

COMISIÓN DE SELECCIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA

Especificaciones sobre la realización de las pruebas:

Además de lo estipulado en la Resolución de 22 de marzo de 2019, de la Consejería de Educación, Formación y Empleo, por la que se convoca procedimiento selectivo para el ingreso y acceso al cuerpo de Maestros y procedimiento para la adquisición de nuevas especialidades por los funcionarios del mencionado cuerpo (BOR 29/03/19), los aspirantes deberán tener en cuenta las siguientes especificaciones:

PRIMERA PRUEBA:

PARTE A: Ejercicio práctico

I: Condición Física.

Las pruebas se realizarán en las instalaciones del Centro de Tecnificación Deportiva “Javier Adarraga” (Camino de las Norias s/n. Logroño) y consistirán en:

a) Prueba de resistencia aeróbica:

Recorrido de 1.000 metros hombres y mujeres.

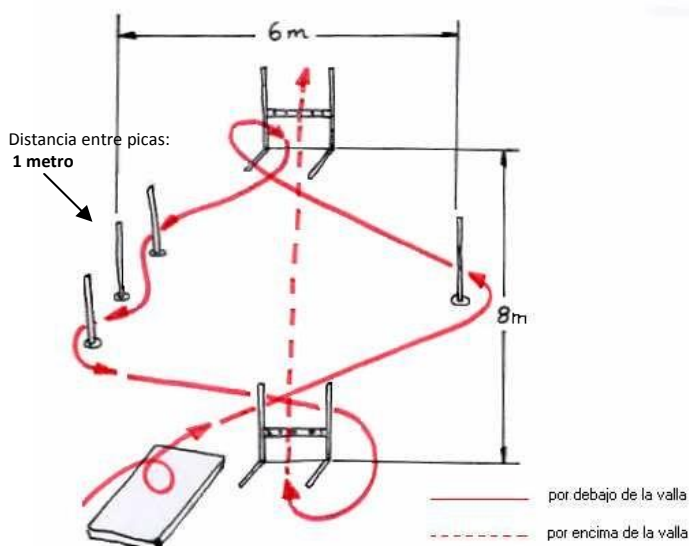
Reglas:

- La prueba será controlada por jueces de la Federación Riojana de Atletismo.
- A la orden del juez se comenzará el recorrido hasta completar la distancia marcada. El tiempo se medirá en minutos y segundos.
- Se realizará un solo intento.
- Si un candidato realiza más de una salida nula no puntuará en esta prueba.
- No está permitido el uso de zapatillas de clavos

b) Circuito de agilidad:

Posición Inicial: De pie, detrás de la colchoneta.

Salida: A la voz de “Preparados... listos... ya” iniciar el recorrido con una voltereta sobre el eje transversal hacia delante. Completar el recorrido a la mayor velocidad posible, según el gráfico.



Reglas:

- Se efectuará el recorrido según el gráfico.
- El tiempo se medirá en segundos y décimas de segundo, contando desde el “ya”, hasta que los dos pies toquen el suelo tras saltar la segunda valla.
- Se realizará un solo intento. Caso de que éste sea nulo, se dispondrá de otro a continuación.
- Será nulo todo intento que modifique el recorrido o derribe algún cono o valla.

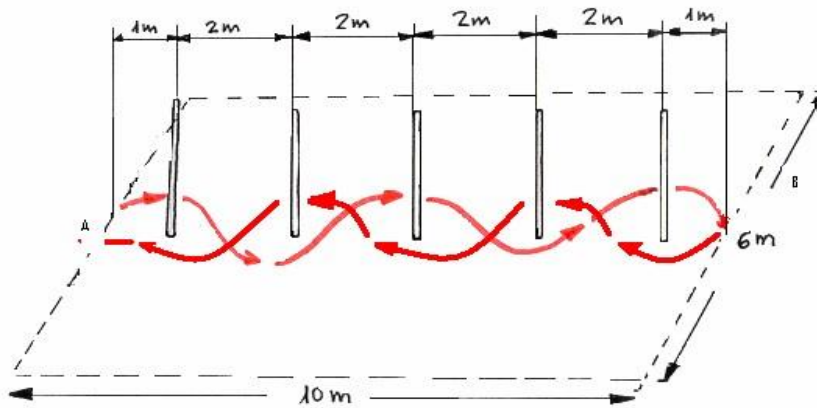
Altura de la valla: 72 cm.

c) Coordinación visomotriz:

Posición inicial: De pie detrás de la línea de salida, con el balón en las manos.

Ejecución: A la voz de "Preparados... listos... ya" deberá completarse el circuito en recorrido de ida y vuelta. El recorrido de ida deberá realizarse botando el balón, y el recorrido de vuelta se hará conduciendo el balón con el pie.

Para la realización de la prueba se utilizará un balón de voleibol.



