



## *Temario pruebas físicas*

---

### **TEMARIO PRUEBAS FÍSICAS DE INGRESOS A ESCALA BÁSICA PARA AÑO 2023 - 2024**

Sr. Coordinador Académico de la DNEP  
Crio. Mayor Johny Silva

Se envía, Propuesta Tentativa de Prueba de Ingreso para la Escala Básica  
para el año 2023-2024

**PRUEBA EDUCACIÓN FÍSICA**  
**Consistirá en 3 pruebas, cada una de carácter eliminatoria.**

**Prueba 1 – Trepa de Cuerda**

**Prueba 2 – 1500 metros**

**Prueba 3 – Salto Largo**

#### **PRUEBA 1 – TREPA DE CUERDA**

Saliendo de posición de pie y con técnica libre  
debe subir la cuerda.

MASCULINO Hasta los 5 metros

FEMENINO Hasta los 4 metros

Se clasificará como APTO (al llegar a la distancia solicitada)  
o NO APTO (al no llegar a la distancia solicitada)

## **2 – CARRERA PEDESTRE**

La Prueba consiste en correr 1500 metros, de acuerdo a la Tabla de notas y aprobación que se adjunta a continuación.

### **Nota de Aprobación 5**

	<b>NOTA</b>	<b>FEMENINO</b>	<b>MASCULINO</b>	
	<b>5</b>	<b>8'00''</b>	<b>7'00''</b>	
	<b>6</b>	<b>7'40''</b>	<b>6'40''</b>	
	<b>7</b>	<b>7'20''</b>	<b>6'20''</b>	
	<b>8</b>	<b>7'10''</b>	<b>6'10''</b>	
	<b>9</b>	<b>7'00''</b>	<b>6'00'</b>	
	<b>10</b>	<b>6'50''</b>	<b>5'50''</b>	

## **3– SALTO LARGO**

Saliendo de posición estática. -

El Concursante tendrá que colocar la punta de los pies sobre la línea de salto e impulsarse con los brazos y fuerza de piernas.

Sin pasar la línea con los pies deberá realizar el salto y caer en el Arenero.

Se tomará la medición desde la línea de salida, hasta donde el concursante realice el último apoyo más cercano a la línea de salida.

Cada Concursante tendrá 2 oportunidades de realizar el Salto.

**FEMENINO Mínimo 1,75 mts.**

**MASCULINO Mínimo 2,00 mts.**

Se clasificará como APTO (al alcanzar el mínimo)  
o NO APTO (al no alcanzar el mínimo)