



Cuestionario Prueba Selectiva

MONITOR/A SOCORRISTA 6 C.O.L. (ESTABILIZACION)

ATENCIÓN:

LAS PREGUNTAS DEL BLOQUE DE RESERVA CON LOS NÚMEROS 1 A 5 , AMBAS INCLUSIVE, DEBERÁN RESPONDERSE AL IGUAL QUE EL RESTO DEL CUESTIONARIO, PERO SOLO SERÁN OBJETO DE VALORACIÓN EN EL SUPUESTO DE QUE ALGUNAS DE LAS PREGUNTAS TITULARES, COMPRENDIDAS ENTRE LA 1 A 35 , RESULTARA INVALIDADA.

1 . - Es importante para un socorrista que su comportamiento sea aquél que:

- A.- Tenga la capacidad de dar instrucciones claras, escuchar a la víctima, ser agradecido, saber decir no de forma adecuada, ser empático y, en general, expresarse de forma constructiva y adecuada.**
- B.- Tenga la capacidad de imponer su criterio por ser su puesto el de mayor responsabilidad, sea el que mejor nade, el que más alto levanta la voz y más veces utiliza el silbato como prevención de accidentes.**
- C.- Tenga la mejor capacidad física posible, no necesite vigilar a los nadadores experimentados y pueda hacer su función desde su silla de vigilancia.**
- D.- Tenga la suficiente experiencia como para saber cuál es el momento de actuar, sin prestar atención a las cuestiones del contexto en el que desarrolla su labor.**

2 . - La enseñanza de la flotación en el medio acuático es parte del nivel:

- A.- Perfeccionamiento.**
- B.- Medio.**
- C.- Competición.**
- D.- Iniciación.**



3 . - En el momento de una extracción de una víctima de un vaso de piscina, ¿dónde se colocan los pies del socorrista?

- A.- Si el o la socorrista tiene una gran envergadura, colocará un pie con los dedos sobresaliendo del bordillo y la rodilla de la otra pierna se apoyará sobre la playa de la piscina.
- B.- El o la socorrista deberá tener los dedos de los pies colocados por fuera del bordillo, sobresaliendo de éste, los pies separados para conseguir un buen apoyo para evitar resbalar y caer al extraer a la víctima.
- C.- El o la socorrista deberá tener los dedos de los pies colocados por fuera del bordillo, sobresaliendo de éste, los pies juntos para conseguir un buen apoyo para evitar resbalar y caer al extraer a la víctima.
- D.- El o la socorrista evitará tener los dedos de los pies colocados por fuera del bordillo.

4 . - ¿Cuántos artículos tiene la Constitución Española?

- A.- 168
- B.- 169
- C.- 178
- D.- 179

5 . - ¿Cuándo se debe utilizar la "Entrada al agua de cabeza en picado" en un rescate?

- A.- Cuando la víctima está en el fondo y no está alejada del lugar en el que se encuentre el o la socorrista.
- B.- En piscinas, cuando la víctima esté hundiéndose.
- C.- Cuando no sepamos dónde está la víctima y tengamos que bucear para encontrarla.
- D.- Cuando saltemos al agua desde una posición elevada.

6 . - El rolido se define como:

- A.- El giro realizado por el tronco en el viraje para el estilo crol.
- B.- El giro realizado por el tronco en el viraje del estilo espalda.
- C.- El giro realizado por la muñeca en la fase aérea del recobro.
- D.- El giro realizado por el tronco sobre el eje longitudinal en los estilos de crol y espalda.



7 . - En una piscina cubierta, ¿cuáles de las siguientes son tareas habituales del socorrista?

- A.- Antes de la apertura, colocar las sombrillas y demás mobiliario, medir la temperatura del agua y retirar los restos de suciedad de la superficie.
- B.- Antes de la apertura, vigilar que salga agua caliente, pero no demasiado, en las duchas de la instalación.
- C.- Antes de la apertura, comprobar que no existen elementos peligrosos o que puedan provocar accidentes en la piscina.
- D.- Antes de la apertura, ir al baño, para evitar ausentarse a mitad de servicio.

8 . - En la entrada de la mano al agua, en el estilo espalda de natación, es importante que:

- A.- La posición de la mano sea algo inclinada con respecto al eje longitudinal.
- B.- La posición de la mano sea perpendicular al agua.
- C.- La posición de la mano sea algo inclinada con respecto al eje de ordenadas.
- D.- La posición de la mano sea paralela al agua.

9 . - La función de la cánula de Guédel es: (señala la correcta)

- A.- Facilitar la entrada de aire evitando que la lengua caiga y tapone la vía respiratoria.
- B.- Abrir correctamente los ojos para poder retirar cualquier material extraño de los mismos.
- C.- Mantener la nariz abierta para que la víctima no se atragante.
- D.- Proporcionar un sistema eficaz de retirada de vómitos y otros elementos extraños en la cavidad bucal.

