



**AYUNTAMIENTO
DE PEDREZUELA**

**PROCESO EXTRAORDINARIO DE ESTABILIZACIÓN DE EMPLEO TEMPORAL DE LARGA DURACIÓN,
CONTENIDOS EN LA ARTÍCULO 2 DE LA LEY 20/2021**

EJERCICIOS DE CONOCIMIENTOS PROFESIONALES

CONVOCATORIAS 2024

OFICIAL/A DE MANTENIMIENTO

OPERARIO/A DE MANTENIMIENTO

OPERARIO/A DE LIMPIEZA INTERIOR

DINAMIZADOR/A CULTURAL

MONITOR/A DE DEPORTES

COORDINADOR/A DE LUDOTECA



**PROCESO EXTRAORDINARIO DE ESTABILIZACIÓN DE EMPLEO TEMPORAL DE LARGA DURACIÓN,
CONTENIDOS EN LA ARTÍCULO 2 DE LA LEY 20/2021**

OFICIAL/A DE MANTENIMIENTO

EJERCICIO DE CONOCIMIENTOS PROFESIONALES

1.- En una obra de construcción, ¿qué técnica se emplea para garantizar la correcta nivelación de una base de hormigón en terrenos irregulares?

- a) Uso de una regla metálica de nivelación.
- b) Aplicación de capas sucesivas de hormigón y uso de encofrados ajustables.
- c) Compactación de la superficie antes de verter el hormigón.

2.- En una instalación de fontanería, ¿cuál de las siguientes prácticas es fundamental para evitar la corrosión en sistemas de agua caliente?

- a) Instalación de un ánodo de sacrificio.
- b) Uso de tuberías de acero inoxidable únicamente.
- c) Incorporación de un filtro de partículas.

3.- ¿Cuál es la ventaja principal de utilizar una válvula mezcladora termostática en sistemas de suministro de agua?

- a) Aumenta la presión del agua en el sistema.
- b) Mantiene una temperatura constante y evita quemaduras.
- c) Permite mezclar diferentes tipos de agua en el sistema.

4.- ¿Cuál es la principal diferencia entre un ladrillo macizo y un ladrillo perforado en términos de resistencia y aislamiento térmico?

- a) El ladrillo perforado tiene mejor resistencia al fuego, pero peor aislamiento térmico.
- b) El ladrillo macizo proporciona mejor aislamiento térmico y acústico, pero menor resistencia estructural.
- c) Ambos ofrecen la misma resistencia, pero difieren en el coste de fabricación.

5.- ¿Qué procedimiento es necesario seguir para realizar una conexión de tuberías de cobre mediante soldadura blanda en instalaciones de fontanería?

- a) Calentar el cobre y aplicar estaño sin preparar la superficie.
- b) Limpieza previa de las superficies, aplicación de decapante y soldadura con soplete a baja temperatura.
- c) Soldar directamente con un soplete de alta potencia y aplicar resina fundente.

6.- En instalaciones eléctricas residenciales, ¿cuál de los siguientes dispositivos es crucial para proteger tanto a las personas como a los aparatos conectados ante una sobrecarga o cortocircuito?

- a) Interruptor magnetotérmico.
- b) Fusible de alta capacidad.
- c) Transformador de aislamiento.



7.- ¿Por qué se recomienda el uso de fibras de refuerzo en la mezcla de hormigón para cimentaciones en terrenos de baja estabilidad?

- a) Las fibras aumentan la cohesión y reducen el riesgo de grietas.
- b) Las fibras proporcionan un mejor acabado superficial.
- c) Las fibras sustituyen completamente la malla de acero.

8.- ¿Qué función cumple una válvula de alivio en sistemas de agua a presión en instalaciones de fontanería?

- a) Aumenta la presión de entrada en el sistema.
- b) Evita sobrepresiones al liberar automáticamente el exceso de presión.
- c) Mantiene la temperatura constante del agua.

9.- En la inspección de un sistema eléctrico, ¿cuál es el procedimiento adecuado para verificar la existencia de posibles fugas de corriente?

- a) Medición directa de voltaje en los enchufes.
- b) Uso de un multímetro en modo de continuidad en los puntos de conexión.
- c) Aplicación de una carga de prueba y verificación visual de los cables.

10.- ¿Qué tipo de junta se debe instalar en las tuberías de una instalación de agua sanitaria para prevenir fugas en zonas expuestas a cambios de temperatura?

- a) Junta plana de goma.
- b) Junta de expansión flexible.
- c) Junta de sellado rígida.

PREGUNTAS RESERVA

Reserva 1.- ¿Qué tipo de mortero se utiliza en zonas expuestas a ambientes húmedos para mejorar la durabilidad de la construcción?

- a) Mortero de cemento convencional.
- b) Mortero hidrófugo.
- c) Mortero de yeso.

Reserva 2.- ¿Cuál de los siguientes procedimientos es competencia exclusiva del Pleno del Ayuntamiento según la Ley Reguladora de las Bases del Régimen Local?

- a) La aprobación inicial del presupuesto municipal.
- b) La resolución de contratos laborales temporales.
- c) La concesión de licencias de apertura de establecimientos.

Reserva 3.- De acuerdo con el Acuerdo-Convenio del Ayuntamiento de Pedrezuela, ¿cuál es el máximo de días que puede solicitar un trabajador como permiso retribuido por hospitalización de un familiar de primer grado?

- a) 2 días.
- b) 4 días.
- c) 6 días.

