010) En lo referente a la gestión, organización y dirección de la actividad física y el deporte, para organizar, dirigir y desarrollar servicios de actividad física y deporte ¿son los clientes un elemento con el que de forma universal se va a operar como elemento estructural específico?:

- a) Sí.
- b) No.
- c) Sólo si hablamos de entidades de ámbito privado.

38.- Monroy (2013), en relación a la organización de eventos, el máximo aprovechamiento de todos los medios tanto humanos como materiales previamente disponibles ¿sería una de las ventajas de la fijación previa de objetivos?:

- a) Sí.
- b) No.
- c) Sólo si se refiere exclusivamente al aprovechamiento de los medios humanos.

39.- Según el RD 2099/1983 de 4 de agosto por el que se aprueba el Ordenamiento General de Precedencias en el Estado, en la ordenación de

Información de Firmantes del Documento



MADRID

JOSE LUIS RODRIGO RODRIGO
EVA MARIA MEDINA FERNANDEZ - PREPARADOR FISICO
JOSE JAVIER SÁNCHEZ LÓPEZ - JEFE DE DEPARTAMENTO
RICARDO NAVACERRADA PEÑAS - SUBDIRECTOR GENERAL DE PROMOCIÓN DEL DEPORTE
URL de Verificación: https://servint.madrid.es/VECSV_WBCONSULTAINTRA/VerificarCove.do

Fecha Firma: 07/11/2024 08:55:16
Fecha Firma: 07/11/2024 22:49:03
Fecha Firma: 08/11/2024 09:00:34
Fecha Firma: 08/11/2024 09:57:18
CSV : 1DFE6BFBDX3YF6PL





autoridades a un acto oficial de carácter general, ¿cuál irá en primer lugar de las siguientes?:

- a) Presidente del Tribunal Constitucional.
- b) Ex Presidentes de gobierno.
- c) Presidente del Senado.

40.- Según el RD 2099/1983 de 4 de agosto por el que se aprueba el Ordenamiento General de Precedencias en el Estado, ¿cómo se clasifican los actos oficiales?:

- a) Actos de carácter general y actos de carácter especial.
- b) Actos no protocolarios y actos protocolarios.
- c) Actos de Estado, actos de Gobierno y actos conmemorativos autonómicos, provinciales o locales.

41.- Según el Real Decreto-ley 6/2023, de 19 de diciembre, por el que se aprueban medidas urgentes para la ejecución del Plan de Recuperación, Transformación y Resiliencia en materia de servicio público de justicia, función pública, régimen local y mecenazgo, las entidades sin fines lucrativos quedan exentas del Impuesto sobre Sociedades en determinados casos. ¿Quedarían exentas de dicho impuesto las explotaciones económicas de prestación de servicios de carácter deportivo a personas físicas que practiquen el deporte o la educación física, siempre que tales servicios estén directamente relacionados con dichas prácticas?:

- a) Sí, con excepción de los servicios relacionados con espectáculos deportivos y de los prestados a deportistas profesionales.
- b) No.
- c) Sí, siempre.

42.- En relación a la seguridad en la organización de un evento deportivo ¿Cuándo será obligatorio disponer de una enfermería o botiquín convenientemente dotados para prestar los primeros auxilios en caso de accidente o enfermedad repentina en un acto público o actividad recreativa?

- a) Siempre que el aforo del local exceda de 1000 o de 100 espectadores o asistentes.
- b) Siempre que el aforo del local exceda de 500 o de 50 espectadores o asistentes.
- c) Siempre que el aforo del local exceda de 1500 o de 150 espectadores o asistentes.

43.- Sobre cuáles son los mecanismos, según Platonov (1993), para mantener el equilibrio ¿Di cuál de estas respuestas es válida?:

- a) La necesidad de mantener el equilibrio que ya se posee, se trata de un mecanismo de regulación que actúa mediante correcciones constantes.
- b) El equilibrio que se precisa en aquellas acciones motoras que precisan de una coordinación compleja y cada reacción, no representa carácter de anticipación, sino reflejo.
- c) Las dos son incorrectas.