10 . - La técnica de remolque "Brazo a la espalda" o "Brazo rodado", es adecuada para:

- A.- Víctimas inconscientes.
- B.- Víctimas que tienen su extremidad rota, para evitar lesiones mayores.
- C.- Víctimas conscientes y nerviosas.
- D.- Víctimas que están lastradas por llevar mucha ropa.



11 . - ¿Cómo se define en la Ley Orgánica 3/2007 de 22 de marzo, el acoso por razón de sexo?

- A.- Cualquier comportamiento realizado en función del sexo de una persona, con el propósito o el efecto de atentar contra su dignidad y de crear un entorno intimidatorio, degradante u ofensivo.
- B.- Cualquier comportamiento realizado en función del género de una persona, con el propósito o el efecto de atentar contra su dignidad y de crear un entorno intimidatorio, degradante u ofensivo.
- C.- Cualquier comportamiento, verbal o físico, de naturaleza sexual que tenga el propósito o produzca el efecto de atentar contra la dignidad de una persona, en particular cuando se crea un entorno intimidatorio, degradante u ofensivo.
- D.- Los actos de contenido sexual que se realicen empleando violencia, intimidación o abuso de una situación de superioridad o de vulnerabilidad de la víctima.

12 . - ¿Qué es la sinartrosis?

- A.- Un tipo de dolencia ósea.
- B.- La parte distal de los huesos largos.
- C.- La parte de la medicina que estudia la artrosis.
- D.- Una articulación sin movimiento.

13 . - El programa utilitario de aprendizaje de la natación consiste en:

- A.- Utilizar la natación para llegar a competir.
- B.- Disponer de la autonomía suficiente en el medio acuático para poder realizar desplazamientos básicos, cambios de dirección y zambullidas básicas.
- C.- La natación para las embarazadas.
- D.- Disponer de la capacidad de realizar grandes desplazamientos, sin estilo definido, pero con gran resistencia y apneas prolongadas.

14 . - ¿Cuáles son los síntomas típicos de un traumatismo torácico?

- A.- Dolor intenso abdominal, visión borrosa y sensación de calor.
- B.- Presencia de sangre, ligero dolor torácico y dificultad para mantenerse en pie.
- C.- Sensación de vértigo, dolor en la zona dorsal y visión borrosa.
- D.- Dolor intenso torácico, dificultad al respirar, tos y acumulación de secreciones.



15 . - Si una víctima agarra a la persona socorrista pretendiendo ser rescatado:

- A.- La persona socorrista no se hundirá en el agua, pues eso arrastraría a ambos a un riesgo mayor de accidente grave o muerte.
- B.- La persona socorrista podrá hundirse para evitar el agarre de la víctima o para comenzar la maniobra de zafadura.
- C.- La víctima podrá sujetarse con firmeza mientras llega la ayuda de otros u otras socorristas.
- D.- No existe riesgo para la víctima ni para el o la socorrista por la preparación física de ésta.

16 . - Las fases principales de una sesión de juego son:

- A.- Animación, motivación e intensificación.
- B.- Sensorial, principal y final.
- C.- Inicial, principal y vuelta a la calma.
- D.- Aprender, jugar y relajarse.

17 . - En la técnica de remolque "Axila a axila" (señala la respuesta correcta):

- A.- No es posible utilizar la patada de braza invertida.
- B.- Debemos girar a la víctima frecuentemente porque no vemos bien su cara.
- C.- Se provoca la extensión del cuello (cabeza echada hacia atrás) de la víctima de manera indirecta.
- D.- El remolque se realiza espalda con espalda.

18 . - El movimiento producido al girar la palma de la mano hacia el techo es un movimiento de:

- A.- Pronación.
- B.- Supinación.
- C.- Traslación.
- D.- Agrupación.



19 . - ¿Cuál de los siguientes servicios deberán prestarse por todos los municipios, independientemente de su población? (Señale la incorrecta)

- A.- Limpieza viaria.
- B.- Abastecimiento domiciliario de agua potable.
- C.- Alcantarillado.
- D.- Transporte colectivo urbano de viajeros.

20 . - ¿Cómo iniciar la maniobra para extraer a una víctima de una piscina en la que el nivel del agua está por debajo del bordillo?

- A.- Colocaremos sus manos en el bordillo, manteniendo la cabeza de la víctima hacia atrás, procurando que sus vías respiratorias estén siempre fuera del agua.
- B.- Colocaremos el pecho de la víctima junto a la pared del vaso, manteniendo sus brazos fuera del agua para asegurar que la cabeza quede sobre la superficie del agua.
- C.- Colocaremos a la víctima de espaldas a la pared del vaso, facilitando que saque sus manos hacia atrás, volcando su peso hacia la playa de la piscina mientras sale el socorrista por el bordillo.
- D.- Nos colocaremos la víctima a la espalda y saldremos por el bordillo lo antes posible.

