ANEXO III

EXAMEN FUNCIONAL

INGRESO AL CUERPO DE BOMBEROS DE LA CIUDAD

La evaluación de ejercicios funcionales a la actividad de bomberos consta de 5 (cinco) pruebas cuyos puntajes máximos asignados son los siguientes:

1. Prueba de Fuerza Relativa de tracción en tren superior - Dominadas (150 puntos)
2. Prueba de Aprensión a las alturas - Ascenso mediante escalera extensible (50 puntos)
3. Prueba de Fuerza - Traslado de peso (100 puntos)
4. Prueba de Agilidad - Pasaje por circuito de espacios confinados (50 puntos)
5. Prueba de Fuerza y Resistencia - Traslado de material por escaleras estructurales (150 puntos)

Dichas pruebas contarán con un puntaje asignado el cual, acorde al cupo de ingresantes, considerará a aquellos futuros aspirantes que hallan alcanzados los valores más altos.

Teniendo en cuenta que el puntaje máximo a alcanzar es de 500 puntos, el puntaje mínimo a alcanzar para considerar la evaluación aprobada es de 250 puntos, quedando excluidos aquellos postulantes que no alcanzaran dicho valor.

Asimismo, a los fines didácticos y pedagógicos, con anterioridad al examen propiamente dicho, los postulantes, previa designación de fechas y lugar, serán citados por las autoridades para la puesta en conocimiento y posterior práctica de los ejercicios que conforman la presente evaluación.

Habida cuenta que el futuro oficial de bomberos, en el desarrollo de sus actividades, no contemplará variaciones en las exigencias vinculadas con su género, la totalidad de ejercicios serán de similares características para todos postulantes.

Dominadas.

Medir y valorar la fuerza resistencia de tracción del tren superior.

Desde posición inicial suspendido, con agarre palmar (posición supina), consiste en traccionar con flexión de brazos para subir el cuerpo por encima de la barra y luego bajar extendiendo los brazos, cumpliendo así una repetición.

Los ejecutantes deberán realizar la mayor cantidad de repeticiones posibles sin detenerse y llegando a pasar el mentón en su totalidad por encima de la barra y bajando la cabeza también en su totalidad por debajo de la barra en la extensión de brazos. Las piernas deben estar cruzadas.

Intentos: Un intento

Tiempo: Sin tiempo

Puntuación: Acorde al siguiente cuadro

REPETICIONES	PUNTAJE
0-5	0
6	60
7	70

8	80
9	90
10	100
11	110
12	120
13	130
14	140
15	150

Penalidades:

Perder el control de la técnica, ascendiendo o descendiendo.

Se deberá ascender y descender utilizando la técnica mencionada, de lo contrario la prueba debe darse por terminada.

Ascenso y descenso mediante escalera extensible de aproximadamente 7 metros de altura.

Medir la agilidad de ejecución como así también la reacción a las alturas por parte del ejecutante.

El presente ejercicio consiste en ascender y descender a través de los peldaños que conforman una escalera extensible de similares características a las empleadas dentro del Cuerpo de Bomberos de la Ciudad, valiendo mencionar que las mismas poseen una altura aproximada de 7 metros.

Los ejecutantes, previa colocación de arnés de seguridad, deberán posicionarse al pie de la escalera y, a la indicación del evaluador comenzará el ascenso a través de la misma. Para ello, deberán extender uno de sus brazos hasta su máxima altura para tomar con esa mano el peldaño que le quede más próximo, siendo este el primer punto de apoyo.
En forma simultánea, la pierna opuesta al brazo extendido ascenderá un peldaño desde el solado, siendo este el segundo punto de apoyo, momento en el que el brazo restante se tomará del peldaño inmediato superior al ya tomado, alcanzando así tres puntos de apoyo.
En este momento, la pierna restante quedará en el aire, buscando su apoyo en el peldaño inmediato superior a la pierna ya posicionada por lo que, la mano opuesta a esta última pierna quedará liberada y comenzará la repetición del ciclo mencionado, manteniendo siempre tres puntos de apoyo.

