

ANUNCIO

Reunido el día 15 de mayo de 2018 el Tribunal Calificador que juzga el proceso selectivo para la PROVISIÓN DE SETENTA PLAZAS DE BOMBERO-CONDUCTOR (CONCURSO-OPOSICIÓN LIBRE) VACANTES EN LA PLANTILLA DE RELACIÓN DE PUESTOS DE TRABAJO DE FUNCIONARIO DEL CONSORCIO PROVINCIAL DE EXTINCIÓN DE INCENDIOS Y SALVAMENTOS DE LA PROVINCIA DE TOLEDO, (INCLUIDA EN LA OFERTA DE EMPLEO 2017), cuya convocatoria y bases han sido publicadas en el B.O.P. Nº 190 de fecha 5 de octubre de 2017, se da a conocer por el presente que ha acordado aprobar la normativa general y técnica para las pruebas físicas que se celebrarán los días 18, 19 y 20 de mayo del presente año, resultando del siguiente tenor:

A.- NORMATIVA GENERAL.-

1. El llamamiento de las pruebas es el siguiente:

- Día 18 de mayo de 2018, a las 15:00 horas: de "OCAMPOS MARTIN, MIGUEL" hasta "SALAZAR LOPEZ, JOSE VICENTE".

- Día 19 de mayo de 2018, a las 8:00 horas: de "SALIDO NOMEDA, JOSE" hasta "BELTRAN CABEDO, SERGI".

- Día 19 de mayo de 2018, a las 15:00 horas: de "BELTRAN CORROTO, PABLO" hasta "FERNANDEZ FERNANDEZ, CARLOS MANUEL".

- Día 20 de mayo de 2018, a las 8:00 horas: de "FERNANDEZ GARCIA, JORGE" hasta "LASFUENTES MARTINEZ, HECTOR".

- Día 20 de mayo de 2018, a las 15:00 horas: de "LINDO CALERO, JAIR" hasta "NUÑEZ HERNANDEZ, ISMAEL".

2. El orden de realización de las pruebas es el siguiente:

En primer lugar se realizará la primera fase y los opositores deberán entregar un certificado médico, extendido en impreso oficial y firmado por colegiado en ejercicio, con fecha del mes de antelación al llamamiento del segundo ejercicio, en el que se haga constar expresamente que el opositor reúne las condiciones físicas y sanitarias precisas para realizar las pruebas físicas que figuran especificadas en el anexo de las bases de la convocatoria, emitido de acuerdo con la fórmula siguiente: "El interesado reúne las condiciones precisas para realizar las pruebas físicas indicadas en el anexo de la "Convocatoria y bases para la cobertura de plazas incluidas en la oferta pública de empleo para 2017" del Consorcio Provincial de Extinción de Incendios y Salvamentos de la provincia de Toledo".



Este certificado médico no excluye las comprobaciones posteriores que integran el reconocimiento médico establecido como uno de los ejercicios de las pruebas selectivas, y que tienen autonomía propia.

Así mismo, todos los opositores deberán presentar el D.N.I. en el momento del llamamiento para la realización de la segunda prueba.

Seguidamente tendrá lugar la realización de la segunda fase: **“Realización de las pruebas”**, que se llevara a cabo por el siguiente orden:

1. NATACIÓN
2. PRESS DE BANCA
3. 100 M. LISOS
4. DOMINADAS
5. 1000 M. LISOS

Durante o una vez finalizadas las pruebas físicas, se podrá realizar, a criterio del Tribunal, control de consumo de estimulantes o de cualquier tipo de droga que altere las condiciones físicas de los/las aspirantes, siendo eliminados de la oposición los que resulten positivos o se nieguen a la realización del control.

En este sentido, la lista de sustancias y grupos farmacológicos prohibidos, así como los métodos no reglamentarios de dopaje, serán los que estén en vigor según disposición del Consejo Superior de Deportes, por la que se aprueba la lista de sustancias y grupos farmacológicos prohibidos y métodos no reglamentarios de dopaje en el deporte.

Durante la realización del presente ejercicio queda prohibida la utilización de teléfonos móviles, cámaras, vídeos, cronómetros, relojes con cronómetro, etc., durante la realización del segundo ejercicio.

B.- NORMATIVA TÉCNICA PRUEBAS FÍSICAS BOMBEROS 2018.-

1. NATACIÓN

Normativa. General

- Partiendo de la base de salida en el borde de la piscina, dentro o fuera del agua, el ejecutante deberá recorrer a nado, estilo libre, una distancia de 50 m., sin agarrarse en corchera, lateral o paredes.
- Sólo se realizará un intento
- Se considera intento nulo, siendo causa de eliminación cuando el aspirante:
 - Se agarre o impulse a las corcheras o en las calles laterales.
 - Se agarre en los bordes de la piscina para descansar.
 - Se apoye o impulse en el fondo de la piscina.
 - Se cambie de calle.
 - No toque la pared en el cambio de sentido.
 - Realice dos salidas nulas.