21 . - Una zafadura es:

- A.- El material que se utiliza para controlar a la víctima de un rescate cuando está nerviosa.
- B.- La forma en que nos hace presa la víctima cuando está en un estado de nerviosismo por el miedo a ahogarse.
- C.- La técnica de contrapresa a realizar para liberarse la persona socorrista (o una tercera) del agarre de la víctima, al tiempo que se le dispone para su puesta a salvo posterior.
- D.- La inmovilización de la víctima en un rescate.

22 . - En una flotación dinámica:

- A.- Siempre hay desplazamiento de un lugar a otro en el medio acuático.
- B.- Logramos mantener la flotación movilizandopies, manos, brazos, etc.
- C.- El arrastre de la víctima se hace con material.
- D.- Las manos han de estar lo más alejadas posible del centro de gravedad.



23 . - Las funciones de los músculos isquiosurales son:

- A.- La flexión de la rodilla y la extensión de la cadera.
- B.- La extensión de la rodilla y la flexión de la cadera.
- C.- La extensión de la rodilla y la extensión de la cadera.
- D.- La flexión de la rodilla y la flexión de la cadera.

24 . - ¿Qué significado tienen las siglas PAS y PEAS en primeros auxilios?

- A.- Son los acrónimos de Personal Activo de Socorrismo y Personal Especializado Activo de Socorrismo, respectivamente.
- B.- Son los acrónimos que resumen la actuación de un socorrista en los primeros auxilios, que significan, respectivamente, Proteger, Avisar, Socorrer y Proteger, Evaluar, Avisar, Socorrer.
- C.- Son los acrónimos de Parte de Asistencia al Socorrista y Parte Eventual de Asistencia al Socorrista.
- D.- Es el acrónimo de Persona Altamente Sensible y Personal Especial Altamente Sensible.

25 . - Se define proyecto como: (señala la correcta)

- A.- La acción que desarrolla una actividad con un grado máximo de concreción y especificidad, dentro de una sesión de trabajo, planteada por la persona que coordina el servicio.
- B.- El conjunto de actividades y acciones ordenadas y articuladas que, combinando los recursos necesarios, se orientan a conseguir un objetivo fijado en un tiempo y espacio determinados, para modificar y mejorar una situación dada.
- C.- La fórmula por la que se logra, mediante sesiones de trabajo, desarrollar aleatoriamente diversas funciones que se plantean en la evaluación de un programa.
- D.- La capacidad de obtener el mejor resultado con la mayor calidad y el menor gasto energético para cumplir los objetivos que se plantean en cualquier programa.



26 . - Por su morfología, los músculos pueden ser:

- A.- Cortos, medianos y largos.
- B.- De fibras largas y de fibras cortas.
- C.- Superiores, medios e inferiores.
- D.- De fibra lisa, de fibra estriada y cardíacos.

27 . - En una flotación estática:

- A.- Si situamos los brazos al costado del cuerpo, las piernas se hunden menos porque subimos el centro de gravedad.
- B.- Si situamos los brazos sobre el abdomen las piernas se hunden menos porque subimos el centro de flotación.
- C.- Si situamos los brazos estirados por encima de la cabeza, las piernas se hunden más porque desplazamos hacia abajo el centro de gravedad, acercándolo al centro de flotación.
- D.- Si situamos los brazos estirados sobre la cabeza, las piernas se hunden menos, pues acercamos el centro de gravedad al de flotación.

28 . - Mantener el tubo de rescate en alto y en horizontal es una señal que indica que:

- A.- Todo marcha correctamente y la situación está bajo control.
- B.- Se requiere ayuda para iniciar un rescate.
- C.- Se requiere asistencia urgente.
- D.- El o la socorrista va a iniciar una maniobra de rescate, pero puede controlar la situación sin asistencia.

29 . - En los estilos de crol, espalda y mariposa, la fase acuática se divide en:

- A.- Recobro, entrada y salida.
- B.- Agarre y tirón.
- C.- Agarre, tirón y empuje.
- D.- Empuje y respiración.



30 . - ¿Qué son los costes propios de la calidad?

- A.- Son los costes derivados de las acciones encaminadas a lograr los niveles óptimos de calidad en el trabajo.
- B.- Son los costes económicos derivados de un sistema ineficaz.
- C.- Son los costes laborales de la organización.
- D.- Son los costes de las infraestructuras de la organización.

31 . - ¿Qué definimos como asepsia?

