



ANEXO 18 (OEP 2021), ANEXO 24 (OEP 2022) y ANEXO 26 (OEP 2023): CONVOCATORIA DE 51 PLAZAS DE BOMBERO.-

1.- OBJETO.

Es objeto de la presente convocatoria la provisión de 51 plazas de funcionarios de carrera, **Bombero**, incluidas, 7 en la Oferta de Empleo Público del año 2021, 19 en la Oferta de Empleo Público de 2022 y 25 en la Oferta de Empleo Público de 2023, encuadradas en la Escala de Administración Especial, Subescala Servicios Especiales, Clase Servicio de Extinción de Incendios, pertenecientes al Subgrupo C1 de Clasificación Profesional, por el turno libre, que se regirá por lo determinado en las presentes Bases específicas y por lo establecido en las Bases Generales aprobadas por la Corporación para las convocatorias incluidas en las Ofertas de Empleo Público del año 2023.

2.- REQUISITOS ESPECIFICOS.

- Estar en posesión o en condiciones de obtener el Título de Bachiller Superior o de Técnico de FP, obtenido de acuerdo con la legislación vigente o equivalente (se considera equivalente, entre otras circunstancias posibles, la acreditación de haber superado las pruebas de acceso a la Universidad para mayores de 25 años). En todo caso, la equivalencia deberá acreditarse por el aspirante mediante certificación expedida al efecto por la Administración competente. En caso de titulaciones obtenidas en el extranjero se deberá estar en posesión de la correspondiente convalidación o de la credencial que acredite, en su caso, la homologación.
- Estar en posesión del permiso de conducción de la clase C+E.
- Compromiso para conducir vehículos oficiales del Servicio de Extinción de Incendios y Salvamento del Ayuntamiento de Málaga, en concordancia con el apartado anterior.

Asimismo, deberán cumplir los demás requisitos establecidos en las Bases Generales que regulan esta convocatoria.

Estos requisitos deberán reunirse por los/as aspirantes el último día de admisión de solicitudes. Igualmente los/as candidatos/as están obligados/as a acreditarlo documentalmente en el plazo fijado en la Base nº 46 de las Normas Generales de la Convocatoria.

3.- PROCEDIMIENTO DE SELECCIÓN: OPOSICIÓN Y CURSO DE INGRESO.

3.1. Oposición

El procedimiento selectivo se ajustará a lo determinado en el Capítulo VI de las Normas Generales de la convocatoria, con las siguientes particularidades:

- a) Primer ejercicio:** de carácter obligatorio y eliminatorio para todos/as los/as aspirantes.

Constará de dos pruebas:

1ª Prueba: Consistirá en contestar un ejercicio tipo test de 60 preguntas con 4 respuestas alternativas, de las cuales solo una será la correcta, sobre la totalidad del temario. El tiempo máximo de realización de este ejercicio será determinado por el Tribunal. Este ejercicio será calificado de 0 a 10 puntos, siendo preciso para superarlo obtener, al menos, 5 puntos.

2ª Prueba: consistirá en la evaluación psicológica de los aspirantes, incluyendo ejercicios aptitudinales y de personalidad. Dichos ejercicios se ajustarán al profesiograma de las plazas de la categoría convocada, Bombero, pudiendo tener en cuenta, al menos, los siguientes factores:



- Aptitudes intelectuales: se valorarán los factores de inteligencia general, agilidad mental, inteligencia emocional, razonamiento lógico, razonamiento abstracto, razonamiento verbal, comprensión verbal, memoria, rapidez y destreza perceptiva/motora, atención y resistencia a la fatiga, concentración/retención en la tarea, aptitud numérica, aptitud espacial y aptitud mecánica.
- Actitudinal y de personalidad: se valorarán los factores de actitudes disfuncionales/agresividad/vulnerabilidad a estrés; adaptación a normas y autoridad; responsabilidad y lealtad en el ejercicio profesional; autocontrol, estabilidad emocional y seguridad en sí mismo; relaciones interpersonales/conductas cooperativas/capacidad de trabajo en equipo; capacidad de iniciativa/decisión/asertividad y capacidad de motivación, sentido del deber, autodisciplina, liderazgo, sociabilidad, socialización.

Los citados factores serán ponderados en su importancia y en función del perfil por el Tribunal, asesorado por especialistas, y se tendrá presente para ello las funciones atribuidas a las plazas que se pretenden cubrir. Esta prueba psicotécnica será eliminatoria y los aspirantes serán calificados de Aptos o No aptos, siendo necesario para superar la prueba obtener la calificación de Apto. El Tribunal, deberá adoptar las medidas necesarias para asegurar el secreto en el proceso de corrección de los ejercicios realizados por los/as aspirantes.

b) Segundo ejercicio: pruebas físicas.

De carácter obligatorio y eliminatorio. Previamente a la realización de este ejercicio, los candidatos deberán presentar al Tribunal un certificado médico que acredite su aptitud para efectuar las pruebas físicas. Los candidatos que no aporten dicho certificado, o del mismo se deduzca que no pueden realizar el ejercicio, serán declarados no aptos por el Tribunal y excluidos de la convocatoria.

