ANEXO I

MODELO DE CONDICIONES PARTICULARES DE LA OPOSICION

Prueba: QUINTO EJERCICIO, PRUEBA FISICA (36 plazas para Policía Local)

Nº de opositores: 58

Día: jueves 29 de abril de 2021

Lugar: INSTITUTO MUNICIPAL DE DEPORTES (Avda. La Albericia s/n). MODULO CUBIERTO Y PISTA DE ATLETISMO

Acceso por: puerta principal del Complejo

GRUPO	LUGAR	HORA
Desde BADA CORTABARRÍA, Javier hasta FERNÁNDEZ MACHO, Roberto	MODULO CUBIERTO Y PISTA DE ATLETISMO	8:45
Desde FRANCOS DIEZ, Laura hasta MARTÍN VILLA, Victor Manuel	MODULO CUBIERTO Y PISTA DE ATLETISMO	10:00
Desde MARTÍNEZ BOLIVAR, Angélica hasta RODRÍGUEZ LOPEZ-DÓRIGA, Manuel	MODULO CUBIERTO Y PISTA DE ATLETISMO	11:15
Desde RODRÍGUEZ RUÍZ María José hasta ARANCETA MARTÍNEZ, Carlos	MODULO CUBIERTO Y PISTA DE ATLETISMO	12:30

LLAMAMIENTO Y ACCESO

1. En la entrada del Complejo se tomará la temperatura al opositor antes del acceso, no pudiendo tener más de 37 ºC, según el procedimiento de Vigilancia de la Salud

2. Las pruebas se realizarán en el recinto de la pista de atletismo y en el módulo cubierto anexo. El PUESTO DE CONTROL se realizará en el acceso a la pista de atletismo. No se dejará acceder a otras personas que no sean los opositores.

3. En el PUESTO DE CONTROL se colocará una mesa, que será utilizada para que la persona opositora:
   a. Deposite el D.N.I. o documento acreditativo de su identidad a efectos de iniciar las tareas de identificación de aspirantes y de acceso al aula.
   b. Deposite modelo de DECLARACIÓN RESPONSABLE debidamente cumplimentado (que se adjunta en el anexo de este documento). Preferiblemente se traerá rellenado.

c. CERTIFICADO MEDICO, extendido en impreso oficial y firmado por Colegiado en ejercicio
d. Proceda a la higiene de manos con productos de base alcohólica (SOLUCIÓN HIDROALCOHÓLICA con eficacia viricida)

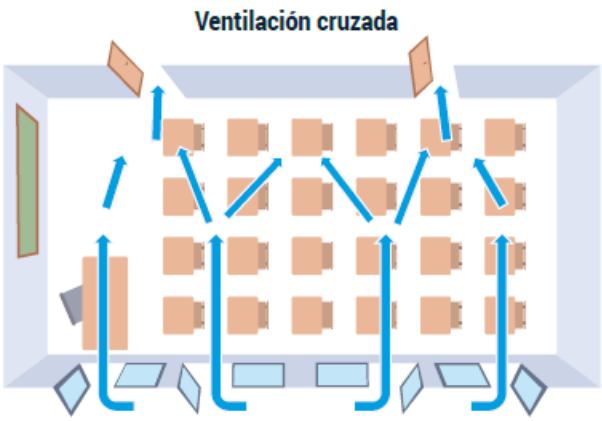
4. El uso de mascarilla es obligatoria en todo momento (salvo en las situaciones descritas posteriormente en el punto de “Realización de la prueba”), siendo necesario optar por mascarilla tipo quirúrgico o FFP2

CONDICIONES DEL RECINTO DONDE SE REALIZA LA PRUEBA

1. Los recintos donde se celebren las pruebas se limpiarán en profundidad con productos desinfectantes antes y después de la realización de las mismas, priorizando zonas de contacto. Dicha limpieza se extenderá a los aseos.
2. El opositor irá provisto de ropa deportiva. No tendrá acceso a vestuarios
3. Los aseos disponibles serán:
   - ✓ Los situados debajo de las gradas de la pista de atletismo
   - ✓ Los situados en el módulo cubierto

