



[www.clasesacaforme.es](http://www.clasesacaforme.es)

2020

OPOSICIONES  
POLICÍA NACIONAL



[Ac@forme](mailto:Ac@forme)

## REQUISITOS DE LOS ASPIRANTES

En el supuesto de que el número de opositores que superen todas las pruebas de la fase de oposición sea superior al número de plazas convocadas, los criterios de prelación para declarar aptos a unos y no aptos a otros serán los siguientes:

- 1.º Mayor puntuación obtenida en la parte a) de la segunda prueba (conocimientos).
- 2.º Mayor puntuación obtenida en la primera prueba (aptitud física).
- 3.º Mayor puntuación obtenida en el primer ejercicio de la primera prueba, y, en caso de persistir el empate, se irá aplicando sucesivamente la mayor puntuación obtenida en los ejercicios segundo y tercero de la primera prueba hasta deshacer el empate.

### Fases del proceso selectivo.

El proceso selectivo de los aspirantes constará de las siguientes fases: A) Oposición. B) Curso de Formación. C) Módulo de formación práctica.

### Requisitos de los aspirantes

Para ser admitido a la práctica de las pruebas selectivas será necesario reunir, a la fecha de finalización del plazo de presentación de solicitudes, los siguientes requisitos:

- a) Tener la nacionalidad española.
- b) Tener cumplidos 18 años de edad y no exceder de la edad máxima de jubilación.
- c) No haber sido condenado por delito doloso, ni separado del servicio del Estado, de la Administración Autonómica, Local o Institucional, ni hallarse inhabilitado para el ejercicio de funciones públicas.
- d) No hallarse incluido en ninguna de las causas de exclusión física o psíquica que impidan o menoscaben la capacidad funcional u operativa necesaria para el desempeño de las tareas propias de la Policía Nacional que vienen establecidas en el Anexo III de esta convocatoria.
- e) Compromiso de portar armas y, en su caso, llegar a utilizarlas, que se prestará a través de declaración del solicitante.
- f) Tener una estatura mínima de 1,65 metros los hombres y 1,60 las mujeres.
- g) Estar en posesión del permiso de conducción de la clase B.

h) Estar en posesión del título de Bachiller o equivalente.

El proceso de selección que habrán de superar los aspirantes será adecuado al título académico requerido.

### **Comprobación de los requisitos durante el proceso.**

Si en algún momento del procedimiento se tuviere conocimiento de que cualquiera de los aspirantes no posee alguno de los requisitos exigidos por la presente convocatoria, el Tribunal, desde la publicación de la lista definitiva de admitidos hasta la conclusión de la fase de oposición, o la División de Formación y Perfeccionamiento, durante el resto del proceso selectivo, previa audiencia del interesado, acordarán su exclusión, comunicando a este Centro directivo, en su caso, las inexactitudes o falsedades que hubiera podido cometer.

### **Fase de oposición**

#### **Pruebas.**

La fase de oposición constará de las siguientes pruebas de carácter eliminatorio:

#### **Primera prueba (aptitud física).**

Esta prueba consistirá en la realización por los opositores de los ejercicios físicos que se describen en el anexo I.

#### **A) Descripción de las pruebas de aptitud física**

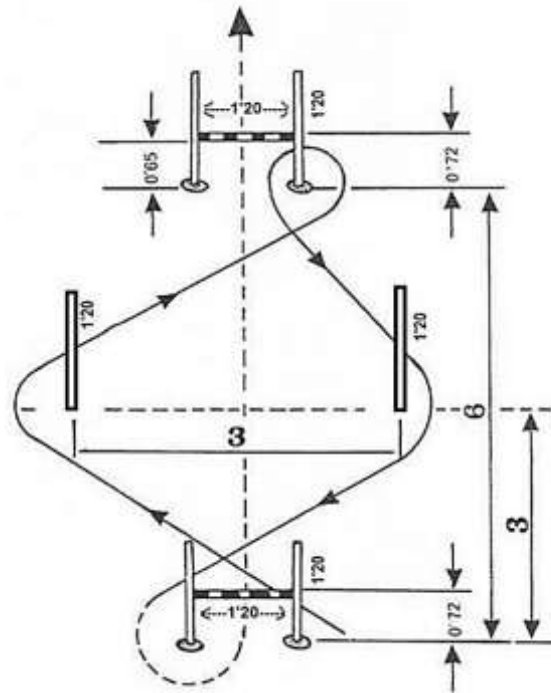
##### **Primer ejercicio (hombres y mujeres)**

Objetivo: Medir la agilidad de movimientos del ejecutante.

Posición inicial: Detrás de la línea de partida, en posición de salida de pie. El lugar de salida es opcional a derecha o izquierda de la valla. Es obligatorio el uso de calzado deportivo.

Por debajo de la valla \_\_\_\_\_

Por encima de la valla -----



Ejecución: Se ordenará «listo»... «ya», y a esta señal, se deberá realizar el recorrido hasta completarlo en la forma que se indica en el gráfico, siguiendo las reglas descritas.

Reglas:

1. El recorrido debe realizarse de la forma indicada en el gráfico.
2. Se valorará el tiempo invertido en segundos y décimas de segundo, contando desde la voz de «ya», hasta que el opositor toca el suelo con uno o los dos pies, habiendo superado con la totalidad del cuerpo la última valla.
3. Se realizará un intento. Únicamente podrá realizar un segundo intento el opositor que haya incurrido en nulo en el primero.
4. Superar el tiempo máximo establecido (11'7 s o más para hombres y 12'8 s o más para mujeres) supone la eliminación.

