



# VIGILANTE DE SEGURIDAD

## REQUISITOS DE ACCESO:

Edad entre 18 y 55 años.

Graduado en EGB, ESO, Graduado Escolar, Técnico Auxiliar (FP1), Grado Medio, equivalente o superior

Tener nacionalidad española o de un país de la Unión Europea.

Carecer de antecedentes penales.

Reunir las características psico-físicas necesarias para el ejercicio de la profesión

**DURACIÓN DEL CURSO:** 6 semanas lectivas.

## EJERCICIOS:

Los que se presentan al examen para VIGILANTE DE SEGURIDAD realizarán las siguientes pruebas de carácter eliminatorio:

### PRIMERA PRUEBA: Aptitud física

Tendrá carácter eliminatorio

Analizará las capacidades del aspirante relacionadas con: Potencia del tren superior. Potencia del tren inferior. Carrera...

## TEMARIO

ÁREA JURÍDICA

ÁREA SOCIO-PROFESIONAL

ÁREA TÉCNICO-PROFESIONAL

ÁREA INSTRUMENTAL

## PRUEBAS FÍSICAS

### POTENCIA TREN SUPERIOR

1.1 Flexión de brazos en suspensión pura (hombres). Lugar: Gimnasio o campo de deportes.  
Material: Barra fija.

Explicación del ejercicio:

a) Posición de partida: Suspensión pura con palmas al frente y total extensión de brazos. b) Flexión de brazos, evitando el balanceo del cuerpo y/o ayudarse con movimientos de piernas. Se considera una flexión cuando la barbilla asome por encima de la barra, partiendo siempre de la posición de suspensión pura. c) Se contará el número de flexiones completas. d) Se permiten dos intentos sólo a los aspirantes que hagan nulo el primero, considerándose como tal cualquier incidencia en su ejecución (resbalón, caída, etc...) a valorar por el miembro del Tribunal o colaborador.

1.2 Lanzamiento de balón medicinal (mujeres de todas las edades y hombres desde 40 años).  
Lugar: Campo de deportes. Material: Balón medicinal de 3 kilogramos.

Explicación del ejercicio:

a) Posición de partida detrás de una línea marcada en el suelo, pies separados y simétricos, balón sostenido con ambas manos por encima y por detrás de la cabeza. b) Ejecución: Lanzar el balón medicinal sujeto con ambas manos y por encima de la cabeza tan lejos como se pueda. Reglas: 1.<sup>a</sup> El lanzamiento se hace con los pies simétricamente colocados, impulsando el balón con las dos manos a la vez por encima de la cabeza. 2.<sup>a</sup> No se pueden levantar los pies del suelo. Se permite elevar los talones y plantas, siempre que las puntas de los pies estén en contacto con el suelo. 3.<sup>a</sup> Ninguna parte del cuerpo puede tocar o rebasar la línea marcada en el suelo. 4.<sup>a</sup> El lanzamiento se mide desde la línea marcada hasta el punto de caída del balón más próximo a la citada línea. 5.<sup>a</sup> El intento que no cumpla alguna de las reglas se considerará nulo. 6.<sup>a</sup> Se permiten dos intentos sólo a los aspirantes que hagan nulo el primero.

## POTENCIA TREN INFERIOR

2.1 Salto vertical (hombres y mujeres). Lugar: Gimnasio, frontón o lugar similar de suelo horizontal con una pared vertical y lisa.

Explicación del ejercicio:

a) Posición de partida: En pie, de costado junto a una pared vertical, con un brazo totalmente extendido hacia arriba y sin levantar los talones del suelo, el candidato marcará con los dedos, totalmente extendidos, a la altura que alcance en esta posición. b) Ejecución: El candidato se separará un mínimo de 20 centímetros de la pared o aparato, saltará tan alto como pueda y marcará nuevamente con los dedos el nivel alcanzado. c) Se acredita la distancia entre la marca hecha desde la posición de partida y la conseguida en el salto. Reglas: 1.<sup>a</sup> Se pueden mover los brazos y flexionar el tronco y las rodillas, pero no se puede separar del suelo parte alguna de los pies antes de saltar. 2.<sup>a</sup> Hay que realizar el salto con los dos pies a la vez. 3.<sup>a</sup> Se permiten dos intentos sólo a los aspirantes que hagan nulo el primero.

Carrera (hombres y mujeres). Lugar: Pista de atletismo o lugar llano y de suelo compacto y liso.  
Explicación de la prueba de 400 metros lisos: a) Posición de salida: En pie. b) Ejercicio: Correr la distancia de 400 metros en los tiempos exigidos. c) Tomar el tiempo invertido. d) Sólo se permite un intento.

## **SEGUNDA PRUEBA:** Conocimientos teórico-prácticos

Tendrá carácter eliminatorio

Contestar por escrito a un cuestionario de ochenta preguntas relacionadas con el programa.

Se calificará de cero a diez puntos, siendo necesario alcanzar un mínimo de 5 para aprobar.

El tiempo máximo será de 50 minutos.