



Concello de  
**A ESTRADA**

**BATERÍA DE PREGUNTAS 1º EXERCICIO  
TÉCNICO DE DEPORTES (PERSONAL LABORAL)**

**1.- O programa Xogade de Deporte Escolar da Xunta de Galicia, proporciona un seguro deportivo gratuito para todos os federados de:**

- a) 6 a 16 anos.
- b) 5 a 15 anos.
- c) 5 a 16 anos.
- d) 6 a 15 anos.

**2.- As rutas de sendeirismo homologadas cas que conta o Concello da Estrada son:**

- a) Ruta da Rapa das Bestas de Ruta da Presa de Pina.
- b) Ruta da Rapa das Bestas de Ruta de Castro.
- c) Ruta de Castro e Ruta da Presa de Pina.
- d) Ruta da Rapa das Bestas, Ruta da Presa de Pina de Ruta de Castro.

**3.- Cántas escolas deportivas municipais ofertou o Concello da Estrada no curso 2021-2022?.**

- a) 13.
- b) 15.
- c) 12.
- d) 14.

**4.- Cales son as dimensións dunha pista de baloncesto?.**

- a) 30x15 m.
- b) 28x14 m.
- c) 32x16 m.
- d) 28x15 m.

**5.- A qué altura se atopa a rede de voleibol en categoría senior masculino?.**

- a) 2,35 m.
- b) 2,43 m.
- c) 2,45 m.
- d) 2,50 m.

**6.- Cántas tarxetas amarelas se poden amosar a un equipo en balonmán antes de excluir a un xogador durante dous minutos?.**

- a) 1.
- b) 2.
- c) 3.
- d) 4.

**7.- En fútbol-sala, para todos os lanzamentos de tiro libre, saques de porta e córneres, os xogadores que estén en posesión do balón, teñen como máximo de tempo para poñelo en xogo:**

- a) 3 segundos.
- b) 4 segundos.
- c) 5 segundos
- d) Non existe limite de tempo, aínda que o colexiado pode indicar verbalmente que non se demoren no saque.

**8.- O xogador que exerce de líbero en voleibol:**

- a) Non pode bloquear.



Concello de  
**A ESTRADA**

- b) Non está obrigado a sacar.
- c) Non pode finalizar una xogada cun remate.
- d) Todas son correctas.

**9.- Nun campo de fútbol, o radio do círculo central é de:**

- a) 9,05 metros.
- b) 9,15 metros.
- c) 9,25 metros
- d) 9,35 metros

**10.- Nun partido oficial de fútbol 11, segundo o regulamento, ¿cantos cambios están autorizados nun encontro?**

- a) Tres
- b) Catro
- c) Cinco
- d) Seis

**11.- Cal é a Lei do Deporte de Galicia que substitúe á antiga Lei 11/1997 do 22 de Agosto?.**

- a) Ley 3/2012 do 2 de Marzo.
- b) Ley 3/2012 do 2 de Abril.
- c) Ley 13/2012 do 2 de Marzo.
- d) Ley 13/2012 do 2 de Abril.

**12.- Segundo as normas regulamentarias NIDE podemos clasificar as piscinas en:**

- a) Piscinas de chapoteo, ensinanza, polivalentes e de recreo.
- b) Piscinas de ensinanza, polivalentes e de recreo.
- c) Piscinas de chapoteo, aprendizaxe e de recreo.
- d) Piscinas de aprendizaxe, polivalentes e de recreo.

**13.- Un concerto é unha modalidade de xestión:**

- a) Directa.
- b) Integral.
- c) Indirecta.
- d) Integral.

**14.- “O servizo público prestarase a través dunha empresa xestora a cambio dunha participación no resultado da explotación”, é unha característica principal de:**

- a) Concesión.
- b) Xestión interesada.
- c) Concerto.
- d) Sociedade de economía mixta.

**15.- Cando e onde se pode dicir que nace a Carta Europea do Deporte para todos?.**

- a) Amberes 21 de Marzo de 1975.
- b) Amberes 21 de Maio de 1975.
- c) Bruselas 21 de Marzo de 1975.
- d) Bruselas 21 de Maio de 1975.

**16.- O Artigo VIII da Carta Europea do Deporte para todos, en resumo, di que:**

- a) A promoción do deporte, como factor importante do desenvolvemento da poboación, debe de ser favorecida e sostida de forma apropiada polos fondos públicos.
- b) A práctica do deporte depende da planificación global das instalacións onde se realiza, sendo de competencia dos poderes públicos segundo as necesidades.
- c) Deben de tomarse as medidas necesarias para protexer o deporte e os deportistas de toda explotación con fins políticos, comerciais ou económicos.



Concello de  
**A ESTRADA**

d) En todo programa de desenvolvemento do deporte debe de reconecerse como imprescindible un persoal cualificado a todos os niveis da xestión administrativa e técnica.

**17.- Qué lei establece que as fundacións son entidades sin fins lucrativos?.**

- a) Ley 30/1994.
- b) Ley 23/1998.
- c) Ley 49/2002.
- d) Ley 7/1998.

**18.- Cal é a porcentaxe aconsellable de proteínas nunha dieta equilibrada?.**

- a) 10-15 %.
- b) 20-25 %.
- c) 30-35 %.
- d) 40-45 %.

**19.- Un efecto que produce o quecemento no noso organismo é:**

- a) Aumenta o estado de ansiedade e a fatiga inicial.
- b) Aumenta a viscosidade intramuscular.
- c) a) e b) son correctas.
- d) Aumenta a cantidade de glucosa circulante.

**20.- As capacidades condicionais están determinadas por:**

- a) Procesos enerxéticos e metabólicos.
- b) Procesos xenéticos e enerxéticos.
- c) Procesos xenéticos e metabólicos.
- d) Procesos enerxéticos e de regulación.

**21.- As fases do “síndrome xeral de adaptación” son:**

- a) Recepción de estímulos, estado de transición e volta a calma.
- b) Reacción de alarma, estado de resistencia e fase de esgotamento.
- c) Resistencia inicial, fase de choque e esgotamento.
- d) Todas son falsas.

