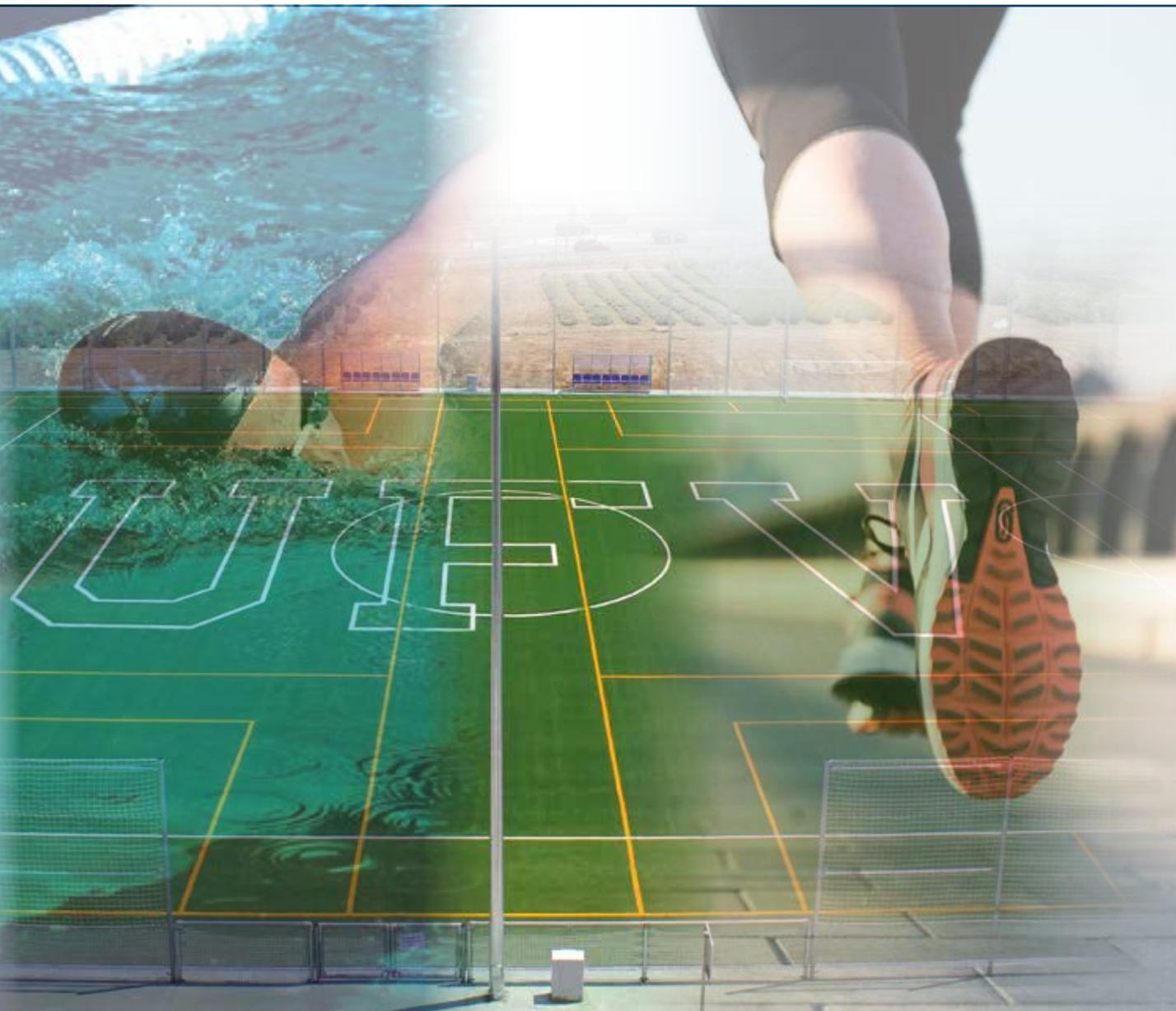


CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE PROCESO DE ADMISIÓN



Más información: (+34) 91 351 03 03
www.cafyd.es / info@ufv.es

25
ANIVERSARIO



Universidad
Francisco de Vitoria
UFV Madrid

4 REQUISITOS PREVIOS

A. ENTREGAR CERTIFICADO MÉDICO OFICIAL,

extendido en el impreso editado por el Consejo General del Colegio Oficial de Médicos de España, de fecha reciente (máximo 2 meses) y en el que conste:

- 1) no padecer enfermedad infecto-contagiosa alguna;
- 2) estar vacunado/a contra el tétanos;
- 3) contar con las condiciones psicofísicas necesarias para la realización de las pruebas físicas, establecidas para la titulación de Graduado en Ciencias del Deporte. No serán válidos los certificados que no reúnan alguna de las condiciones señaladas anteriormente.

B. DNI o PASAPORTE (en vigor).

C. INDUMENTARIA DEPORTIVA para la ejecución de la Prueba de Acceso.

Aquellos aspirantes que no presenten la documentación requerida en la forma indicada no serán admitidos en las pruebas. Además, si el candidato ha utilizado algún tratamiento terapéutico en el que se incluya la utilización de alguna sustancia considerada médicamente justificable, deberá acreditarlo el día de las pruebas.

2

Los ejercicios que componen este apartado son:

- 1 Carrera de obstáculos
- 2 Natación 100 m.
- 3 Course Navette

Para aprobar las pruebas físicas será necesario superar con "Apto" cada una de las tres pruebas físicas.

Excepcionalmente, y solo en caso de que haya plazas vacantes, se podrá admitir a un alumno con una prueba suspendida, siempre que los jueces determinen por unanimidad un nivel mínimo alcanzado en dicha prueba.

1 CARRERA DE OBSTÁCULOS

OBJETIVO: medir la agilidad de movimientos del ejecutante.

MATERIAL: dos postes verticales y dos vallas de atletismo tipo standard, a una altura de 0'72 m. ambas vallas estarán prolongadas verticalmente por dos varas flexibles adosadas a sus extremos laterales.

RECORRIDO: disposición precisa que se expone en el gráfico.

POSICIÓN INICIAL: detrás de la línea de partida, preparado para correr en posición de salida de pie. El lugar de salida es opcional a derecha e izquierda de la valla.

EJECUCIÓN: el juez ordenará: "A sus puestos" - "Listos" - "Ya", y a esta señal, correr a la mayor velocidad posible para completar el recorrido en la forma que se indica en el gráfico.

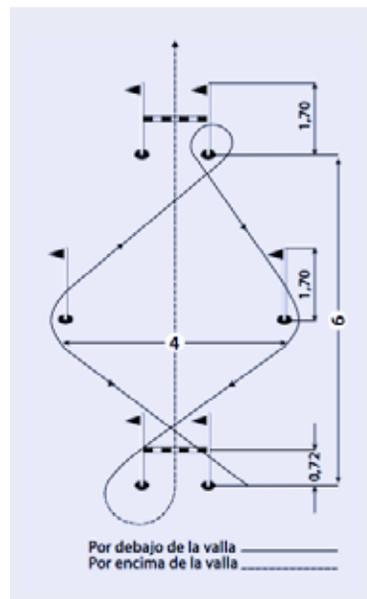
REGLAS:

1ª Se efectuará el recorrido en la forma indicada en el gráfico.

2ª Se valorará el tiempo invertido, en segundos y décimas de segundo, contando desde la voz de "Ya", dada por el juez de la prueba, hasta que el candidato toca el suelo con uno o con los dos pies, tras la última valla.

3ª Se realizarán dos intentos, con descanso intermedio, y se anotará el mejor tiempo obtenido.