AYUNTAMIENTO DE PEDREZUELA

**PROCESO EXTRAORDINARIO DE ESTABILIZACIÓN DE EMPLEO TEMPORAL DE LARGA
DURACIÓN, CONTENIDOS EN LA ARTÍCULO 2 DE LA LEY 20/2021**

OFICIAL/A DE MANTENIMIENTO

EJERCICIO DE CONOCIMIENTOS PROFESIONALES

PREGUNTAS CUESTIONARIO PRINCIPAL

1	a	b	c
2	a	b	c
3	a	b	c
4	a	b	c
5	a	b	c
6	a	b	c
7	a	b	c
8	a	b	c
9	a	b	c
10	a	b	c

PREGUNTAS RESERVA

1	a	b	c
2	a	b	c
3	a	b	c



**PROCESO EXTRAORDINARIO DE ESTABILIZACIÓN DE EMPLEO TEMPORAL DE LARGA DURACIÓN,
CONTENIDOS EN LA ARTÍCULO 2 DE LA LEY 20/2021**

OPERARIO/A DE MANTENIMIENTO

EJERCICIO DE CONOCIMIENTOS PROFESIONALES

1.- ¿Cuál es el objetivo principal del mantenimiento preventivo en instalaciones eléctricas?

- a) Reducir el consumo de energía
- b) Minimizar averías y prolongar la vida útil de los equipos
- c) Mejorar la eficiencia de los motores

2.- Según el temario, ¿qué tipo de guantes son recomendados para manejar productos químicos en tareas de limpieza?

- a) Guantes de algodón
- b) Guantes de nitrilo
- c) Guantes de látex sin polvo

3.- ¿Cuál es la función principal de un transformador en una instalación eléctrica?

- a) Convertir corriente continua en alterna
- b) Cambiar el voltaje de la corriente eléctrica
- c) Almacenar energía eléctrica

4.- ¿Cuál es el método más seguro para apagar un incendio eléctrico?

- a) Usar agua
- b) Utilizar un extintor de CO₂
- c) Sofocar con una manta mojada

5.- En la normativa de riesgos laborales, ¿cuál es la altura máxima sin protección donde se considera seguro trabajar?

- a) 2 metros
- b) 1 metro
- c) 1.5 metros

6.- ¿Qué herramienta se emplea para medir la tensión en un circuito eléctrico?

- a) Voltímetro
- b) Amperímetro
- c) Ohmímetro

7.- ¿Qué tipo de lámpara es más eficiente energéticamente en instalaciones de iluminación?

- a) Lámpara incandescente
- b) Lámpara de bajo consumo
- c) Lámpara LED



8.- ¿Cuál es el procedimiento correcto para el mantenimiento de herramientas manuales?

- a) Limpiarlas después de cada uso
- b) Guardarlas en un lugar seco únicamente
- c) Cambiar sus mangos anualmente

9.- ¿Qué medida de seguridad es fundamental antes de realizar cualquier reparación eléctrica?

- a) Usar guantes de goma
- b) Cortar la corriente en el panel eléctrico
- c) Llevar botas de seguridad

10.- ¿Cuál es la función de un disyuntor en un circuito eléctrico?

- a) Conectar y desconectar la corriente manualmente
- b) Proteger el circuito de sobrecargas
- c) Aumentar la tensión en el circuito

PREGUNTAS RESERVA

Reserva 1.- ¿Cuál es el equipo de protección personal (EPP) básico para evitar lesiones en los pies?

- a) Zapatos antideslizantes
- b) Botas de seguridad
- c) Zapatillas deportivas

Reserva 2.- ¿Qué tipo de extintor es adecuado para incendios de tipo B (líquidos inflamables)?

- a) Extintor de agua
- b) Extintor de espuma
- c) Extintor de polvo

Reserva 3.- ¿Cuál de las siguientes herramientas se utiliza para cortar madera en tareas de mantenimiento?

- a) Serrucho
- b) Llave inglesa
- c) Alicata

AYUNTAMIENTO DE PEDREZUELA

**PROCESO EXTRAORDINARIO DE ESTABILIZACIÓN DE EMPLEO TEMPORAL DE LARGA
DURACIÓN, CONTENIDOS EN LA ARTÍCULO 2 DE LA LEY 20/2021**

OPERARIO/A DE MANTENIMIENTO

EJERCICIO DE CONOCIMIENTOS PROFESIONALES

PREGUNTAS CUESTIONARIO PRINCIPAL

1	a	b	c
2	a	b	c
3	a	b	c
4	a	b	c
5	a	b	c
6	a	b	c
7	a	b	c
8	a	b	c
9	a	b	c
10	a	b	c

PREGUNTAS RESERVA

1	a	b	c
2	a	b	c
3	a	b	c



**PROCESO EXTRAORDINARIO DE ESTABILIZACIÓN DE EMPLEO TEMPORAL DE LARGA DURACIÓN,
CONTENIDOS EN LA ARTÍCULO 2 DE LA LEY 20/2021**

OPERARIO/A DE LIMPIEZA INTERIOR

EJERCICIO DE CONOCIMIENTOS PROFESIONALES

- 1. ¿Qué tipo de productos se utilizan para la limpieza de superficies en baños públicos?**
 - a) Detergentes suaves
 - b) Desinfectantes y productos antical
 - c) Abrillantadores
- 2. ¿Qué es lo primero que debe hacerse antes de comenzar a limpiar una superficie?**
 - a) Barrer la zona
 - b) Leer las instrucciones de los productos de limpieza
 - c) Mojar el suelo
- 3. ¿Qué tipo de equipo de protección personal es obligatorio en tareas de limpieza con productos químicos?**
 - a) Gafas de sol
 - b) Guantes y mascarilla
 - c) Botas de goma
- 4. ¿Qué significa el término "residuos orgánicos"?**
 - a) Residuos reciclables
 - b) Residuos de origen vegetal o animal
 - c) Residuos industriales
- 5. ¿Cuál es la frecuencia recomendada para la limpieza de los suelos en áreas de mucho tráfico?**
 - a) Diaria
 - b) Semanal
 - c) Cada 3 día
- 6. ¿Qué acción debe evitarse al utilizar productos de limpieza en aerosol?**
 - a) Limpiar con una bayeta
 - b) Aplicar el producto sobre la superficie directamente
 - c) Aplicar el producto en áreas mal ventiladas
- 7. ¿Qué tipo de desechos se deben depositar en los contenedores de color verde?**
 - a) Vidrio
 - b) Papel
 - c) Orgánicos
- 8. ¿Qué se debe hacer si accidentalmente se derrama un producto químico de limpieza?**
 - a) Informar inmediatamente a un supervisor y proceder con la limpieza
 - b) Limpiar con un trapo seco
 - c) Dejar que se evapore



9. ¿Qué se recomienda para evitar la acumulación de polvo en las áreas de trabajo?

