



BASES DE LA CONVOCATORIA DEL CONCURSO-OPOSICIÓN PARA LA PROVISIÓN DE UNA PLAZA DE MONITOR/A DE PILATES PERTENECIENTE A LA PLANTILLA DE PERSONAL LABORAL DEL AYUNTAMIENTO DE ARROYOMOLINOS, ASIMILADA AL GRUPO C2, CORRESPONDIENTE A LA OFERTA EXCEPCIONAL DE EMPLEO PÚBLICO DE ESTABILIZACIÓN DE EMPLEO TEMPORAL ENMARCADA EN LA LEY 20/2021 DE 28 DE DICIEMBRE, DEL AYUNTAMIENTO DE ARROYOMOLINOS

1. Objeto de la Convocatoria.

1.- El objeto de las presentes Bases es la regulación del procedimiento que regirá la convocatoria del concurso-oposición de personal laboral de una plaza de monitor/a de pilates, asimilada al Grupo C2 (**anexo I**) correspondiente a la Oferta excepcional de Empleo Público de Estabilización de Empleo Temporal, amparada en la Ley 20/2021 de 28 de diciembre, del Ayuntamiento de Arroyomolinos, que se aprobó mediante la Resolución n.º 4058/2021, de fecha 20 de diciembre, publicada en el BOCM número 304, de fecha 22 de diciembre de 2021, y se modificó mediante Resolución 1026/2022, de fecha 21 de abril, publicada en el BOCM número 127, de fecha 30 de mayo de 2022.

2.-Las Bases Comunes que regirán estos procesos de consolidación/estabilización, se publicaron en el BOCM número 219, de fecha 14 de septiembre.

2. Requisitos de los aspirantes.

Además de los requisitos generales establecidos en el apartado 2.1 de las Bases Generales, los aspirantes deberán estar en posesión o en condiciones de obtener a la fecha de finalización del plazo de presentación de solicitudes, la titulación exigida para el Cuerpo y Escala, Grupo/Subgrupo, de conformidad con lo establecido en el **Anexo IV**, según lo previsto en el Real Decreto Legislativo 5/2015, de 30 de octubre, por el que se aprueba el texto refundido de la Ley del Estatuto Básico del Empleado Público.

Para poder participar en el proceso selectivo los aspirantes deberán reunir los siguientes requisitos:

a) Tener la nacionalidad española o cumplir los requisitos establecidos en el artículo 57 del texto refundido de la Ley del Estatuto Básico del Empleado Público aprobado por Real Decreto Legislativo 5/2015 de 30 de octubre, en el supuesto de acceso al empleo público de nacionales de otros estados.

b) Poseer la capacidad funcional para el desempeño de las tareas, no padeciendo enfermedad que impida o menoscabe el normal ejercicio de la función ni estar afectado por limitación física, psíquica o sensorial que sea incompatible con el desempeño de las tareas y funciones





méritos a valorar en el concurso, conforme al punto 9, sin perjuicio de que se acredite con los originales, en su momento, conforme al punto 12.

g) En el caso de las personas aspirantes con discapacidad legalmente reconocida, con grado de minusvalía igual o superior al 33%, fotocopia del documento que lo acredite.

h) Declaración responsable de no haber sido separado del servicio ni hallarse inhabilitado. **Anexo V.**

4. Derechos de examen.

La tasa por derechos de examen se registrará por lo dispuesto en la “ORDENANZA FISCAL REGULADORA DE LA TASA POR DERECHOS DE EXAMEN” del Ayuntamiento de Arroyomolinos.

Las personas aspirantes deberán abonar, en concepto de participación en la convocatoria, la cantidad de 21,50 €, correspondiente al Grupo C2 o asimilados, según constan en la citada Ordenanza.

Se presentará copia de la carta de pago acreditativa de haber efectuado el ingreso en las Arcas Municipales de la cuota correspondiente al proceso selectivo en el que se solicita participación.