     En ellos se respetará el aforo marcado por las dotaciones existentes
4. La carrera de 50 m se realizará preferiblemente en el exterior, junto con la de 1000 m
5. Se priorizará una adecuada ventilación durante la realización de la prueba. Se seguirán los siguientes criterios generales:

   - Primará la ventilación natural de la estancia; se realizará siempre que sea posible en función de las condiciones termohigrométricas exteriores siguiendo las siguientes líneas:
     - Se tendrá en cuenta el número de personas que hay en cada estancia, intentando que los periodos de espera se realicen en el exterior o en zonas ventiladas
     - Se mantendrán las ventanas/puertas abiertas durante la realización de la prueba, siendo lo más adecuado una ventilación cruzada (la ventilación cruzada, consistente en la apertura de ventanas y puertas en lados opuestos de la habitación, es más efectiva que la apertura en un solo lado y por tanto preferible)



- En el módulo cubierto se abrirán:
  - Uno de los protones mecánicos
  - Todas las ventanas posibles

- Se valorarán, asimismo, otros riesgos relacionados con el confort térmico en función de las condiciones termohigrométricas del exterior. Se jugará con la apertura de las ventanas y la regulación de la calefacción intentando, en la medida de lo posible (teniendo prioridad la ventilación), que las variables se encuentren en estos márgenes:

  +) temperatura:

  -) entre 14°C y 25°C (RD 486/97)

  +) humedad: entre el 30% y el 70% (<u>recomendable del 40% al 60%</u>)

  Sin embargo, tendrá prioridad, tal y como se ha citado, la ventilación sobre el respeto escrupuloso a estos valores.

- No usar ventiladores en el interior que generen el movimiento de aire entre personas.
- Mantener los sistemas de ventilación de los baños activos

6. En el centro se habilitará un recinto adecuadamente aislado, ventilado y dimensionado por si hay que trasladar algún caso sospechoso de Cov-19 durante la realización de la prueba

REALIZACION DE LA PRUEBA

1. RECUERDA las medidas de distanciamiento social. **La distancia de seguridad será 2 metros**. El personal colaborador mantendrá la distancia interpersonal en todo momento en los momentos de espera. Los jueces y el Tribunal mantendrán también la distancia y llevarán en todo momento mascarilla tipo FFP2
2. NO SE MEZCLARÁN EN LAS INSTALACIONES LOS GRUPOS DEFINIDOS. Hasta que no acabe el grupo anterior , preferiblemente no se accederá al recinto, respetando los horarios predefinidos en las bases.
3. Los calentamientos previos necesarios antes de la realización de las pruebas se efectuarán en zonas respetando la distancia de seguridad
4. Las pruebas a realizar son:

   - ✓ SUBIR A BRAZO POR CUERDA LISA
   - ✓ SALTO VERTICAL
   - ✓ CARRERA DE VELOCIDAD SOBRE 50 METROS.
   - ✓ CARRERA DE RESISTENCIA SOBRE 1000 METROS.
   - ✓ SALTO HORIZONTAL

5. En cada prueba se tendrán en cuenta:
   - ✓ SUBIR A BRAZO POR CUERDA LISA
     - ❖ La mascarilla durante la realización de la prueba no será obligatoria
     - ❖ Se mantendrá la distancia de seguridad de 2 metros en todo momento, sobre todo con la persona que esté realizando la prueba
     - ❖ Después de la prueba el opositor se limpiará las manos con gel desinfectante

   - ✓ SALTO VERTICAL
     - ❖ La mascarilla durante la realización de la prueba no será obligatoria

- ❖ Se mantendrá la distancia de seguridad de 2 metros en todo momento, sobre todo con la persona que esté realizando la prueba

✓ SALTO HORIZONTAL

- ❖ La mascarilla durante la realización de la prueba no será obligatoria
- ❖ Se mantendrá la distancia de seguridad de 2 metros en todo momento, sobre todo con la persona que esté realizando la prueba

✓ CARRERA DE VELOCIDAD SOBRE 50 METROS.