Las pruebas físicas serán las que se detallan en el Anexo 1 adjunto. Para superarlas los candidatos deberán obtener la condición de Apto. Resultarán eliminados los aspirantes que no superen alguna de las marcas mínimas, siendo declarados, en consecuencia, No Aptos.

Inmediatamente después de realizadas cada una de las pruebas, se declarará por el Tribunal Apto o No Apto a cada aspirante, de manera que para pasar a la prueba siguiente deberá ser declarado Apto y así sucesivamente.

Respecto a la indumentaria precisa para realizar las pruebas, los aspirantes vendrán equipados con vestuario deportivo adecuado: camiseta, pantalón corto o largo y zapatillas con suela de goma o similar. Se permite el uso de zapatillas de clavos para las pruebas de atletismo. Para la prueba de natación la indumentaria única y obligatoria será: gorro de natación y bañador de tipo competición. Está permitido usar gafas de natación.

En la ejecución de las Pruebas Físicas, única y exclusivamente, podrán acceder a los espacios donde se desarrollen los ejercicios los aspirantes convocados a los que se les efectúe el llamamiento para su realización. Asimismo, en cuanto a la ejecución de las Pruebas, no se permitirá su grabación por medio audiovisual alguno porque pudiera afectar a la seguridad, al derecho a la intimidad personal y a la propia imagen de las personas intervinientes en los mismos.

En el transcurso de las Pruebas Físicas, o una vez finalizadas las mismas, se podrá realizar, a criterio del tribunal, control del consumo de estimulantes o de cualquier tipo de droga que altere las condiciones físicas de los aspirantes, siendo eliminados de la oposición los que resulten positivos.

El cronometraje de las pruebas se realizará de forma manual.



c) **Tercer ejercicio:** Constará de dos pruebas:

1ª Prueba: de carácter obligatorio y eliminatorio. Consistirá en la realización de un ejercicio tipo test de 40 preguntas con 4 respuestas alternativas, de las cuales solo una será la correcta, sobre la red de carreteras del municipio: nacionales, comarcales y locales, principales vías urbanas de la ciudad, recorridos entre distintos puntos del ámbito geográfico de prestación del Servicio Contra Incendios, situación y acceso a las principales instalaciones industriales, servicios básicos y edificios singulares de la capital y la red de metro. El tiempo máximo de realización de este ejercicio será determinado por el Tribunal y será calificado de 0 a 10 puntos, siendo preciso para superarlo obtener, al menos, 5 puntos.

2ª Prueba: de carácter obligatorio y eliminatorio. Consistirá en la realización de un ejercicio escrito de carácter práctico, sobre la parte específica del temario. El tiempo máximo de realización de este ejercicio será determinado por el Tribunal y será calificado de 0 a 10 puntos, siendo preciso para superarlo obtener, al menos, 5 puntos.

d) **Cuarto ejercicio:** reconocimiento médico: De carácter igualmente obligatorio y eliminatorio para todos los/as aspirantes, consistirá en un reconocimiento médico de los mismos con la finalidad de analizar si superan el Cuadro de exclusiones médicas que se incorpora a las presentes Bases como Anexo 2. A tal efecto los candidatos deberán ser declarados Aptos por el Tribunal, a la vista del informe médico emitido, siendo eliminados de la convocatoria los declarados No Aptos.

3.2. Cursos Selectivos de Ingreso y Básico de Prevención de Riesgos Laborales

El Tribunal, terminada la fase de oposición, publicará la relación de los que hayan obtenido las mayores puntuaciones de la totalidad de ejercicios en orden decreciente y sumen un número igual al de plazas a cubrir, que serán los que se propongan para realizar el Curso Selectivo de Ingreso.

El órgano competente, de conformidad con la propuesta anterior, procederá al nombramiento como funcionarios en prácticas de los citados aspirantes, que mientras permanezcan en esta situación se regirán por las normas vigentes en esta materia, así como por la normativa de la Escuela de Seguridad Pública (ESPAM)

Los candidatos deberán superar con aprovechamiento el Curso Selectivo de Ingreso en la ESPAM que se regulará con detalle por el procedimiento reglamentariamente previsto. En cualquier caso el Curso tendrá una duración no inferior a 400 horas lectivas y versará, como mínimo, sobre los siguientes temas:

1. Organización e infraestructuras del R.C. de Bomberos de Málaga.
2. La protección civil.
3. Prevención de riesgos laborales.
4. Marco jurídico de las actuaciones del servicio.
5. Vehículos.
6. Principios generales de intervención y coordinación en los siniestros.
7. Aspectos psicológicos de las intervenciones.
8. Lucha contra el fuego.
 - 8.1. Incendios en viviendas.
 - 8.2. Incendios bajo rasante.
 - 8.3. Incendios industriales.
 - 8.4. Incendios forestales.
9. Rescate y salvamento.
 - 9.1. Accidentes de tráfico.
 - 9.2. Trabajos en altura.
 - 9.3. Ascensores.