Dichas tasas se podrán hacer efectivas por alguno de los siguientes medios:

- Autoliquidación a través de la sede electrónica de la web municipal (www.ayto-arroyomolinos.org).
- Mediante ingreso o transferencia bancaria en la cuenta del Ayuntamiento, entidad BBVA: ES12 0182 2669 9802 0150 1532.

Deberá especificarse como “concepto” del pago la **prueba selectiva correspondiente**. En ningún caso el pago de los derechos de examen supondrá la sustitución del trámite de presentación en tiempo y forma de la solicitud. El impago de los derechos de examen o el hecho de no aportar justificante de su ingreso dará lugar a la exclusión del aspirante en la resolución por la que se apruebe la relación de aspirantes admitidos y excluidos.

La ordenanza fiscal reguladora puede consultarse en el siguiente enlace:

<https://www.ayto-arroyomolinos.org/ayuntamiento/bandos-ordenanzas-y-edictos/ordenanzas-y-reglamentos/hacienda/archivos/tasa-por-derechos-de-examen-escudo-vigor-01-01-2008.pdf>

5. Admisión de aspirantes.

Se aplicará lo previsto en el apartado 4 de las Bases Generales, salvo la designación nominal del Tribunal Seleccionador, el lugar, fecha y hora del comienzo del proceso selectivo, que se harán públicos en la sede electrónica, así como en la página Web municipal, tras la publicación de la relación definitiva prevista en el apartado 4.4 de las Bases Generales.

Expirado el plazo de presentación de instancias, la Alcaldía dictará resolución en el plazo máximo de un mes, declarando aprobada la relación provisional de admitidos y





Servicios prestados anteriores a 31/12/2005	0,09 puntos	0,03 puntos
---	-------------	-------------

La experiencia profesional se acreditará mediante la presentación de certificado oficial de servicios prestados.

9.1.2. Formación.

La suma de este apartado tendrá un máximo de **4 puntos**.

<i>Formación</i>	<i>Asimilado al Grupo C2</i>
Cursos de formación hasta 10 horas	0,05 puntos
Cursos de formación de 11 hasta 20 horas	0,10 puntos
Cursos de formación de 21 hasta 40 horas	0,20 puntos
Cursos de formación de más de 40 horas	0,40 puntos

I) Únicamente se valorarán aquellos cursos superados para los cuales se presente un certificado de acreditación, diploma o supletorio de este, con el nombre del aspirante, fecha de expedición y duración de la formación.

II) Únicamente se valorarán los cursos de formación y perfeccionamiento, que versen sobre materias directamente relacionadas con las funciones a desarrollar en la plaza ofertada en la Administración Pública.

III) Los cursos que tengan relación con la Prevención de Riesgos Laborales o Igualdad, se valorarán hasta un máximo de 1 punto en total.

IV) En aquellos casos en que el título y la denominación de la actividad formativa que figura en la documentación acreditativa no permita identificar nítidamente el área o contenido formativo a que se refiere, el interesado deberá aportar el programa formativo.

V) Los cursos susceptibles de valoración serán los cursos de formación y perfeccionamiento, impartidos por el Ayuntamiento de Arroyomolinos y otras Administraciones Públicas, Centros o Entidades acogidos al Plan de Formación Continua de las Administraciones Públicas o que cuenten con convenios de formación con las



Administraciones Públicas, así como los impartidos por Servicios de Prevención Ajenos, Universidades o en colaboración con éstas. Asimismo, serán cursos susceptibles de valoración los cursos de formación y perfeccionamiento impartidos por Federaciones, Registros Profesionales y/o Asociaciones reconocidas dentro y fuera del territorio nacional.

9.1.3 Calificación de la Fase de Concurso.

La puntuación de la fase de concurso, que nunca podrá superar los puntos máximos establecidos en las presentes bases, será la suma aritmética de las puntuaciones obtenidas en los apartados 9.1.1. y 9.1.2. Los resultados de esta fase se harán públicos en la página web municipal y en la sede electrónica.

