



**CICLO FORMATIVO DE GRADO MEDIO
TÉCNICO EN EMERGENCIAS Y PROTECCIÓN CIVIL**

**INSTRUCCIONES PARA LA REALIZACIÓN DE LAS PRUEBAS FÍSICAS Y ENTREVISTA
PERSONAL**

FECHA	HORA	ACTUACIONES
03-07-18	9:00	Realización de pruebas físicas
04-07-18	9:00	Entrevistas personales

En la realización de las pruebas físicas, la presentación será en el CIFP Hespérides (imprescindible DNI) y posteriormente nos trasladaremos al lugar indicado para la realización de las pruebas.

Las entrevistas personales se realizarán en el CIFP Hespérides
Para las entrevistas se publicará un listado con el día y la hora aproximada de realización.

REQUISITOS GENERALES:

Los requisitos generales de admisión son los establecidos por la Dirección General de FP para la admisión de alumnos a ciclos formativos de FP.

REQUISITOS ESPECÍFICOS:

Los requisitos específicos de admisión son los establecidos en la **RESOLUCIÓN DE LA DIRECCIÓN GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL Y ENSEÑANZAS DE RÉGIMEN ESPECIAL, POR LA QUE SE ESTABLECEN LAS INSTRUCCIONES QUE REGULAN EL PROCESO DE ADMISIÓN DE ALUMNOS PARA DETERMINADOS CICLOS FORMATIVOS CON MODALIDAD DUAL EN LA REGIÓN DE MURCIA PARA EL CURSO 2018/19.**

Según se indica Para ser admitido por la empresa adherida al proyecto dual de este ciclo formativo será necesario, los siguientes requisitos:

- Tener cumplidos 18 años de edad y no exceder de la edad máxima de jubilación a la fecha del comienzo del curso
- Estar en posesión de un **certificado médico** con una antigüedad máxima de tres meses debidamente homologado acreditando la aptitud para la realización de las pruebas de aptitud física del ciclo formativo solicitado.



INFORMACIÓN GENERAL

El proceso de selección se hará en base a los listados provisionales de admitidos publicados por la Dirección General de FP. Una vez que la Dirección General de FP publique los listados definitivos de admitidos, el CIFP Hespérides publicará los alumnos seleccionados por la empresa. En el caso de haber alguna variación de alumnado entre la lista provisional y la definitiva, se realizarán las pruebas de selección a los alumnos implicados.

En los listados provisionales y definitivo publicados por la Dirección General de FP, TODOS los alumnos aparecerán como NO ADMITIDOS y por orden de puntuación.

SE CONVOCA A LOS INTEGRANTES DEL LISTADO PROVISIONAL DE ADMITIDOS PARA LA REALIZACIÓN DE LAS PRUEBAS DE SELECCIÓN, DE ACUERDO A LO ESTABLECIDO EN LA RESOLUCIÓN ANTERIORMENTE MENCIONADA:

“b) De la lista de admitidos definitiva de la fase ordinaria serán preseleccionados como máximo el número de candidatos siguientes:

- Vía de ESO: 24.
- Vía de FP Básica: 14.
- Vía de Prueba de Acceso: 5.
- Vía de Otros Accesos: 5.
- Reserva de discapacidad: 1.
- Reserva de deportista de alto nivel y rendimiento: 1.

Sin perjuicio de la redistribución de vacantes establecida en la Resolución de admisión de formación profesional para el curso 2018/19 que se aplicaría en caso de no disponer de candidatos suficientes en alguna de las vías.”

Se informa que en este ciclo formativo, los gastos inherentes a la participación en estos ciclos formativos de modalidad dual referidos a equipamiento personal y reconocimiento médico específico serán por cuenta del propio alumno.

Asimismo, será por cuenta de los alumnos los gastos derivados de las actividades extraescolares con ampliación de horario que impliquen viajes y estancias.

Aquellos alumnos que DEFINITIVAMENTE estén admitidos en cualquier otro ciclo formativo deben formalizar la matrícula en el mismo en previsión de no ser admitidos en el ciclo de Emergencias y Protección Civil. En el caso de ser admitidos al ciclo de Emergencias y Protección Civil, realizarían una anulación de la matrícula en el otro ciclo.

MATERIAL NECESARIO PARA LA REALIZACIÓN DE LAS PRUEBAS FÍSICAS:

- Traje de baño.
- Toalla.
- Ropa deportiva.