- a) Barrer todos los días
- b) Limpiar con aspiradora o trapo húmedo regularmente
- c) Dejar las ventanas abiertas

10. ¿Qué medida es crucial al manejar residuos peligrosos?

- a) Separarlos del resto de los residuos
- b) Arrojarlos al contenedor más cercano
- c) Transportarlos sin embalaje

11. ¿Cuál es la técnica recomendada para evitar la proliferación de bacterias en los sanitarios?

- a) Limpiar con agua y jabón solamente
- b) Limpiar y desinfectar con productos químicos adecuados
- c) Usar solo productos ecológicos

12. ¿Qué procedimiento debe seguirse al limpiar un área contaminada con sangre?

- a) Limpiar con detergente normal
- b) Usar productos desinfectantes y guantes
- c) Barrer el área contaminada

13. ¿Qué es el sistema de colores en limpieza profesional?

- a) Una forma de identificar diferentes áreas de trabajo
- b) Un método para clasificar productos de limpieza
- c) Un código para evitar la contaminación cruzada

14. ¿Cuál es el pH adecuado para un limpiador destinado a superficies delicadas como mármol o granito?

- a) Neutro
- b) Ácido
- c) Alcalino

15. ¿Qué productos no deben mezclarse bajo ninguna circunstancia en la limpieza?

- a) Agua y jabón
- b) Amoníaco y lejía
- c) Detergentes y abrillantadores

16. ¿Qué legislación regula la seguridad en el trabajo en España, aplicable a operarios de limpieza?

- a) Ley 31/1995, de Prevención de Riesgos Laborales
- b) Ley 17/2020, de Salud Pública
- c) Real Decreto 281/1993, sobre condiciones laborales

17. ¿Cuál es el tiempo de actuación recomendado para desinfectantes en superficies contaminadas?

- a) 5 minutos
- b) 10 minutos
- c) Depende del producto, pero usualmente entre 10 y 15 minutos



18. ¿Qué tipo de filtro debe tener una aspiradora utilizada en ambientes con alta carga de polvo y partículas?

- a) Filtro de agua
- b) Filtro HEPA
- c) Filtro de aire normal

19. ¿Qué normativa regula la gestión de residuos peligrosos en el ámbito local?

- a) Ley 22/2011, de Residuos y Suelos Contaminados
- b) Real Decreto 56/2009, sobre residuos industriales
- c) Ley 27/2013, de Racionalización y Sostenibilidad de la Administración Local

20. ¿Qué procedimiento debe seguirse si se produce un incidente con exposición a productos químicos peligrosos?

- a) Lavar la zona afectada con agua fría inmediatamente
- b) Notificar inmediatamente a los servicios de emergencia y seguir los protocolos de seguridad
- c) Esperar instrucciones de un supervisor

21. ¿Qué debe hacerse antes de iniciar la limpieza de un área pública con riesgo de caídas?

- a) Colocar señales de advertencia
- b) Limpiar el suelo inmediatamente
- c) Informar a un supervisor

22. ¿Qué debe hacerse si un equipo de limpieza presenta una avería durante su uso?

- a) Continuar usándolo hasta finalizar la tarea
- b) Detener su uso y reportarlo a mantenimiento
- c) Limpiar la avería y seguir con el trabajo

23. ¿Qué tipo de productos se recomienda para la limpieza de superficies metálicas?

- a) Detergentes alcalinos
- b) Productos específicos para metales
- c) Desinfectantes

24. ¿Qué acción es clave para evitar la contaminación cruzada en la limpieza de diferentes áreas?

- a) Usar productos químicos distintos
- b) Usar paños y herramientas diferenciados para cada área
- c) Cambiar de guante

25. ¿Qué significa el símbolo de un triángulo con un signo de exclamación en un producto químico?

- a) Producto inflamable
- b) Producto peligroso para la salud
- c) Producto irritante



PREGUNTAS RESERVA

RESERVA 1. ¿Qué herramienta es la más adecuada para limpiar alfombras?

- a) Escoba
- b) Aspiradora
- c) Fregona

RESERVA 2. ¿Qué debe hacerse antes de utilizar un nuevo producto de limpieza?

- a) Consultar su ficha técnica y de seguridad
- b) Mezclarlo con agua
- c) Aplicarlo directamente sobre la superficie

RESERVA 3. ¿Qué tipo de producto es más eficaz para eliminar grasa en una cocina?

- a) Desinfectante
- b) Desengrasante
- c) Detergente para ropa

RESERVA 4. ¿Qué se recomienda al limpiar zonas de difícil acceso, como esquinas o detrás de muebles?

- a) Usar una escoba normal
- b) Usar herramientas con mango largo o extensible
- c) Evitar limpiar esas áreas

RESERVA 5. ¿Qué significa el símbolo de un guante en un envase de productos de limpieza?

