



DEPARTAMENTO DE
ACTIVIDADES FÍSICAS
Y DEPORTIVAS



Pruebas para la Obtención del Título de Técnico Superior en Animación de actividades físicas y deportivas

Convocatoria Pruebas Libres Curso 2020-2021

PRUEBAS PARA LA OBTENCIÓN DE TÍTULOS DE TÉCNICO Y TÉCNICO SUPERIOR

Convocatoria de 2020-21

La Orden 3299/2020, de 15 de diciembre, de la Consejería de Educación, Juventud y Deporte
(Boletín Oficial de la Comunidad de Madrid de 20 de enero de 2021)

DATOS DEL ASPIRANTE			CALIFICACIÓN
APELLIDOS:			
Nombre:	D.N.I.:	Fecha:	

Código del ciclo: AFD301	Denominación completa del ciclo formativo: ANIMACIÓN DE ACTIVIDADES FÍSICAS Y DEPORTIVAS
Clave del módulo: 02	Denominación completa del módulo profesional: ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS INDIVIDUALES

INSTRUCCIONES GENERALES PARA LA REALIZACIÓN DE LA PRUEBA

- Antes de contestar la pregunta, entiende bien lo que te preguntan.
- **Rodea con un círculo** la respuesta correcta.
- **Si te equivocas**, tacha el círculo de la respuesta elegida o pon en mayúscula NO y vuelve a rodear con un círculo la correcta.
- El tiempo máximo para realizar la prueba entera es de 1h30min

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN Y VALORACIÓN

- El examen consta de 2 bloques (Natación y Atletismo) y cada bloque de 3 apartados: técnica, reglamento y metodología.
- Las preguntas de **técnica y reglamento** valen cada una 0,3 punto. En total, cada apartado de estos vale 1,5 puntos.
- Las preguntas de **metodología** valen cada una 1 punto. En total cada apartado de estos vale 2 puntos.
- Para superar el módulo habrá que superar cada bloque independientemente con un mínimo de la mitad de la nota que aporta al total, es decir, 2,5 puntos.



DEPARTAMENTO DE
ACTIVIDADES FÍSICAS
Y DEPORTIVAS



Pruebas para la Obtención del Título de Técnico Superior en Animación de actividades físicas y deportivas

Convocatoria Pruebas Libres Curso 2020-2021

TÉCNICA ATLETISMO (1,5 puntos)

Cada pregunta sólo tiene 1 respuesta posible.

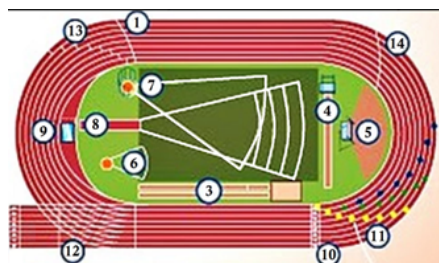
1. En el salto de longitud, independientemente del estilo de vuelo, lo que caracteriza a la parte final de la fase de vuelo es:
 - a. Ambas piernas se flexionan elevando rodillas
 - b. La pierna de batida se mantiene en una posición intermedia
 - c. Ambas piernas se extienden hacia adelante
 - d. No hay una característica común, depende del estilo de vuelo
2. En el salto de altura, según se mira la colchoneta ¿desde qué lado inicia un diestro la carrera?
 - a. Cualquiera de las dos
 - b. Centro
 - c. Izquierda
 - d. Derecha
3. La acción de los brazos en la técnica de carrera tiene la función de:
 - a. Compensar los desequilibrios producidos por la acción de las piernas.
 - b. Sus movimientos se producen inversamente a la acción de las piernas.
 - c. Se llevan flexionados en 90°
 - d. Todas son correctas.
4. En la carrera de vallas, ¿por qué deben realizarse el mismo número de pasos entre valla y valla?
 - a. Porque al ser la misma distancia entre vallas interesa siempre que sean los mismos pasos
 - b. Porque siempre hay que atacar con la misma pierna
 - c. No es necesario dar el mismo número de pasos entre valla y valla
 - d. No es necesario dar el mismo número de pasos entre vallas para favorecer a los ambidiestros
5. Indica cuál de esta afirmación no es correcta respecto a la fase de desplazamiento en el lanzamiento de peso:
 - a. Impulso de la pierna libre y extensión de la pierna de apoyo sobre el talón
 - b. Hombros perpendiculares a la dirección del lanzamiento
 - c. Tronco de espaldas al lanzamiento
 - d. La pierna libre debe ser la del mismo lado del brazo lanzador



REGLAMENTO ATLETISMO (1,5 puntos)

Cada pregunta sólo tiene 1 respuesta posible.

- Indica a qué números corresponden las siguientes pruebas, ordenadas según se enumeran: salto de altura, lanzamiento de peso, salto de longitud y salida 1.500.
 - 5-6-3-14
 - 5-7-3-11
 - 5-6-3-13
 - 4-6-3-14



- En la siguiente tabla observarás el resultado de una competición de 4 atletas que luchan por el primer puesto. Indica cuál/cuáles de los saltadores quedaría eliminado de pasar al salto de desempate:
 - Todos quedarían eliminados
 - Quedarían eliminados B,C y D, siendo el campeón A
 - D
 - C y D

Atleta	Alturas						
	1,75 m	1,80 m	1,84 m	1,88 m	1,91 m	1,94 m	1,97 m
A	O	XO	O	XO	X-	XX	
B	-	XO	-	XO	-	-	XXX
C	-	O	XO	XO	-	XXX	
D	-	XO	XO	XO	XXX		