VALORACIÓN DE LAS PRUEBAS DE SELECCIÓN

- Con la realización de las pruebas se pretende verificar que el aspirante reúne los requisitos mínimos para el adecuado seguimiento de los módulos a impartir así como la realización de las actividades y prácticas de los mismos.
- Las marcas indicadas en cada una de las pruebas se incluyen a modo orientativo y para que sirvan de referencia al aspirante
- La selección será realizada por la empresa con la información obtenida de las pruebas físicas y las entrevistas personales. Buscará, en todo caso, alumnos que se adapten al perfil profesional requerido para el desarrollo de su actividad.

1.- Pruebas Físicas:

PRUEBA 1: FUERZA TREN INFERIOR

Objetivo:

- Medir la potencia de las piernas.

¿Qué necesitas?

- Superficie plana y consistente (cemento, asfalto, tartán, Etc). Pared o escala graduada en centímetros y a la altura conveniente. Yeso o talco.

Posición inicial:

- Colócate de lado, junto a la pared y levanta los dos brazos extendidos hacia arriba. Los hombros deben mantenerse a la misma altura, sin ser elevados. En esa postura, marca con el extremo de los dedos la altura que alcances.

Desarrollo de la prueba:

- Salta tan alto como puedas y marca con los dedos el nivel que logres alcanzar.

Ten en cuenta que:

- Se medirán los centímetros entre la marca de la primera posición y la lograda con el salto.
- Puedes mover los brazos, flexionar el tronco o las rodillas y levantar los talones pero no puedes desplazarte o perder el contacto con el suelo de uno o los dos pies antes de realizar el salto.
- El día de la prueba podrás intentarlo dos veces pero sólo se anotará la mejor marca lograda.



Marca de referencia:

- Hombre: 42 cm
- Mujer: 36 cm

PRUEBA 2: FUERZA TREN SUPERIOR

Objetivo:

- Medir la fuerza-resistencia de los principales músculos extensores de los miembros superiores.

¿Qué necesitas?

- Superficie plana y consistente (cemento, asfalto, tartán, etc).
- Almohadilla o esterilla.

Posición inicial:

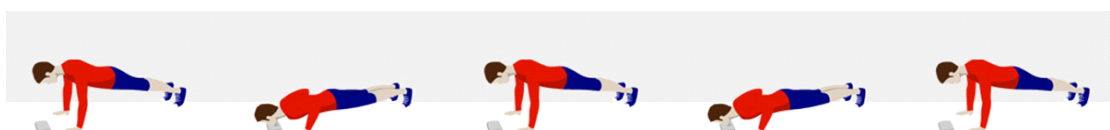
- Sitúate en la posición de “tierra inclinada” hacia delante, coloca las manos en la posición más cómoda, manteniendo los brazos estirados y perpendiculares al suelo con una separación entre ellos igual a la anchura de tus hombros.

Desarrollo de la prueba:

- Tendrás que realizar tantas flexiones-extensiones continuadas como puedas, teniendo en cuenta que se contabilizará como efectuada una flexión-extensión cuando se toque con la barbilla la almohadilla y se vuelva a la posición de partida, manteniendo en todo momento los hombros, espalda y piernas en prolongación formando una línea recta.

Ten en cuenta que:

- Se permite, durante la duración del ejercicio, realizar un descanso, en cualquier momento, siempre que se realice con los brazos extendidos.
- La zona de contacto de la barbilla con el suelo se almohadillará. Se permitirán dos intentos, espaciados entre sí el tiempo suficiente para permitir que te recuperes.
- No se considerará como válida toda flexión-extensión de brazos que no sea completa y simultánea o cuando se apoye en el suelo, parte distinta a la barbilla, manos o punta de los pies



Marca de referencia:

- Hombre: 18
- Mujer: 12



PRUEBA 3: 50 m libres

Objetivo:

- Medir la destreza y la aptitud en el medio acuático.

¿Qué necesitas?

- Una piscina de longitud suficiente para la realización de la prueba.
Un cronómetro.