9.2 Ejercicios de la fase de oposición.

Constará de un ejercicio teórico cuya puntuación máxima será de 60 puntos.

El ejercicio consistirá en la contestación por escrito, en el tiempo máximo de 80 minutos, de un cuestionario tipo test de 30 preguntas y tres respuestas siendo una la correcta, relativas al temario del **anexo VI** de las presentes bases.

Cada pregunta valdrá 2 puntos y cada respuesta errónea o pregunta no contestada no computará.

El cuestionario incluirá cinco preguntas adicionales de reserva a fin de sustituir y convalidar sucesivamente, según el orden en que se presenten, aquellas preguntas que pudieran ser objeto de anulación.

Se calificará de 0 a 60 puntos.

Según el artículo 2.4) de la Ley 20/2021, de 28 de diciembre, de medidas urgentes para la reducción de la temporalidad en el empleo público *“el sistema de selección será el de concurso-oposición, con una valoración en la fase de concurso de un cuarenta por ciento de la puntuación total, en la que se tendrá en cuenta mayoritariamente la experiencia en el cuerpo, escala, categoría o equivalente de que se trate pudiendo no ser eliminatorios los ejercicios de la fase de oposición.”*

10. Calificación definitiva y desempates.

La calificación definitiva de cada aspirante se obtendrá de la suma de las puntuaciones obtenidas en los diferentes apartados que se detallan en la base novena. La puntuación total no podrá superar los 100 puntos.

En caso de empate, en la puntuación final, el orden de desempate se establecerá atendiendo:

- 1) A la persona con más antigüedad en el Ayuntamiento de Arroyomolinos:
 - 1.1) En la plaza convocada.
 - 1.2) En cualquier puesto.
- 2) A la mayor puntuación obtenida en la fase de concurso.





actuaciones sin perjuicio de la responsabilidad en que hubieran podido incurrir por falsedad en la instancia o documentación.

En tal caso, se procederá por parte del Tribunal a proponer a la siguiente persona aspirante por orden de puntuación.

Quienes tuvieran la condición de funcionario público o personal laboral temporal en la Administración convocante, estarán exentos de justificar las condiciones y los requisitos que tuvieren acreditados con motivo de su anterior nombramiento y/o contratación, igualmente la revisión médica, así como la antigüedad en el ayuntamiento a efectos de los méritos por la experiencia profesional.

13. Contratación personal laboral fijo e incorporación al puesto de trabajo.

Concluidos los procesos selectivos para cubrir plazas de personal laboral fijo, se procederá a la formalización del correspondiente contrato de trabajo y la incorporación al puesto de trabajo dentro del plazo que se establezca.

El personal laboral fijo que no se incorpore en el plazo señalado, sin causa justificada, decaerá en todo derecho que pudiera haber adquirido.

14. Bolsa de empleo.

Los aspirantes no seleccionados que hayan obtenido una puntuación superior a 40 puntos conformarán una bolsa de empleo ordenada de mayor a menor puntuación total obtenida en la lista de calificaciones finales, una vez depurada con las exclusiones que resulten procedentes, para cubrir posibles vacantes o situaciones de ausencia transitoria en puestos de la misma subescala. Dicha bolsa de empleo quedará sin efecto en el momento en que se genere una nueva bolsa que proceda de un proceso selectivo distinto al que se refiere la presente convocatoria.

Debido a la concurrencia en el tiempo de varios procedimientos de estabilización, en los que se va a crear bolsa de empleo, (concurso, concurso-oposición, personal laboral, funcionarios...) se unificará en una sola bolsa de empleo en la que se incluirán, por orden de puntuación, los aspirantes de todas las convocatorias que hayan obtenido una puntuación superior a 40 puntos. En caso de aspirantes que se presenten a varias de estas convocatorias de la misma categoría, la nota de la bolsa válida para la misma será la puntuación más alta de las que haya obtenido el opositor.