**22.- Os nervios espinais, ¿cántos pares son?.**

- a) 22.
- b) 21.
- c) 31.
- d) 41.

**23.-Dentro dos deportes de loita e contacto, ¿cales se ofertaron como escolas deportivas municipais para o curso 2021-2022?.**

- a) Karate e Tae-Kwondo.
- b) Karate e Loita Tradicional.
- c) Karate e Judo.
- d) Judo e Loita tradicional

**24.-Nas piscinas municipais do Concello da Estrada, que constan de tres vasos, ¿cómo está instalada a súa maquinaria de bombeo?.**

- a) A maquinaria do vaso pequeno e do vaso grande soterrada e do vaso medio en superficie.
- b) A maquinaria dos tres vasos está en superficie.
- c) A maquinaria do vaso medio e do vaso pequeno está soterrada e a do vaso grande en superficie.
- d) A maquinaria do vaso medio e vaso grande en superficie e do vaso pequeno soterrada.



Concello de  
**A ESTRADA**

**25.- Na actualidade, ¿cantos campos de fútbol e de que tipo, son utilizados en competición oficial por equipos federados no Concello da Estrada?**

- a) 5. Dous sintéticos, un de céspede natural e dous de terra.
- b) 5. Tres sintéticos, un de céspede natural e un de terra.
- c) 5. Tres sintéticos, un de céspede natural e un de terra.
- d) 6. Tres sintéticos, un de céspede natural e dous de terra.

**26.-. Qué é o sistema PNF (Sistema Neuromuscular Propioceptivo)?**

- a) Un método de rehabilitación motriz.
- b) Un sistema de mellora da flexibilidade.
- c) Un sistema de adestramento da forza.
- d) Un sistema de mellora da velocidade.

**27.- Se realizamos una actividade aeróbica de baixa intensidade e longa duración, a fonte enerxética que principalmente utiliza o organismo procede de:**

- a) Glúcidos.
- b) Triglicéridos.
- c) Fosfáxenos.
- d) Proteínas.

**28.- O período de tempo que transcorre entre dous esforzos e ten a finalidade de reparar ou restituír os desgastes ocasionados pola actividade denomínase:**

- a) Asimilación compensatoria.
- b) Asimilación adaptativa.
- c) Asimilación restitutiva.
- d) Asimilación reparativa.

**29.- O programa Xogade de Deporte Escolar da Xunta de Galicia tivo lugar por primeira vez no curso:**

- a) 2007-2008.
- b) 2008-2009.
- c) 2009-2010.
- d) 2010-2011.

**30.- Dos seguintes deportes colectivos, ¿Qué modalidade practicada no Concello da Estrada non tivo equipo feminino federado na derradeira tempada 2021-2022?**

- a) Fútbol gaélico e fútbol 11.
- b) Fútbol sala e fútbol gaélico.
- c) Baloncesto.
- d) Fútbol gaélico.

**31.- Cal destes factores aumenta o metabolismo basal?**

- a) Temperatura corporal.
- b) Xénero masculino.
- c) Maior masa muscular
- d) Todas son correctas

**32.- Cales son as medidas oficiais dunha portería de fútbol 11?**

- a) 7,40x2,40 m.
- b) 7,32x2,42m.
- c) 7,32x2,44 m.
- d) 7,32x2,50m.



Concello de  
**A ESTRADA**

**33.-“A coordinación é un elemento condicionante para todo tipo de habilidade, xa que ten un carácter xenérico”.**

- a) Incorrecto. Solo se cumpre na coordinación específica.
- b) Correcto. Está presente en todas as habilidades motoras.
- c) Incorrecto. Solo se cumpre na coordinación dinámica xeral.
- d) Correcto. É condicionante cando utiliza os músculos e a forza máxima necesaria.

**34.- Cal dos seguintes non se considera un factor mecánico do equilibrio?.**

- a) Masa ou peso corporal.
- b) Altura do centro de gravidade.
- c) Maior número de grupos musculares utilizados.
- d) Tamaño da base de sustentación.

**35.- Cal é a lexislación aplicable as piscinas en España?.**

- a) Real Decreto 742/2015
- b) Real Decreto 702/2014
- c) Real Decreto 742/2014
- d) Real Decreto 742/2013

**36.- Na avaliación do desenvolvemento motor , a definición de “conxunto de probas utilizadas para determinar o desenvolvemento psicomotor alcanzado polo suxeito” corresponde a:**

- a) Test.
- b) Exame.
- c) Perfil.
- d) Escala.

**37.- O índice de Wint...**

- a) Mide a intensidade relativa e o seu valor ten que oscilar entre 0 e 1.
- b) Mide a intensidade mínima e o seu valor ten que oscilar entre 0 e 1.
- c) Mide a intensidade relativa e o seu valor ten que oscilar entre 0 e 10.
- d) Mide a intensidade mínima e o seu valor ten que oscilar entre 0 e 10.

**38 .- Qué tipo de célula do oso é a que realiza a súa actividade baixo o control da hormona paratiroidea?**

- a) Osteoblastos.
- b) Osteoclastos.
- c) a) e b) son correctas.
- d) Osteocitos.

**39.- Cal das seguintes afirmacións sobre a recreación é correcta:**

- a) É o tempo a disposición do individuo fora das súas obrigas.
- b) É a forma de empregar o tempo libre.
- c) Actividade que aporta satisfacción de xeito inmediato.
- d) Actividade realizada no tempo libre cuxo compoñente é a diversión sendo eminentemente activo.

**40.- O Tai Chi , dentro da relaxación:**

- a) Fundaméntase no desenvolvemento da enerxía interna mediante a suavidade das formas, a concentración e a respiración.
- b) Fundaméntase mediante movementos corporais, a concentración e a respiración.
- c) Estira, tonifica suavemente o corpo; estimula a circulación e o mesmo tempo cas posturas estímulanse órganos internos.
- d) Libera tensión física e emocional, así como sustancias químicas



Concello de  
**A ESTRADA**

**41.- A Carta Europea do Deporte para todos de 1975:**

- a) Propón programas de promoción coa formación de cadros cualificados.
- b) Implica aos poderes públicos en materia de favorecer o deporte.
- c) É o primeiro documento que fala do deporte como un dereito.
- d) Todas son correctas.