Información de Firmantes del Documento



MADRID

JOSE LUIS RODRIGO RODRIGO
EVA MARIA MEDINA FERNANDEZ - PREPARADOR FISICO
JOSE JAVIER SÁNCHEZ LÓPEZ - JEFE DE DEPARTAMENTO
RICARDO NAVACERRADA PEÑAS - SUBDIRECTOR GENERAL DE PROMOCIÓN DEL DEPORTE
URL de Verificación: https://servint.madrid.es/VECSV_WBCONSULTAINTRA/VerificarCove.do

Fecha Firma: 07/11/2024 08:55:16
Fecha Firma: 07/11/2024 22:49:03
Fecha Firma: 08/11/2024 09:00:34
Fecha Firma: 08/11/2024 09:57:18
CSV : 1DFE6BFBDX3YF6PL





- 44.- ¿Quién elabora las Normas U.E.N.?:**
- La asociación española de normalización.
 - El Comité europeo de normalización.
 - La Agencia europea de normalización.
- 45.- ¿Cómo se llaman los libros que contemplan las normas N.I.D.E.?:**
- Normativas sobre campos pequeños campos grandes y atletismo, y piscinas.
 - Normativa sobre campos pequeños, normativa sobre campos grandes y atletismo y normativa sobre piscinas y normativa sobre deportes de hielo.
 - Normas sobre campos cubiertos y normas sobre espacios cerrados.
- 46.- Entre las siguientes afirmaciones ¿Cuál es la verdadera para una piscina en la C.A.M.?:**
- Si las piscinas miden entre 500 y 1000 m2 se debe contratar a un profesional médico o de enfermería, que debe disponer del material necesario para atender a un herido en el recinto si se da la situación.
 - Es obligatorio que las piscinas cuenten con dos socorristas que estén siempre presentes durante todo el horario de apertura (excepto que se trate de la piscina de una comunidad de propietarios con menos de 30 viviendas, en cuyo caso no es obligatorio).
 - Ninguna de las dos anteriores.
- 47.- Di cuál de estas afirmaciones es la correcta:**
- La altura mínima libre que han de tener los locales destinados a espectáculos públicos, no será inferior a 3,20 metros, medidos desde el suelo de la sala al techo. Si existieran elementos escalonados o decorativos en algún punto de la sala, su altura libre no será en ningún caso inferior a 3,80 metros.
 - La capacidad cúbica de locales destinados a los espectadores o asistentes, como norma general no podrá ser inferior a cuatro metros cúbicos por persona, si bien en cada caso se ajustará a las condiciones esenciales de ventilación existentes en cada uno y a la índole del espectáculo o recreo a que aquéllos se destinen.
 - La altura mínima libre que han de tener los locales destinados a espectáculos públicos, no será inferior a 3,20 metros, medidos desde el suelo de la sala al techo. Si existieran elementos escalonados o decorativos en algún punto de la sala, su altura libre no será en ningún caso inferior a 2,80 metros.
- 48.- Di cuál de estos es un objetivo de la metodología de aprendizaje servicio:**
- Desarrollar competencias a través de la implicación indirecta en la acción solidaria.
 - Conectar la escuela con su entorno y con su comunidad de pertenencia.
 - Las dos son incorrectas.
- 49.- ¿Cuándo se evalúa en una metodología de Aprendizaje y Servicio?:**
- Al inicio y al final.
 - Al inicio, durante y al final.
 - Al final.

Información de Firmantes del Documento



JOSE LUIS RODRIGO RODRIGO
EVA MARIA MEDINA FERNANDEZ - PREPARADOR FISICO
JOSE JAVIER SÁNCHEZ LÓPEZ - JEFE DE DEPARTAMENTO
RICARDO NAVACERRADA PEÑAS - SUBDIRECTOR GENERAL DE PROMOCIÓN DEL DEPORTE
URL de Verificación: https://servint.madrid.es/VECSV_WBCONSULTAINTRA/VerificarCove.do

Fecha Firma: 07/11/2024 08:55:16
Fecha Firma: 07/11/2024 22:49:03
Fecha Firma: 08/11/2024 09:00:34
Fecha Firma: 08/11/2024 09:57:18
CSV : 1DFE6BFBDX3YF6PL