- 9.4. Intervenciones con riesgo eléctrico.
- 9.5. Derrumbes y demoliciones.
- 9.6. Intervención en inundaciones.
10. Equipos, herramientas y útiles diversos.
11. Transmisiones.
12. Prevención de incendios.
13. Primeros auxilios.

Terminado el Curso Selectivo de Ingreso, la ESPAM remitirá al Tribunal las calificaciones obtenidas por los aspirantes. Si no alcanzan la puntuación mínima exigida para la superación del Curso o son sancionados por la comisión de una falta muy grave prevista en la normativa de la ESPAM quedarán eliminados del mismo y anuladas todas las actuaciones anteriores.

Con independencia del Curso Selectivo de Ingreso, los aspirantes realizarán además el Curso Selectivo Básico en Prevención de Riesgos Laborales, según lo establecido en el RD 39/1997, de 17 de enero, por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención, y una vez finalizado, la Escuela remitirá al Tribunal los resultados obtenidos por los aspirantes, siendo calificados de Aptos o No Aptos. En el supuesto de no superar el curso o ser sancionados por la comisión de una falta muy grave prevista en la normativa de la ESPAM, quedarán eliminados del mismo y anuladas todas las actuaciones anteriores.

Finalmente, el Tribunal publicará un anuncio en el que expresará por orden decreciente la puntuación global obtenida por los aspirantes que superen el procedimiento selectivo, sumadas las fase de Oposición y el Curso Selectivo de Ingreso, y efectuará al órgano municipal competente propuesta de nombramiento como funcionarios de carrera Bombero de esta Corporación a un número igual de aspirantes que el de plazas a cubrir.

4.- TEMARIO.

MATERIAS COMUNES

1. La Constitución Española de 1978. Principios generales. Características y estructura. Derechos y deberes fundamentales de los españoles. La Corona. El poder legislativo, el poder ejecutivo y el poder judicial.
2. Organización territorial del Estado. Los Estatutos de Autonomía: su significado. Especial referencia al Estatuto de Autonomía de Andalucía. Organización y competencias de la Junta de Andalucía.
3. El Régimen Local Español. Principios constitucionales y regulación jurídica. Organización y competencias municipales. El Ayuntamiento de Málaga: especial referencia al régimen de organización de los Municipios de Gran Población. El Reglamento Orgánico del Pleno.
4. Sometimiento de la Administración a la Ley y al Derecho. Fuentes del Derecho público. La Ley. Clases de leyes. El Reglamento y sus clases. El Derecho comunitario.
5. El acto administrativo: concepto y clases. Elementos del acto administrativo. Los interesados: capacidad, legitimación y representación. Las fases del procedimiento administrativo común. El silencio administrativo.
6. Derecho y deber de relacionarse con la Administración Pública por medios electrónicos. Funcionamiento electrónico del Sector Público: la sede electrónica, el portal de internet, actuación administrativa automatizada, firma electrónica y su interoperabilidad, archivo electrónico de documentos. Los registros electrónicos.
7. Personal al servicio de la Entidad Local. La Función Pública Local. Organización, selección y situaciones administrativas. Responsabilidad. Régimen disciplinario. El personal laboral y su régimen actual.



8. Políticas Sociales: Igualdad de Género. Normativa vigente. Discapacidad y Dependencia: regulación jurídica. La Protección de datos de carácter personal. Normativa vigente.