Intento nulo:

Será nulo todo intento en el que el opositor:

1. Modifique el recorrido señalado en el gráfico.
2. Derribe o se apoye en alguno de los elementos del circuito, o agarre voluntariamente cualquiera de los elementos.

## Segundo ejercicio (hombres)

Objetivo: Medir la fuerza resistencia de los principales músculos dorsales, flexores de los brazos y la cintura escapulo-humeral.

Posición inicial: Suspendido de la barra con palmas al frente (agarre prono) y total extensión de brazos, cuerpo extendido y totalmente estático, perpendicular al plano del suelo. La anchura del agarre será siempre ligeramente superior a la anchura de los hombros del opositor.

Ejecución: Se ordenará el comienzo de la prueba, y el opositor deberá realizar el mayor número de dominadas posibles hasta completar el máximo, siguiendo las reglas descritas. Se permite cruzar las piernas siempre que se respeten el resto de reglas.

Reglas:

1. Cada dominada debe partir de la posición inicial descrita, con los brazos completamente extendidos.
2. El cuerpo debe permanecer totalmente extendido durante la ejecución del ejercicio.
3. No se permiten oscilaciones, balanceos ni movimientos de impulso con el cuerpo en ningún momento.
4. La cabeza permanecerá siempre en posición anatómica, no estando permitido extender la cabeza hacia atrás.
5. La barbilla debe superar claramente la barra, quedando esta a la altura del tercio inferior del cuello.
6. Se deberá realizar una mínima pausa entre cada repetición para evitar el efecto del ciclo de estiramiento-acortamiento.
7. El opositor no podrá soltarse de la barra con ninguna de las manos durante la prueba, ni permanecer más de 5 segundos suspendido entre cada repetición.
8. No está permitido realizar la prueba descalzo, tampoco el uso de guantes, objetos ni sustancias que faciliten el agarre.
9. Se dispone de un intento para superar la prueba.

Intento nulo:

Será nula toda dominada que incumpla cualquiera de las reglas expuestas.

### Segundo ejercicio (mujeres)

Objetivo: Medir la fuerza de los principales músculos flexores de los brazos y la cintura escapulo-humeral.

Posición inicial: Suspendida de la barra agarrándose con ambas manos, con palmas hacia atrás (agarre supino), brazos flexionados, barbilla por encima de la barra, cuerpo extendido perpendicular al plano del suelo y totalmente estático.

Ejecución: Una vez en la posición inicial, se ordenará el comienzo de la prueba, y la opositora deberá mantenerse el mayor tiempo posible en la posición descrita. Se da por finalizado el ejercicio en el momento que la barbilla se sitúe a la altura de la barra, por debajo o tenga contacto con ella.

Reglas:

1. El cuerpo debe permanecer totalmente extendido durante la ejecución del ejercicio. No se permite la flexión de cadera.
2. No se permiten oscilaciones ni balanceos del cuerpo en ningún momento.
3. La cabeza permanecerá siempre en posición anatómica, no estando permitido extender la cabeza hacia atrás.
4. La barbilla debe superar claramente la barra de manera visible.
5. La opositora no podrá soltarse de la barra con ninguna de las manos durante la prueba.
6. Se dispone de un intento para superar la prueba.

Intento nulo:

Será nula toda ejecución que incumpla cualquiera de las reglas expuestas.

### Tercer ejercicio (hombres y mujeres)

Objetivo: Medir la resistencia orgánica de los opositores.

Posición inicial: De pie, detrás de la línea de salida.

Ejecución: Se ordenará «listo»..., «ya», y a esta señal, los opositores iniciarán el recorrido hasta completar 1.000 m.

Reglas:

1. La prueba se realizará en grupo. Sobre superficie lisa, plana y dura.
2. El tiempo invertido se medirá en minutos y segundos.
3. Es obligatorio el uso de calzado deportivo, no estando permitido el uso de zapatillas de clavos.
4. Si el opositor abandona la zona de carrera, será excluido. Igualmente, el opositor que realice cualquier conducta antideportiva durante la prueba quedará eliminado.
5. Se realizará un solo intento.

Intento nulo:

Será considerado nulo el intento que vulnere lo dispuesto en las reglas expuestas.

### **Segunda prueba (de conocimientos y ortografía):**

Constará de dos partes eliminatorias:

a) Consistirá en la contestación por escrito en cincuenta minutos, a un cuestionario de cien preguntas, con un enunciado y tres alternativas de respuestas de las que solo una es verdadera, relacionadas con el temario que figura como Anexo II a la presente convocatoria. Los errores penalizan conforme a la fórmula siguiente:  $A - [E / (n-1)]$ , siendo «A» el número de aciertos, «E» el de errores y «n» número de alternativas de respuesta.

Cada una de las cien preguntas tiene un valor de un punto. El Tribunal establece que serán considerados aptos en esta prueba los opositores que hubiesen obtenido al menos 50 puntos tras la aplicación de la fórmula expresada en el párrafo anterior.

b) Consistirá en la contestación por escrito a un cuestionario para evaluar la capacidad ortográfica del opositor. Para su calificación se utilizará la fórmula de corrección aplicada a la prueba de conocimientos.

La calificación será de «apto» o «no apto».

### **Tercera prueba.**

Constará de tres partes eliminatorias:

a) Reconocimiento médico.

b) Entrevista personal.

c) Test psicotécnicos

(\*) Ejercicio voluntario de idioma.

## **HORARIOS Y PRECIOS**

**MATRÍCULA:** 100 €

**PRECIO:** 100 €/MES

**HORARIOS:**

BLOQUE / HORARIO	LUNES	MARTES	MIÉRC. (alternos)	JUEVES	VIERNES
TEMARIO	18:00-20:00		18:00-20:00	18:00-20:00	
ORTOGRAFÍA		18:00-19:00			