- 50.- En el Proceso de comunicación: la comunicación técnica. ¿Cuántos niveles presenta?:**
- 1.
 - 2.
 - 3.
- 51.- En la visión convencional de un macrociclo, decid a qué periodo de entrenamiento corresponden los objetivos de: mejora gradual del estado de preparación y logro de preparación estable elevando los resultados con cierto rango de variación:**
- Periodo de entrenamiento Preparatorio.
 - Periodo de entrenamiento Competitivo.
 - Periodo de entrenamiento Transición.
- 52.- Según Contreras et al. (2001) la segunda fase de la iniciación deportiva es aquella en la que:**
- Se aprenden los elementos constitutivos de varios deportes orientando dicho proceso hacia los movimientos técnico-tácticos.
 - Se aprenden a grandes rasgos los elementos constitutivos de uno o varios deportes orientando dicho proceso hacia los movimientos técnico-tácticos.
 - Se aprenden a grandes rasgos los elementos constitutivos de uno o varios deportes orientando dicho proceso hacia los movimientos técnicos.
- 53.- ¿Cuál de los siguientes autores define la evaluación como un proceso dinámico, continuo y sistemático enfocado hacia los cambios de la conducta del alumnado, mediante el cual verificamos los logros adquiridos en función de los objetivos propuestos?:**
- Sánchez Bañuelos, F.
 - Blázquez, D.
 - Viciano, J.
- 54.- De acuerdo con Exeter y Connell (2010) las fibras tipo II: son las fibras de mayor tamaño, capaces de producir fuertes contracciones musculares y cuya velocidad de acortamiento es mucho más rápida que las fibras lentas, debido a que:**
- Cuentan con un retículo sarcoplasmático más desarrollado y, por ende, una liberación de calcio más eficaz.
 - Cuentan con un retículo sarcoplasmático menos desarrollado y, por ende, una liberación de calcio menos eficaz.
 - Cuentan con un retículo sarcoplasmático más desarrollado y, por ende, una liberación de calcio menos eficaz.
- 55.- Los métodos de entrenamiento están íntimamente relacionados con los objetivos y dentro del ámbito de la musculación, existen 3 tipos:**
- Resistencia muscular: entrenamientos basados en un alto número de repeticiones (normalmente > 12-15) pero con menos series por ejercicio (2-3).
Hipertrofia muscular: requiere un mayor volumen de entrenamiento (3-6 series)

Información de Firmantes del Documento



JOSE LUIS RODRIGO RODRIGO
EVA MARIA MEDINA FERNANDEZ - PREPARADOR FISICO
JOSE JAVIER SÁNCHEZ LÓPEZ - JEFE DE DEPARTAMENTO
RICARDO NAVACERRADA PEÑAS - SUBDIRECTOR GENERAL DE PROMOCIÓN DEL DEPORTE
URL de Verificación: https://servint.madrid.es/VECSV_WBCONSULTAINTRA/VerificarCove.do

Fecha Firma: 07/11/2024 08:55:16
Fecha Firma: 07/11/2024 22:49:03
Fecha Firma: 08/11/2024 09:00:34
Fecha Firma: 08/11/2024 09:57:18
CSV : 1DFE6BFDX3YF6PL





por ejercicio) y una cantidad de repeticiones intermedia (6-12). Fuerza máxima: donde se reducen las repeticiones por serie (< 6) y se mantiene el volumen por ejercicio (3-6 series).

- b) Resistencia muscular: entrenamientos basados en un alto número de repeticiones (normalmente < 12-15) pero con menos series por ejercicio (1-2). Hipertrofia muscular: requiere un mayor volumen de entrenamiento (3-6 series por ejercicio) y una cantidad de repeticiones intermedia (6-12). Fuerza máxima: donde se reducen las repeticiones por serie (< 6) y se mantiene el volumen por ejercicio (3-6 series).
- c) Resistencia muscular: entrenamientos basados en un alto número de repeticiones (normalmente > 12-15) pero con menos series por ejercicio (1-2). Hipertrofia muscular: requiere un mayor volumen de entrenamiento (3-6 series por ejercicio) y una cantidad de repeticiones intermedia (6-12). Fuerza máxima: donde se reducen las repeticiones por serie (> 6) y se mantiene el volumen por ejercicio (3-6 series).