MATERIAS ESPECÍFICAS

9. La Protección Civil. Concepto y funciones básicas. La Protección Civil en el ámbito Local. Organización y funciones.
10. Ley 2/2002, de 11 de noviembre, de Gestión de Emergencias de Andalucía y sus modificaciones.
11. Competencias de la Administración en el ámbito local en materia de Extinción de Incendios. Organización y estructura del Real Cuerpo de Bomberos de Málaga. El Reglamento de Organización y Funcionamiento del R.C. Bomberos de Málaga.
12. Naturaleza del fuego. El triángulo de fuego. El tetraedro del fuego.
13. Los factores del incendio. Productos de la combustión. Transmisión del calor. Velocidad de propagación. Límites de inflamabilidad.
14. La evolución de un incendio. Iniciación desarrollo. Etapas del incendio.
15. El humo en los incendios. Precauciones. Técnicas de ventilación.
16. Clasificación de los incendios. Sistemas de extinción. Agentes extintores. Clasificación y campo de aplicación.
17. Explosiones, concepto y clasificación. ondas expansivas y sus efectos. Rango de inflamabilidad y explosividad características, naturaleza y efectos de los fenómenos conocidos como: bleve, flashover y backdraft.
18. Útiles y vehículos de extinción de incendios, rescate y salvamento. Características generales. Clasificación.
19. Medios y equipos de protección personal. Características.
20. Equipos de protección de las vías respiratorias. Clasificación. Uso. Mantenimiento.
21. Propiedades generales y estado físico de los cuerpos. Energía. Velocidad y aceleración. Fuerza, trabajo y potencia. Rendimiento. Máquinas fundamentales: palancas, poleas, torno, engranajes, plano inclinado. Nociones generales, leyes fundamentales y unidades.
22. Hidráulica. Gases. Electricidad. Leyes fundamentales. Nociones generales y unidades.
23. Bombas centrifugas. Descripción, funcionamiento y etapas. Componentes y su función. Aspiración, altura de aspiración: factores. Cavitación en bombas centrífugas. Golpe de ariete en bombas centrifugas, cebado de las bombas centrifugas, tipos y limitaciones, acoplamiento de bombas. Características específicas de las bombas centrifugas de bomberos.
24. Trabajos en altura. Nociones básicas, equipos de protección personales y colectivos, técnicas de progresión por cuerda, anclajes, polipastos, progresión por escaleras.
25. Accidentes de tráfico. Conocimientos generales sobre vehículos, seguridad activa y pasiva. Técnicas y equipos de estabilización y abordaje. Técnicas, equipos y maniobras de excarcelación. Atención y seguridad de las víctimas. Equipos de protección personal.
26. Interpretación básica de planos. Sistemas de representación, escalas, curvas de nivel, perfiles y distancias. Símbolos normalizados más usuales. Coordenadas. Planos de construcción e instalaciones.
27. Nociones básicas sobre construcción. Cimentaciones. Muros. Estructuras.
28. Instalaciones eléctricas en la edificación. Nociones básicas. Identificación. Composición. Riesgos.
29. Instalaciones de gas en la edificación. Nociones básicas. Identificación. Composición. Riesgos.
30. Otras instalaciones de las edificación: Ascensores, grupos electrógenos, calderas
31. Transmisiones. Nociones sobre frecuencia y longitud de onda. Radiotransmisores, características, componentes y operatividad. Elementos básicos. Salas de Coordinación: el 112 y el 080.
32. Incendios forestales. Conceptos básicos. Clasificación. Propagación. Extinción.
33. Sustancias y mercancías peligrosas: Clasificación de las sustancias peligrosas. Señalización e identificación de los productos.
34. Instalaciones de protección contra incendios: Extintores portátiles. Clasificación. Descripción. Composición. Mantenimiento. Boca de Incendio Equipada. Columna seca. Hidrantes. Sistemas fijos de extinción de incendios. Detección y alarma. Composición. Descripción.



Ayuntamiento de Málaga

Área de Recursos Humanos y Calidad

35. Normativa básica de protección contra incendios (I): DB SI del CTE. Reglamento de seguridad contra incendios en los establecimientos industriales, Ordenanza Municipal de protección contra incendios de Málaga,
36. Normativa básica de protección contra incendios (II): Reglamento de instalaciones de protección contra incendios.
37. Normativa básica sobre prevención de riesgos laborales: Ley 31/1995, de Prevención de Riesgos Laborales.
38. Informática. Generalidades. Hardware: estructura básica de los computadores, memorias, interfaces, periféricos. Software: programas, sistemas operativos, ficheros. Servicios telemáticos.
39. Red de carreteras del municipio: nacionales, comarcales y locales. Principales vías urbanas de la ciudad. Recorridos entre distintos puntos del ámbito geográfico de prestación del Servicio Contra Incendios. Situación y acceso a las principales instalaciones industriales, servicios básicos y edificios singulares de la capital. La red de metro.
40. Principios generales de socorrismo. Soporte Vital Básico.

NOTA: Los temas cuyos contenidos se refieran a normas, se desarrollarán conforme a las normas vigentes en el momento de celebración de cada ejercicio.



ANEXO 1

PRUEBAS FÍSICAS

1.- Prueba de fuerza relativa (Tropa de cuerda).

Objetivo: medir y valorar fuerza explosiva de la musculatura flexora de los brazos, dorsales y hombros.

Descripción: consistirá en trepar por una cuerda lisa suspendida desde la señal inicial, mediante la acción de los miembros superiores del cuerpo y hasta la señal situada a 5 metros, o por encima de ella. Se partirá de una posición inicial de pie con ambas plantas en contacto con el suelo, sin utilizar las piernas en la impulsión inicial.

Ejecución: a la voz de inicio, se deberá trepar y hacer presa con las dos manos en la señal situada a 5 metros o por encima de ella o tocar un elemento acústico dispuesto para tal fin. El descenso será independiente de toda valoración.

No está permitido el uso de guantes, o similares, o sustancias en las manos que supongan una ventaja en la ejecución de la prueba, en su caso, no sea proporcionado por el Tribunal para subir la cuerda.

Para el desarrollo de la prueba será obligatorio el uso de un arnés de seguridad proporcionado por el Tribunal.

Intentos: Un intento.

El intento se considerará nulo cuando el aspirante:

- Se impulse con los pies o las piernas en la arrancada inicial para ascender.
- Se haga presa o se sujete con las piernas en la cuerda durante la ejecución de la prueba.
- No haga presa con las dos manos en la señal situada a 5 metros o por encima de ella.
- Si pasados el tiempo mínimo exigido desde el inicio de la prueba no ha hecho presa en la señal situada a 5 metros se dejará completar el ejercicio y posteriormente se dará nulo por exceso de tiempo.
- Se caiga de la cuerda.