**42.- Non é un rasgo común dos deportes individuais no medio fixo:**

- a) Poseen alta organización, cunha estrutura temporal estable e coñecida.
- b) Os sistemas de valoración teñen un alto grado de obxectividade.
- c) Elevado grado de tecnificación, utilizando instrumentos ou máquinas de gran complexidade.
- d) Baixa esixencia do mecanismo decisional e do mecanismo perceptivo.

**43.- Dentro dos deportes colectivos, que tipo de enfoque non establece Hernandez Moreno(1994):**

- a) Enfoque técnico-táctico.
- b) Enfoque espazo-tempo.
- c) Enfoque ataque-defensa.
- d) Enfoque cooperación-oposición.

**44.- O tecido muscular estriado esquelético:**

- a) Está inervado polo sistema nervioso autónomo
- b) Regula procesos fisiolóxicos coma a dixestión, a respiración e o fluxo sanguíneo
- c) Dispón as súas fibras en función da actividade de cada órgano.
- d) Observado no microscopio, as súas fibras presentan bandas claras e escuras.

**45.- Non é un efecto do quecemento sobre o aparato cardiovascular:**

- a) Aumento do gasto cardíaco.
- b) Aumento da diferenza arteriovenosa de osíxeno.
- c) Aumento no grosor das paredes do ventrículo esquerdo.
- d) Aumento do consumo de osíxeno.

**46.- Durante o proceso de catabolismo aeróbico da glucosa, as reaccións que teñen lugar nesta vía, divídense en tres etapas:**

- a) Glucólisis aerobia, ciclo de Krebs e cadea transportadora de electróns.
- b) Glucólisis aerobia, ciclo de Krebs e ruptura de fosfocreatina
- c) Glucólisis aerobia, ciclo de Krebs e recaptación de calcio.
- d) Glucólisis aerobia, Ciclo de Krebs e contribución proteica.

**47.- Nunha contracción auxotónica:**

- a) O iniciarse o proceso de contracción, acentuase máis a parte isométrica e no final a parte isotónica.
- b) O iniciarse o proceso de contracción, acentuase máis a parte isotónica e no final a parte isométrica.
- c) Prodúcese una contracción isométrica ata que a tensión desenvolvida polo elemento elástico se corresponde ca carga.
- d) Prodúcese en primeiro lugar una contracción isotónica, que se transforma en isométrica cando a carga chega o obstáculo insuperable.

**48.- Qué músculo non participa de xeito principal na realización dunha “sentadilla”?**

- a) Glúteo maior.
- b) Recto anterior.
- c) Sóleo
- d) Vasto interno.



Concello de  
**A ESTRADA**

**49.- Cál é a distribución das vértebras que forman a columna vertebral?.**

- a) 7 cervicais, 12 dorsais, 5 lumbares, 5 sacras e 4 coccígeas.
- b) 7 cervicais, 14 dorsais, 4 lumbares, 4 sacras e 4 coccígeas.
- c) 7 cervicais, 10 dorsais, 6 lumbares, 6 sacras e 4 coccígeas.
- d) 7 cervicais, 12 dorsais, 6 lumbares, 6 sacras e 4 coccígeas.

**50.- Dentro do sistema circulatorio,¿ en que parte do corazón se atopa a válvula tricúspide?**

- a) Está ubicada entre a aurícula dereita e o ventrículo dereito.
- b) Está ubicada entre a aurícula esquerda e o ventrículo esquerdo.
- c) Está ubicada entre o ventrículo dereito e a arteria pulmonar.
- d) Está ubicada entre a aurícula esquerda e a arteria pulmonar.

**51.- A Constitución regula as Cortes Xerais:**

- a) No Título III.
- b) No Título V.
- c) No Título VI.
- d) Todas as respostas son falsas..

**52.- A Constitución cualifica os Estatutos de Autonomía como:**

- a) Norma institucional básica do Estado.
- b) Norma institucional básica da Comunidade.
- c) Norma fundamental da Comunidade.
- d) Norma básica do ordenamento xurídico.

**53.- Segundo o artigo 147 da Constitución Española de 1978, a reforma dos Estatutos axustarase ao procedemento establecido nos mesmos e requirirá, en todo caso, a aprobación por:**

- a) O Congreso, mediante Lei Ordinaria.
- b) O Congreso, mediante Lei Orgánica.
- c) As Cortes Xerais, mediante Lei Orgánica.
- d) As Cortes Xerais, mediante Lei Ordinaria.

**54.- Segundo o recollido no artigo 10 do Estatuto de Autonomía de Galicia, cal NON é función do Parlamento:**

- a) Elixir de entre os seus membros o Presidente da Xunta de Galicia.
- b) Esixir, se é o caso, responsabilidade política á Xunta e ao seu Presidente.
- c) Solicitar do Goberno a adopción de Proxectos de Lei e presentar ante a Mesa do Congreso dos Deputados Proposicións de Lei.
- d) Coordinar e dirixir a acción executiva da Xunta de Galicia.

**55.- ¿En que data aprobaron as Cortes Xerais a Constitución Española de 1978?**

- a) 31 de outubro de 1978.
- b) 6 de decembro de 1978.
- c) 27 de decembro de 1978.
- d) 28 de decembro de 1978.

**56.- ¿Qué servizo será obrigatorio prestar por un Concello con poboación superior os 20.000 habitantes?**

- a) Alumeado público.
- b) Medio ambiente urbano.
- c) Matadoiro.
- d) Todas son correctas.



Concello de  
**A ESTRADA**

**57.- Os membros do Tribunal Constitucional serán nomeados:**

- a) Polo Consello Xeral do poder Xudicial.
- b) Polo Rey.
- c) Polo presidente do Goberno.
- d) Polo Congreso dos Deputados.

**58.- ¿Quén nomea os membros da Xunta de Goberno?**

- a) A Comisión de Goberno.
- b) A Comisión informativa respectiva.
- c) O Pleno.
- d) O Alcalde

**59.- Segundo a Constitución Española, o Estado español é considerado un:**

- a) Estado social e democrático de dereitos.
- b) Estado popular e democrático de dereitos.
- c) Estado popular e social de dereitos.
- d) Estado popular, social e democrático de dereitos.