56.- Existen distintos motivos que pueden inducir a parar el ejercicio (ACSM):

- a) Situación de urgencia: presencia de malestar, náuseas, fiebre o falta de aliento durante el ejercicio. Situación potencialmente peligrosa: cualquiera en la que el sujeto pierda el conocimiento (respiración y pulso presentes). Situación peligrosa para la vida del sujeto: cualquier episodio que esté acompañado de la falta de respuesta de pulso o respiración.
- b) Situación de urgencia: presencia náuseas, fiebre o falta de aliento durante el ejercicio. Situación potencialmente peligrosa: cualquiera en la que el sujeto pierda el conocimiento. Situación peligrosa para la vida del sujeto: cualquier episodio que esté acompañado de la falta de respuesta del sujeto.
- c) Situación sin urgencia: presencia de malestar, náuseas, fiebre o falta de aliento durante el ejercicio. Situación potencialmente peligrosa: cualquiera en la que el sujeto pierda el conocimiento (respiración y pulso presentes). Situación peligrosa para la vida del sujeto: cualquier episodio que esté acompañado de la falta de respuesta de pulso o respiración.

57.- ¿Sobre qué tres pilares se sustenta la experiencia tanto de ir a entrenar a un centro fitness como la de realizar una sesión de entrenamiento? (Forteza, Comellas y López de Viñaspre, 2013):

- a) El propio cliente, los tangibles (instalación y equipamiento) y el personal.
- b) La disponibilidad horaria, la frecuencia semanal y la intensidad de la sesión.
- c) El cliente, la frecuencia semanal y la ubicación de la propia instalación.

58.- El aumento de la masa muscular es un objetivo muy deseado en la sala de musculación. Algunas de las pautas generales para el entrenamiento de la hipertrofia son:

- a) Cargas de entrenamiento máximas: 85-90% de la 1RM (ACSM, 2009). Tiempo de recuperación con intervalos de descanso entre 1-3 minutos (Helms et al., 2015). Rango de repeticiones: de 6-12 repeticiones (Bompa y Cornacchia, 2002).
- b) Cargas de entrenamiento submáximas: 65-75% de la 1RM (ACSM, 2009). Tiempo de recuperación con intervalos de descanso entre 5 minutos (Helms et

Información de Firmantes del Documento



JOSE LUIS RODRIGO RODRIGO
EVA MARIA MEDINA FERNANDEZ - PREPARADOR FISICO
JOSE JAVIER SÁNCHEZ LÓPEZ - JEFE DE DEPARTAMENTO
RICARDO NAVACERRADA PEÑAS - SUBDIRECTOR GENERAL DE PROMOCIÓN DEL DEPORTE
URL de Verificación: https://servint.madrid.es/VECSV_WBCONSULTAINTRA/VerificarCove.do

Fecha Firma: 07/11/2024 08:55:16
Fecha Firma: 07/11/2024 22:49:03
Fecha Firma: 08/11/2024 09:00:34
Fecha Firma: 08/11/2024 09:57:18
CSV : 1DFE6BFBDX3YF6PL





al., 2015). Rango de repeticiones: de 6-12 repeticiones (Bompa y Cornacchia, 2002).

- c) Cargas de entrenamiento submáximas: 65-85% de la 1RM (ACSM, 2009). Tiempo de recuperación con intervalos de descanso entre 1-3 minutos (Helms et al., 2015). Rango de repeticiones: de 6-12 repeticiones (Bompa y Cornacchia, 2002).

59.- Es de vital importancia controlar la velocidad de ejecución para programar el entrenamiento de fuerza. La pérdida de velocidad en la serie es un indicador de alta validez para estimar la fatiga (González-Badillo et al., 2017). Se han programado 6(12) repeticiones para un sujeto. Cuando lleva 3, ha perdido un 10% de la velocidad de la primera repetición. Lo más adecuado sería:

- a) Seguir hasta que pierda un 15%.
b) Seguir hasta que pierda un 30%.
c) Parar en ese momento.