Intentos: Un intento

Tiempo: 25 segundos

Puntuación: 50 puntos, los cuales solo serán adjudicados en caso de alcanzar la máxima extensión de la escalera y terminando al bajar hasta el suelo mediante la técnica mencionada.

Penalidades:

No lograrlo en el intento ni en el tiempo de ejecución.

No emplear la técnica en el ascenso y descenso de la escalera.

Cuando el ejecutante se vea imposibilitado de continuar el ascenso finalizará la prueba o bien transcurrido el tiempo asignado para la ejecución.

Traslado de peso

Test desarrollado para medir la fuerza del postulante, como así también su actitud y determinación ante situaciones extremas tales como la hipotética necesidad de trasladar a un compañero desvanecido desde un punto hacia otro.

El ejecutante se posicionará en el lugar indicado por el instructor

Dicho ejercicio atravesará una distancia de 20 metros en línea recta traccionando un peso muerto determinado.

Intentos: Un intento

Tiempo: 30 segundos

Ciclos / Distancia: 4 cuatro / 5 metros

Puntuación: de 0 a 100 puntos según el siguiente cuadro correspondiendo la asignación de puntos a cada tramo cumplido en su totalidad:

DISTANCIA	PUNTAJE
0-4	0
5	10
10	50
15	75
20	100

Penalidades:

Exceder el tiempo de ejecución.

No culminar el tramo.

El tiempo comenzará a correr a la orden del evaluador.

Desde allí caminará hacia atrás arrastrando al objeto sostenido con los brazos y siguiendo las señalizaciones colocadas.

Atravesar simulador de espacios confinados

Test desarrollado para medir tanto la destreza, habilidad y agilidad del postulante, como así también su reacción ante escenarios adversos y situaciones generalmente desconocidas.

Vale mencionar que, a los fines ilustrativos, se entenderá como espacio confinado, toda aquella cavidad o ducto que, por sus características de forma o dimensión, representen "per se", un obstáculo para todo aquel que deba atravesarlo de un punto a otro.

El correcto o incorrecto desarrollo del presente ejercicio persigue la finalidad de evidenciar las reacciones del postulante al enfrentarse a situaciones desconocidas y adversas las que, en su futura profesión, culminarán siendo potencialmente habituales, motivo por el cual, ciertas actitudes / aptitudes, deben ser necesariamente conocidas y puestas de manifiesto con anterioridad al ingreso al cuerpo.

El ejecutante se posicionará al inicio del circuito y, a la orden del evaluador ingresará al mismo en posición de gateo, desplazándose así durante todo el recorrido, hasta alcanzar la salida. No obstante, podrá hacerlo con la totalidad de su torso posicionada al ras del solado para lograr su desplazamiento mediante el empleo de brazos y piernas como elemento de tracción constante, pudiendo ambas técnicas, en caso de serle factible, emplearse en forma combinada.

Intentos: Un intento

Tiempo: 30 segundos

Puntuación: 50 puntos, resultando condición para la asignación de puntaje, el pasaje completo del ejercicio

En este orden de ideas, no sumara puntos quien no atraviese el circuito o lo realice fuera del tiempo establecido.

Penalidades:

Exceder el tiempo de ejecución.

No atravesar el circuito.

.

El tiempo comenzará a correr a la orden del evaluador.

Dada la indicación de inicio, tomará cualquiera de las posiciones antes enunciadas para comenzar el recorrido hasta alcanzar la salida del mismo.

Cualquiera de las penalidades referidas, darán por finalizado el ejercicio, el cual no aportará puntaje alguno al ejecutante.