Posición inicial:

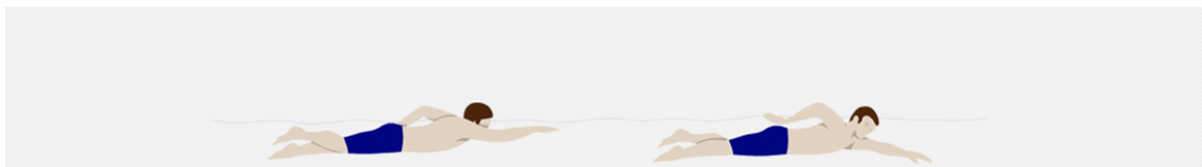
- Sitúate de pie sobre el borde de la piscina, preparado para realizar la prueba.

Desarrollo de la prueba:

- Adoptada la posición de salida, a la señal determinada por el juez, lánzate al agua y recorre 50 metros nadando a estilo libre, con las normas que se especifican a continuación.

Ten en cuenta que:

- El recorrido se realizará de forma libre sin apoyarse en el fondo de la piscina o en la corchera.
- Cuando realices el recorrido en dos tramos, al finalizar el primero, deberás tocar sin apoyo y/o parada en la pared de la piscina con cualquier parte del cuerpo, pudiendo impulsarte con los pies para realizar el recorrido de vuelta. La prueba habrá finalizado cuando toques la pared de la piscina en el momento de la llegada, de forma visible para el juez de llegada o superes el tiempo exigido para pasar la prueba.
- El tiempo invertido en la prueba se medirá en segundos.
- Se realizará un solo intento.
- Sólo se permitirán dos salidas nulas.
- Dadas las características de esta prueba, sólo al finalizar la misma, el juez dictaminará si has cumplido el recorrido conforme a las reglas que se determinan.



Marca de referencia:

- Hombre: 1´
- Mujer: 1´08



PRUEBA 4: 50 m

Objetivo:

- Medir la velocidad de traslación corporal.

¿Qué necesitas?

- Pasillo de 50 m de longitud marcado sobre una superficie plana y consistente (tartán, asfalto, etc).
- Un cronómetro.

Posición inicial:

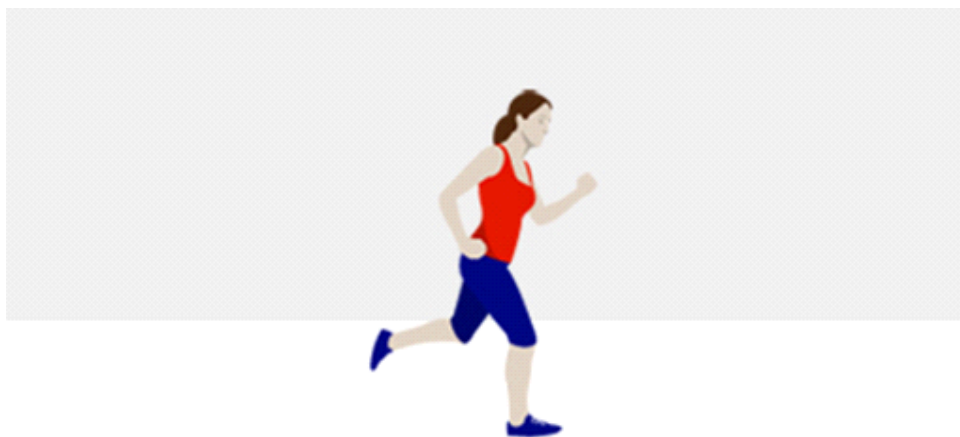
- Sitúate detrás de la línea de partida y prepárate para correr, en posición de salida de pie.

Desarrollo de la prueba:

- Adoptada la posición de salida, a la señal determinada del juez, desplázate a la máxima velocidad posible para completar el recorrido.
- El recorrido finalizará cuando superes con el pecho la línea de meta o superes el tiempo exigido a superar en la prueba.

Ten en cuenta que:

- La prueba se podrá realizar individualmente.
- Se cronometrará la prueba, valorando los segundos y centésimas de segundo.
- Se podrán realizar dos intentos con una pausa entre ellos.
- Se permitirá una sola salida nula en cada intento.



Marca de referencia:

- Hombre: 8''
- Mujer: 8,8''



PRUEBA 5: 1000m

Objetivo:

- Medir la resistencia orgánica.

¿Qué necesitas?

- Una superficie plana y consistente (normalmente tartán), con la longitud suficiente para la realización de la prueba.
- Un cronómetro.