60.- De acuerdo con el Comité Olímpico Internacional (COI) se entiende como doping:

- a) La administración o uso por parte de un atleta de cualquier sustancia ajena al organismo o cualquier sustancia fisiológica tomada en cantidad anormal o por una vía anormal, con la sola intención de aumentar en un modo artificial y deshonesto su rendimiento en la competición.
b) El uso por parte de un atleta de cualquier sustancia ajena al organismo o cualquier sustancia fisiológica tomada en cantidad anormal con la sola intención de aumentar en un modo artificial y deshonesto su rendimiento en la competición.
c) La administración o uso por parte de un atleta de cualquier sustancia tomada en cantidad anormal o por una vía anormal, con la sola intención de aumentar en un modo artificial y deshonesto su rendimiento en la competición.

61.- De acuerdo con el ACSM (2016) ¿cuánto es la ingesta recomendada de hidratos de carbono para un nivel de ejercicio moderado? Entendiendo ejercicio moderado como ejercicio de moderada intensidad de 1 hora al día:

- a) 5-7 gr/kg/día.
b) 6-10 gr/kg/día.
c) 8-12 gr/kg/día.

62.- ¿Cuáles son los criterios para clasificar las lesiones deportivas? (Bahr et al., 2020):

- a) El mecanismo que las produjo, el área dañada, el tipo de tejido afectado, el modo de inicio o aparición y el grado de lesión que se diagnostica.
b) La región corporal, el tipo de tejido afectado y el grado de lesión que se diagnostica.
c) La región corporal y el área dañada, el mecanismo que las produjo, el tipo de tejido afectado y el modo de inicio o aparición.

Información de Firmantes del Documento



JOSE LUIS RODRIGO RODRIGO
EVA MARIA MEDINA FERNANDEZ - PREPARADOR FISICO
JOSE JAVIER SÁNCHEZ LÓPEZ - JEFE DE DEPARTAMENTO
RICARDO NAVACERRADA PEÑAS - SUBDIRECTOR GENERAL DE PROMOCIÓN DEL DEPORTE
URL de Verificación: https://servint.madrid.es/VECSV_WBCONSULTAINTRA/VerificarCove.do

Fecha Firma: 07/11/2024 08:55:16
Fecha Firma: 07/11/2024 22:49:03
Fecha Firma: 08/11/2024 09:00:34
Fecha Firma: 08/11/2024 09:57:18
CSV : 1DFE6BFBDX3YF6PL





- 63.- ¿Cuántas áreas describen (Bahr et al., 2020) con relación a la región corporal de la lesión?:**
- a) 6.
 - b) 21.
 - c) 15.
- 64.- ¿Qué cuestionario proporciona información sobre la intensidad, frecuencia y duración de las actividades realizadas durante una semana?**
- a) GPAQ.
 - b) PAR-Q.
 - c) KTK.
- 65.- En lo que al tiempo de reacción se refiere (García-Manso et al., 1996):**
- a) Es una cualidad ligada a la maduración del SNC.
 - b) Mejora en las últimas etapas de la vida.
 - c) Ambas son incorrectas.
- 66.- El entrenamiento continuo extensivo para el desarrollo de la resistencia:**
- a) Se trabaja a una intensidad baja media por debajo del segundo umbral ventilatorio.
 - b) Se utiliza el metabolismo anaeróbico únicamente.
 - c) La intensidad ha de estar entre el 80 - 85% de la frecuencia cardiaca máxima.
- 67.- Algunas variables del entrenamiento interválico son:**
- a) Frecuencia cardiaca cercana al 90-95% de la FCmax.
 - b) Valores en torno a 10 de la Escala de Borg.
 - c) Ambas son incorrectas.
- 68.- Recomendaciones de entrenamiento con cargas en personas con obesidad (McInnis, 2000):**
- a) Frecuencia: 2-3 días por semana. Intensidad: 60-80% de la RM. Repeticiones: de 8-15 repeticiones por cada grupo muscular.
 - b) Frecuencia: 2-3 días por semana. Intensidad: 85% de la RM. Repeticiones: de 5-8 repeticiones por cada grupo muscular.
 - c) Frecuencia: 2-3 días por semana. Intensidad: 40-60% de la RM. Repeticiones: de 15-20 repeticiones por cada grupo muscular.
- 69.- Recomendaciones de entrenamiento con cargas en personas hipertensas (Sharman et al., 2015):**
- a) Trabajar con la maniobra de Valsalva. Repeticiones: de 8-12 repeticiones por cada grupo muscular.
 - b) Evitar la maniobra de Valsalva. Repeticiones de 10-15 repeticiones por cada grupo muscular.
 - c) Ninguna de las anteriores.
- 70.- Según Sniffer (1993) la velocidad motora se diferencia en:**
- a) Formas puras: velocidad de reacción y velocidad de frecuencia. Formas complejas: velocidad de la fuerza, resistencia de la fuerza rápida.

