

TERCER EJERCICIO

**TÉCNICO/A SUPERIOR DE CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y
EL DEPORTE DEL AYUNTAMIENTO DE MADRID**

**AYUNTAMIENTO DE MADRID (38 PLAZAS)
PERSONAL FUNCIONARIO TURNO LIBRE**



SUPUESTO 1

Trabaja de preparador físico en un centro deportivo municipal que cuenta con un pabellón y una piscina cubierta.

En sus clases para personas mayores hay lista de espera. El centro deportivo municipal acaba de recibir un Cubo Gym equipado con diverso material deportivo como bosus, combas, TRX, mancuernas, barras y discos, kettlebells, balones y sacos de diferentes pesos, bandas elásticas y colchonetas.

Responde motivadamente a las siguientes preguntas:

1. ¿Es posible ofertar clases para mayores en el Cubo Gym?

Indique, en caso afirmativo, cuáles son los requisitos de inscripción según la modalidad de acceso que se plantee.

2. ¿Pueden apuntarse las personas mayores a las clases de adultos?

Indique, en caso afirmativo, cuáles son los requisitos y el procedimiento según la modalidad de acceso que se plantee.

3. Desarrolle una sesión tipo de entrenamiento de fuerza para personas mayores en el Cubo Gym.

4. Han llegado varias solicitudes de reserva de temporada para utilizar el Cubo Gym. De un centro educativo, de una asociación deportiva y de una entidad de servicios sociales. De acuerdo con la normativa, razone motivadamente la respuesta a las solicitudes. Indique, en caso afirmativo, el horario, condiciones, prioridades, número mínimo de tarjetas según modalidad, precios, a quién corresponde responder, plazos y procedimiento de solicitud.



SUPUESTO 2

Una mujer de 52 años, diagnosticada de cáncer de mama, ha finalizado recientemente un programa de ejercicio físico supervisado de 8 semanas en la Asociación Española contra el Cáncer (AECC). Tras dicha intervención, es derivada mediante prescripción de ejercicio físico a la red de centros deportivos municipales del Ayuntamiento de Madrid, donde se oferta la actividad de “Ejercicio físico y cáncer”, en el marco del ecosistema de colaboración establecido entre la AECC y el Ayuntamiento de Madrid para la promoción del ejercicio físico en personas con patología oncológica.

La usuaria cumple con los criterios de inclusión establecidos para el acceso a esta actividad: presenta control clínico de la enfermedad, ausencia de metástasis ósea, ha recibido el alta hospitalaria tras la fase aguda del tratamiento y no presenta contraindicaciones absolutas ni relativas significativas, de acuerdo con las recomendaciones del American College of Sports Medicine (ACSM).

A partir del contexto expuesto, elabore un supuesto práctico personalizado en el que:

1. **Describa el procedimiento de acogida, valoración inicial e incorporación** de la persona usuaria desde su acceso al centro deportivo municipal hasta su primera participación efectiva en la actividad. Deberá especificarse el contenido de la entrevista inicial o entrevista deportiva, así como la información que deba proporcionarse a la persona usuaria en relación con la normativa de aplicación, los precios públicos vigentes, las condiciones de acceso y uso del servicio, y cuantas cuestiones organizativas resulten procedentes.
2. **Desarrolle de forma estructurada y sistemática un mesociclo de entrenamiento** de una duración de un mes, adecuadamente adaptado a las características clínicas, funcionales y personales de la usuaria descrita. Asimismo, exponga, a modo de ejemplo, **una sesión concreta** integrada en dicho mesociclo.



TRIBUNAL CALIFICADOR PRUEBAS SELECTIVAS
TÉCNICO/A SUPERIOR DE CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL
DEPORTE DEL AYUNTAMIENTO DE MADRID (38 PLAZAS).
PERSONAL FUNCIONARIO TURNO LIBRE
AYUNTAMIENTO DE MADRID

MADRID
TAL&ENTO