**60.- Conforme o artigo 3 da Lei das Bases de Rexime Local, o municipio ten o carácter de:**

- a) Administración pública.
- b) Sector público institucional.
- c) Ente dependente da Administración Central.
- d) Entidade Local Territorial.

**61.- O Título Preliminar do Estatuto de Autonomía de Galicia, consta de:**

- a) 5 artigos.
- b) 6 artigos.
- c) 7 artigos.
- d) 8 artigos.

**62.- O Estatuto de Autonomía de Galicia, regula o Goberno da Comunidade Autónoma:**

- a) No Capítulo I do Título I.
- b) No Capítulo II do Título II.
- c) No Título II.
- d) No Capítulo III do Título I.

**63.- Os actos administrativos, como regra xeral, producen efectos:**

- a) Os 20 días de ter sido ditados.
- b) Dende o día seguinte o ter sido ditados, agás que neles se dispoña outra cousa.
- c) Dende a data na que se diten, sen que se poida dispoñer outra cousa.
- d) Dende a data na que se diten, agás que neles se dispoña outra cousa.

**64.- “Da organización Territorial do Estado” na Constitución Española, figura no Título:**

- a) III.
- b) V.
- c) VIII.
- d) IX.

**65.- O municipio como entidade local básica da organización territorial do Estado.**

- a) Ten capacidade para o cumprimento dos seus fins pero carece de personalidade xurídica propia.
- b) Pode pertencer a máis dunha provincia, podendo crearse municipios sobre a base de núcleos de poboación territorialmente diferenciados.
- c) Ten personalidade xurídica e plena capacidade para o cumprimento dos seus fins.
- d) Carece de autonomía para a xestión dos seus propios intereses.





Concello de  
**A ESTRADA**

**66.- O Alcalde é o Presidente da Corporación e ostenta as seguintes atribucións:**

- a) A aceptación da delegación de competencias feita por outras administracións públicas.
- b) O control e a fiscalización dos órganos de goberno.
- c) A aprobación da plantilla de persoal e relación de postos de traballo.
- d) Desempeña a xefatura superior de todo o persoal da Corporación.

**67.- O edificio que é sé do Concello ten a natureza de:**

- a) Ben patrimonial.
- b) Ben de uso público.
- c) Ben de servizo público.
- d) Ben privativo.

**68.- ¿Cal das seguintes características referidas aos bens comunais e demais bens de dominio público é correcta segundo a Lei 7/1985, do 2 de abril, reguladora das Bases de Rexime Local?**

- a) Son inalienables, inembargables e innegociables.
- b) Son inalienables, inembargables e imprescriptibles.
- c) Son imprescriptibles, inalterables, inalienables e innegociables.
- d) Son inalienables, inembargables, imprescriptibles, inalterables e innegociables.

**69.- A aprobación do regulamento orgánico e as ordenanzas:**

- a) É competencia da Xunta de Goberno Local nos municipios de máis de 5.000 habitantes e do Alcalde nos demais casos.
- b) É competencia do Alcalde.
- c) Require o dictamen da Comisión Informativa correspondente (nos municipios de máis de 5.000 habitantes e nos de menos que así o dispoña o seu regulamento orgánico ou o acorde o o Pleno) e aprobación polo Pleno da Corporación.
- d) Require da aprobación da Comisión Informativa correspondente e dar conta o Pleno na primeira sesión que se celebre.

**70.- A Lei 7/1985, do 2 de abril, reguladora das bases de Rexime Local, establece que as plantillas (cadro de persoal) das Corporacións Locais deberán de responder os principios de:**

- a) Racionalidade, economía e eficiencia.
- b) Racionalidade, necesidade, economía e eficiencia.
- c) Racionalidade, necesidade, obxectividade, economía e eficiencia.
- d) Racionalidade, necesidade, eficiencia e obxectividade.

**71.- ¿Qué músculo dos seguintes non intervé na función de adución do brazo?**

- a) Deltoides.
- b) Supraespinoso.
- c) Serrato Maior.
- d) Redondo maior.

**72.- Dos seguintes artigos da Carta Europea do Deporte, cal non está recollido nos seus principios:**

- a) Será convinte promover a práctica do deporte no conxunto da poboación, con fins de ocio, saúde ou mellora dos rendementos, poñendo a súa disposición, instalación adecuadas, programas diversificados e monitores cualificados.
- b) Fomentar a posibilidade de participar en actividades deportivas no centro de traballo, no contexto dunha política deportiva equilibrada.
- c) Facilitar e alentar o acceso as instalacións deportivas dos escolares e os habitantes da localidade.
- d) A financiación da práctica deportiva recaerá sobre os usuarios das instalacións deportivas.

**73.- ¿En que ano se construiu o pavillón multiusos que completa as pistas deportivas do pavillón Manuel Coto Ferreiro?**

- a) 2003.



Concello de  
**A ESTRADA**

- b) 2005.
- c) 2006.
- d) 2007

**74.- ¿Cal dos seguintes apartados non se corresponde cos principios biolóxicos do proceso do adestramento deportivo?**

- a) Principio da unidade funcional.
- b) Principio da sobrecarga.
- c) Principio de transferencia do adestramento.
- d) Principio da continuidade.

**75.- Se realizamos una actividade aeróbica de baixa intensidade e longa duración, a fonte enerxética que principalmente utiliza o organismo procede de:**

- a) Glícidos.
- b) Triglicéridos.
- c) Fosfáxenos.
- d) Ptoteinas.

**76.- Cantos campos de fútbol e de que tipo están en uso actualmente no Concello da Estrada?**

- a) 7. Tres sintéticos, un de céspede natural e tres de terra.
- b) 7. Tres sintéticos, dous de céspede natural e dous de terra.
- c) 6. Tres sintéticos, un de céspede natural e dous de terra.
- d) 6. Tres sintéticos, dous de céspede natural e un de terra.

**77.- Cantas escolas deportivas ofertou o Concello da Estrada para o curso 2018-2019?.**

- a) 12.
- b) 13.
- c) 14.
- d) 15.