- a) Indica que es inflamable
- b) Indica que es corrosivo y requiere el uso de guantes
- c) Indica que es un producto ecológico

AYUNTAMIENTO DE PEDREZUELA

PROCESO EXTRAORDINARIO DE ESTABILIZACIÓN DE EMPLEO TEMPORAL DE LARGA
DURACIÓN, CONTENIDOS EN LA ARTÍCULO 2 DE LA LEY 20/2021

OPERARIO/A DE LIMPIEZA INTERIOR

EJERCICIO DE CONOCIMIENTOS PROFESIONALES

PREGUNTAS CUESTIONARIO PRINCIPAL

1	a	b	c	11	a	b	c	21	a	b	c
2	a	b	c	12	a	b	c	22	a	b	c
3	a	b	c	13	a	b	c	23	a	b	c
4	a	b	c	14	a	b	c	24	a	b	c
5	a	b	c	15	a	b	c	25	a	b	c
6	a	b	c	16	a	b	c				
7	a	b	c	17	a	b	c				
8	a	b	c	18	a	b	c				
9	a	b	c	19	a	b	c				
10	a	b	c	20	a	b	c				

PREGUNTAS RESERVA

1	a	b	c
2	a	b	c
3	a	b	c
4	a	b	c
5	a	b	c



**PROCESO EXTRAORDINARIO DE ESTABILIZACIÓN DE EMPLEO TEMPORAL DE LARGA DURACIÓN,
CONTENIDOS EN LA ARTÍCULO 2 DE LA LEY 20/2021**

DINAMIZADOR/A CULTURAL

EJERCICIO DE CONOCIMIENTOS PROFESIONALES

1. ¿Cuál es el principal objetivo de un dinamizador comunitario?

- a) Mejorar la calidad de vida de los vecinos.
- b) Aumentar el número de actividades recreativas.
- c) Supervisar los presupuestos municipales.

2. ¿Qué es fundamental para una buena planificación de actividades comunitarias?

- a) La creatividad.
- b) El análisis de las necesidades locales.
- c) La cantidad de recursos.

3. ¿Qué cualidad es clave en un dinamizador de actividades comunitarias?

- a) La capacidad de liderazgo.
- b) El conocimiento profundo de las leyes.
- c) La gestión de recursos.

4. ¿Qué documento se utiliza comúnmente para evaluar el impacto de una actividad comunitaria?

- a) Un informe de evaluación.
- b) Una encuesta de satisfacción.
- c) Un acta de reunión.

5. ¿Cuál es el papel de un dinamizador en la resolución de conflictos en la comunidad?

- a) Mediador imparcial entre las partes.
- b) Supervisor de la intervención policial.
- c) Responsable de implementar sanciones

6. ¿Qué herramienta se utiliza comúnmente para promover la participación comunitaria en la planificación de actividades?

- a) Boletines informativos.
- b) Mesas de participación ciudadana.
- c) Redes sociales.

7. ¿Qué principio debe guiar la labor del dinamizador comunitario?

- a) La legalidad.
- b) La neutralidad.
- c) La equidad.

8. ¿Qué estrategia es más efectiva para la inclusión de grupos desfavorecidos en actividades comunitarias?

- a) Ofrecer actividades exclusivas.
- b) Adaptar las actividades a sus necesidades específicas.
- c) Realizar actividades mixtas con otros colectivos.



9. ¿Qué aspecto es clave para lograr una buena coordinación entre los diferentes actores sociales en la comunidad?

- a) Una buena comunicación.
- b) La asignación de recursos.
- c) El control de tiempos.

10. ¿Qué rol debe tener un dinamizador en una reunión comunitaria?

- a) Moderador que organiza las intervenciones.
- b) Supervisor de los participantes.
- c) Gestor de las quejas ciudadanas.

11. ¿Qué normativa española se aplica en la participación ciudadana en el ámbito local?

- a) Ley 57/2003, de medidas para la modernización del gobierno local.
- b) Real Decreto 200/1996, de fomento de la participación ciudadana.
- c) Ley 27/2013, de racionalización y sostenibilidad de la Administración Local.

12. ¿Qué método de evaluación permite obtener información más directa sobre la satisfacción de los participantes en una actividad?

- a) Encuestas anónimas.
- b) Entrevistas individuales.
- c) Análisis de datos estadísticos.

13. ¿Cuál es el objetivo principal de las políticas de desarrollo comunitario?

- a) La mejora del bienestar de los habitantes.
- b) El crecimiento económico local.
- c) La integración en el mercado laboral.

14. ¿Qué característica debe tener un buen proyecto de dinamización comunitaria?

- a) Debe ser sostenible en el tiempo.
- b) Debe estar respaldado por recursos económicos abundantes.
- c) Debe ser rápido en su implementación.

15. ¿Qué tipo de liderazgo es más adecuado en un proceso de dinamización comunitaria?

- a) Liderazgo democrático, basado en la participación de los vecinos.
- b) Liderazgo autoritario, para tomar decisiones rápidas.
- c) Liderazgo pasivo, que deja que las acciones fluyan naturalmente

16. ¿Qué concepto define mejor la participación inclusiva en el ámbito comunitario?

- a) Implicación de todos los sectores de la población, independientemente de su origen o condición.
- b) Participación solo de los representantes vecinales.
- c) Inclusión de sectores vulnerables exclusivamente.

17. ¿Qué modelo de intervención comunitaria se centra en la movilización de los recursos internos de la comunidad?

- a) Modelo de desarrollo de capacidades.
- b) Modelo asistencialista.
- c) Modelo de servicios directos.



18. ¿Cuál es el principal desafío en la sostenibilidad de un proyecto de dinamización comunitaria?

- a) La falta de liderazgo vecinal.
- b) La carencia de recursos económicos.
- c) La participación ciudadana irregular.

19. ¿Qué característica define la evaluación formativa en un proyecto comunitario?

- a) Se realiza durante el proceso para mejorar las actividades.
- b) Se realiza al finalizar el proyecto.
- c) Solo se enfoca en el impacto final.

20. ¿Qué rol deben desempeñar los agentes externos (como ONG o instituciones) en un proyecto comunitario?

- a) Facilitadores, apoyando el empoderamiento local.
- b) Ejecutores de las decisiones.
- c) Supervisores de las acciones del proyecto.

21. ¿Cuál es la ventaja principal de las actividades recreativas en un barrio?

- a) Fomentan la cohesión social.
- b) Generan ingresos económicos.
- c) Permiten reducir el vandalismo.

22. ¿Qué debe hacer un dinamizador ante la falta de participación en una actividad comunitaria?

- a) Replantear la estrategia de convocatoria.
- b) Suspender la actividad.
- c) Organizar nuevas actividades sin consulta.