- Para los demás casos se aplicará la normativa de la Federación de Natación de Castilla-La Mancha.

2. PRESS DE BANCA

El opositor deberá tumbarse sobre su espalda con la cabeza, hombros y nalgas en contacto con la superficie de la banca.

Los pies deberán estar planos sobre el suelo. Es admisible el movimiento de los pies mientras que permanezcan planos sobre el suelo (deslizamiento).

Manos y dedos deben agarrar la barra, posicionada en los soportes de la banca, con los pulgares en oposición y con una separación entre ellas similar a la anchura de los hombros. Esta posición deberá mantenerse a lo largo de todo el levantamiento.

El levantamiento se realizará en una acción de flexión-extensión de los codos, la extensión de codos debe ser completa y cuando se efectúe la flexión del mismo, la barra deberá tocar el pecho.

El cabello no debe ocultar la parte posterior de la cabeza en contacto con la banca. Es aconsejable un recogido tipo cola de caballo.

Se permitirá utilizar magnesio, muñequeras y cinturón de sentadillas. NO se permitirá la utilización de coderas.

Las repeticiones se contarán en voz alta, utilizando el mismo número que la anterior en caso de una repetición no válida.

Tiempo de ejecución máximo 30"

Causas de invalidación de una repetición

- No obedecer las señales del Juez Central al iniciar, durante o al finalizar el levantamiento.
- Cualquier cambio en la postura de levantamiento elegida durante el levantamiento en sí. Esto es, alzar la cabeza, hombros, nalgas de la banca, levantar los pies.
- Sopesar o hundir la barra en el pecho o la zona abdominal tras la parada de forma que facilite el levantamiento.
- Cualquier descenso de la totalidad de la barra durante la fase de empuje.
- La barra no es bajada hasta el pecho o la zona abdominal. Es decir, no alcanza a tocar el pecho o la zona abdominal.
- No asumir la posición final con ambos brazos estirados y codos encajados al finalizar el levantamiento.
- Contacto de la barra o el levantador con algún cargador, entre las señales del Juez Central, de forma que facilite el levantamiento.
- Cualquier contacto de los pies del levantador con la banca o sus soportes.
- Contacto deliberado de la barra con los soportes de barra.

3. 100 METROS LISOS

Normativa. General

- Partiendo de la posición de parado, sin tacos, el opositor deberá recorrer la distancia de 100 m. en pista, en la calle asignada.
- Sólo se realizará un intento
- Se considera intento nulo, siendo causa de eliminación cuando el aspirante:
 - Se salga de la calle asignada.
 - Realice dos salidas nulas.
 - Para los demás casos se aplicará la normativa de la Federación de Atletismo de Castilla-La Mancha.
- Se permitirá en la prueba la utilización de zapatillas de clavos

4. DOMINADAS

El opositor suspendido en una barra, con agarre digito-palmar hacia el frente (agarre en pronación), y con una separación entre ellas similar a la anchura de los hombros, los muslos deberán estar alineados con el tronco (sin flexión de la cadera), realizará flexiones de brazos hasta sobrepasar la barbilla el borde de la barra y bajar nuevamente hasta la extensión total de brazos y hombros.

Las repeticiones se contarán en voz alta, utilizando el mismo número que la anterior en caso de una repetición no válida.

Será motivo de eliminación:

- Descolgarse de la barra, aunque sólo sea de una mano, sin haber realizado en mínimo de repeticiones que corresponda.
- Tocar con el pie o cualquier parte del cuerpo el suelo.
- Realizar movimiento del tren inferior que impliquen balanceos o movimientos compensatorios.

Límite máximo de tiempo de la prueba: 1 minuto.

5. 1000 METROS LISOS

Normativa. General

- Partiendo de la posición de parado, el opositor deberá recorrer la distancia de 1.000 m. en pista.
- Se considera intento nulo, siendo causa de eliminación cuando el aspirante:
 - Se salga por la parte interna de la cuerda de la pista.
 - Realice dos salidas nulas.
 - Para los demás casos se aplicará la normativa de la Federación de Atletismo de Castilla-La Mancha.
- Se permitirá en la prueba la utilización de zapatillas de clavos.



Consortio Provincial de Extinción
de Incendios y Salvamentos de Toledo

Lo que se hace público para general conocimiento.

Toledo, 16 de mayo de 2018,

EL SECRETARIO DEL TRIBUNAL,

Fdo. José Garzón Rodelgo