**78.-Dentro dos deportes de loita e contacto, ¿cales se ofertan como escolas deportivas municipais para o curso 2018-2019?**

- a) Karate, Tae-Kwondo e Loita olímpica.
- b) Karate, Judo e Loita olímpica.
- c) Karate, Judo e Loita tradicional.
- d) Tae-kwondo, Judo e Loita tradicional

**79.- De que superficie son as dúas pistas deportivas do pavillón multiusos?.**

- a) Parquet.
- b) Cemento pulido.
- c) Sintéticas.
- d) Parquet flotante.

**80.- Cales son as dimensións que pode ter un campo de fútbol?.**

- a) De 45 a 90 m de ancho e de 90 a 120 m de longo.
- b) De 50 a 90 m de ancho e de 90 a 100 m de longo.
- c) De 45 a 60 m de ancho e de 90 a 120 m de longo.
- d) De 60 a 80 m de ancho e de 90 a 110 m de longo.

**81.- Cales son as dimensións dunha pista de baloncesto?.**

- a) 30x15 m.
- b) 28x14 m.
- c) 32x16 m.
- d) 28x15 m.



Concello de  
**A ESTRADA**

**82.- A que distancia da portería atópase o punto de dobre penalti en fútbol-sala?**

- a) 8 m.
- b) 9 m.
- c) 10 m.
- d) 12 m.

**83.- As piscinas municipais contan con parque infantil de xogos?**

- a) Non.
- b) Si.
- c) Únicamente areeiro.
- d) Únicamente zona de calistenia.

**84.- Cantas tarxetas amarelas se poden mostrar a un equipo en balonmán antes de excluír a un xogador durante dous minutos?.**

- a) 1.
- b) 2.
- c) 3.
- d) 4.

**85.- Os efectos positivos da actividade física sobre o organismo maniféstanse en:**

- a) Aparello locomotor e aparello respiratorio.
- b) Aparello locomotor, aparello cardiovascular e aparello respiratorio.
- c) Aparello locomotor, aparello cardiovascular e sistema nervioso.
- d) Aparello locomotor, aparello cardiovascular, aparello respiratorio e sistema nervioso.

**86.- Cal é a Lei do Deporte de Galicia que substitue á antiga Lei 11/1997 do 22 de Agosto?.**

- a) Lei 3/2012 do 2 de Marzo.
- b) Lei 3/2012 do 2 de Abril.
- c) Lei 13/2012 do 2 de Marzo.
- d) Lei 13/2012 do 2 de Abril.

**87.- É responsabilidade do sistema muscular:**

- a) Axudar á locomoción.
- b) Axudar a dar estabilidade ao corpo humano.
- c) Protección de órganos vitais.
- d) Todas as anteriores.

**88.- Cantos ósos compoñen o corpo humano?**

- a) 206.
- b) 208.
- c) 216.
- d) 218.

**89.- Dentro das articulacións sinoviais, unha articulación plana tamén se pode chamar:**

- a) Trocleartrosis, e un exemplo sería a articulación humerocubital
- b) Trocoide, e un exemplo sería a articulación acromioclavicular
- c) Artrodia, e un exemplo sería a articulación acromioclavicular
- d) Trocoide, e un exemplo sería a articulación humerocubital

**90.- Son vasos sanguíneos:**

- a) As arterias, as veas e os capilares.
- b) As arterias e os capilares.
- c) As veas e os capilares.
- d) As arterias e as veas.



Concello de  
**A ESTRADA**

**91.- Segundo as normas regulamentarias NIDE podemos clasificar as piscinas en:**

- a) Piscinas de chapoteo, ensino, polivalentes e de recreo.
- b) Piscinas de ensino, polivalentes e de recreo.
- c) Piscinas ao aire libre e cubertas.
- d) Piscinas de aprendizaxe e olímpicas.

**92.- Son tipos de xestión dos servizos deportivos municipais:**

- a) Integral e adxacente.
- b) Primaria e secundaria.
- c) Interna e externa.
- d) Directa e indirecta.

**93.- Sinalar a resposta correcta: A praia fluvial...**

- a) Non conta con carballeira ou zona de sombra.
- b) Non conta con servizo de bar.
- c) Conta con carballeira e servizo de bar.
- d) Está aberta todo o ano.

**94.- Cantos osos forman parte da man?**

- a) 26.
- b) 27.
- c) 28.
- d) 29.

**95.- Cantos osos forman parte do pé?.**

- a) 24.
- b) 25.
- c) 26.
- d) 27.

**96.- O Artigo I de Carta Europea do Deporte para todos di que:**

- a) Todo organismo ten a obrigaón de fomentar a práctica do deporte.
- b) Todo organismo debe de ter instalacións que poder ofrecer aos practicantes
- c) Todo organismo debe de colaborar con clubs e asociacións deportivas.
- d) Todo individuo ten dereito á práctica do deporte.

**97.- Un macrociclo é o ciclo de adestramento que abarca un tempo de:**

- a) Entre 2 e 4 semanas.
- b) Entre 3 e 5 semanas.
- c) Entre 4 e 6 semanas.
- d) Entre 5 e 7 semanas.

**98.- Relacionadas coa avaliación obxectiva e subxectiva da condición física podemos falar de dúas técnicas de medición básicas.**

- a) Normativa e libre.
- b) Integral e graduada.
- c) Total e parcial.
- d) Cualitativa e cuantitativa.

**99.- Dúas das baterías máis utilizadas para valorar a condición física en nenos e adolescentes son:**

- a) Eurofit e Course Navette.
- b) Eurofit e Fitnessgram.
- c) Eurofit e AFISAL.
- d) Eurofit e Physfit.



Concello de  
**A ESTRADA**

**100.- Un exercicio de camiñar en puntillas, en que fase do quecemento realizarase?.**

- a) Fase de activación.
- b) Fase de adaptación.
- c) Fase de culminación.
- d) Todas son correctas.

**101.- Un efecto que produce o quecemento no noso organismo é:**

- a) Aumenta o estado de ansiedade e a fatiga inicial.
- b) Aumenta a viscosidade intramuscular.
- c) Diminúen as reaccións químicas
- d) Aumenta a cantidade de glicosa circulante.