23. ¿Cuál es el objetivo de la mediación comunitaria?

- a) Resolver conflictos a través del diálogo y la negociación.
- b) Imponer sanciones a las partes en conflicto.
- c) Aplicar las normativas municipales vigentes.

24. ¿Qué factor influye más en el éxito de un proyecto de dinamización comunitaria?

- a) La participación activa de los vecinos.
- b) La cantidad de recursos financieros disponibles.
- c) La promoción en medios de comunicación.

25. ¿Qué técnica es más efectiva para evaluar el impacto de una actividad comunitaria?

- a) Observación directa.
- b) Análisis de documentos históricos.
- c) Comparación con actividades previas.



PREGUNTAS RESERVA

RESERVA 1. ¿Cuál es el principal objetivo de las actividades lúdicas en una comunidad?

- a) Fomentar el ocio entre los vecinos.
- b) Promover la interacción social y el bienestar.
- c) Recaudar fondos para proyectos comunitarios.

RESERVA 2. ¿Qué factor es esencial para fomentar la participación de los jóvenes en actividades comunitarias?

- a) Ofrecer incentivos económicos.
- b) Adaptar las actividades a sus intereses y necesidades.
- c) Limitar el número de participantes

RESERVA 3. ¿Cuál es el principal canal de comunicación utilizado por los dinamizadores para informar a la comunidad?

- a) Medios de comunicación tradicionales como la televisión.
- b) Redes sociales y boletines informativos.
- c) Reuniones semanales en la plaza del pueblo.

RESERVA 4. ¿Qué estrategia es más efectiva para integrar a personas mayores en actividades comunitarias?

- a) Crear actividades adaptadas a sus capacidades físicas y mentales.
- b) Incluirlas en actividades generales para todos los vecinos.
- c) Evitar que participen para no sobrecargarlas.

RESERVA 5. ¿Qué valor fomenta un dinamizador comunitario al organizar actividades inclusivas?

- a) La competitividad.
- b) La solidaridad y la cooperación.
- c) El individualismo.

AYUNTAMIENTO DE PEDREZUELA

PROCESO EXTRAORDINARIO DE ESTABILIZACIÓN DE EMPLEO TEMPORAL DE LARGA
DURACIÓN, CONTENIDOS EN LA ARTÍCULO 2 DE LA LEY 20/2021

DINAMIZADOR/A CULTURAL

EJERCICIO DE CONOCIMIENTOS PROFESIONALES

PREGUNTAS CUESTIONARIO PRINCIPAL

1	a	b	c
2	a	b	c
3	a	b	c
4	a	b	c
5	a	b	c
6	a	b	c
7	a	b	c
8	a	b	c
9	a	b	c
10	a	b	c
11	a	b	c
12	a	b	c
13	a	b	c
14	a	b	c
15	a	b	c
16	a	b	c
17	a	b	c
18	a	b	c
19	a	b	c
20	a	b	c
21	a	b	c
22	a	b	c
23	a	b	c
24	a	b	c
25	a	b	c

PREGUNTAS RESERVA

1	a	b	c
2	a	b	c
3	a	b	c
4	a	b	c
5	a	b	c



**PROCESO EXTRAORDINARIO DE ESTABILIZACIÓN DE EMPLEO TEMPORAL DE LARGA DURACIÓN,
CONTENIDOS EN LA ARTÍCULO 2 DE LA LEY 20/2021**

MONITOR/A DE DEPORTES

EJERCICIO DE CONOCIMIENTOS PROFESIONALES

1. Según la Ley de Prevención de Riesgos Laborales, ¿qué acción debe tomar el trabajador ante un riesgo grave e inminente durante una actividad física?

- a) Detener la actividad y notificarlo inmediatamente a su superior.
- b) Continuar con la actividad hasta recibir instrucciones.
- c) Intentar mitigar el riesgo antes de notificar.

2. ¿Cuál de los siguientes elementos forma parte de las habilidades motrices básicas?

- a) Coordinación.
- b) Resistencia anaeróbica.
- c) Potencia muscular.

3. En un programa de entrenamiento aeróbico, ¿qué método es más eficaz para mejorar la capacidad cardiovascular?

- a) Entrenamiento de alta intensidad con cortos periodos de recuperación.
- b) Entrenamiento de larga duración y moderada intensidad.
- c) Ejercicios de fuerza explosiva.

4. ¿Qué elemento es clave en un calentamiento para deportes de explosividad como el salto de altura?

- a) Estiramientos estáticos prolongados.
- b) Movimientos dinámicos y específicos del deporte.
- c) Series rápidas de alta intensidad.

5. ¿Cuál es una de las principales contraindicaciones para realizar ejercicios de alta intensidad en personas mayores?

- a) Riesgo de sobrecarga en el sistema cardiovascular y articular.
- b) Deterioro muscular.
- c) Pérdida de coordinación motriz.

6. En términos de habilidades motrices, ¿cuál es la diferencia entre coordinación y equilibrio?

- a) La coordinación se refiere a la sincronización de movimientos, mientras que el equilibrio implica mantener una postura estable.
- b) La coordinación depende de la fuerza, mientras que el equilibrio depende de la flexibilidad.
- c) El equilibrio es una habilidad de la parte superior del cuerpo, mientras que la coordinación es global.



7. En la planificación de una sesión de entrenamiento, ¿qué aspecto es crucial en la fase de vuelta a la calma?

- a) Disminuir progresivamente la frecuencia cardíaca y eliminar desechos metabólicos mediante ejercicios de baja intensidad.
- b) Mantener el ritmo alto para evitar la fatiga post-entrenamiento.
- c) Realizar estiramientos estáticos prolongados.

8. ¿Qué diferencia clave distingue a los deportes individuales de los colectivos en términos psicológicos?

- a) Los deportes individuales requieren mayor capacidad de trabajo en equipo.
- b) Los deportes colectivos exigen una mayor habilidad de interacción social y cohesión grupal.
- c) En los deportes individuales, la presión psicológica es menor debido a la ausencia de factores externos.