Las comunicaciones de oferta de trabajo se realizarán preferentemente mediante llamada telefónica al número facilitado por el interesado en la instancia y si no hubiera respuesta, mediante correo certificado. Si el interesado no respondiese por ninguno de esos dos medios en un plazo no superior a cinco días hábiles, se procederá al llamamiento consecutivo del siguiente miembro de la lista.

La no aceptación por causa justificada por parte del aspirante, en el momento del llamamiento o en su defecto del nombramiento, conlleva que el aspirante pasa a ocupar el último puesto en la bolsa de empleo.

El rechazo no justificado del llamamiento por parte del candidato, y su manifestación de causar baja voluntaria en la bolsa de empleo, serán motivos que legitimen su pase a la





situación de excluido de dicha bolsa, lo que imposibilitará efectuar posteriores ofertas de nombramiento al candidato afectado. La renuncia a formar parte de la bolsa de empleo se deberá presentar por escrito a través del registro de entradas de documentos y tendrá efectos desde el mismo día de la presentación.

El **orden de llamamiento** de los candidatos inscritos en la Bolsa de Trabajo será **rotatorio** iniciándose el llamamiento por orden de puntuación en la lista, con el candidato de mayor puntuación de inicio.

- Si el contrato no supera seis meses, el aspirante conservará su puntuación y su posición en la bolsa de trabajo a efectos de ser incluido en nuevos llamamientos.
- Si ocurre que el aspirante acumula dos o más contratos por tiempo total superior a 6 meses, pasará igualmente al último puesto de la bolsa.
- Si el contrato del trabajador, supera los seis meses, el empleado público pasará al último puesto de la bolsa.

Como consecuencia del inicio de un expediente disciplinario que implique la suspensión de empleo, se procederá a la exclusión de oficio del aspirante incluido en la bolsa de empleo.

Esta bolsa de empleo estará gestionada por el departamento de Personal del Ayuntamiento de Arroyomolinos.

15. Impugnación.

Las presentes bases vinculan a la Administración, al Tribunal calificador y a quienes participen en el proceso de selección, y tanto la presente convocatoria como sus bases y cuantos actos administrativos se deriven de ella y de las actuaciones del Tribunal calificador podrán ser impugnadas por los interesados en los casos y formas que determina la Ley 7/1985, de 2 de abril, reguladora de las Bases de Régimen Local, y Ley 39/2015 de 1 de octubre del Procedimiento Administrativo Común de las Administraciones Públicas, así como en su caso en la Ley 29/1998, de 13 de julio, Reguladora de la Jurisdicción Contencioso Administrativa.

Contra esta resolución, que pone fin la vía administrativa, podrá interponerse recurso contencioso-administrativo en el plazo de dos meses desde el día siguiente al de la publicación.

16. Cláusula adicional: normativa.

En lo no previsto en estas bases específicas, se estará a lo dispuesto en las Bases Generales del Plan de Consolidación y Estabilización del Empleo Temporal del Ayuntamiento de Arroyomolinos.

DISPOSICIÓN FINAL

Las presentes bases serán de aplicación, a partir del día siguiente al de la publicación de la reseña en el BOLETÍN OFICIAL DE LA COMUNIDAD DE MADRID.

Arroyomolinos, a de de 2022. El Concejal Delegado de Presidencia, Comunicación y Transparencia, Personal, Seguridad Ciudadana y Protección Civil.

HASH DEL CERTIFICADO:
12489994863160626EF6D50F5D8A5F741D49AC0

FECHA DE FIRMA:
29/12/2022

NOMBRE:
CiviliAndrés Navarro Morales
PUESTO DE TRABAJO:
Concejal de Presidencia, Comunicación y Transparencia, Personal, Seg. Ciudadana y Prot. Civil
Firmado Digitalmente en el Ayuntamiento de Arroyomolinos - <https://sedelectronica.ayto-arroyomolinos.org> - Código Seguro de Verificación: 28939IDOC29569E4650A693B47B1





ANEXO II

SOLICITUD DE PARTICIPACIÓN A LA CONVOCATORIA DEL PUESTO.....