**102.- Cal destas afirmacións é certa?.**

- a) Por baixo do limiar anaeróbico a produción de enerxía anaeróbica é maior que a aeróbica.
- b) Por baixo do limiar anaeróbico a produción de enerxía anaeróbica é menor que a aeróbica.
- c) Por encima do limiar anaeróbico a produción de enerxía anaeróbica é maior que a aeróbica.
- d) Por encima do limiar anaeróbico a produción de enerxía anaeróbica é menor que a aeróbica.

**103.- Que método de produción de ATP implica a liberación de enerxía mediante descomposición da glucosa?**

- a) Metabolismo aláctico.
- b) Metabolismo láctico.
- c) Metabolismo dos glúcidos.
- d) Metabolismo enerxético.

**104.- Dentro da vía Embden-Meyerhof:**

- a) Utilízase a glucosa como sustrato para a obtención de ATP en ausencia de oxixeno.
- b) Utilízase a glucosa como sustrato para a obtención de fosfocreatina en ausencia de oxixeno.
- c) Utilízase a glucosa como sustrato para a obtención de ADP en ausencia de oxixeno.
- d) Todas son falsas.

**105.- A forza explosiva...**

- a) É a capacidade neuromuscular para acadar altos índices de forza no menor tempo posible.
- b) Non é recomendable aplicala en deportes colectivos.
- c) Realiza contraccións musculares máximas
- d) Sólo aparece contra resistencias notables.

**106.- ¿Cal é a lexislación aplicable as piscinas en España?**

- a) Real Decreto 742/2015
- b) Real Decreto 702/2014
- c) Real Decreto 742/2014
- d) Real Decreto 742/2013

**107.- As fases da síndrome xeral de adaptación son:**

- a) Recepción de estímulos, estado de transición e volta á calma.
- b) Reacción de alarma, estado de resistencia e fase de esgotamento.
- c) Resistencia inicial, fase de choque e adaptación.
- d) Todas son falsas.

**108.- O período de tempo que transcorre entre dous esforzos e ten a finalidade de reparar ou restituír os desgastes ocasionados pola actividade denomínase:**

- a) Asimilación compensatoria.
- b) Asimilación adaptativa.
- c) Asimilación restitutiva.
- d) Asimilación reparativa.



Concello de  
**A ESTRADA**

**109.- O céspede sintético:**

- a) Non necesita mantemento.
- b) Basta con cepillalo todas as semanas.
- c) Necesita cepillados periódicos, descompactación e aporte de caucho.
- d) Necesita cepillados periódicos e descompactación.

**110.- Nunha contracción isométrica:**

- a) Existe tensión muscular, movemento e acortamiento de fibras.
- b) Existe tensión muscular, pero non movemento nin acortamiento de fibras.
- c) Existe tensión muscular e movemento pero non acortamiento de fibras.
- d) Existe tensión muscular, non existe movemento e se acortamiento de fibras.

**111.- Cando a resistencia superada é a máxima posible, estamos a falar de:**

- a) Forza isométrica.
- b) Forza resistencia.
- c) Forza explosiva.
- d) Forza máxima.

**112.- ¿Cal destes factores aumenta o metabolismo basal?**

- a) Temperatura corporal.
- b) Xénero feminino.
- c) Temperatura ambiental
- d) Todas son correctas

**113.- Aquelas fibras que se caracterizan por ter un diámetro grosso son:**

- a) Fibras tensas.
- b) Fibras lentas.
- c) Fibras vermellas.
- d) Fibras brancas.

**114.- Na respiración os músculos abdominais son considerados como:**

- a) Músculos subpulmonares.
- b) Músculos inspiratorios.
- c) Músculos espiratorios.
- d) Non interveñen na respiración.

**115.-Dentro dos volumes e capacidades respiratorias, cando falamos de “ aire inspirado e expirado en cada ciclo respiratorio normal ”, facemos referencia a:**

- a) Volume corrente.
- b) Capacidade inspiratoria.
- c) Capacidade vital.
- d) Capacidade pulmonar.

**116.- Dentro da información que proporciona o sistema nervioso sobre o grado de estiramento e tensión dos músculos, os receptores de Ruffini, atópanse localizados:**

- a) Nos ligamentos.
- b) Na cápsula articular.
- c) Nos tendóns.
- d) Nas fibras musculares

**117.- O programa das escolas deportivas municipais do Concello da Estrada:**

- a) Sólo se ofertan para menores de idade.
- b) Sólo se ofertan para alumnos/as de 4 a 14 anos.
- c) Teñen oferta para grupos de menores e maiores de idade en algunhas disciplinas.



Concello de  
**A ESTRADA**

d) Teñen oferta para grupos de menores e maiores de idade en todas as disciplinas.

**118.- ¿Cal dos seguintes non é un principio básico para a confección dun quecemento?**

- a) Orden.
- b) Progresión.
- c) Intensidade.
- d) Totalidade.

**119.- Cal é a distribución das vértebras que forman a columna vertebral?.**

- a) 7 cervicais, 12 dorsais, 5 lombares, 5 sacras e 4 coccígeas.
- b) 7 cervicais, 14 dorsais, 4 lombares, 4 sacras e 4 coccígeas.
- c) 7 cervicais, 10 dorsais, 6 lombares, 6 sacras e 4 coccígeas.
- d) 6 cervicais, 11 dorsais, 6 lombares, 6 sacras e 4 coccígeas.

**120.- Nunha escoliosis, a partir de que grao de desviación considérase como de certa gravidade?.**

- a) 20°.
- b) 30°.
- c) 35°.
- d) 40°.

**121.- A carpometacarpiana é unha articulación:**

- a) Condiloidea e biaxial.
- b) Condiloidea e triaxial.
- c) Elipsoidea e biaxial.
- d) Elipsoidea e triaxial.

**122.- Que lei establece que as fundacións son entidades sen fins lucrativos?.**

- a) Lei 30/1994.
- b) Lei 23/1998.
- c) Lei 49/2002.
- d) Lei 7/1998.