- Hasta qué modalidad de carrera se coloca 1 atleta en cada calle:
 - 10.000m
 - 1.500m
 - 800m
 - 400m
- ¿Cuántas rondas de calificación se podrán hacer en las carreras?
 - Las que sean necesarias hasta llegar a la final
 - Un máximo de 4 rondas antes de llegar a la final
 - Las que sean necesarias para llegar a la final pero con un máximo de 8



DEPARTAMENTO DE
ACTIVIDADES FÍSICAS
Y DEPORTIVAS

**Pruebas para la Obtención del Título de Técnico Superior en
Animación de actividades físicas y deportivas**

Convocatoria Pruebas Libres Curso 2020-2021





DEPARTAMENTO DE
ACTIVIDADES FÍSICAS
Y DEPORTIVAS



Pruebas para la Obtención del Título de Técnico Superior en Animación de actividades físicas y deportivas

Convocatoria Pruebas Libres Curso 2020-2021

TÉCNICA NATACIÓN (1,5 puntos)

Cada pregunta sólo tiene 1 respuesta posible.

1. El objetivo principal del trabajo de la familiarización en el medio acuático en la enseñanza en el medio acuático es:
 - a. Que el alumno trague agua para que vea que no es peligroso
 - b. Evitar el miedo y conseguir que el alumno se sienta cómodo en el agua
 - c. Que el alumno pase por situaciones de miedo para que se acostumbre a ello
 - d. Aumentar la tolerancia del alumno a pasar por situaciones incómodas
2. La inspiración en la natación se caracteriza por ser:
 - a. Breve e intensa
 - b. Lenta e intensa
 - c. Rápida y suave
 - d. Breve y suave
3. ¿Cómo se llaman la fase aérea y la fase acuática respectivamente en los diferentes estilos de natación?
 - a. Tracción y recobro
 - b. Acción y reacción
 - c. Reacción y acción
 - d. Recobro y tracción
4. ¿Cuáles son las dos fases que no tiene el estilo de braza respecto al del estilo de crol?
 - a. Entrada y empuje
 - b. Agarre y empuje
 - c. Entrada y agarre
 - d. Tirón y empuje
5. Indica cuál de las siguientes afirmaciones no es correcta respecto a las consecuencias de un mal rolido del cuerpo en el estilo de crol
 - a. Falta de coordinación brazos-piernas
 - b. Mala alineación lateral
 - c. Inadecuada recuperación de brazos
 - d. Mayor resistencia al avance





DEPARTAMENTO DE
ACTIVIDADES FÍSICAS
Y DEPORTIVAS



Pruebas para la Obtención del Título de Técnico Superior en Animación de actividades físicas y deportivas

Convocatoria Pruebas Libres Curso 2020-2021

REGLAMENTO NATACIÓN (1,5 puntos)

Cada pregunta sólo tiene 1 respuesta posible.

1. ¿En qué calle se colocan los nadadores en las series cuando sólo hay tres?
 - a. Los tres más rápidos en las calles centrales juntos en la misma serie
 - b. Los tres más rápidos en calles separadas juntos en la misma serie
 - c. Los tres más rápidos en la calle central separados, cada uno en una serie
 - d. Los tres más rápidos en cualquier calle separados, cada uno en una serie
2. La prueba llamada estilo libre significa que el nadador:
 - a. Puede nadar sólo a crol
 - b. Puede nadar en cualquier estilo
 - c. Puede nadar en cualquier estilo menos mariposa
 - d. Tiene que nadar cada largo en un estilo diferente
3. ¿Cuántos metros se le permite a un nadador estar sumergido en el agua tras la salida o después de un viraje en estilo espalda?
 - a. 20 metros
 - b. 5 metros
 - c. 10 metros
 - d. 15 metros
4. Indica cuál es la afirmación incorrecta respecto a las normas a cumplir en el estilo braza:
 - a. El ciclo del estilo debe ser patada y brazada en ese orden
 - b. Durante el ciclo completo alguna parte de la cabeza deberá romper la superficie del agua
 - c. El toque en el viraje debe hacerse con ambas manos
 - d. Los movimientos de las piernas pueden ser simultáneos o alternativos
5. Indica cuál de las siguientes afirmaciones no es correcta respecto a la carrera de natación:
 - a. En relevos, cuando un jugador se lesiona, habrá un nadador que realizará dos veces la distancia
 - b. No está permitido tirar de la corchera
 - c. Un nadador que molesta a otro será descalificado
 - d. Cuando se presenta un solo concursante en una prueba éste deberá recorrer la distancia para clasificarse





DEPARTAMENTO DE
ACTIVIDADES FÍSICAS
Y DEPORTIVAS



Pruebas para la Obtención del Título de Técnico Superior en Animación de actividades físicas y deportivas

Convocatoria Pruebas Libres Curso 2020-2021

METODOLOGÍA NATACIÓN (2 puntos)

1. Indica 3 ejercicios para trabajar la respiración por parejas en un nivel de iniciación a la enseñanza de los estilos de natación.

2. Describe 1 juego en el que se trabaje la flotación mediante patada de brazas. Recuerda que para que sea considerado juego tiene que tener un componente lúdico y de diversión. Por tanto, no valen los ejercicios puramente técnicos, analíticos.





DEPARTAMENTO DE
ACTIVIDADES FÍSICAS
Y DEPORTIVAS

**Pruebas para la Obtención del Título de Técnico Superior en
Animación de actividades físicas y deportivas**

Convocatoria Pruebas Libres Curso 2020-2021