AYUNTAMIENTO DE ARROYOMOLINOS

DATOS PERSONALES

Nombre y apellidos o Razón Social		NIF / CIF	Teléfono
Domicilio		Municipio	Cód. Postal
email	Escala/Subescala/Categoría a la que pertenece:		

DESTINO ACTUAL

Administración	Situación administrativa
----------------	--------------------------

DATOS DEL PUESTO DE PROCEDENCIA (EN SU CASO)

Denominación	Unidad de adscripción
--------------	-----------------------

Por todo lo cual, **SOLICITO** que de conformidad con las bases específicas de la convocatoria, las cuales acepto, relativa a las pruebas de selección de las plazas referenciadas, se admita esta solicitud de participación en las mismas y declaro bajo mi responsabilidad ser ciertos los datos que se consignan.

Documentación a adjuntar:

- Justificante documental acreditativo del pago íntegro de la tasa por derechos de selección.
- Anexo II solicitud de participación en la convocatoria
- Anexo III. Hoja de auto baremación y documentación acreditativa de los méritos alegados (certificado cursos de formación)
- Certificado de servicios prestados.
- Fotocopia del DNI.
- Fotocopia del título requerido.
- Declaración responsable de no haber sido separado del servicio ni inhabilitado para el servicio público.
- En el caso de las personas aspirantes con discapacidad legalmente reconocida, con grado de minusvalía igual o superior al 33 %, fotocopia del documento que lo acredite.

FIRMADO POR:

DNI:

FECHA:

HASH DEL CERTIFICADO: 124699949831606D6EF6D50F5D8A5F741D49AC0
 FECHA DE FIRMA: 29/12/2022
 NOMBRE: CIVILIA ANDRÉS NAVARRO MORALES
 PUESTO DE TRABAJO: CONCEJAL DE PRESIDENCIA, COMUNICACIÓN Y TRANSPARENCIA, PERSONAL, SEG. CIUDADANA Y PROT. CIVIL
 Firmado Digitalmente en el Ayuntamiento de Arroyomolinos - <https://sedeelectronica.ayto-arroyomolinos.org> - Código Seguro de Verificación: 28939IDIOC29569E4650A693B47B1





Información relativa a datos personales:

La persona que firma esta solicitud autoriza al Ayuntamiento de Arroyomolinos -Madrid- (en adelante el Ayuntamiento) a tratar sus datos personales, y reconoce haber leído, entendido y comprendido la siguiente información:

Finalidad del tratamiento y plazo de conservación de los datos: sus datos serán tratados por el Ayuntamiento con la finalidad de llevar a cabo un proceso selectivo para el puesto de trabajo denominado Serán conservados durante el tiempo necesario para ello y, después, durante todo el tiempo exigido por la legislación aplicable.

Tipología de los datos tratados: identificativos (nombre, apellidos, DNI); de contacto (dirección postal, correo electrónico, teléfono); de características personales (fecha de nacimiento, sexo, nacionalidad); de empleo (vida laboral, de nómina -no económicos-, de puestos de trabajo desempeñados); de aspectos administrativos (incompatibilidad, etc.). Para el tratamiento de los datos especialmente protegidos (de salud), el interesado consiente explícitamente su tratamiento por parte del Ayuntamiento.

Datos de terceros: para el caso en que el interesado facilite datos de terceros, manifiesta contar con el consentimiento de ellos, y se compromete a trasladarles esta información, eximiendo al Ayuntamiento de cualquier responsabilidad en este sentido. No obstante, el Ayuntamiento podrá llevar a cabo verificaciones periódicas para constatarlo.

Veracidad de los datos: el interesado garantiza que los datos que facilita al Ayuntamiento son verdaderos, exactos, completos y actualizados, a cuyos efectos responde de la veracidad de todos los datos que comunique y mantendrá debidamente actualizada toda la información facilitada, de manera que responda a su situación real. Se responsabiliza asimismo de las falsedades o inexactitudes que proporcione, y de los daños y perjuicios, directos o indirectos, que ello cause al Ayuntamiento o a terceros.