Puntuación: Se otorgará según la siguiente escala (tiempo en segundos, décimas y centésimas).

| Puntos | 5 | 5'5 | 6 | 6'5 | 7 | 7'5 | 8 | 8'5 | 9 | 9'5 | 10 |
|----------------|-------|-------|-------|-------|-------|------|------|------|------|------|------|
| Marcas Hombres | 10"50 | 10"25 | 10"00 | 9"75 | 9"00 | 8"50 | 8"00 | 7"75 | 7"50 | 7"25 | 7"00 |
| Marcas Mujeres | 11"50 | 11"25 | 11"00 | 10"75 | 10"00 | 9"50 | 9"00 | 8"75 | 8"50 | 8"25 | 8"00 |

2.- Prueba de fuerza de brazos (Press banca)

Objetivo: Medir la potencia de los músculos pectorales y extensores del codo.

Descripción: Sobre el banco en decúbito supino, agarre dígito palmar un poco más abierto de la anchura de los hombros sobre la barra.

Ejecución: Se contarán el número de extensiones o empujes efectuados con una resistencia de 30 kg, (hombres) y 10 kg, (mujeres), a estos pesos hay que añadir el peso de la barra (10 a 12 kg) en un tiempo de treinta segundos.



Hay que tener presente que las extensiones del codo deben ser completas (máxima amplitud dependiendo del sujeto) y cuando se efectúe la flexión del codo, la barra debe tocar el pecho. Sin estas dos consideraciones no se contarán como válidas las ejecuciones.

Intentos: Un intento.

Puntuación: Se otorgará según la siguiente escala (número de repeticiones).

| Puntos | 5 | 5'5 | 6 | 6'5 | 7 | 7'5 | 8 | 8'5 | 9 | 9'5 | 10 |
|----------------|----|-----|----|-----|----|-----|----|-----|----|-----|----|
| Marcas Hombres | 30 | 32 | 34 | 36 | 38 | 40 | 42 | 44 | 46 | 48 | 50 |
| Marcas Mujeres | 30 | 32 | 34 | 36 | 38 | 40 | 42 | 44 | 46 | 48 | 50 |

3.- Carrera de 100 metros lisos.

Objetivo: Medir y valorar el tiempo de reacción, la capacidad de aceleración y mantenimiento de la velocidad máxima.

Ejecución: Situados en el punto de partida, a la voz de "a sus puestos, listos - disparo", recorrer la distancia de 100 m.

Descripción: la postura corporal de salida será libre y siempre por detrás de la línea que indica el lugar de inicio de la prueba. No está permitido el uso de tacos de salida.

Intentos: Un intento.

Se considerará intento nulo, siendo causa de eliminación, cuando el aspirante:

- Se salga de la calle asignada.
- Realice dos salidas nulas.
- Las recogidas en el Reglamento de la Federación Internacional de Atletismo.

Puntuación: Se otorgará según la siguiente escala (tiempo en segundos, décimas y centésimas).

| Puntos | 5 | 5'5 | 6 | 6'5 | 7 | 7'5 | 8 | 8'5 | 9 | 9'5 | 10 |
|----------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| Marcas Hombres | 13"20 | 13"00 | 12"80 | 12"60 | 12"40 | 12"20 | 12"00 | 11"80 | 11"60 | 11"40 | 11"20 |
| Marcas Mujeres | 14"95 | 14"75 | 14"55 | 14"35 | 14"15 | 13"95 | 13"75 | 13"55 | 13"35 | 13"15 | 12"95 |

4.- Prueba natación (100 metros en estilo libre).

Descripción: Se trata de completar nadando en estilo libre un recorrido de ida y vuelta en un vaso de piscina de 25/50 metros. No se permite el uso de trajes de neopreno, gafas ni otros útiles de buceo, aunque sí el uso de gafas de natación.

Objetivo: Consiste en medir la adaptación y dominio corporal en el medio acuático.

Ejecución: Tras la señal de partida el aspirante se lanzará al agua y cubrirá nadando la distancia de 100 metros. La salida será en posición de pie (dos apoyos) desde el pódium de salida o del borde de la piscina, y estando inmóvil.



Intentos: Un intento.

Se considerará intento nulo, siendo causa de eliminación, cuando el aspirante:

- Se agarre o impulse en las corcheras o en las calles laterales de la piscina.
- 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 se toque la pared en el cambio de sentido.
- Realice dos salidas nulas.