INTENTO NULO: será nulo todo intento en el que el candidato: modifique el recorrido que señala el gráfico; derribe o agarre para evitar su caída alguno de los postes verticales o vallas; apoye la mano en la valla o en la vara lateral situada sobre ella, al rodearla o superarla.



2 NATACIÓN 100 M.

OBJETIVO: medir la aptitud global del candidato en el medio acuático.

INSTALACIÓN Y MATERIAL: piscina de 25 m.

POSICIÓN INICIAL: en la calle asignada, preparado para realizar la prueba.

EJECUCIÓN: el juez ordenará: "A sus puestos" - "Listos" - "Ya", y a esta señal, lanzarse al agua de cabeza (se podrá salir desde dentro del agua en agarre al bordillo también) y desplazarse 100 m. nadando en un recorrido de ida y vuelta - ida y vuelta, en la forma que se especifica en las reglas.

REGLAS:

1ª La salida se realizará a la señal del juez.

2ª Los primeros 75 m. del recorrido se nadarán a crol y los últimos 25 m. a espalda.

3ª Finaliza la prueba cuando el nadador toca la pared de la piscina en el momento de la llegada, de forma visible para el juez. La posición dorsal durante el recorrido de vuelta no podrá abandonarse hasta que finaliza la prueba, esto es, después que el candidato toque la pared de la piscina.

4ª Se medirá el tiempo invertido en la prueba en segundos y décimas de segundo.

5ª Se realizará un único intento.

6ª Dadas las características de esta prueba, sólo al finalizar la misma, el juez dictaminará si el candidato ha cumplido el recorrido conforme a lo que aquí se determina.

INTENTO NULO: será considerado nulo la realización del recorrido en la forma que vulnera lo que se especifica en alguna de las reglas.

3 COURSE NAVETTE

DESCRIPCIÓN: la prueba consiste en realizar un recorrido de ida y vuelta en una distancia de 20 m. siguiendo un ritmo marcado por una grabación que va acelerándose progresivamente. El candidato debe desplazarse de una línea a otra habiendo llegado al otro punto en el momento que suena la señal y hacer un cambio de sentido para encaminarse al punto inicial al que debe llegar cuando vuelva a sonar la señal y así sucesivamente. La prueba empieza a una velocidad de 8 km/h, el primer minuto aumenta a 9 km/h y, a partir de aquí, cada minuto aumenta el ritmo medio kilómetro por hora. La prueba finaliza cuando el candidato no puede seguir el ritmo marcado. Se le dará un aviso previo cuando no siga el ritmo, al segundo aviso finaliza la prueba.

Se realizará un intento.

Unidad de medida: el nivel (velocidad) alcanzado.



3 BAREMOS DE LAS PRUEBAS

BAREMO	CARRERA DE OBSTÁCULOS		NATACIÓN		COURSE NAVETTE	
	H	M	H	M	H	M
RENDIMIENTO	9	10	01:30	01:39	9,5	7,5
	9,3	10,3	01:35	01:45	9	7
ÓPTIMO	9,6	10,6	01:40	01:51	8,5	6,5
	9,9	10,9	01:45	01:57	8	6
SALUDABLE	10,2	11,2	01:50	02:03	7,5	5,5
	10,5	11,5	01:55	02:09	7	5
CONDICIÓN FÍSICA MEJORABLE (No apto)	10,8	11,8	02:00	02:15	6,5	4,5
	11,1	12,1	02:05	02:21	6	4
	11,4	12,4	02:10	02:27	5,5	3,5
	11,7	12,7	02:15	02:33	5	3
	12	13	02:20	02:39	4,5	2,5



UNIVERSIDAD FRANCISCO DE VITORIA

Ctra. Pozuelo-Majadahonda, Km. 1,800
28223 Pozuelo de Alarcón (Madrid)



ufvmadrid

91 351 03 03
www.cafyd.es / info@ufv.es

Ctra. Pozuelo-Majadahonda, Km. 1,800 • 28223 Pozuelo de Alarcón (Madrid)