Legitimación del tratamiento: el tratamiento de los datos del interesado por parte del Ayuntamiento, incluidos los especialmente protegidos, se basa en el consentimiento del interesado, que presta con su firma en la solicitud. No obstante, para el cumplimiento de los fines para los que son facilitados esos datos, su tratamiento está basado también en la tramitación del procedimiento selectivo y en la gestión de la bolsa de empleo que de él deriva, por lo que el suministro de tales datos para esas finalidades es obligado e impediría alcanzarlas el hecho de no facilitarlos.

Cesión de datos: los datos facilitados podrán ser cedidos a otras Administraciones públicas y a los Juzgados y Tribunales en los casos previstos en la Ley, así como a las autoridades legitimadas para exigirlos.

Ejercicio de derechos: el interesado podrá, en cualquier momento, dirigir un escrito al Ayuntamiento (Plaza Mayor, 1 – 28939 Arroyomolinos, Madrid), adjuntando una copia de su DNI, para: (I) obtener información acerca de si en el Ayuntamiento se está tratando datos personales que le conciernen; (II) acceder a sus datos personales; (III) rectificar sus datos inexactos o incompletos; (IV) solicitar la supresión de sus datos cuando, entre otros motivos, no sean ya necesarios para alcanzar los fines para los que fueron recogidos; (V) obtener del Ayuntamiento la limitación del tratamiento de los datos cuando concorra alguna de las condiciones previstas en la normativa de aplicación; (VI) solicitar la portabilidad de sus datos; (VII) reclamar ante la Agencia Española de Protección de Datos cuando considere que el Ayuntamiento ha vulnerado los derechos que le reconoce la normativa aplicable en materia de protección de datos personales.

Medidas de seguridad: el Ayuntamiento tratará en todo momento los datos del interesado de forma absolutamente confidencial y guardando el preceptivo deber de secreto respecto de los mismos, de conformidad con lo previsto en la normativa de aplicación, adoptando al efecto las medidas de índole técnica y organizativas apropiadas para garantizar la seguridad de sus datos y que eviten su alteración, pérdida, tratamiento y acceso no autorizados, habida cuenta del estado de la tecnología, la naturaleza de los datos almacenados y los riesgos a que están expuestos.

Enterado y conforme con lo expuesto en los apartados anteriores, presto mi consentimiento libre, informado, específico e inequívoco y autoriza al Ayuntamiento de Arroyomolinos (Madrid) a que trate mis datos personales, que voluntaria y libremente le facilito, para las finalidades expuestas en el presente documento.

(firma)

FIRMADO POR:

DNI:

FECHA:



ANEXO III

MODELO DE AUTOBAREMACIÓN DE MÉRITOS PARA LA PROVISIÓN DE PLAZAS EN LAS PLANTILLAS DE PERSONAL FUNCIONARIO Y LABORAL CORRESPONDIENTES A LA OFERTA EXCEPCIONAL DE EMPLEO PÚBLICO DE ESTABILIZACIÓN DE EMPLEO TEMPORAL ENMARCADA EN LA LEY 20/2021 DE 28 DE DICIEMBRE, DEL AYUNTAMIENTO DE ARROYOMOLINOS.

Nombre y apellidos o Razón Social	NIF / CIF	Teléfono

EXPONE: Que de conformidad con lo establecido en la convocatoria se aporta, junto a la instancia, manifestación de méritos susceptibles de ser valorados del proceso selectivo, procediendo con lo señalado en la Base tercera de la convocatoria, a la autobaremación de los méritos.

POR TODO ELLO DECLARA: Bajo su responsabilidad, que son ciertos los datos consignados en el presente modelo de autobaremación de méritos, asumiendo en caso contrario las responsabilidades a que hubiera lugar.