**123.- O cuadríceps femoral está formado por:**

- a) Recto femoral, vasto medial, vasto lateral e vasto intermedio.
- b) Recto femoral, vasto medial, vasto lateral e semitendinoso.
- c) Recto femoral, vasto medial, vasto lateral e semimembranoso.
- d) Recto femoral, vasto medial, vasto lateral e bíceps femoral.

**124.- O campo de fútbol novo Municipal:**

- a) Conta con sala de prensa.
- b) Conta con sala de reunións.
- c) Conta con sala de masaxe e sauna.
- d) Conta cun local destinado a servizo de bar.

**125.- As pistas deportivas do pavillón Manuel Coto Ferreiro e multiusos contan con marcador electrónico?**

- a) Si, unha.
- b) Si, duas.
- c) Ningunha.
- d) Si, as tres.

**126.- O exercicio das liberdades e dereitos recoñecidos na Sección 1ª do Capítulo 2º da Constitución tutelarase, no seu caso, a través do:**

- a) Recurso de inconstitucionalidade #ante o Consello Xeral do Poder Xudicial.
- b) Recurso de amparo #ante o Tribunal Constitucional.



Concello de  
**A ESTRADA**

- c) Recurso contencioso-administrativo #ante o Ministerio Fiscal.
- d) Recurso de protección xurisdiccional dos dereitos fundamentais dos cidadáns.

**127.- O departamento de deportes do Concello da Estrada organiza campamentos deportivos nos meses de verán?**

- a) Si. Nos meses de xullo e agosto.
- b) Si, solo en xullo.
- c) Si, solo en agosto.
- d) Si, por semanas xullo, agosto e ata o 15 de setembro.

**128.- Das relacións entre o Goberno e as Cortes Xerais, fala a Constitución española na súa:**

- a) Título II, artigos 98 ao 103.
- b) Título III, artigos 120 ao 129.
- c) Título IV, artigos 149 ao 153.
- d) Título V, artigos 108 ao 116.

**129.- Segundo o recolleito no artigo 10 do Estatuto de Autonomía de Galicia, cal NON é función do Parlamento:**

- a) Elixir de entre os seus membros ao Presidente da Xunta de Galicia.
- b) Esixir, se é o caso, responsabilidade política á Xunta ou ao seu Presidente.
- c) Solicitar do Goberno a adopción de Proxectos de Lei e presentar #ante a Mesa do Congreso dos Deputados Proposicións de Lei.
- d) Coordinar e dirixir a acción executiva da Xunta de Galicia.

**130.- O Estatuto de Autonomía de Galicia, regula o Goberno da Comunidade Autónoma:**

- a) No Capítulo I do Título I.
- b) No Capítulo II do Título II.
- c) No Título II.
- d) No Capítulo III do Título I.

**131.- Conforme ao establecido no artigo 149.3 da Constitución Española, cal das seguintes afirmacións é incorrecta?**

- a) O dereito estatal será, en todo caso, supletorio do dereito das comunidades autónomas.
- b) As normas do Estado prevalecerán, en caso de conflito, sobre as das comunidades autónomas en todo o que non estea atribuído á exclusiva competencia destas.
- c) Unha materia non atribuída expresamente ao Estado pola Constitución non poderá corresponder ás comunidades autónomas.
- d) A competencia sobre as materias que non se asumiron a través dos estatutos de autonomía corresponderá ao Estado.

**132.- Os membros do Tribunal Constitucional serán nomeados:**

- a) Polo Consello Xeral do poder Xudicial.
- b) Polo Rey.
- c) Polo presidente do Goberno.
- d) Polo Congreso dos Deputados.

**133.- De acordo con o artigo 86.1 da Constitución española, en caso de extraordinaria e urxente necesidade, o Goberno poderá ditar:**

- a) Disposicións regulamentarias provisionais que tomarán forma de Decretos- Lei
- b) Disposicións legislativas provisionais que tomarán forma de Decretos-Lei.
- c) Disposicións legislativas permanentes que tomarán forma de Decretos Legislativos.
- d) Disposicións legislativas provisionais que tomarán forma de Decretos Legislativos.

**134.- En caso de conflito de competencias entre o Estado e unha Comunidade Autónoma:**

- a) Sempre prevalece a lexislación estatal.





Concello de  
**A ESTRADA**

- b) Sempre prevalece a lexislación da Comunidade Autónoma.
- c) Prevalece a lexislación de data anterior, sexa estatal ou autonómica.
- d) Prevalece a lexislación estatal, excepto na materias atribuídas á competencia exclusiva da Comunidade Autónoma.

**135.- Cal dos seguintes servizos non é obrigatorio que sexa prestado nun municipio que conte con menos de 20.000 habitantes?**

- a) Tratamento de residuos.
- b) Biblioteca pública.
- c) Pavimentación das vías públicas.
- d) Todas as respostas son falsas.

**136.- Nos casos en que os órganos administrativos exerzan a súa competencia de forma verbal, a constancia escrita do acto, cando sexa necesaria, efectuaraa e asinará:**

- a) O titular do órgano inferior.
- b) O titular do órgano inferior ou funcionario que a reciba oralmente.
- c) O titular do órgano superior ou funcionario que a reciba oralmente.
- d) O titular do órgano superior.

**137.- De acordo con o artigo 20 da Lei 7/1985, do 2 de abril, non é un órgano municipal de existencia necesaria:**

- a) As comisións informativas.
- b) Os tenentes de alcalde.
- c) O alcalde.
- d) O pleno.

**138.- As entidades locais poderán intervir a actividade dos cidadáns a través de :**

- a) Bandos, sendo o órgano competente para aprobar os mesmos o concelleiro da área correspondente, podendo delegar o exercicio da devandita atribución no Alcalde.
- b) Bandos, sendo o órgano competente para aprobar os mesmos a Xunta de Goberno Local.
- c) Bandos, sendo o órgano competente para aprobar os mesmos o Pleno da corporación.
- d) Bandos, sendo o órgano competente para aprobar os mesmos o Alcalde, sendo unha atribución indelegable.