Puntuación: Se otorgará según la siguiente escala (tiempo en minutos y segundos, se desprecian las décimas de segundo redondeando al segundo superior).

| Puntos | 5 | 5'5 | 6 | 6'5 | 7 | 7'5 | 8 | 8'5 | 9 | 9'5 | 10 |
|----------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| Marcas Hombres | 1'25" | 1'23" | 1'21" | 1'18" | 1'15" | 1'12" | 1'09" | 1'06" | 1'04" | 1'02" | 1'00" |
| Marcas Mujeres | 1'30" | 1'28" | 1'26" | 1'24" | 1'22" | 1'20" | 1'18" | 1'16" | 1'14" | 1'12" | 1'10" |

5.- Carrera Resistencia 2.000 metros.

Objetivo: Medir y valorar la capacidad aeróbica máxima (resistencia orgánica)

Ejecución: Situados en el punto de partida, a la voz de "listos - disparo", recorrer la distancia de 2.000 m por calle libre.

Descripción: la postura corporal de salida será libre y siempre por detrás de la línea que indica el lugar de inicio de la prueba.

Intentos: Un intento.

Se considerará intento nulo, siendo causa de eliminación, cuando el aspirante:

- Obstaculice a otro opositor.
- Se salga por la parte interna de la cuerda de la pista.
- Realice dos salidas nulas.
- Las recogidas en el Reglamento de la Federación Internacional de Atletismo

Puntuación: Se otorgará según la siguiente escala (tiempo en minutos y segundos, se desprecian las décimas de segundo redondeando al segundo superior).

| Puntos | 5 | 5'5 | 6 | 6'5 | 7 | 7'5 | 8 | 8'5 | 9 | 9'5 | 10 |
|----------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| Marcas Hombres | 7'15" | 7'09" | 7'03" | 6'57" | 6'51" | 6'45" | 6'40" | 6'35" | 6'30" | 6'25" | 6'20" |
| Marcas Mujeres | 8'15" | 8'09" | 8'03" | 7'57" | 7'51" | 7'45" | 7'40" | 7'35" | 7'30" | 7'25" | 7'20" |

6.- Circuito

Objetivo: Medir y valorar la fuerza resistencia asemejando un circuito a las condiciones laborales a la plaza a desempeñar



Descripción y ejecución: Consiste en superar una serie de pruebas seguidas (en circuito) con el siguiente orden de ejecución:

6.1.- Torre de maniobras

El aspirante portará espaldera y botella de un equipo de respiración autónoma (ERA), con un peso mínimo de 8 kg los hombres y de 6 kg las mujeres, y se situará en la línea de salida situada a 4 metros de la entrada de la torre, y a la voz de “listos” “ya”, se activará el control de tiempo e iniciará la prueba subiendo todas las plantas de la torre (con altura aproximada de 16 metros), que simulan las escaleras de un edificio de viviendas de unas 5/6 plantas. Una vez arriba, tocará la campana situada en última planta. Alcanzada esta cota descenderá pisando todos los peldaños. Finalizado el descenso, se quitará la carga y lo colocará en el lugar designado.

6.2.- Obstáculos

Tras la salida de la torre, el aspirante recorrerá la distancia de transición de aproximadamente 10 metro hasta alcanzar la estación denominadas “obstáculos”.

El primer obstáculo, el cual tiene una altura de 75 cm y un largo de 1,60 metros con forma de medio tubo, deberá pasarlo por encima realizando por lo menos un apoyo sobre él.

Recorrerá una distancia de 5 metros para sobrepasar de igual manera un segundo obstáculo de las mismas características.

6.3.- Salvamento

Tras salir de los obstáculos el aspirante recorrerá una distancia de 13 metros hasta un cono y girará en 90° a su izquierda para hacer otro recorrido de 15 metros hasta alcanzar una estación denominada “salvamento”.

El aspirante deberá arrastrar un maniquí (50 kg los hombres y 40 kg las mujeres), en un recorrido de 27 metros, en dos subtrayectos de 13,5 metros.

El maniquí se encontrará en el suelo en posición tendido en decúbito supino dentro de un contorno delimitado de 90 cm x 1,45 metros. El aspirante cogerá el maniquí y lo elevará situando la espalda del maniquí en la parte anterior del torso, abrazando el tronco por debajo de las axilas, dejando los brazos libres.

El transporte lo deberá realizar suspendiéndolo del suelo, o solo con el apoyo de los talones o pantorrillas del maniquí, siempre por debajo de las rodillas e irá desplazándose de espaldas, según el sentido de la marcha hasta un cono de señalización situado a una distancia aproximada de 13,5 metros, momento en que deberá cambiar el sentido de la marcha y volverá hasta el contorno delimitado donde cogió el maniquí para colocarlo dentro del mismo y en posición de tendido supino, tal y como se lo encontró.

6.4.- Equilibrio

Superada la anterior estación, el aspirante recorrerá una distancia de transición de 31 metros en dirección a un cono donde girará 90° a la derecha para realizar un recorrido de 4,5 metros hasta un segundo cono donde girará a la derecha 90° para recorrer de 6,5 metros para alcanzar la estación denominada “equilibrio”.