9. ¿Cuál es la cualidad física fundamental para prevenir caídas en personas mayores?

- a) Fuerza explosiva.
- b) Equilibrio.
- c) Resistencia.

10. Según la Ley 19/2007 contra la violencia en el deporte, ¿cuál es la medida preventiva más efectiva que deben tomar los organizadores de eventos deportivos?

- a) Identificar y controlar a los grupos radicales antes del evento.
- b) Limitar el acceso a personas con antecedentes violentos.
- c) Aumentar la seguridad durante el evento.

11. ¿Qué elemento debe priorizarse en un programa de actividad física para personas con problemas cardiovasculares?

- a) Entrenamiento de alta intensidad para mejorar la función cardíaca.
- b) Ejercicios moderados que mejoren la capacidad aeróbica sin sobrecargar el corazón.
- c) Ejercicios de fuerza explosiva.

12. ¿Cómo se define el equilibrio dinámico?

- a) Mantener una postura estática durante largos periodos.
- b) Mantener la estabilidad mientras se realizan movimientos.
- c) Evitar caídas cuando se está quieto.

13. ¿Qué grupo muscular es clave para mejorar la fuerza explosiva en deportes de velocidad?

- a) Glúteos y cuádriceps.
- b) Bíceps y tríceps.
- c) Dorsales y trapecios.



14. En la planificación de un entrenamiento para personas mayores, ¿qué tipo de ejercicio es más seguro y efectivo?

- a) Ejercicios de alta intensidad para mejorar la resistencia.
- b) Ejercicios de baja intensidad con periodos de descanso adecuados.
- c) Entrenamiento con pesas de alta carga.

15. ¿Qué riesgo principal se asocia con el sobreentrenamiento en deportistas de élite?

- a) Mejora del rendimiento físico pero fatiga a largo plazo.
- b) Disminución del rendimiento y aumento del riesgo de lesiones.
- c) Incremento de la capacidad aeróbica sin efectos secundarios.

16. ¿Qué procedimiento establece el Acuerdo-Convenio del Ayuntamiento de Pedrezuela para la cobertura de vacantes?

- a) Proceder primero por concurso de traslado y promoción interna antes de convocar la oferta pública.
- b) Ofrecer las plazas vacantes a personal temporal en primera instancia.
- c) Realizar un concurso-oposición con libre designación.

17. ¿Qué beneficios proporcionan los ejercicios de movilidad articular en personas mayores?

- a) Mejoran la flexibilidad y previenen rigideces articulares.
- b) Aumentan la fuerza muscular.
- c) Incrementan la resistencia cardiovascular.

18. En deportes de resistencia, ¿qué tipo de entrenamiento es más efectivo para mejorar la capacidad cardiovascular?

- a) Entrenamiento continuo de alta intensidad.
- b) Entrenamiento de larga duración a intensidad moderada.
- c) Entrenamiento intermitente con intervalos cortos y explosivos.

19. Según la Ley de Prevención de Riesgos Laborales, ¿qué responsabilidad tiene el empleador en la formación de los empleados?

- a) Garantizar la formación específica en prevención de riesgos para cada puesto de trabajo.
- b) Proporcionar formación general sobre prevención sin necesidad de adaptarla a los puestos específicos.
- c) Dejar que los propios empleados busquen la formación adecuada.

20. En programas de actividad física para personas con limitaciones de movilidad, ¿qué aspecto debe priorizarse?

- a) Incrementar la intensidad para mejorar rápidamente.
- b) Adaptar los ejercicios a las capacidades individuales para evitar sobrecargas.
- c) Fomentar el entrenamiento aeróbico de alta intensidad.



21. En un plan de entrenamiento para deportes de resistencia, ¿qué riesgo implica no incorporar periodos de descanso adecuados?

- a) Pérdida de masa muscular.
- b) Fatiga crónica y sobreentrenamiento.
- c) Disminución de la capacidad anaeróbica.

22. ¿Qué tipo de ejercicio es más adecuado para mejorar la capacidad cardiovascular en personas mayores?

- a) Ejercicios de alta intensidad con periodos cortos de descanso.
- b) Ejercicios de baja a moderada intensidad con amplios periodos de recuperación.
- c) Ejercicios con sobrecargas moderadas para aumentar la resistencia muscular.

23. ¿Cuál es la función del Comité de Empresa en el marco de la oferta pública de empleo según el Acuerdo-Convenio del Ayuntamiento de Pedrezuela?

- a) Negociar los criterios generales de la oferta de empleo público.
- b) Aprobar la convocatoria de plazas.
- c) Supervisar los procesos de selección.

24. ¿Qué tipo de ejercicio es más adecuado para personas mayores con riesgo de osteoporosis?

- a) Ejercicios de resistencia progresiva de bajo impacto.
- b) Entrenamientos de alta intensidad para aumentar la densidad ósea rápidamente.
- c) Actividades aeróbicas de alto impacto.

25. ¿Qué estrategia debe seguirse para asegurar una adecuada recuperación después de una sesión intensa de entrenamiento cardiovascular?

- a) Una vuelta a la calma progresiva que incluya estiramientos dinámicos y ejercicios de baja intensidad.
- b) Reducir abruptamente la intensidad para evitar la fatiga post-entrenamiento.
- c) Mantener la intensidad alta hasta el final de la sesión.



PREGUNTAS DE RESERVA

RESERVA 1. ¿Qué efecto principal tienen los estiramientos dinámicos en un calentamiento?

- a) Preparan el sistema neuromuscular para movimientos explosivos.
- b) Aumentan la flexibilidad a largo plazo.
- c) Disminuyen la fatiga durante la actividad física.

RESERVA 2. ¿Qué factor es clave en la planificación de un programa de entrenamiento en deportes de resistencia?

- a) La periodización de las cargas de trabajo para maximizar el rendimiento y evitar el sobreentrenamiento.
- b) Aumentar la intensidad en cada sesión sin periodos de descanso.
- c) Focalizarse en ejercicios de corta duración y alta intensidad.

