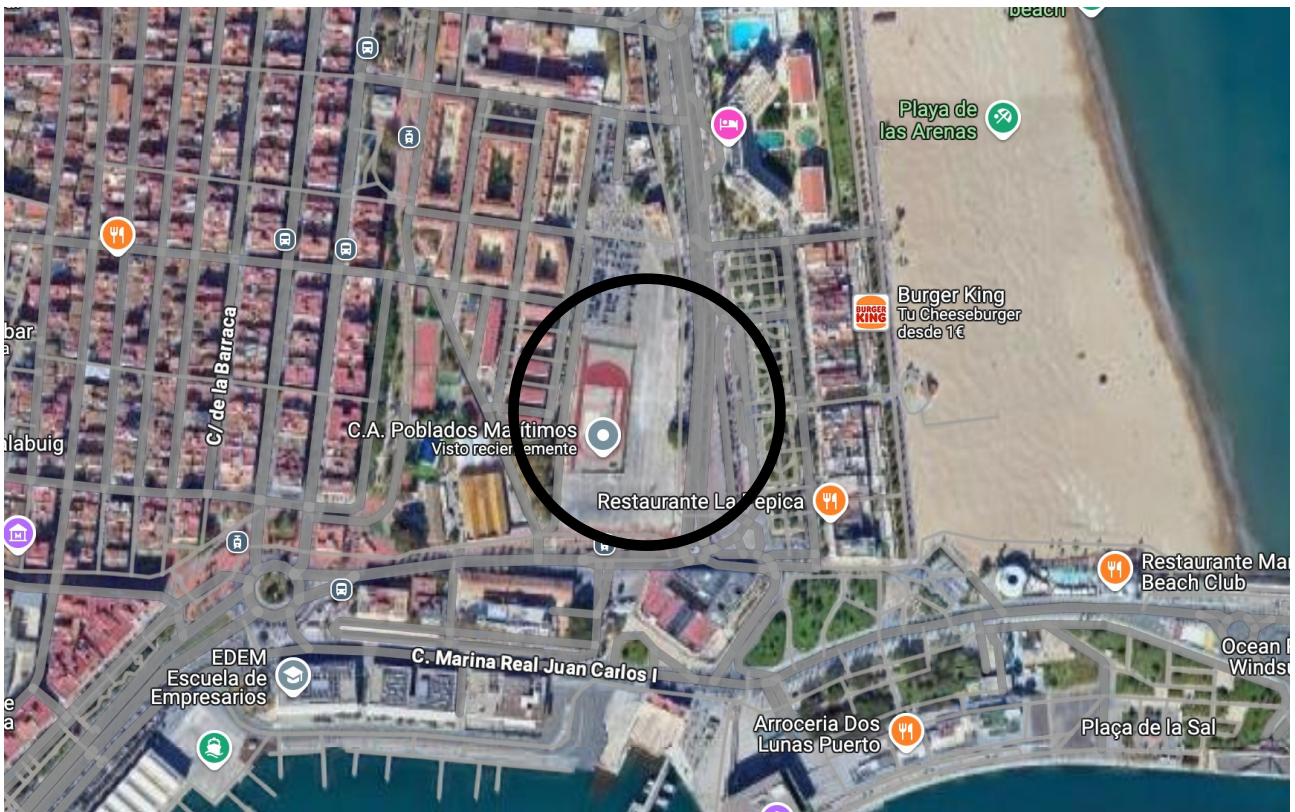


PRUEBAS DE ACCESO DE CARÁCTER ESPECÍFICO
CONVOCATORIA ORDINARIA
CICLO INICIAL EDRE FÚTBOL NIVEL 1

FECHA: Fecha por determinar (determinación por parte de la Consellería de Educación)

HORA DE CONVOCATORIA: 7:30h.

HORA INICIO PRUEBAS: 8:00h.