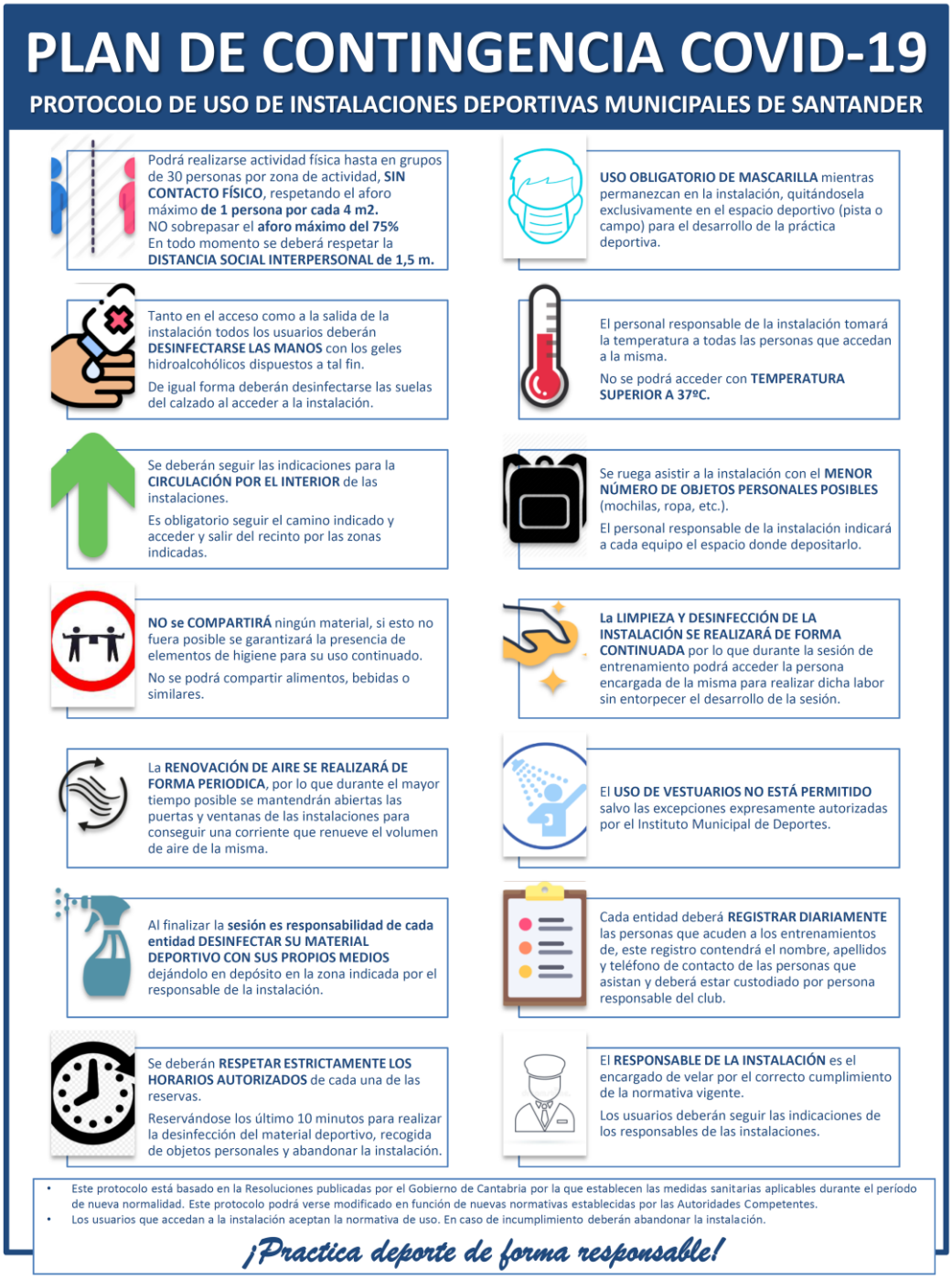
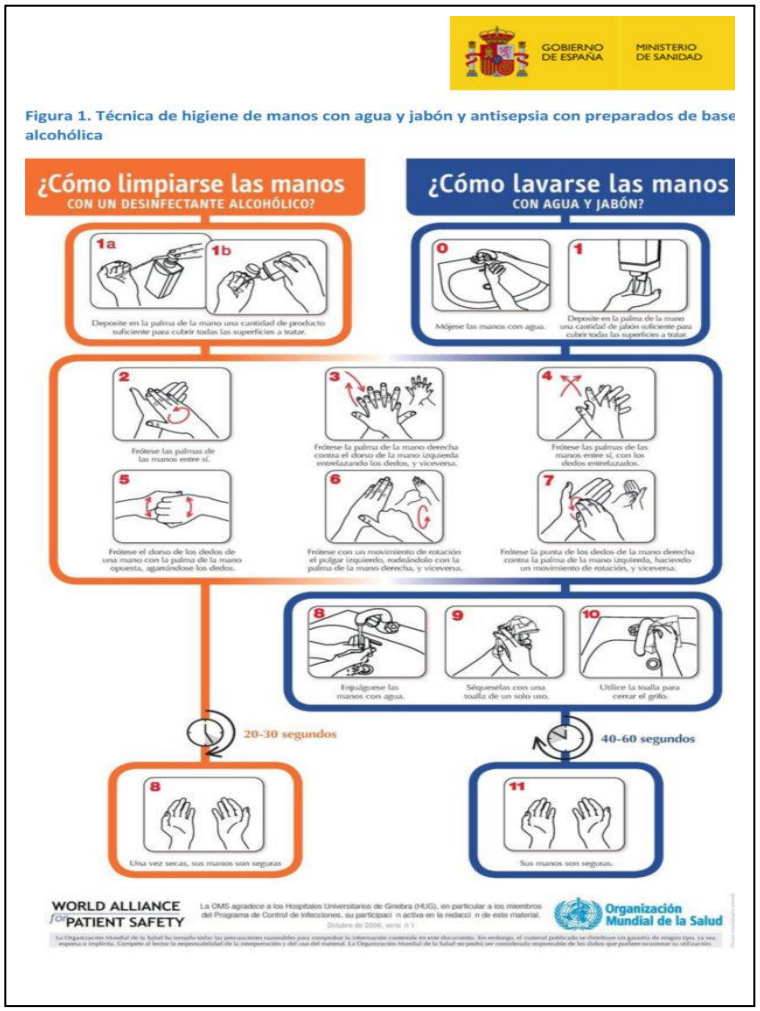
- ❖ La mascarilla durante la realización de la prueba no será obligatoria
- ❖ Las pruebas se realizarán dejando una calle libre entre los opositores