RESERVA 3. ¿Qué tipo de ejercicios son más adecuados para prevenir lesiones articulares en personas mayores?

- a) Ejercicios de bajo impacto con progresión gradual.
- b) Incrementar la carga de trabajo rápidamente para mejorar la fuerza.
- c) Ejercicios de alta intensidad para fortalecer los ligamentos.

RESERVA 4. ¿Qué habilidad motriz es esencial en deportes que requieren cambios rápidos de dirección?

- a) Agilidad.
- b) Flexibilidad.
- c) Resistencia anaeróbica.

RESERVA 5. ¿Qué estrategia es más segura para planificar un programa de actividad física en personas con riesgo cardiovascular?

- a) Adaptar el entrenamiento a una intensidad moderada y progresiva.
- b) Incluir ejercicios de alta intensidad para mejorar la función cardíaca rápidamente.
- c) Eliminar toda actividad física intensa.

AYUNTAMIENTO DE PEDREZUELA

PROCESO EXTRAORDINARIO DE ESTABILIZACIÓN DE EMPLEO TEMPORAL DE LARGA
DURACIÓN, CONTENIDOS EN LA ARTÍCULO 2 DE LA LEY 20/2021

MONITOR/A DE DEPORTES

EJERCICIO DE CONOCIMIENTOS PROFESIONALES

PREGUNTAS CUESTIONARIO PRINCIPAL

1	a	b	c	11	a	b	c	21	a	b	c
2	a	b	c	12	a	b	c	22	a	b	c
3	a	b	c	13	a	b	c	23	a	b	c
4	a	b	c	14	a	b	c	24	a	b	c
5	a	b	c	15	a	b	c	25	a	b	c
6	a	b	c	16	a	b	c				
7	a	b	c	17	a	b	c				
8	a	b	c	18	a	b	c				
9	a	b	c	19	a	b	c				
10	a	b	c	20	a	b	c				

PREGUNTAS RESERVA

1	a	b	c
2	a	b	c
3	a	b	c
4	a	b	c
5	a	b	c



**PROCESO EXTRAORDINARIO DE ESTABILIZACIÓN DE EMPLEO TEMPORAL DE LARGA DURACIÓN,
CONTENIDOS EN LA ARTÍCULO 2 DE LA LEY 20/2021**

COORDINADOR/A DE LUDOTECA

EJERCICIO DE CONOCIMIENTOS PROFESIONALES

1. Según la Constitución Española, ¿qué derecho fundamental relacionado con la infancia se garantiza en el artículo 27?

- a) Derecho a la protección contra el maltrato
- b) Derecho a la educación
- c) Derecho a la participación en actividades deportivas

2. La Ley 4/2023 de la Comunidad de Madrid establece que los menores tienen derecho:

- a) Participar en actividades económicas
- b) Ser escuchados y que su opinión sea considerada en todos los asuntos que les afecten
- c) Decidir sobre su educación a partir de los 12 años

3. ¿Cuál es una función esencial de un coordinador de ludoteca en el contexto de la planificación de actividades?

- a) Realizar auditorías financieras
- b) Diseñar y coordinar actividades lúdicas y educativas para el desarrollo integral de los niños
- c) Supervisar exclusivamente el mantenimiento de las instalaciones

4. En el Proyecto Ludoteca de Pedrezuela, ¿qué tipo de actividades se organizan durante los “Días sin Cole”?

- a) Clases intensivas de matemáticas
- b) Actividades lúdicas, recreativas y de socialización para apoyar la conciliación familiar
- c) Campamentos deportivos exclusivos

5. ¿Qué derecho de los menores se protege en el artículo 39 de la Constitución Española?

- a) Derecho al voto
- b) Derecho a la protección social, económica y jurídica
- c) Derecho a la propiedad privada

6. ¿Qué aspecto debe tener en cuenta un coordinador de ludoteca al planificar actividades?

- a) La edad y las necesidades de desarrollo de los niños para adaptar las actividades
- b) El presupuesto anual de la ludoteca
- c) Exclusivamente la cantidad de materiales disponibles

7. ¿Qué objetivo tiene el “Espacio +10” en la Ludoteca de Pedrezuela?

- a) Proveer apoyo académico intensivo
- b) Realizar entrenamientos deportivos
- c) Ofrecer actividades que promuevan la autonomía y responsabilidad de los preadolescentes



8. ¿Cuál es la importancia de la coordinación entre la ludoteca y otros recursos municipales en Pedrezuela?

- a) Incrementar la asistencia a eventos deportivos
- b) Reducir costos operativos
- c) Garantizar un enfoque integral en el desarrollo educativo y social de los niños

9. En un contexto de ludoteca, ¿qué busca promover la animación sociocultural?

- a) Formación técnica específica
- b) Participación activa y desarrollo personal de los niños a través de actividades lúdicas
- c) Control estricto de la disciplina

10. ¿Cuál es el principal beneficio de utilizar dinámicas de grupo en una ludoteca?

- a) Evaluar el rendimiento académico
- b) Fomentar la cooperación y la interacción social entre los niños
- c) Identificar problemas de comportamiento en aislamiento

11. Según la Constitución Española, ¿cómo deben los poderes públicos proteger a la juventud?

- a) Proporcionándoles empleo a tiempo completo
- b) Garantizando el desarrollo integral mediante protección social, económica y educativa
- c) Permitiendo su participación en actividades políticas

12. ¿Qué objetivo persigue un coordinador de ludoteca al supervisar las actividades diarias?

- a) Maximizar el número de actividades realizadas
- b) Garantizar la rentabilidad de las actividades
- c) Asegurar que las actividades sean seguras y educativas para todos los participantes

13. ¿Qué tipo de actividades se organizan en la “Pequeteca” dentro del Proyecto Ludoteca de Pedrezuela?

