



-CONTENIDO DEL ANEXO I DE LA ORDEN DE 24 DE MARZO DE 2008 EN LO RELATIVO AL SALTO HORIZONTAL:

Objetivo: Medir la fuerza explosiva de la musculatura extensora del tren inferior.

Desarrollo: El aspirante se situará detrás de una línea sin pisarla con los pies a la misma altura y ligeramente separados. Desde esta posición se realizará un salto hacia delante lo más lejos posible a base de un movimiento explosivo de extensión de caderas, rodillas, y tobillos, ayudándose con un lanzamiento de brazos en la misma dirección. Se cae sobre la planta de los pies permitiéndose apoyar cualquier parte del cuerpo con posterioridad.

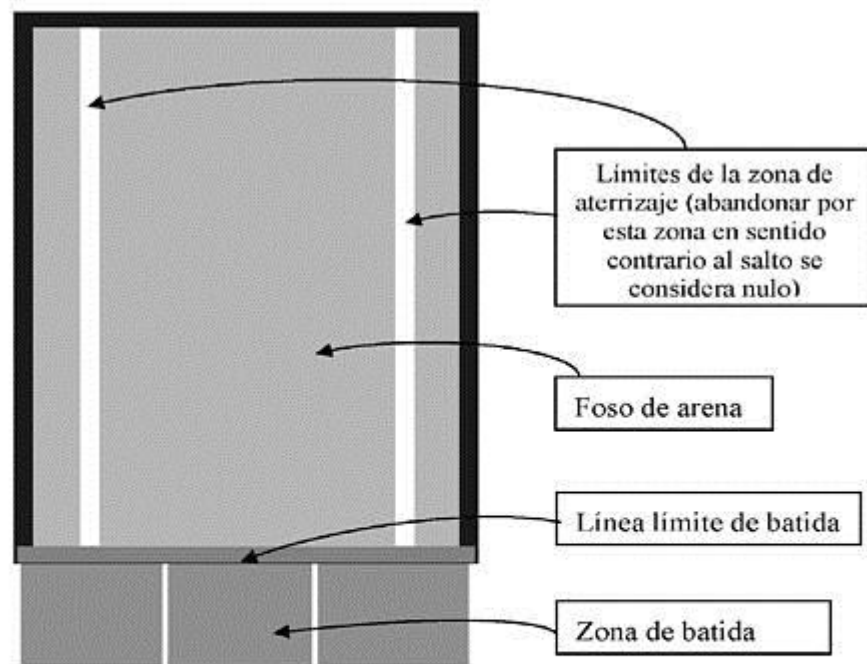
Valoración: Se anota en metros y centímetros la distancia alcanzada obviándose los milímetros, redondeando siempre hacia el número entero inferior, teniéndose en cuenta que se mide perpendicularmente desde la huella más cercana de la línea de salida hasta la línea de batida o su prolongación, siendo el mínimo el que refleja la tabla de baremos, considerándose no aptos aquellos que no alcancen las distancias mínimas o incumplan algunos de los requisitos de realización de la prueba.

Marcas y puntuaciones:

HOMBRES		MUJERES	
Puntuación	Distancia en metros	Puntuación	Distancia en metros
10	2,45 o más	10	2,24 o más
9	2,39 a 2,44	9	2,19 a 2,24
8	2,33 a 2,38	8	2,13 a 2,18
7	2,27 a 2,32	7	2,07 a 2,12
6	2,21 a 2,26	6	2,01 a 2,06
APTO	2,20	APTO	2,00

Observaciones y Penalizaciones: Se permitirá dos (2) intentos. En caso de superar la prueba en el primer intento, se dará como apta la misma, no pudiéndose hacer uso del segundo para mejorar la marca conseguida. No se permitirá utilizar zapatillas con clavos metálicos para esta prueba. Estará permitido el balanceo de pies, de talón a metatarso sin perder el contacto con el suelo antes de la realización del salto, siendo invalidada la prueba en los siguientes casos:

- Pisar la línea de salida, incluyendo la puntera del calzado en el momento de despegue.
- Tomar impulso con un solo pie.
- Tomar impulso con una carrera previa.
- Abandonar el foso de salto retrocediendo hacia la parte donde saltó.
- Durante la caída, toca el suelo fuera del foso más cerca de la línea de batida que la marca más próxima hecha en la arena.
- No superar el mínimo establecido.



Material: Foso de arena de salto de longitud, cinta métrica y allanador para la arena.

-INSTRUCCIONES GENERALES DE LECTURA PARA LOS/LAS ASPIRANTES:

-Sólo se desarrollará en el día de la fecha el ejercicio de la Prueba de Aptitud Física consistente en el Salto Horizontal.

-Una vez ubicados los/las opositores en la pertinente grada y finalizado el llamamiento, estos/estas no podrán abandonar la ubicación asignada, salvo que el Tribunal o un colaborador/a expresamente lo autorice. En caso de abandonar tal ubicación y ser llamado el/la asistente para realizar el ejercicio y este/a no se halle presente, habiéndose ausentado sin autorización previa, quedará eliminado/a del ejercicio.

-Para solicitar el poder abandonar la referida ubicación asignada, deberán levantar la mano, acercándose un miembro del Tribunal o colaborador/a al lugar donde se encuentra el/la opositor/a que lo ha requerido, teniendo tal miembro del Tribunal o colaborador/a que autorizar dicho abandono. En el supuesto de necesitar el/la participante acudir al aseo, será acompañado hasta la puerta de este por un miembro del Tribunal o colaborador/a, que permanecerá por fuera hasta que salga el/la asistente, acompañándolo nuevamente a su posición de origen.

-Los/las asistentes tendrán que tener puesto en todo momento su dorsal, que entregarán a un/a colaborador/a una vez finalizada la realización del ejercicio físico.

-Los efectos personales que acompañen a los/las participantes serán depositados en el lugar designado por los/las colaboradores del ejercicio físico, antes de proceder a llevar a cabo el mismo, retirándolos de tal lugar una vez culminado este.

-Queda terminantemente prohibido el empleo de teléfonos móviles a partir del momento en que el/la opositor/a ha sido llamado y hasta la finalización del ejercicio de Salto Horizontal, en beneficio de todos los/las participantes a este ejercicio para evitar distracciones en el desarrollo del mismo.

-Si una vez llamado, algún/a participante deseara abandonar el ejercicio de la prueba de Aptitud Física, deberá levantar la mano y un miembro del Tribunal o colaborador/a le retirará el dorsal entregado, teniendo que abandonar la zona de examen si bien pueden permanecer en la zona destinada al público.

-Aquellos/as opositores/as que necesiten un certificado justificativo de su asistencia, deben ponerlo en conocimiento del miembro del tribunal o colaborador/a que le hace entrega del dorsal.

-Se comunica a todos los/as opositores/as que, a fin de garantizar un óptimo desarrollo de la prueba, esta va a ser grabada en vídeo.