Posición inicial:

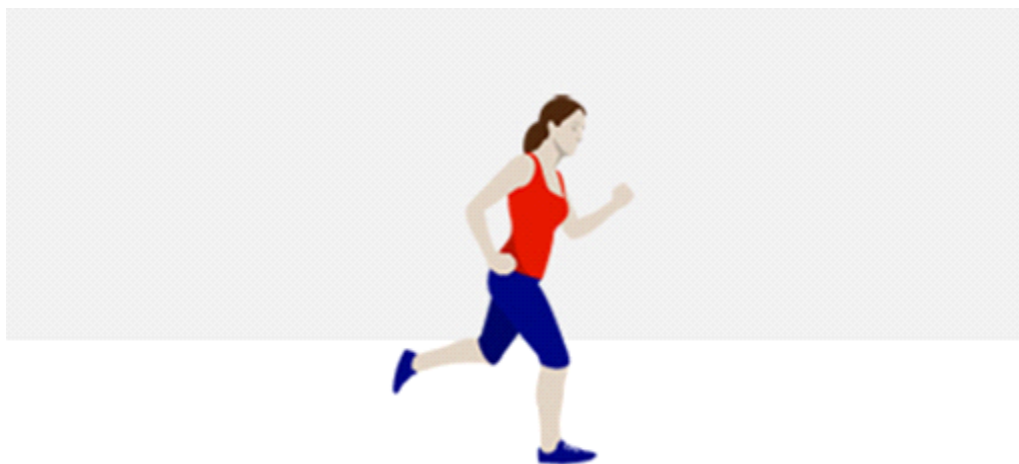
- De pie, detrás de la línea de salida.

Desarrollo de la prueba:

- Adoptada la posición de salida, a la señal determinada por el juez, tendrás que iniciar el recorrido hasta completar los 1000 m o superar el tiempo exigido para superar la prueba.

Ten en cuenta que:

- La prueba se realizará por tandas.
- Se autoriza sólo una salida nula.
- El tiempo invertido se medirá en minutos y segundos.
- Se realizará un solo intento.



Marca de referencia:

- Hombre: 3´55
- Mujer: 4´25



PRUEBA 6: CIRCUITO DE AGILIDAD

Objetivo:

- Medir la agilidad, velocidad y coordinación de tus movimientos.

¿Qué necesitas?

- Dos conos.
- Dos vallas de atletismo estándar, a una altura de 72 cm y una de ellas prolongada verticalmente por dos palos adosados a sus extremos laterales, que tienen las medidas de 170 cm x 5 cm de grosor.
- Un cronómetro.
- Área sobre cemento, asfalto o tartán.

Posición inicial:

- Sitúate detrás de la línea de partida y prepárate para correr, en posición de salida de pie.
- El lugar de salida es opcional a derecha o izquierda de la valla. Si partes desde la izquierda, el recorrido se hace de forma inversa al mostrado en la figura.

Desarrollo de la prueba:

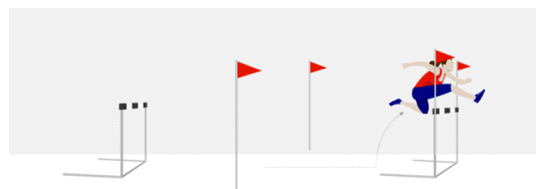
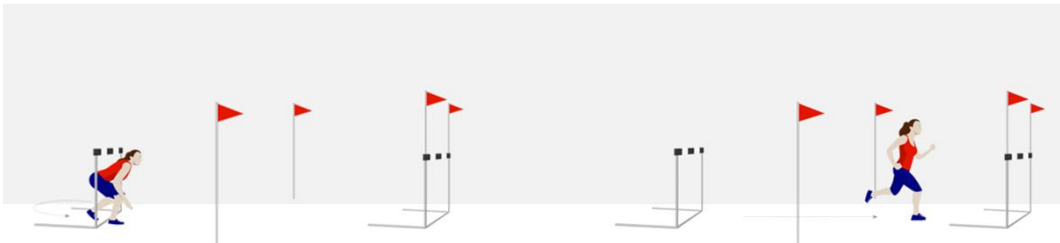
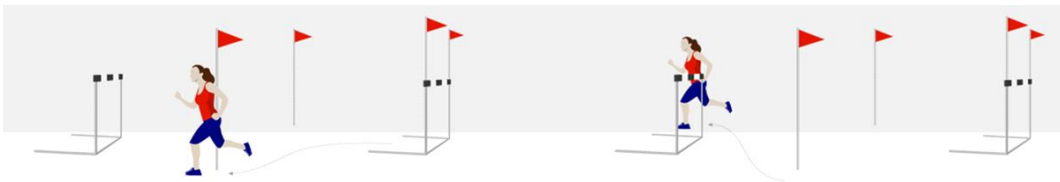
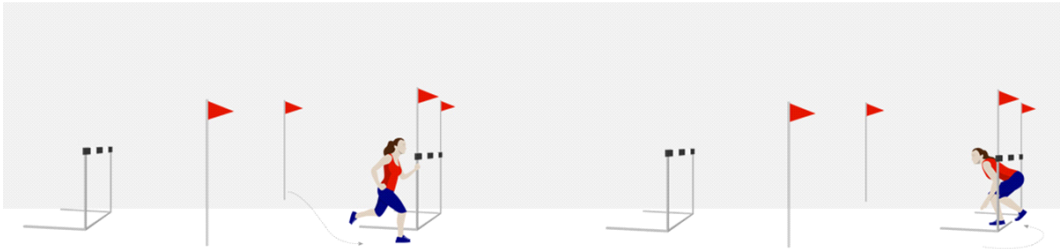
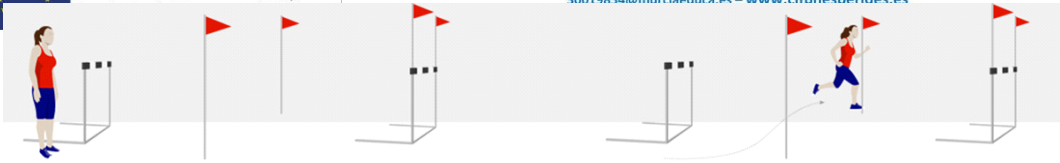
- Adoptada la posición de salida, a la señal del juez, tendrás que correr a la mayor velocidad posible para completar el recorrido en la forma que se indica en la figura.

Ten en cuenta que:

- Se efectuará el recorrido en la forma indicada en la figura.
- Se cronometrará el tiempo invertido, en segundos y décimas de segundo, contado desde la voz de “ya”, dada por el juez, hasta que toques el suelo con uno o los dos pies, tras saltar la última valla.
- Se podrán realizar dos intentos, con un descanso intermedio. Se considera intento nulo aquel que modifique el recorrido o en el caso de que se derribe algunos de los conos o vallas.



Enseñanzas Cofinanciadas por el



Marca de referencia:

- Hombre: 14''
- Mujer: 16''



PRUEBA 7: PRUEBA DE LA MOCHILA

Objetivo:

- Medir la agilidad, velocidad y coordinación de tus movimientos.

¿Qué necesitas?

- Un peso de 11 kg en hombres y 9kg en mujeres.
- Un cronómetro.
- Área sobre cemento, asfalto o tartán.

Posición inicial:

- De pie, con la carga a la espalda.

Desarrollo de la prueba:

- Hombres: caminar 3.200 m. con 11 kg. de peso en un tiempo máximo de 30 minutos.
- Mujeres: caminar 2.800 m. con 9 kg. de peso en un tiempo máximo de 30 minutos.

Ten en cuenta que:

- La mochila deberá de permitir la adaptación a la espalda, facilitando una correcta distribución del peso y volumen sobre hombros, espalda y cadera, con diferentes sistemas de regulación para que el usuario ajuste la mochila a sus características anatómicas. Es muy importante que los sistemas sean tan sencillos como efectivos, al mismo tiempo que permitan su ajuste a las características
- Se cronometrará el tiempo invertido, en segundos y décimas de segundo, contado desde la voz de “ya”, dada por el juez, hasta que toques el suelo con uno o los dos pies, tras saltar la última valla.



2. Entrevistas:

Se realizarán las entrevistas en el CIFP Hespérides. Darán comienzo a las 09:00.

Se procederá al llamamiento de los aspirantes en el orden establecido en la lista de admitidos.

Información adicional.

Una vez que se publique la lista según el orden establecido por la empresa, los 16 primeros serán convocados para la realización del reconocimiento médico. En caso de haber alguna baja entre estos, se llamará al siguiente de la lista.

El reconocimiento médico corre por cuenta de los seleccionados.

En cualquier caso, es compromiso de los seleccionados mantener actualizado el reconocimiento médico específico durante los dos años que dure el proceso educativo y la estancia en la empresa.