Una vez situado el aspirante en el extremo del tablón de 10/12 cm de ancho y una longitud de entre 4 y 5 metros situado a un mínimo de 10 cm del suelo se subirá al mismo colocando el primer pie de apoyo antes



de la marca de inicio, recorrerá todo el largo del tablón y finalizará cuando el último pie de apoyo sobrepase la marca de final y bajará del tablón.

En caso de que el aspirante se caiga y no finalice el recorrido completo, o salga antes de la marca o inicie la prueba después de la marca de inicio deberá iniciar la prueba desde el principio

6.5.- Desescombros

A continuación, el aspirante recorrerá una distancia de transición de 7,5 metros hasta la siguiente estación denominada “desescombros”, que consta de una estantería de 2,5 metros de largo, 1 metro de fondo y situado a una altura de 1 metro, sobre el que están colocados 8 sacos terreros numerados del 1 al 8 de 20 kg de peso aproximado para los varones, y 15 kg para las mujeres en un espacio delimitado de unos 30 cm cada saco.

El aspirante deberá coger los sacos de la estantería donde se encuentran y depositarlos en el suelo sin perder contacto en ningún momento. El orden será aleatorio, designado por el tribunal en el momento de la prueba.

Una vez estén todos los sacos en el suelo se realizará la acción inversa, volviendo a depositar los sacos en la estantería en el espacio delimitado para cada saco estando la mayor parte del saco dentro de este, dejando los sacos tal y como se los encontró, momento en que finalizará la realización de la estación.

6.6.- Tubo y golpeo con mazo

El aspirante recorrerá una distancia de transición de 14 metros hasta un cono donde realizará un giro de 90° a la derecha para realizar un segundo recorrido de 10 metros hasta un segundo cono, donde girará a la derecha unos 45° y recorrerá una distancia de 18 metros para dirigirse a la estación denominada “tubo y golpeo con mazo”

El tubo tiene una sección circular de 1 metro y 4,20 metros de longitud. Deberá introducirse y recorrer los 4,20 metros, al salir de este recorrerá 2 metros hasta llegar a un mazo, el cual deberá coger y golpear 3 neumáticos, comenzando por el de la izquierda, siguiendo por el del medio y finalizando por el de la derecha.

Cada golpeo debe realizarse agarrando el mazo por las marcas indicadas, iniciando el golpeo colocando el mazo de forma vertical con la cabeza del mazo a la altura de la cabeza del aspirante, lo cargará subiendo el mazo situando el agarre más bajo a la altura de la cabeza o sobrepasándola y golpeará con fuerza.

Una vez finalizado colocará el mazo en su sitio y realizará un recorrido en línea recta de 40 metros para girar en ángulo de 45° a la derecha para realizar un segundo recorrido en línea recta de 20 metros, donde finalizará el ejercicio.

El mazo a utilizar, de dotación en el Servicio, con un peso de entre 3 y 4 kg.

Penalizaciones. Se penalizará con 5 segundos, que se añadirán al tiempo que realice el aspirante por cada uno de los siguientes motivos:

- Aspirante pierda el contacto con los complementos.
- No pise todos los peldaños en el descenso de la torre.
- No arrastre el maniquí de la forma indicada en estas bases, interrumpa la consecución del ejercicio durante más de 10 segundos.
- No depositar los elementos en el lugar en que los recogió inicialmente.



- No inicie el banco de equilibrio antes de la señal de inicio, o salga no salga del banco de equilibrio después de la señal de salida
- La caída de alguno de los sacos, cuando se depositen fuera de los lugares indicados o en orden distinto al señalado.
- La realización de alguna de las pruebas de manera distinta a la recogida en la descripción.

Eliminación. Motivos de eliminación:

- No realizar alguna de las pruebas.
- No alcanzar el tiempo mínimo exigido
- No alcanzar la altura determinada para la torre o no tocar la campana
- No realizar al menos un apoyo en la superación de cada obstáculo.
- Pierda el contacto con el maniquí, lo deposite total o parcialmente fuera del contorno delimitado o en distinta posición a la señalada en el párrafo anterior, desplazar el cono de señalización o no completar el recorrido.
- Quedarse inmóvil o atorarse dentro del tubo.
- La realización de alguna de las pruebas de manera distinta a la recogida en la descripción, sin incurrir dentro de las causas de eliminación.

Puntuación: Se otorgará según la siguiente escala (tiempo en minutos y segundos, se desprecian las décimas de segundo redondeando al segundo superior).

| Puntos | 5 | 5'5 | 6 | 6'5 | 7 | 7'5 | 8 | 8'5 | 9 | 9'5 | 10 |
|----------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| Marcas Hombres | 3'30" | 3'24 | 3'18" | 3'12" | 3'06" | 3'00" | 2'54" | 2'48" | 2'42" | 2'36" | 2'30" |
| Marcas Mujeres | 3'40" | 3'34" | 3'28" | 3'22" | 3'16" | 3'10" | 3'04" | 2'58" | 2'52" | 2'46" | 2'40" |

ANEXO 2

CUADRO DE EXCLUSIONES MÉDICAS

1. Obesidad-delgadez.

Obesidad o delgadez manifiestas que dificulten o incapaciten para el ejercicio de las funciones propias del cargo.