LUGAR PRUEBAS DE VALORACIÓN DE LA CONDICIÓN FÍSICA:

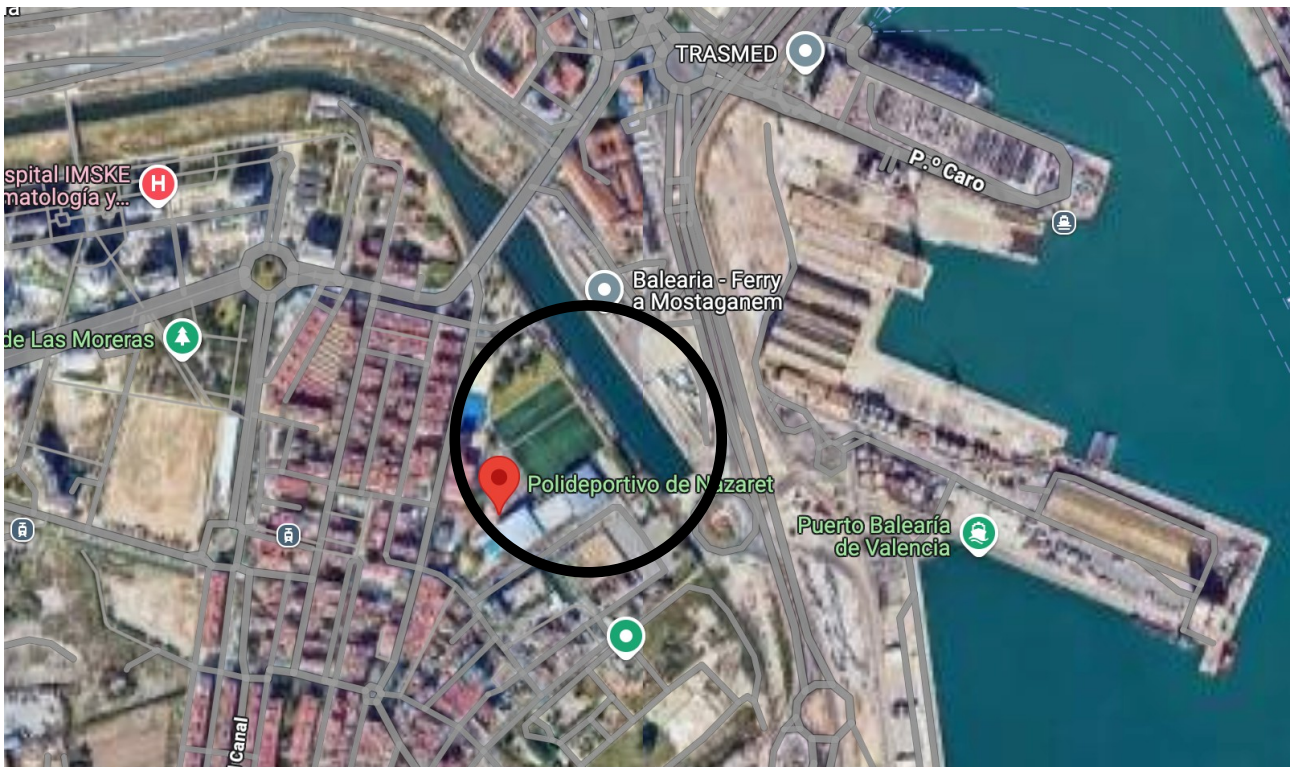
Módulo atletismo CA Poblats Marítims
(enfrente de restaurante "La Pepica", calle Dr. Marcos Sopena).

OBJETIVO: VALORACIÓN DE LA CONDICIÓN FÍSICA.

- VELOCIDAD DE TRASLACIÓN: 50 metros.
- RESISTENCIA: 2000m.
- SALTO VERTICAL.
- FLEXIBILIDAD.

- LANZAMIENTO BALÓN MEDICINAL.

Una vez finalizadas las pruebas de valoración de la condición física, nos trasladamos al polideportivo de Nazaret para realizar las pruebas de valoración de las destrezas específicas.



OBJETIVO: VALORAR LAS DESTREZAS ESPECÍFICAS.