- a) Clases de refuerzo en matemáticas y ciencias
- b) Actividades deportivas de alto rendimiento
- c) Actividades de exploración, juego y desarrollo personal para niños pequeños

14. ¿Qué beneficio laboral garantiza el Acuerdo-Convenio para los trabajadores del Ayuntamiento de Pedrezuela?

- a) Bonificación anual por asistencia
- b) Derecho a permisos para atender responsabilidades familiares
- c) Flexibilidad total de horarios sin restricciones

15. ¿Qué papel juegan los recursos municipales en la implementación de programas educativos en la ludoteca?

- a) Proveer únicamente apoyo financiero
- b) Realizar evaluaciones de rendimiento académico
- c) Facilitar espacios y personal especializado para actividades educativas y de ocio

16. ¿Qué enfoque tiene la educación no-formal promovida por la ludoteca?

- a) Fomentar la preparación para exámenes
- b) Enfocar únicamente en habilidades deportivas
- c) Desarrollar habilidades sociales y emocionales a través de actividades lúdicas



17. En la ludoteca, ¿cómo se utilizan las dinámicas de grupo para mejorar la experiencia de los participantes?

- a) Fomentando la competitividad
- b) Mejorando la cohesión grupal y la comunicación entre los niños
- c) Evaluando el rendimiento académico de los participantes

18. ¿Qué obligación tienen los poderes públicos según la Constitución Española en relación con la infancia?

- a) Ofrecer empleo a tiempo parcial a los menores
- b) Proteger a los menores contra toda forma de explotación y abandono
- c) Asegurar su participación en actividades políticas locales

19. ¿Qué cualidad es esencial para un coordinador de ludoteca al interactuar con los niños?

- a) Habilidad en negociación financiera
- b) Capacidad de empatía y comunicación efectiva
- c) Conocimiento avanzado en tecnología digital

20. ¿Qué consideración especial se debe tener en cuenta al planificar actividades al aire libre en la ludoteca?

- a) Preferencia por actividades digitales
- b) Coordinación con actividades escolares
- c) Evaluación de la seguridad y adecuación de las actividades al entorno

21. ¿Qué tipo de formación promueve el Acuerdo-Convenio para el personal del Ayuntamiento?

- a) Formación continua en áreas relacionadas con sus funciones laborales
- b) Formación exclusiva en idiomas extranjeros
- c) Formación en habilidades de manejo de maquinaria pesada

22. ¿Cómo apoya el Ayuntamiento de Pedrezuela a las familias a través de la ludoteca?

- a) Ofreciendo servicios gratuitos de guardería
- b) Proveyendo actividades deportivas exclusivamente
- c) Facilitando actividades de ocio educativo para apoyar la conciliación familiar

23. ¿Cuál es el propósito de las actividades de animación sociocultural en un entorno de ludoteca?

- a) Reforzar disciplinas académicas
- b) Fomentar el desarrollo social y la participación activa
- c) Organizar actividades de mantenimiento del edificio

24. ¿Qué tipo de dinámica de grupo es más adecuada para promover la inclusión de niños con diferentes habilidades en una ludoteca?

- a) Dinámicas de cooperación y trabajo en equipo
- b) Dinámicas de competición
- c) Dinámicas basadas en el rendimiento individual

25. ¿Qué obligaciones tienen los educadores según la Ley 4/2023 en relación con la protección de menores?

- a) Informar a las autoridades sobre cualquier situación de riesgo o abuso
- b) Permitir que los menores resuelvan sus propios problemas
- c) Consultar con los padres antes de tomar cualquier acción



PREGUNTAS DE RESERVA

Reserva 1. ¿Qué establece la Constitución Española sobre el derecho a la educación?

- a) Que es un derecho fundamental y obligatorio
- b) Que es opcional y depende de los recursos disponibles
- c) Que solo es aplicable a mayores de 16 años

Reserva 2. ¿Cómo se deben gestionar los casos de menores en situación de desprotección según la Ley 4/2023?

- a) Con intervención inmediata y coordinación entre los servicios sociales y educativos
- b) Dejando la decisión en manos de los padres
- c) Solo cuando exista una denuncia formal

Reserva 3. ¿Qué acción debe tomar un coordinador de ludoteca en caso de conflicto entre niños?

- a) Aplicar técnicas de mediación para resolver el conflicto
- b) Informar a los padres sin intervenir directamente
- c) Ignorar el conflicto si no hay violencia física

Reserva 4. ¿Qué evaluación se realiza en el Proyecto Ludoteca para mejorar las actividades ofrecidas?

- a) Evaluación continua con participación de monitores, niños y padres
- b) Evaluación anual por una empresa consultora
- c) Evaluación basada en el número de asistentes

Reserva 5. ¿Qué habilidad es fundamental para un coordinador de ludoteca en la gestión de su equipo?

- a) Experiencia en redacción de informes financieros
- b) Capacidad de liderazgo y comunicación efectiva
- c) Conocimiento en programación informática

AYUNTAMIENTO DE PEDREZUELA

PROCESO EXTRAORDINARIO DE ESTABILIZACIÓN DE EMPLEO TEMPORAL DE LARGA
DURACIÓN, CONTENIDOS EN LA ARTÍCULO 2 DE LA LEY 20/2021

COORDINADOR/A DE LUDOTECA

EJERCICIO DE CONOCIMIENTOS PROFESIONALES

PREGUNTAS CUESTIONARIO PRINCIPAL

1	a	b	c	11	a	b	c	21	a	b	c
2	a	b	c	12	a	b	c	22	a	b	c
3	a	b	c	13	a	b	c	23	a	b	c
4	a	b	c	14	a	b	c	24	a	b	c
5	a	b	c	15	a	b	c	25	a	b	c
6	a	b	c	16	a	b	c				
7	a	b	c	17	a	b	c				
8	a	b	c	18	a	b	c				
9	a	b	c	19	a	b	c				
10	a	b	c	20	a	b	c				

PREGUNTAS RESERVA

1	a	b	c
2	a	b	c
3	a	b	c
4	a	b	c
5	a	b	c
