

PRUEBA DE ACCESO A LAS ENSEÑANZAS DE FÚTBOL.

PRIMERA PARTE. (Común para las dos especialidades)

Se valorará la condición física del aspirante, necesaria para seguir con aprovechamiento la formación elegida.

- **Ejercicio 1.** Recorrer una distancia de 50 m. en terreno llano, de firme regular y trazado recto, en un tiempo inferior a 8 seg. los hombres y 8,5 seg. las mujeres.
- **Ejercicio 2.** Recorrer una distancia de 2000 m. en terreno liso, llano, de firme regular en un tiempo inferior a 10 minutos los hombres y 12 las mujeres.
- **Ejercicio 3.** Salto vertical; saltando al menos 45 cm. los hombres y 35 cm. las mujeres.
- **Ejercicio 4.** Descalzo y con los pies situados sobre un flexómetro, flexionar el cuerpo sin impulso, llevar los brazos simultáneamente pasándolos por entre las piernas tan atrás como sea posible, realizando una flexión de al menos 30 cm. los hombres y 35 cm. las mujeres.
- **Ejercicio 5.** Lanzamiento de un balón medicinal hacia delante a una distancia superior a 6 metros. El peso del balón será de 5 Kg. para los hombres y de 3 Kg. para las mujeres.

Evaluación.

Sólo se concederá la calificación de apto o no apto.

SEGUNDA PARTE.

FÚTBOL: Se valorará en el aspirante el nivel de ejecución de las habilidades fundamentales del fútbol.

El aspirante tendrá que completar un circuito técnico en un campo de fútbol de medidas reglamentarias y con balones reglamentarios, que incluirá, siguiendo el mismo orden, los siguientes ejercicios:

- Un pase largo.
- “Conducción del balón” con el pie, en carrera en línea recta.
- “Conducción del balón” con el pie, en zigzag, salvando 4 obstáculos separados 2 metros uno de otro.
- Efectuar tiro a puerta desde fuera del área.
- Recoger el balón del fondo de la portería y realizar una conducción elevada del balón hasta el vértice del área.
- Realizar un tiro de precisión a una portería pequeña (2X1 m.), situada sobre la línea de banda.
- Efectuar el “control del balón” que pasa un compañero, para realizar una “pared”, seguida de una “conducción del balón” con el pie, con cambio de dirección.

- Pasar el balón por debajo de una valla de 50 cm. de altura y saltar sobre ella. Sin detenerse, impulsar con el pie el balón para pasarlo por encima de otra valla de 50 cm. distanciada 5 m. de la anterior y pasar por debajo de ella.
- Tres lanzamientos a puerta desde fuera del área.

Evaluación.

El ejercicio se valorará de 1 a 10 puntos y se considerará superada cuando el promedio sea mayor o igual a 5 y el tiempo empleado no sea superior a 3 minutos.

FÚTBOL SALA: Se valorará en el aspirante el nivel de ejecución de las habilidades técnicas fundamentales del fútbol sala.

El aspirante tendrá que completar un circuito técnico en un campo de fútbol sala de medidas reglamentarias y con balones reglamentarios, que incluirá, siguiendo el mismo orden, los siguientes ejercicios:

- Un pase.
- “Conducción del balón” con el pie, en carrera en línea recta.
- “Conducción del balón” con el pie, en zigzag, salvando 4 obstáculos separados 2 metros uno de otro.
- Efectuar tiro a puerta desde fuera del área.
- Recoger el balón del fondo de la portería y realizar una conducción elevada del balón hasta fuera del área.
- Realizar un tiro de precisión a una portería pequeña (2X1 m.), situada sobre la línea de banda.
- Efectuar el “control del balón” que pasa un compañero, para realizar una “pared”, seguida de una “conducción del balón” con el pie, con cambio de dirección.
- Pasar el balón por debajo de una valla de 50 cm. de altura y saltar sobre ella. Sin detenerse, impulsar con el pie el balón para pasarlo por encima de otra valla de 50 cm. distanciada 5 m. de la anterior y pasar por debajo de ella.
- Tres lanzamientos a puerta desde fuera del área.

Evaluación.

El ejercicio se valorará de 1 a 10 puntos y se considerará superada cuando el promedio sea mayor o igual a 5 y el tiempo empleado no sea superior a 3 minutos.