Completar circuito técnico siguiendo los siguientes ejercicios en este orden:

- Un pase largo.
- Conducción en línea recta.
- Conducción en zig-zag.
- Tiro a portería.
- Recoger balón y realizar habilidad dinámica hasta el vértice del área.
- Tiro de precisión a una portería pequeña de 2x1m.
- Controlar un balón que pasa un compañero y hacer una pared seguida de una conducción con cambio de dirección.
- Impulsar el balón para pasarlo por debajo de una valla de 50 cm y saltar sobre ella. A continuación, y sin detenerse, impulsar el balón para pasarlo por encima de otra valla de 50 cm separada 5 m de la anterior y pasar por debajo de ella.
- Tres tiros a portería desde fuera del área.

DESCRIPCIÓN Y EVALUACIÓN DE LAS PRUEBAS DE ACCESO DE CARÁCTER ESPECÍFICO

Prueba Específica. Evaluación de la condición física.

1. Ejercicios.

Ejercicio número 1: evaluación de la velocidad de traslación. Recorrer una distancia de 50 metros, en terreno llano, de firme regular y de trazado recto, en el menor tiempo posible.

Ejercicio número 2: evaluación de la resistencia orgánica. Recorrer una distancia de 2.000 metros en terreno liso, llano, de firme regular, en el menor tiempo posible.

Ejercicio número 3: evaluación de la potencia de los principales músculos extensores de las extremidades inferiores. Salto vertical.

Ejercicio número 4: evaluación de la flexibilidad global del tronco y extremidades inferiores. Descalzo y con los pies situados sobre un flexómetro, flexionar el cuerpo sin impulso, llevar los brazos simultáneamente pasándolos por entre las piernas tan atrás como sea posible.

Ejercicio número 5: evaluación de la potencia muscular general y sus condiciones de aplicación en las palancas óseas. Lanzamiento de un balón medicinal hacia adelante. El peso del balón medicinal será de 5 kg para los hombres y 3 kg para las mujeres.

1.2. Evaluación de los ejercicios.

Se considerarán superados los ejercicios de la primera parte cuando el aspirante haya:

Ejercicio 1: recorrido la distancia de 50 metros en un tiempo inferior a 8 segundos los hombres y 8,5 segundos las mujeres.

Ejercicio 2: recorrido la distancia de 2.000 metros en un tiempo inferior a 10 minutos los hombres y 12 minutos las mujeres.

Ejercicio 3: saltado al menos 45 cm los hombres y 35 cm las mujeres.

Ejercicio 4: realizado una flexión de al menos 30 cm los hombres y 35 cm las mujeres.

Ejercicio 5: lanzado el balón a una distancia superior a 6 metros.

Prueba para evaluar el nivel de ejecución de las habilidades fundamentales del fútbol.

2. Ejercicios.

El aspirante tendrá que completar un circuito técnico que se realizará en un campo de fútbol de medidas reglamentarias, utilizando balones reglamentarios de la especialidad y que incluirá, siguiendo el mismo orden, los ejercicios que se indican en este apartado y que se efectuarán o iniciarán, según el caso, en el lugar que se especifica en el gráfico (1):

- a) Un pase largo.
- b) «Conducción del balón» con el pie, en carrera en línea recta.
- c) «Conducción del balón» con el pie, en carrera en zigzag salvando 4 obstáculos separados 2 metros uno de otro.
- d) Efectuar tiro a puerta desde fuera del área.
- e) Recoger el balón del fondo de la portería y realizar una «conducción elevada del balón» (habilidad dinámica) hasta el vértice del área.
- f) Realizar un tiro de precisión a una portería pequeña (2 m × 1 m), situada sobre la línea de banda.
- g) Efectuar el «control del balón» que pasa un compañero, para realizar una «pared» (1-2) seguida de una «conducción del balón» con el pie, con cambio de dirección.
- h) Impulsar el balón para pasarlo por debajo de una valla de 50 cm de altura y saltar sobre ella. A continuación y sin detenerse, impulsar con el pie el balón para pasarlo por encima de otra valla de 50 centímetros de altura distanciada cinco metros de la anterior, y pasar por debajo de ella
- i) Tres lanzamientos a puerta desde fuera del área.

2.1. Evaluación.

- a) Cada evaluador valorará el conjunto de los ejercicios de 1 a 10 puntos.
- b) La evaluación final de esta segunda parte de la prueba de acceso a las enseñanzas de Técnico Deportivo en Fútbol se obtendrá al promediar las valoraciones aportadas por los evaluadores y se considerará superada cuando el promedio obtenido sea igual o superior a 5 puntos y el tiempo empleado no sea superior a 3 minutos.

