

PRUEBA DE ADECUACIÓN AL PUESTO DE MONITOR DE NATACIÓN

Fecha: 1 JULIO DEL 2026

NOMBRE Y APELLIDOS : _____

DNI: _____

TLF: _____

CRITERIOS DE CORRECCIÓN

La prueba se calificará como APTO o NO APTO, siendo necesario responder correctamente como mínimo cinco preguntas, del ejercicio tipo test, para poder ser considerado APTO. Cada cuatro respuestas incorrectas, se resta una correcta.

La selección definitiva de los candidatos remitidos por el SEXPE, excluidos los que no hayan superado la prueba, se realizará según el orden de preselección de los candidatos remitida por el SEXPE.

1

SUPUESTO PRÁCTICO:

Eres el monitor responsable de un curso municipal de iniciación a la natación que se desarrolla en la piscina de verano de Almendralejo.

El grupo está compuesto por **6 alumnos de entre 5 y 8 años**, con niveles muy heterogéneos. Dos alumnos presentan un nivel acuático avanzado, uno manifiesta miedo a la inmersión. La sesión se desarrolla en un vaso recreativo con profundidad entre 0,90 y 1,40 metros.

Durante la sesión se producen distintas incidencias relacionadas con la organización del grupo, la metodología de enseñanza, la seguridad, la normativa sanitaria y los primeros auxilios.

PREGUNTA 1

Antes de comenzar la sesión observas que el socorrista se encuentra realizando una medición rutinaria de los parámetros del agua en un extremo del vaso mientras el grupo ya está entrando al agua.

¿Cuál debería ser tu actuación?

- a) Comenzar la sesión, ya que la vigilancia del vaso corresponde exclusivamente al socorrista.
- b) Retrasar el inicio efectivo de las actividades acuáticas hasta comprobar que el vaso mantiene una vigilancia preventiva permanente.**
- c) Asumir simultáneamente la vigilancia general del vaso y el desarrollo de la sesión.
- d) Limitar la sesión a ejercicios estáticos junto al bordillo y en la zona menos profunda de la piscina.

PREGUNTA 2

Uno de los alumnos consigue desplazarse correctamente con material auxiliar, pero al retirarlo pierde completamente el equilibrio longitudinal.

Desde el punto de vista del aprendizaje motor, ¿qué error metodológico es el más probable?

- a) Haber iniciado demasiado pronto la enseñanza de la respiración.
- b) No haber trabajado suficientemente la coordinación de piernas.
- c) Haber creado una dependencia prematura del material auxiliar.**
- d) Haber utilizado ejercicios demasiado analíticos.

2

PREGUNTA 3

Durante una progresión de inmersiones, un niño realiza varias apneas consecutivas antes de iniciar un recorrido subacuático. Comienza posteriormente a mostrar ligera desorientación.

¿Cuál es el mecanismo fisiológico que explica mejor esta situación?

- a) Acumulación excesiva de dióxido de carbono.
- b) Hipocapnia secundaria a hiperventilación previa, que retrasa el estímulo respiratorio aumentando el riesgo de síncope hipóxico.**
- c) Bajada de azúcar en sangre inducida por el esfuerzo físico, sin haber realizado un calentamiento previo.
- d) Vasodilatación periférica, como consecuencia del calor fuera del agua.

PREGUNTA 4

Al planificar la sesión decides introducir actividades lúdicas mediante estaciones.

¿Cuál de los siguientes criterios metodológicos presenta mayor fundamento técnico?

- a) Agrupar por edad, teniendo en cuenta la afinidad de los niñ@s y las buenas relaciones entre ellos.
- b) Agrupar por velocidad de nado y dominio técnico de las habilidades.
- c) Diseñar estaciones con diferente complejidad motriz permitiendo una progresión individual dentro del mismo objetivo didáctico.**
- d) Mantener la misma tarea para todos modificando el tiempo en función del nivel de cada grupo.

PREGUNTA 5

Mientras realizas una explicación fuera del agua, observas que varios niños permanecen jugando dentro del vaso.

¿Cuál constituye el principal riesgo organizativo?