Índice de Masa Corporal (IMC) no inferior a 18,5 ni superior a 29,9, considerando el IMC como la relación resultante de dividir el peso de la persona expresado en kilos por el cuadrado de la talla expresado en metros.

En los aspirantes que posean un IMC comprendido entre 25 y 29,9, ambos inclusive, se realizará una medición del perímetro abdominal a la altura del ombligo. Este perímetro no será superior en ningún caso a 102 centímetros en los hombres o a 88 en las mujeres.

2. Ojo y visión.

2.1. Agudeza visual sin corrección inferior a los dos tercios de la visión normal en cada uno de los ojos.

2.2. Desprendimiento de retina.

2.3. Patología retiniana degenerativa.

2.4. Hemianopsias y alteraciones campimétricas.



- 2.5. Discromatopsias.
 - 2.6. Cualquier otro proceso patológico que, a juicio de los facultativos médicos, dificulte de manera importante la agudeza visual.
3. Oído y audición.
 - 3.1. Agudeza auditiva que suponga una pérdida entre 1.000 y 3.000 hertzios a 35 decibelios o de 4.000 hertzios a 45 decibelios. Así mismo no podrá existir una pérdida auditiva en las frecuencias conversacionales igual o superior a 30 decibelios.
 - 3.2. Cualquier otro proceso patológico que, a juicio de los facultativos médicos, dificulte de manera importante la agudeza auditiva.
 4. Aparato digestivo.
 - 4.1. Cirrosis hepática.
 - 4.2. Hernias abdominales o inguinales.
 - 4.3. Pacientes gastrectomizados, colostomizados o con secuelas postquirúrgicas que produzcan trastornos funcionales.
 - 4.4. Enfermedad inflamatoria intestinal (enfermedad de Crohn colitis ulcerosa).
 - 4.5. Cualquier otro proceso digestivo que a juicio de los facultativos médicos dificulte el desempeño del puesto de trabajo.
 5. Aparato cardio-vascular.
 - 5.1. Hipertensión arterial, no debiendo sobrepasar en reposo los 140 mm/Hg de presión sistólica, y los 90 mm/Hg de presión diastólica.
 - 5.2. Insuficiencia venosa periférica.
 - 5.3. Cualquier otra patología o lesión cardio-vascular que, a juicio de los facultativos médicos, puedan limitar el desempeño del puesto de trabajo.
 6. Aparato respiratorio.
 - 6.1. Asma bronquial.
 - 6.2. Enfermedad pulmonar obstructiva crónica.
 - 6.3. Neumotórax espontáneo recidivante.
 - 6.4. Otros procesos del aparato respiratorio que, a juicio de los facultativos médicos, dificulten el desarrollo de las funciones propias de la categoría.
 7. Aparato locomotor.

Alteraciones del aparato locomotor que limiten o dificulten el desarrollo de las funciones propias de la categoría, o que puedan agravarse, a juicio de los facultativos médicos, con el desempeño del puesto de trabajo: patología ósea de extremidades, retracciones o limitaciones funcionales de causa muscular o articular, defectos de columna vertebral y otros procesos óseos, musculares y articulares.
 8. Piel.
 - 8.1. Cicatrices que produzcan limitación funcional.
 - 8.2. Otros procesos patológicos que, a juicio de los facultativos médicos, dificulten o limiten el desarrollo de las funciones propias de la categoría.
 9. Sistema nervioso.
 - 9.1. Epilepsia.
 - 9.2. Migraña.
 - 9.3. Otros procesos patológicos que, a juicio de los facultativos médicos, dificulten el desarrollo de las funciones propias de la categoría.
 10. Trastornos psiquiátricos.



- 10.1. Depresión.
- 10.2. Trastornos de la personalidad.
- 10.3. Psicosis.
- 10.4. Alcoholismo, drogodependencias a psicofármacos o a sustancias ilegales.
- 10.5. Otros procesos patológicos que, a juicio de los facultativos médicos, dificulten el desarrollo de las funciones propias de la categoría.

11. Aparato endocrino.

Aquellos procesos patológicos que, a juicio de los facultativos médicos, dificulten o limiten el desarrollo de las funciones propias de la categoría.

12. Sistema inmunitario y enfermedades infecciosas.

- 12.1. Enfermedades transmisibles en actividad.
- 12.2. Enfermedades inmunológicas sistémicas.
- 12.3. Otros procesos patológicos que, a juicio de los facultativos médicos, dificulten o limiten el desarrollo de las funciones propias de la categoría.

13. Patologías diversas.

Cualquier enfermedad, síndrome o proceso patológico que, a juicio de los facultativos médicos, limite o incapacite al aspirante para el ejercicio de la función de Bombero.

Para los diagnósticos establecidos en este Anexo se tendrán en cuenta los criterios de las Sociedades Médicas de las especialidades correspondientes.

Todas estas exclusiones se garantizarán con las pruebas complementarias necesarias para el diagnóstico.