Traslado de material por escaleras estructurales

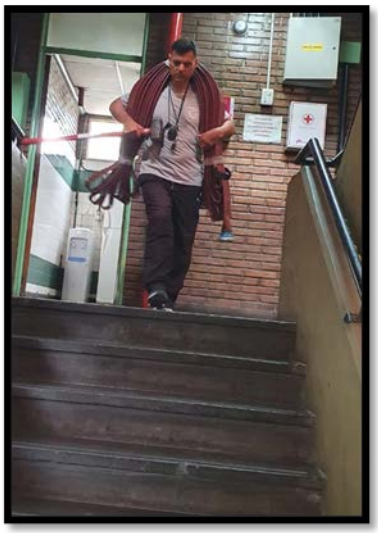
Test desarrollado para medir la fuerza y resistencia del postulante ante un exceso de esfuerzo derivado de la ejecución de movimientos habituales en la labor de bomberos, tales como ascender y descender por escaleras estructurales transportando manualmente materiales propios de la labor (manga y maza).

Vale mencionar que, a los fines ilustrativos, se entenderá por escalera estructural, toda aquella que pertenezca a una estructura edilicia, más allá del material que la conforma (hormigón, metal, etc).

El correcto o incorrecto desarrollo del presente ejercicio pondrá de manifiesto la tesón, voluntad y actitud del postulante al enfrentarse a situaciones cotidianas de la profesión que aspira abrazar las que serán rutinarias en el futuro Oficial de bomberos, motivo por el cual, dichas cualidades deben ser necesariamente conocidas y puestas de manifiesto con anterioridad al ingreso al cuerpo toda vez que muchas de ellas son potencialmente provechosas para la profesión cuando las mismas resultan ser innatas.

El ejecutante se posicionará al inicio de la escalera, habiendo previamente cargado manualmente una maza de 10 kg y una manga de 63,5mm de diámetro cuyo peso oscila los 15 kg para, una vez indicado por el evaluador, iniciar el ascenso a través de la misma.

Dicho ascenso será ejecutado por tramos ascendentes y posteriormente descendentes, entendiéndose que el ciclo se dará por cerrado al momento de terminar el descenso. O sea que cada ciclo inicia y finaliza en el mismo punto, entendiéndose que si por el motivo que fuere no se logrará regresar al punto de partida, dicho ciclo no será computado como completo.



Intentos: Un intento

Tiempo: 7 minutos

Ciclos: 10 diez

Puntuación: de 0 a 150 puntos máximos de acuerdo con el siguiente cuadro correspondiendo la asignación de puntos a cada ciclo cumplido en su totalidad:

CICLOS	PUNTAJE
0-5	0
6	80
7	90
8	100
9	120
10	150

Penalidades:

No culminar el ciclo.

Abandonar cualquiera de los materiales transportados.

Dada la indicación de inicio, comenzará el ascenso hasta el máximo nivel indicado para inmediatamente descender hacia el punto de partida, completando de este modo el ciclo.

Cualquiera de las penalidades referidas, darán por finalizado el ejercicio, el cual no aportará puntaje alguno al ejecutante.

Solo se asignará la puntuación correspondiente al ciclo finalizado.

G O B I E R N O DE LA C I U D A D DE B U E N O S A I R E S
"2021 - Año del Bicentenario de la Universidad de Buenos Aires"

Hoja Adicional de Firmas
Informe gráfico

Número: IF-2021-15889729-GCABA-SSEMERG

Buenos Aires, Viernes 21 de Mayo de 2021

Referencia: S/ Anexo III Aptitud Física

El documento fue importado por el sistema GEDO con un total de 12 pagina/s.

Digitally signed by Comunicaciones Oficiales
DN: cn=Comunicaciones Oficiales
Date: 2021.05.21 20:02:24 -03'00'

Nestor Alejandro Nicolas
Subsecretario
S.S. DE EMERGENCIAS
MINISTERIO DE JUSTICIA Y SEGURIDAD

Digitally signed by Comunicaciones Oficiales
DN: cn=Comunicaciones Oficiales
Date: 2021.05.21 20:02:25 -03'00'