- a) Aumenta el ruido y la distracción, lo que hace que el resto de compañeros no preste atención a las explicaciones.
- b) Se rompe el control visual continuo del grupo.**
- c) Disminuye el rendimiento técnico, al aumentar la fatiga muscular.
- d) Favorece el aprendizaje autónomo.

PREGUNTA 6

Uno de los alumnos presenta una importante cifosis dorsal funcional que condiciona su flotación.

¿Cuál sería la adaptación metodológica más adecuada?

- a) Evitar completamente el estilo espalda, utilizando material auxiliar.
- b) Corregir manualmente la postura durante toda la sesión, siendo tu como monitor el que está dentro del agua ayudando al niñ@.
- c) Favorecer ejercicios de percepción corporal, equilibrio dorsal y flotación asistida.**
- d) Incrementar el trabajo de piernas y la resistencia cardiovascular.

PREGUNTA 7

Durante una sesión un usuario adulto informa al monitor de que aprecia un fuerte olor a cloro en el recinto.

¿Cuál de las siguientes afirmaciones es técnicamente correcta?

- a) Un intenso olor a cloro indica exceso de desinfectante, lo que provoca que el agua esté en perfecto estado para su uso en el vaso de la piscina.
- b) El olor intenso suele asociarse a la presencia de cloraminas derivadas de la combinación del cloro con materia orgánica, lo que puede indicar una calidad del agua deficiente.**
- c) Demuestra que el agua es segura y no va a existir ningún peligro de irritación de los ojos o las mucosas.
- d) Obliga necesariamente al cierre inmediato de la instalación.

PREGUNTA 8

4

Uno de los alumnos presenta miedo persistente a introducir completamente la cabeza bajo el agua.

¿Cuál de las siguientes intervenciones respeta mejor los principios actuales del aprendizaje acuático?

- a) Repetir varias veces el mismo ejercicio hasta que el alumno realice varias inmersiones completas.
- b) Posponer cualquier ejercicio de inmersión, al menos durante las tres primeras sesiones.
- c) Diseñar una progresión basada en aproximaciones sucesivas reforzando cada conducta de éxito.**
- d) Sustituir los ejercicios acuáticos por actividades fuera del agua, donde el contacto con esta sea mínimo (salpicaduras, juegos con pelotas, globos de agua...)

PREGUNTA 9

Según la normativa sanitaria de piscinas de uso colectivo de Extremadura y la normativa estatal aplicable, ¿cuál de los siguientes indicadores constituye un criterio esencial para garantizar la seguridad del vaso?

- a) Exclusivamente el nivel de cloro residual.
- b) Exclusivamente el valor del pH.
- c) Exclusivamente la temperatura del agua.
- d) El mantenimiento simultáneo de los parámetros físico-químicos.**

PREGUNTA 10

Durante un juego un niño permanece inmóvil en posición vertical sin pedir ayuda.

Desde el punto de vista del rescate acuático, ¿cuál es la interpretación más correcta?

- a) Probablemente está descansando.
- b) Puede encontrarse en fase inicial de ahogamiento silencioso, por lo que requiere valoración inmediata sin esperar a que solicite ayuda verbalmente.**
- c) Es un comportamiento habitual en niños.
- d) Debe esperarse unos segundos para comprobar su evolución.

5

PREGUNTA 11

Desde el punto de vista de la biomecánica del estilo crol, ¿qué consecuencia produce una entrada de la mano excesivamente cruzada respecto al eje longitudinal?

- a) Incrementa la longitud de ciclo.
- b) Reduce el balanceo corporal.
- c) Favorece desplazamientos laterales y disminuye la eficiencia propulsiva.**
- d) Aumenta automáticamente la frecuencia de brazada.

PREGUNTA 12

Al finalizar el curso debes emitir un informe de evaluación.

¿Cuál de los siguientes criterios responde mejor a una evaluación técnicamente válida?

- a) Haber completado la totalidad de las sesiones.
- b) Haber recorrido la distancia establecida.
- c) Haber adquirido los estilos reglamentarios.
- d) Haber alcanzado los objetivos competenciales previstos.**

Plantilla de respuestas

Pregunta	Respuesta
----------	-----------

1	B
2	C
3	B
4	C
5	B
6	C
7	B
8	C
9	D
10	B
11	C
12	D