MÉRITOS ALEGADOS

EXPERIENCIA PROFESIONAL (máx 36 puntos)

<i>Experiencia en las plazas de igual denominación a la que se opta como funcionario interino o personal laboral temporal</i>	<i>Meses en el Ayto. de Arroyomolinos</i>	<i>puntos</i>	<i>Meses en Otra Administración Pública</i>	<i>puntos</i>
Servicios prestados desde 01/01/2016 a la fecha de último día de la convocatoria	0,38 p.		0,12 p.	
Servicios prestados desde 01/01/2006 hasta 31/12/2015	0,19 p.		0,06 p.	
Servicios prestados anteriores a 31/12/2005	0,09 p.		0,03 p.	
	suma		suma	

FORMACIÓN
(máx 4 puntos)

ANEXO IV

<i>Formación</i>	<i>Asimilado a Grupo C2</i>	<i>cursos</i>	<i>puntos</i>
Cursos de formación hasta 10 horas	0,05 puntos		
Cursos de formación de 11 hasta 20 horas	0,10 puntos		
Cursos de formación de 21 hasta 40 horas	0,20 puntos		
Cursos de formación de más de 40 horas	0,40 puntos		
	suma		

PLAZA

HASH DEL CERTIFICADO:
124689948631606D6EF6D50F5D8A5F741D49AC0

FECHA DE FIRMA:
29/12/2022

NOMBRE:
Cívila Andrés Navarro Morales

PUESTO DE TRABAJO:
Concejal de Presidencia, Comunicación y Transparencia, Personal, Seg. Ciudadana y Prot. Cívica
Firmado Digitalmente en el Ayuntamiento de Arroyomolinos - <https://sedelectronica.ayto-arroyomolinos.org>





MONITOR/A DE PILATES	Técnico Deportivo de la disciplina a la que opta, Técnico Deportivo Superior de la disciplina a la que se opta. Técnico Superior en Animación de Actividades Físicas y Deportivas. Licenciatura en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte o el título de grado que la sustituya. Técnico superior en Enseñanza y Animación Sociodeportiva. Técnico Superior en Acondicionamiento Físico. O titulaciones equivalentes

ANEXO V





D., mayor de edad, con D.N.I. nº, y domicilio en la, de....., por medio de la presente, se dirige a usted respetuosamente y como mejor proceda en derecho, bajo promesa

DECLARO

Que no he sido separado/a mediante expediente disciplinario del servicio de cualquiera de las Administraciones Públicas o de los órganos constitucionales o estatutarios de las Comunidades Autónomas, ni me hayo en inhabilitación absoluta o especial para empleos o cargos públicos por resolución judicial, para el acceso al cuerpo o escala de funcionario, o para ejercer funciones similares a las que desempeñaban en el caso del personal laboral, en el que hubiese sido separado o inhabilitado.

Y para que así conste, firmo la presente declaración en Arroyomolinos, adede.....

Firmado.....

Según la disposición adicional primera, en su punto 3) *“Los procesos de estabilización de empleo temporal en el ámbito local se regirán por lo dispuesto en el artículo 2. No serán de aplicación a estos procesos lo dispuesto en los artículo 8 y 9 del Real Decreto 896/1991, de 7 de junio, por el que se establecen las reglas básicas y los programas mínimos a que debe ajustarse el*

HASH DEL CERTIFICADO:
124699948631606D6EF6D50F5D8A5F741D49AC0

FECHA DE FIRMA:
29/12/2022

NOMBRE:
CiviliAndrés Navarro Morales
PUESTO DE TRABAJO:
Concejal de Presidencia, Comunicación y Transparencia, Personal, Seg. Ciudadana y Prot. Civil
Firmado Digitalmente en el Ayuntamiento de Arroyomolinos - <https://sedeelectronica.ayto-arroyomolinos.org> - Código Seguro de Verificación: 28939IDOC29569E4650A693B47B1





procedimiento de selección de los funcionarios de Administración Local.”