Reglas

- Recorrido de ida:
 - Al comenzar el recorrido, se realizará el bote del balón antes de iniciar el segundo paso.
 - El recorrido se hará en zig-zag. Se podrá iniciar desde cualquiera de los lados, es decir, dejando el primer obstáculo bien a la derecha o bien a la izquierda.
 - El recorrido se realizará botando el balón de forma continuada, con una u otra mano, indistintamente.
 - Quedará completo el recorrido de ida al sobrepasar la línea "B" de forma que:
 - el candidato apoye al menos una vez un pie en el suelo tras la línea
 - el balón se deposite con las manos en el suelo tras ella
- Recorrido de vuelta
 - Se iniciará sin interrupción tras el recorrido de ida.
 - El primer obstáculo se superará por el lado contrario al de la llegada, y así sucesivamente.
 - Todo el recorrido de vuelta se realizará conduciendo el balón con uno u otro pie, indistintamente.
 - Este recorrido finalizará cuando el ejecutante con el balón sobrepase la línea "A".
- Tanto en el recorrido de ida como en el de vuelta, si el balón saliera fuera del área delimitada para el circuito, el candidato podrá cogerlo con las manos y llevarlo hacia la línea que delimita el área de ejecución y continuar el recorrido.
- El tiempo invertido se registrará en segundos y décimas de segundo.
- Se realizará un solo intento. Si es nulo, se dispondrá de otro a continuación.
- Intento Nulo: Será considerado nulo el intento en que:
 - se derribe algún obstáculo
 - se modifique el recorrido determinado
 - se vulnere cualquier aspecto de los establecidos en las Reglas

LAS TRES PRUEBAS SERÁN CALIFICADAS SEGÚN EL BAREMO QUE APARECE A CONTINUACIÓN

BAREMO PRUEBAS FÍSICAS

2019

	RESISTENCIA 1000 METROS			
	Chicos nacidos		Chicas nacidas	
	Hasta 1984	Después de 1985	Hasta 1984	Después de 1985
10	≤ 3:01	≤ 3:00	≤ 3:58	≤ 3:57
9,75	3:05	3:04	4:03	4:01
9,5	3:10	3:08	4:08	4:05
9,25	3:15	3:12	4:13	4:09
9	3:20	3:16	4:18	4:13
8,75	3:25	3:20	4:23	4:17
8,5	3:30	3:24	4:28	4:21
8,25	3:35	3:28	4:33	4:25
8	3:40	3:32	4:38	4:29
7,75	3:45	3:36	4:43	4:33
7,5	3:50	3:40	4:48	4:37
7,25	3:55	3:44	4:54	4:42
7	4:00	3:48	5:00	4:47
6,75	4:05	3:52	5:06	4:52
6,5	4:10	3:56	5:12	4:57
6,25	4:15	4:00	5:18	5:02
6	4:20	4:04	5:24	5:07
5,75	4:25	4:08	5:30	5:12
5,5	4:30	4:12	5:37	5:18
5,25	4:35	4:16	5:44	5:24
5	4:40	4:20	5:51	5:30
4,75	4:45	4:24	5:58	5:36
4,5	4:50	4:28	6:05	5:42
4,25	4:55	4:32	6:12	5:48
4	5:00	4:36	6:19	5:54
3,75	5:05	4:40	6:26	6:00
3,5	5:10	4:44	6:33	6:06
3,25	5:15	4:48	6:40	6:12
3	5:20	4:52	6:47	6:18
2,75	5:25	4:56	6:54	6:24
2,5	5:30	5:00	7:01	6:30
2,25	5:35	5:04	7:08	6:36
2	5:40	5:08	7:15	6:42
1,75	5:45	5:12	7:22	6:48
1,5	5:50	5:16	7:29	6:54
1,25	5:55	5:20	7:36	7:00
1	6:00	5:24	7:43	7:06
0,75	6:05	5:28	7:50	7:12
0,5	6:10	5:32	7:57	7:18
0,25	> 6:15	> 5:36	> 8:04	> 7:24

	AGILIDAD			
	Chicos nacidos		Chicas nacidas	
	Hasta 1984	Después de 1985	Hasta 1984	Después de 1985
10	≤ 12:30	≤ 12:20	≤ 13:35	≤ 13:20
9,75	12:45	12:35	13:55	13:40
9,5	12:60	12:50	13:75	13:60
9,25	12:75	12:65	13:95	13:80
9	12:90	12:80	14:15	14:00
8,75	13:10	13:00	14:40	14:25
8,5	13:30	13:20	14:65	14:50
8,25	13:50	13:40	14:90	14:75
8	13:70	13:60	15:15	15:00
7,75	13:95	13:85	15:45	15:30
7,5	14:20	14:10	15:75	15:60
7,25	14:45	14:35	16:05	15:90
7	14:70	14:60	16:35	16:20
6,75	15:00	14:90	16:70	16:55
6,5	15:30	15:20	17:05	16:90
6,25	15:60	15:50	17:40	17:25
6	15:90	15:80	17:75	17:60
5,75	16:20	16:10	18:10	17:95
5,5	16:50	16:40	18:45	18:30
5,25	16:80	16:70	18:80	18:65
5	17:10	17:00	19:15	18:90
4,75	17:40	17:30	19:50	19:25
4,5	17:70	17:60	19:85	19:60
4,25	18:00	17:90	20:20	19:95
4	18:30	18:20	20:55	20:30
3,75	18:60	18:50	20:90	20:65
3,5	18:90	18:80	21:25	21:00
3,25	19:20	19:10	21:60	21:35
3	19:50	19:40	21:95	21:70
2,75	19:80	19:70	22:30	22:05
2,5	20:10	20:00	22:65	22:40
2,25	20:40	20:30	23:00	22:75
2	20:70	20:60	23:35	23:05
1,75	21:00	20:90	23:70	23:40
1,5	21:30	21:20	24:05	23:75
1,25	21:60	21:50	24:40	24:05
1	21:90	21:80	24:75	24:40
0,75	22:20	22:10	25:05	24:75
0,5	22:50	22:40	25:40	25:05
0,25	> 22:80	> 22:70	> 25:75	> 25:40

