

## AREA DE EDUCACION FISICA

### **TABLA DE PUNTAJE PARA EXAMENES DEL AREA FISICA PARA ASPIRANTES AGENTES.**

A) **TEST VELOCIDAD, descripción de la prueba:** se correrán 100 metros llanos, el postulante comienza en la línea de inicio en la posición correspondiente, a la voz de largada comienza el conteo, deteniéndose el cronometro al pasar la línea de llegada.

<b>MASCULINOS</b>		<b>FEMENINAS</b>
<b>SEGUNDOS</b>	<b>PUNTOS</b>	<b>SEGUNDOS</b>
14.00	10	16.00
14.15 y 14.30	09	16.15 y 16.30
14.45 y 15.00	08	16.45 y 17.00
15.15 y 15.30	07	17.15 y 17.30
15.45 y 16.00	06	17.45 y 18.00
16.15 y 16.30	05	18.15 y 18.30
16.45 y 17.00	04	18.45 y 19.00
17.15 y 17.30	03	19.15 y 19.30
17.45 y 18.00	02	19.45 y 20.00
18.15 y 18.30	01	20.15 20.30

B) **FUERZA ABDOMINAL, descripción de la Prueba:** Realizar fuerza abdominal con extensión y flexión a nivel cintura, de piernas y tronco, en forma coordinada, en posición cubito dorsal, durante un minuto.

<b>MASCULINOS</b>		<b>FEMENINAS</b>
<b>REPETICIONES</b>	<b>PUNTOS</b>	<b>REPETICIONES</b>
50	10	40
49 y 48	09	39 y 38
47 y 46	08	37 y 36
45 y 44	07	35 y 34
43 y 42	06	33 y 32
41 y 40	05	31 y 30
39 y 38	04	29 y 28
37 y 36	03	27 y 26
35 y 34	02	25 y 24
33 y 32	01	23 y 22

C) **FUERZA DE BRAZO, descripción de la prueba:** Realizar flexo- extensión de brazos en posición de cubito ventral con apoyo exclusivo de manos y media punta pie, durante un minuto.

<b>MASCULINOS</b>		<b>FEMENINAS</b>
<b>REPETICIONES</b>	<b>PUNTOS</b>	<b>REPETICIONES</b>
40	10	20
39 y 38	09	19 y 18
37 y 36	08	17 y 16
35 y 34	07	15 y 14
33 y 32	06	13 y 12
31 y 30	05	11 y 10
29 y 28	04	09 y 08
27 y 26	03	07 y 06
25 y 24	02	05 y 04
<b>22 y 23</b>	01	03y 02

D) **YOYO TEST (DE RESISTENCIA), descripción de la Prueba:** La prueba consiste en recorrer 20 metros de forma repetitiva y progresiva siguiendo el ritmo e intensidad de un sistema de audio y se califica por el nivel que el ejecutante llegue a alcanzar, estableciendo que los ingresantes como mínimo deberán alcanzar el nivel 8 los masculinos para la aprobación con nota 6 y nivel 7 las femeninas para la misma condición, así consecutivamente en forma ascendente, puntuación que se otorgara conforme al siguiente detalle.

<b>MASCULINOS</b>		<b>FEMENINAS</b>
<b>Nivel</b>	<b>PUNTOS</b>	<b>Nivel</b>
<b>12</b>	10	<b>11</b>
<b>11</b>	09	<b>10</b>
<b>10</b>	08	<b>09</b>
<b>09</b>	07	<b>08</b>
<b>08</b>	06	<b>07</b>
<b>07</b>	05	<b>06</b>
<b>06</b>	04	<b>05</b>
<b>05</b>	03	<b>04</b>
<b>04</b>	02	<b>03</b>
<b>03</b>	01	<b>02</b>

E) **FLEXIONES DE BARRA descripción de la prueba:** Colgado desde una barra realizar flexo-extensión de brazos elevando el tronco hasta la barra a la altura del mentón. Descripción de la prueba femenina: colgado desde la barra realizar flexo extensión de brazos elevando el tronco hasta la barra a la altura del mentón, estando su cuerpo suspendido en un plano de 45° con apoyo de pies en el piso.

<b>MASCULINOS</b>		<b>FEMENINAS</b>	
<b>REPETICIONES</b>	<b>PUNTOS</b>	<b>REPETICIONES</b>	<b>PUNTOS</b>
10	10	07	10
09	09	06	09
08	08	05	08
07	07	04	07
06	06	03	06
05	05	02	05
04	04	01	04
03	03	00	00
02	02	00	00
01	01	00	00