Información de Firmantes del Documento



JOSE LUIS RODRIGO RODRIGO
EVA MARIA MEDINA FERNANDEZ - PREPARADOR FISICO
JOSE JAVIER SÁNCHEZ LÓPEZ - JEFE DE DEPARTAMENTO
RICARDO NAVACERRADA PEÑAS - SUBDIRECTOR GENERAL DE PROMOCIÓN DEL DEPORTE
URL de Verificación: https://servint.madrid.es/VECSV_WBCONSULTAINTRA/VerificarCove.do

Fecha Firma: 07/11/2024 08:55:16
Fecha Firma: 07/11/2024 22:49:03
Fecha Firma: 08/11/2024 09:00:34
Fecha Firma: 08/11/2024 09:57:18
CSV : 1DFE6BFBDX3YF6PL





- b) Formas puras: velocidad de reacción, velocidad de acción y velocidad de frecuencia. Formas complejas: velocidad de la fuerza, resistencia de la fuerza rápida y resistencia de la velocidad máxima.
- c) Formas condicionales y formas coordinativas.

71.- El entrenamiento de pliometría también se denomina:

- a) Entrenamiento de la elasticidad (Zanon ,1975).
- b) Entrenamiento activo (Schröder, 1975).
- c) Entrenamiento concéntrico (Schmidtbleicher y cols, 1978).

72.- Dentro de la clasificación de las capacidades físicas básicas. Según Weineck (2016), la flexibilidad sería:

- a) Una capacidad coordinativa.
- b) Una capacidad condicional.
- c) Una cualidad motriz adaptativa.

73.- De acuerdo con Bernal y Piñeiro (2009) la facilitación neuromuscular propioceptiva (FNP) se clasifica dentro de los métodos de entrenamiento de la flexibilidad:

- a) Estáticos.
- b) Dinámicos.
- c) Adaptados.

74.- Según la Ley 39/2015, de 1 de octubre, del Procedimiento Administrativo Común de las Administraciones Públicas, las notificaciones se practicarán:

- a) Siempre por medios electrónicos.
- b) Preferentemente por medios electrónicos y, en todo caso, cuando el interesado resulte obligado a recibirlas por esta vía.
- c) Siempre por el medio elegido por el interesado.

75.- ¿Cuál de las siguientes competencias está atribuida al Pleno del Ayuntamiento, en el régimen de municipios de gran población?:

- a) Ejercer la superior dirección del personal al servicio de la Administración municipal.
- b) La aprobación y modificación de los reglamentos de naturaleza orgánica.
- c) Establecer las directrices generales de la acción de gobierno municipal y asegurar su continuidad.

76.- Según el Artículo 59 del Estatuto Básico del Empleado Público, en las ofertas de empleo público:

- a) Se reservará un cupo no inferior al 8% de las vacantes para ser cubiertas entre personas con discapacidad.
- b) Se reservará un cupo no inferior al 5% de las vacantes para ser cubiertas entre personas con discapacidad.
- c) Se reservará un cupo no inferior al 7% de las vacantes para ser cubiertas entre personas con discapacidad.