	COORDINACIÓN			
	Chicos nacidos		Chicas nacidas	
	Hasta 1984	Después de 1985	Hasta 1984	Después de 1985
10	≤ 7:75	≤ 7:70	≤ 9:25	≤ 9:00
9,75	7:95	7:90	9:45	9:25
9,5	8:15	8:10	9:70	9:50
9,25	8:35	8:30	9:95	9:75
9	8:55	8:50	10:20	10:00
8,75	8:75	8:70	10:45	10:25
8,5	8:95	8:90	10:70	10:50
8,25	9:15	9:10	10:95	10:75
8	9:35	9:30	11:20	11:00
7,75	9:55	9:50	11:45	11:25
7,5	9:75	9:70	11:70	11:50
7,25	9:95	9:90	11:95	11:75
7	10:15	10:10	12:20	12:00
6,75	10:35	10:30	12:45	12:25
6,5	10:55	10:50	12:70	12:50
6,25	10:75	10:70	12:95	12:75
6	10:95	10:90	13:20	13:00
5,75	11:15	11:10	13:45	13:25
5,5	11:35	11:30	13:70	13:50
5,25	11:55	11:50	13:95	13:75
5	11:75	11:70	14:20	14:00
4,75	11:95	11:90	14:45	14:25
4,5	12:15	12:10	14:70	14:50
4,25	12:35	12:30	14:95	14:75
4	12:55	12:50	15:20	15:00
3,75	12:75	12:70	15:35	15:25
3,5	12:95	12:90	15:50	15:40
3,25	13:15	13:10	15:65	15:55
3	13:35	13:30	15:80	15:70
2,75	13:45	13:40	15:95	15:85
2,5	13:55	13:50	16:10	16:00
2,25	13:65	13:60	16:25	16:15
2	13:75	13:70	16:40	16:30
1,75	13:85	13:80	16:55	16:45
1,5	13:95	13:90	16:70	16:60
1,25	14:05	14:00	16:85	16:75
1	14:15	14:10	17:00	16:90
0,75	14:25	14:20	17:15	17:05
0,5	14:35	14:30	17:30	17:20
0,25	> 14:45	> 14:40	> 17:45	> 17:35

II: Diseño de una sesión:

La parte escrita del diseño de la sesión, correspondiente al segundo ejercicio de la Prueba Práctica, se realizará el mismo día que el ejercicio escrito previsto en la Parte B de la Primera Prueba.

Entre ambos ejercicios (desarrollo del tema y diseño de la sesión) se hará un descanso de **20 minutos**. A continuación se realizará la presentación de la propuesta de sesión planteada por el Tribunal y los aspirantes dispondrán de **90 minutos** para su desarrollo por escrito.

Para la exposición del diseño de la sesión, que se realizará a continuación de la lectura del ejercicio escrito, los aspirantes dispondrán de un tiempo máximo de **30 minutos**. En dicha exposición el aspirante procederá a la lectura de su diseño de sesión que podrá ser completada con demostraciones físicas y ejemplificaciones de las actividades previstas en dicho diseño.

PARTE B: Desarrollo por escrito de un tema

El tema será elegido por el aspirante de entre tres extraídos al azar por el tribunal. Los aspirantes dispondrán de **dos horas** para la realización de este ejercicio.

SEGUNDA PRUEBA

PARTE A: Presentación de una programación didáctica

Se ajustará a lo establecido en la Parte A de la base 8.2.2 de la Convocatoria.

PARTE B: Preparación y exposición oral de una unidad didáctica:

Para la realización de esta prueba no se podrán exceder los siguientes tiempos:

Preparación de la Unidad Didáctica prevista en la Parte B de la base 8.2.2: **1 hora**

Presentación de la programación didáctica: **15 minutos**

Exposición de la unidad didáctica: **25 minutos**

Defensa y debate con el tribunal de la programación y de la unidad didáctica: **10 minutos**

Se recuerda a los aspirantes que el incumplimiento de los requisitos formales de la programación didáctica establecidos en la Base 8.2.2 de la convocatoria, determinará que no se valoren las partes A y B de esta segunda prueba.