- A.- La utilización de medicamentos para paliar los síntomas de una infección.
- B.- Las medidas de protección que se toman contra la infección microbiana, estado libre de gérmenes.
- C.- La gestión adecuada del material de primeros auxilios.
- D.- La pérdida de conocimiento de una víctima por la excesiva cantidad de gérmenes en el medio acuático.

32 . - A la hora de evaluar una sesión, dentro de la programación que hace el monitor, tendremos en cuenta los siguientes factores:

- A.- La evaluación no forma parte de la programación de una sesión, se lleva a cabo después.
- B.- El grado de consecución de los objetivos y las dificultades planteadas a los participantes, teniendo en cuenta sus vivencias, entre otras.
- C.- Las horas que ha tenido que pasar el monitor para preparar la sesión.
- D.- El medio en el que se desarrolla la sesión.

33 . - En la comunicación con el ciudadano, señala la respuesta que define al emisor:

- A.- Es la persona que comprende un mensaje.
- B.- Es la persona que recibe un mensaje.
- C.- Es la persona que emite los justificantes de entrada.
- D.- Es la persona que emite el mensaje.



34 . - La preparación física en una persona socorrista:

- A.- Es innecesaria si la persona sabe hacer la RCP.
- B.- Es fundamental sólo para los que están trabajando en un medio como la playa, que es muy grande y precisa de mejor preparación que en una piscina.
- C.- Es necesaria cuando no dominas las técnicas de socorrismo, no si dominas las técnicas de prevención, de vigilancia, de rescate y de primeros auxilios.
- D.- Es fundamental porque sólo con una condición física adecuada se podrán aplicar las técnicas de prevención, de vigilancia, de rescate y de primeros auxilios.

35 . - En el estilo braza de natación:

- A.- La patada de braza y el recobro son coincidentes.
- B.- La patada de braza y el agarre de manos son coincidentes.
- C.- Existen fases de recobro de piernas y brazos aéreas.
- D.- La patada es la responsable del 80% de la propulsión.

ATENCION:

LAS PREGUNTAS DEL BLOQUE DE RESERVA CON LOS NÚMEROS 1 A 5 , AMBAS INCLUSIVE, DEBERÁN RESPONDERSE AL IGUAL QUE EL RESTO DEL CUESTIONARIO, PERO SOLO SERÁN OBJETO DE VALORACIÓN EN EL SUPUESTO DE QUE ALGUNAS DE LAS PREGUNTAS TITULARES, COMPRENDIDAS ENTRE LA 1 A 35 , RESULTARA INVALIDADA.

1 . - ¿Cuál es el objetivo del sistema burocrático?

- A.- La eficiencia, adecuando los medios utilizados a los objetivos planteados.
- B.- La eficacia, haciendo las cosas bien independientemente del cumplimiento de la legalidad vigente.
- C.- La creación de un espacio seguro para el trabajador de la administración, aunque ello vaya contra la atención de calidad a la ciudadanía.
- D.- La perversión de la norma para lograr la ineficacia de las reclamaciones de los usuarios y las usuarias.



**2 . - El derecho a la protección frente a los riesgos laborales de los trabajadores incluye:
(Señale la incorrecta)**

- A.- Formación en materia preventiva.
- B.- Paralización de la actividad en caso de riesgo grave e inminente.
- C.- Derechos de información, consulta y participación.
- D.- Derecho de desconexión.

3 . - ¿Qué son las corrientes superficiales en aguas abiertas?

- A.- Son las que resultan de la incidencia del movimiento del agua del mar con respecto a la costa.
- B.- Son las producidas por la acción del viento y afectan a la superficie del agua únicamente.
- C.- Son las producidas por el retroceso del agua siguiendo la pendiente de playa.
- D.- Son las corrientes que resultan de la entrada de una masa de agua en otra.

4 . - El programa educativo en natación tendrá su emplazamiento principal en:

- A.- El ámbito escolar, facilitando la formación integral del alumnado, encajable en los medios y planteamientos de la educación física, desarrollando las áreas física, cognitiva y afectiva.
- B.- Las competiciones de natación, en las que es fundamental que los y las participantes sean capaces de respetar las normas, como fundamento de su educación.
- C.- La necesidad de socialización de los seres humanos, como proceso inherente al mismo, siempre que se desarrolle en términos de concordia y salud.
- D.- El conocimiento de las distintas especialidades deportivas, como medio de bienestar físico y psíquico.

5 . - En la técnica de arrastre de "Dos brazos a la espalda", la técnica propulsiva será:

- A.- Patada de braza con crol de brazos.
- B.- Pies de braza invertida, con la ayuda de ambos brazos.
- C.- Patada vertical, con brazadas ocasionales.
- D.- Patada lateral con ayuda del brazo libre.