Información de Firmantes del Documento



JOSE LUIS RODRIGO RODRIGO
EVA MARIA MEDINA FERNANDEZ - PREPARADOR FISICO
JOSE JAVIER SÁNCHEZ LÓPEZ - JEFE DE DEPARTAMENTO
RICARDO NAVACERRADA PEÑAS - SUBDIRECTOR GENERAL DE PROMOCIÓN DEL DEPORTE
URL de Verificación: https://servint.madrid.es/VECSV_WBCONSULTAINTRA/VerificarCove.do

Fecha Firma: 07/11/2024 08:55:16
Fecha Firma: 07/11/2024 22:49:03
Fecha Firma: 08/11/2024 09:00:34
Fecha Firma: 08/11/2024 09:57:18
CSV : 1DFE6BFBDX3YF6PL





77.- La Ordenanza municipal reguladora de la normativa de usuarios e instalaciones deportivas municipales y régimen sancionador las instalaciones deportivas municipales, recoge respecto de los usuarios de la Tarjeta Cuota Cero, que:

- a) La condición de usuario de cuota cero tendrá una validez semestral o anual.
- b) La condición de usuario de cuota cero tendrá una validez temporal.
- c) La condición de usuario de cuota cero tendrá una validez definitiva.

78.- La carta olímpica recoge sobre la pertenencia al movimiento olímpico:

- a) Que exige ajustarse a la Carta Olímpica y contar con el reconocimiento del COI.
- b) Que el Movimiento Olímpico está sujeto a las disposiciones de la Carta Olímpica, pero no a las decisiones del COI.
- c) Que el COI no puede reconocer a organizaciones no gubernamentales relacionadas con el deporte.

79.- Según recoge la Ley 19/2007, de 11 de julio, contra la violencia, el racismo, la xenofobia y la intolerancia en el deporte, el quebrantamiento de las sanciones impuestas en materia de violencia, racismo, xenofobia e intolerancia en el deporte, se considera:

- a) Una falta leve.
- b) Una falta grave.
- c) Una falta muy grave.

80.- La edad mínima para participar en los procesos selectivos, tanto para personal funcionario como para personal laboral, se fija en el Estatuto Básico del Empleado Público en:

- a) Dieciocho años cumplidos.
- b) Dieciséis años cumplidos.
- c) Dieciocho años cumplidos en el año de la convocatoria.

81.- ¿Cómo se denomina la vigente iniciativa colaborativa global propuesta por la Organización Mundial de la Salud respecto a las personas mayores y su calidad de vida?:

- a) Vienna International Plan of Action on Ageing (2021-2030).
- b) The United Nations Decade of Healthy Ageing (2021–2030).
- c) World Assembly of Ageing (2023).

82.- Según La norma UNE-EN 12193, Iluminación de instalaciones deportivas ¿El nivel de alumbrado proporcionado por una instalación de alumbrado decrece a lo largo de la vida como resultado de...?:

- a) La degradación de las lámparas y las luminarias y la acumulación de suciedad en las lámparas.
- b) El tamaño inadecuado de las ventanas para la entrada de luz natural.
- c) Las otras dos respuestas son correctas.

83.- En caso de pérdida de la condición de funcionario por haber sido condenado a la pena principal o accesoria de inhabilitación:

Información de Firmantes del Documento



JOSE LUIS RODRIGO RODRIGO
EVA MARIA MEDINA FERNANDEZ - PREPARADOR FISICO
JOSE JAVIER SÁNCHEZ LÓPEZ - JEFE DE DEPARTAMENTO
RICARDO NAVACERRADA PEÑAS - SUBDIRECTOR GENERAL DE PROMOCIÓN DEL DEPORTE
URL de Verificación: https://servint.madrid.es/VECSV_WBCONSULTAINTRA/VerificarCove.do

Fecha Firma: 07/11/2024 08:55:16
Fecha Firma: 07/11/2024 22:49:03
Fecha Firma: 08/11/2024 09:00:34
Fecha Firma: 08/11/2024 09:57:18
CSV : 1DFE6BFBDX3YF6PL





- a) Los órganos de gobierno de las Administraciones Públicas, una vez extinguida, la pena, podrán conceder con carácter excepcional y de oficio, la rehabilitación, atendiendo a las circunstancias y entidad del delito cometido.
- b) Los órganos de gobierno de las Administraciones Públicas podrán conceder, con carácter excepcional, la rehabilitación, a petición del interesado atendiendo a las circunstancias y entidad del delito cometido.
- c) Una vez solicitada por parte del funcionario la rehabilitación, si transcurrido el plazo para dictar resolución, no se hubiera producido de forma expresa, se entenderá estimada la solicitud.