✓ CARRERA DE RESISTENCIA SOBRE 1000 METROS.

- ❖ La mascarilla durante la realización de la prueba no será obligatoria
- ❖ Se reducirá los grupos que hagan la prueba simultáneamente a <u>no más de 6 personas aproximadamente</u>, para que se intente respetar la distancia de seguridad al máximo posible

6. Se recomienda que el opositor tenga un sitio donde guardar la mascarilla de una forma adecuada, antes de la realización de las pruebas. El Tribunal, no obstante, tendrá a disposición mascarillas para los casos de pérdida o deterioro.
7. El acceso al aseo se producirá de forma individual y garantizando en todo caso el aforo máximo permitido. Se recomienda que el opositor traiga su propia botella de agua.
8. En la **<u>descarga de los WC</u>** se cerrará la tapa

9. Las personas opositoras deberán ir provistas del material necesario para la realización del ejercicio, sin que se permita compartir objetos personales
10. En general se cumplirán las medidas establecidas por el IMD para sus instalaciones:



11. Una vez dentro del recinto, las personas opositoras mantendrán las correspondientes medidas higiénico sanitarías y seguirán las indicaciones al respecto tanto de la señalización como, en su caso, del personal colaborador. Entre las principales se incluyen:
    - ✓ Evitar tocarse la nariz, los ojos y la boca.
    - ✓ Al toser o estornudar, cúbrase la boca y la nariz con el codo flexionado.
    - ✓ Usar pañuelos desechables para eliminar secreciones respiratorias y depositarlos tras su uso en las papeleras con bolsa o contenedores protegidos con tapa.
    - ✓ Evite darse la mano y otras muestras de saludo que comporten contacto físico estrecho, tales como besos y abrazos.
    - ✓ Lavado de manos de forma frecuente y meticulosa, con agua y jabón o en su defecto con gel hidroalcohólico. A tales efectos, se encuentran disponibles dispensadores de gel en el centro.