ANEXO VI

TEMARIO

1. Fisiología del ejercicio: Sistemas energéticos y su relación con el ejercicio físico.
2. La condición física: Componentes de la condición física relacionados con la salud en el adulto mayor. Concepto de condición física, acondicionamiento físico, actividad física, mantenimiento físico. Valoración de la condición física en personas mayores.
3. Actividad física y salud (I): Concepto de salud. Indicadores de salud. Incidencia del ejercicio en la salud. Programación de la actividad física y el ejercicio como herramienta saludable.
4. Actividad física y salud (II): Cadenas musculares. Estática y alteraciones posturales. Alteraciones mecánicas de la columna vertebral. Hernias discales. Edad y ejercicio. Características del ejercicio en personas mayores.
5. Actividad física y salud (III): La actividad física como prevención de patologías. Obesidad. Dislipemias y arterosclerosis. Osteoporosis. Diabetes Mellitus Tipo II. Hipertensión. Artrosis. Diálisis y ejercicio. Efecto de la Actividad Física durante el tratamiento del cáncer. El ejercicio como causa de patología.
6. Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud en el marco de la Organización Mundial de la Salud (OMS): Marco conceptual utilizado en la descripción de los niveles de actividad física recomendados por la OMS. Niveles de actividad física para la salud recomendados a la población por la OMS.
7. Lesiones en el entrenamiento. Concepto y clasificación. Ejercicios potencialmente peligrosos. Regiones más lesionadas. Causas más frecuentes. Pautas de prevención. Consideraciones a tener en cuenta en el adulto mayor para mejorar la calidad de vida y evitar riesgo de caídas.
8. Técnicas de relajación. Tensión, activación, ansiedad y estrés. La relajación. Introducción a la conciencia plena o mindfulness. Comunicación y educación consciente. Técnicas para el control de la activación. Técnicas cognitivas. Técnicas corporales. La relajación: Tensión, activación, ansiedad, estrés. Introducción a la conciencia plena o mindfulness. Técnicas de relajación. El mindfulness en el deporte.
9. Programas de actividades dirigidas en el Ayto de Arroyomolinos para Mayores: Pilates para población mayor. Principios básicos del método de trabajo. Elaboración y estructura de la sesión práctica
10. Primeros auxilios en la actividad física y el deporte: Nociones generales y fundamentos de los primeros auxilios. Marco legal, responsabilidad y ética profesional. Métodos de generación de entornos seguros y de autoprotección. Consideraciones básicas sobre patología de urgencias: Aplicación de técnicas de primeros auxilios. Aplicación de técnicas de soporte vital básico (SVB)

HASH DEL CERTIFICADO:
1246899948631606d6f6f6d50f5d8a5f741d49ACO

FECHA DE FIRMA:
29/12/2022

NOMBRE:
CiviliAndrés Navarro Morales

PUESTO DE TRABAJO:
Concejal de Presidencia, Comunicación y Transparencia, Personal, Seg. Ciudadana y Prot. Civil

Firmado Digitalmente en el Ayuntamiento de Arroyomolinos - <https://sedelectronica.ayto-arroyomolinos.org> - Código Seguro de Verificación: 28939IDOC29569E4650A693B47B1





según el Protocolo del Consejo Europeo de Resucitación (ERC): Reanimación Cardio Pulmonar (RCP); Desfibrilación externa semiautomática (DESA). Valoración general del accidentado.

PUESTO DE TRABAJO: Concejal de Presidencia, Comunicación y Transparencia, Personal, Seg. Ciudadana y Prot. Civil/Andrés Navarro Morales
Firmado Digitalmente en el Ayuntamiento de Arroyomolinos - <https://sedeelectronica.ayto-arroyomolinos.org> - Código Seguro de Verificación: 28939IDOC29569E4650A693B47B1

NOMBRE: Andrés Navarro Morales
FECHA DE FIRMA: 29/12/2022
HASH DEL CERTIFICADO: 124699548631606D6EF6D50F5D8A5F741D49AC0