84.- La Ley Orgánica 3/2007, de 22 de marzo, para la igualdad efectiva de mujeres y hombres, tiene por objeto:

- a) Hacer efectivo el derecho de igualdad de trato y de oportunidades entre mujeres y hombres.
- b) Promover las condiciones para que la igualdad del individuo y de los grupos en que se integra sean reales y efectivas.
- c) Combatir todas las manifestaciones de discriminación, directa o indirecta, por razón de sexo.

85.- Según la Ley 39/2015, de 1 de octubre, del Procedimiento Administrativo Común de las Administraciones Públicas, los interesados en un procedimiento tienen derecho a formular alegaciones:

- a) En cualquier fase del procedimiento anterior a la finalización del mismo.
- b) En cualquier fase del procedimiento anterior al trámite de audiencia.
- c) En cualquier momento, incluso fuera del procedimiento.

Información de Firmantes del Documento



MADRID

JOSE LUIS RODRIGO RODRIGO
EVA MARIA MEDINA FERNANDEZ - PREPARADOR FISICO
JOSE JAVIER SÁNCHEZ LÓPEZ - JEFE DE DEPARTAMENTO
RICARDO NAVACERRADA PEÑAS - SUBDIRECTOR GENERAL DE PROMOCIÓN DEL DEPORTE
URL de Verificación: https://servint.madrid.es/VECSV_WBCONSULTAINTRA/VerificarCove.do

Fecha Firma: 07/11/2024 08:55:16
Fecha Firma: 07/11/2024 22:49:03
Fecha Firma: 08/11/2024 09:00:34
Fecha Firma: 08/11/2024 09:57:18
CSV : 1DFE6BFBDX3YF6PL



ANEXO II - PLANTILLA DE RESPUESTAS

Nº P	R								
1	A	21	A	41	A	61	A	81	B
2	B	22	B	42	A	62	A	82	A
3	C	23	C	43	A	63	B	83	B
4	C	24	A	44	A	64	A	84	A
5	B	25	A	45	B	65	A	85	B
6	C	26	C	46	A	66	A		
7	A	27	A	47	B	67	A		
8	C	28	B	48	B	68	A		
9	A	29	A	49	B	69	B		
10	C	30	A	50	C	70	B		
11	A	31	C	51	B	71	A		
12	B	32	A	52	B	72	B		
13	A	33	A	53	B	73	B		
14	B	34	A	54	A	74	B		
15	B	35	A	55	A	75	B		
16	B	36	B	56	C	76	C		
17	C	37	A	57	A	77	B		
18	A	38	A	58	C	78	A		
19	C	39	C	59	A	79	C		
20	A	40	A	60	A	80	B		

Información de Firmantes del Documento



JOSE LUIS RODRIGO RODRIGO
 EVA MARIA MEDINA FERNANDEZ - PREPARADOR FISICO
 JOSE JAVIER SÁNCHEZ LÓPEZ - JEFE DE DEPARTAMENTO
 RICARDO NAVACERRADA PEÑAS - SUBDIRECTOR GENERAL DE PROMOCIÓN DEL DEPORTE
 URL de Verificación: https://servint.madrid.es/VECSV_WBCONSULTAINTRA/VerificarCove.do

Fecha Firma: 07/11/2024 08:55:16
 Fecha Firma: 07/11/2024 22:49:03
 Fecha Firma: 08/11/2024 09:00:34
 Fecha Firma: 08/11/2024 09:57:18
 CSV : 1DFE6BFBDX3YF6PL