Gráfico (1)

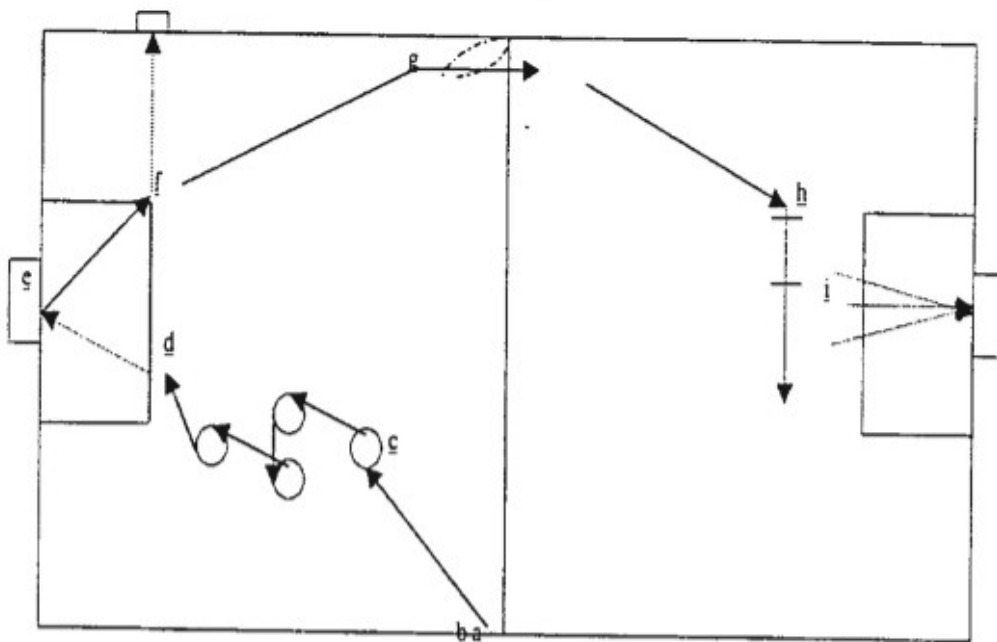
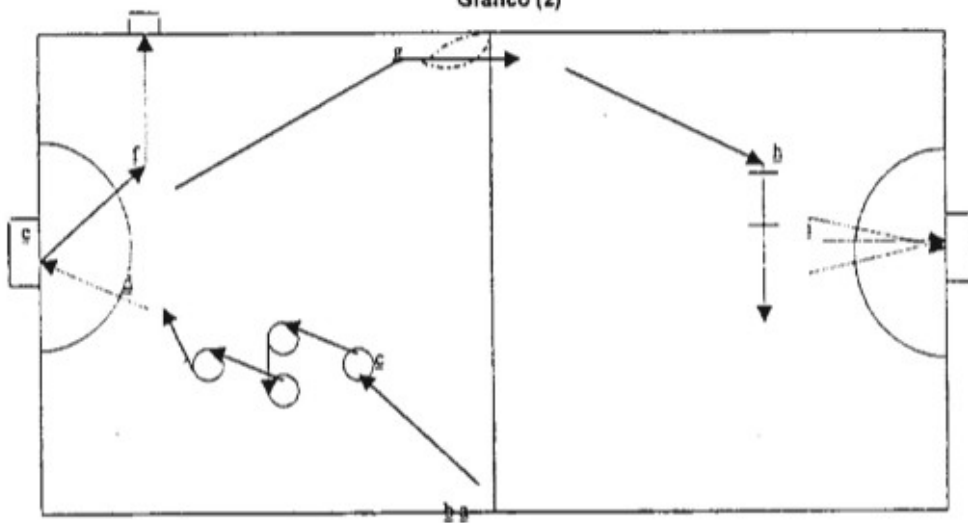


Gráfico (2)



- Lugar en el que se efectúa o inicia el ejercicio.
- Recorrido del aspirante.
- Dirección del lanzamiento o tiro.
- Pase/recepción.