**139.- A forma dos actos administrativos producirase:**

- a) Por escrito, a través de medios electrónicos, a menos que a súa natureza esixa outra forma máis adecuada de expresión e constancia.
- b) Por escrito ou, nos casos que os órganos administrativos exerzan a súa competencia de forma verbal, a constancia escrita do acto efectuaraa e asinará o órgano ou autoridade da que procede a comunicación.
- c) Electronicamente, salvo que a persoa interesada solicítase que fóra en papel.
- d) Por escrito ou verbalmente segundo a autoridade da que emane o acto administrativo sexa un órgano colexiado ou unipersoal.

**140.- As competencias propias dos entes locais:**

- a) Determináanse pola propia entidade, xa que gozan de potestade de autoorganización.
- b) Só poden ser determinadas por lei.
- c) Depende do contido da competencia.
- d) Ningunha resposta é correcta.

**141.- De acordo con o artigo 47 da LRBRL, os acordos das corporacións locais adóptanse, como regra xeral:**

- a) Por maioría absoluta dos membros presentes.
- b) Por maioría absoluta do total de concelleiros que forman o pleno.
- c) Por maioría simple do total dos concelleiros que forman o pleno.



Concello de  
**A ESTRADA**

d) Por maioría simple de membros presentes.

**142.- Os elementos do municipio son:**

- a) O territorio, a poboación e o financiamento.
- b) O territorio, as institucións e a organización.
- c) A organización, a autonomía e o territorio.
- d) A poboación, a organización e o territorio.

**143.- A resolución do procedemento para a alteración de termos municipais corresponde:**

- a) A todos os Concellos e Asembleas veciñais interesadas.
- b) A todos os Concellos e Asembleas veciñais interesadas mediante acordo adoptado por maioría absoluta legal dos seus membros.
- c) Ao Goberno Autonómico mediante Decreto.
- d) A todos os Concellos e Asembleas veciñais interesadas mediante acordo adoptado polas dúas terceiras partes do número de membros de feito.

**144.- Os datos do padrón municipal:**

- a) Non se poderán ceder a outras administracións públicas.
- b) Soamente poderanse ceder se os afectados non se opoñen.
- c) Poderanse ceder exclusivamente para os asuntos nos que a residencia ou domicilio sexa un dato relevante.
- d) Son públicos e cederanse a outras administracións sen limitación algunha.

**145.- Un acto administrativo, ditado por unha Administración Pública é nulo de pleno dereito, segundo establece o artigo 47 da Lei 39/2015, do 1 de outubro, do Procedemento Administrativo Común das Administracións Públicas:**

- a) Cando sexa contrario ao ordenamento xurídico e vulnere calquera dereito dos cidadáns.
- b) Os ditados por órgano manifestamente incompetente por razón de xerarquía.
- c) Os que teñan un contido imposible.
- d) Os actos expresos ou presuntos contrarios ao ordenamento xurídico polos que se adquiren facultades ou dereitos aínda dispoñendo de todos os requisitos para a súa adquisición.

**146.- Aínda que os entes locais gozan de autonomía, deben remitir á Administración do Estado e da Comunidade Autónoma un extracto comprensivo dos actos e acordos das mesmas. Isto é:**

- a) Certo.
- b) Falso.
- c) Certo, pero só deben remitilo á Administración do Estado.
- d) Certo, pero só deben remitilo ás Comunidades Autónomas.

**147.- O acordo de realización de actuacións complementarias indispensables para resolver o procedemento administrativo adoptado polo órgano competente:**

- a) Notificarase aos interesados concedéndoselles un prazo de 7 días para formular alegacións que teñan por pertinentes tras a finalización das mesmas.
- b) Notificarase aos interesados, concedéndoselles un prazo de 15 días para formular alegacións que teñan por pertinentes tras a finalización das mesmas.
- c) Notificarase aos interesados, concedéndoselles un prazo non inferior a 10 días nin superior a 15, para formular alegacións que teña por pertinentes tras a finalización das mesmas.
- d) Notificarase aos interesados, concedéndoselles un prazo non inferior a 20 días para formular alegacións que teña por pertinentes tras a finalización das mesmas.

**148.- En canto ao funcionamento do rexistro electrónico, cal das seguintes afirmacións non é correcta?**

- a) Permitirase a presentación de documentos só os días hábiles do ano durante as vinte e catro horas.



Concello de  
**A ESTRADA**

- b) O inicio do cómputo dos prazos que haxan de cumprir as administracións virá determinado pola data de presentación no rexistro electrónico.
- c) A presentación nun día inhábil entenderase realizada na primeira hora do día hábil seguinte, por regra xeral.
- d) A Administración do Estado determinará os días que se considerasen inhábiles para todas as administracións.

**149.- #De acordo con a Lei 39/2015, do 1 de outubro, do Procedemento Administrativo Común das Administracións Públicas, cando unha notificación sexa rexeitada pola persoa interesada no primeiro intento:**

- a) Procederá notificar en edictos.
- b) Entenderase notificado o destinatario.
- c) Será preciso notificar unha segunda vez dentro dos 3 días seguintes.
- d) Será preciso notificar unha segunda vez dentro dos 3 días seguintes en franxa de hora distintas.

**150.- A teor da vixente lei de contratos do sector público, respecto a a perfección dos contratos:**

- a) Os contratos que celebren os poderes adjudicadores unicamente perfeccionarase coa súa formalización, sen excepción algunha.
- b) Os contratos baseados nun acordo marco perfeccionarase coa súa adjudicación.
- c) Salvo que se indique outra cousa na súa clausulado, os contratos do sector público entenderanse celebrados en territorio español.
- d) Os contratos específicos no marco dun sistema dinámico de adquisición perfeccionarase coa súa formalización.

**151.- A teor da vixente lei de contratos do sector público, se un contrato de concesión de obras ou de servizos excedese o prazo de cinco anos, non poderá exceder de:**

- a) Cincuenta anos para os contratos de concesión de obras.
- b) Corenta anos para os contratos de concesión de servizos que comprendan a execución de obras e a explotación de servizo.
- c) Vinte e cinco anos nos contratos de concesión de servizos.
- d) Quince anos nos contratos de concesión de obras cuxo obxecto sexa a prestación de servizos sanitarios.

**152.- Segundo o artigo 52 do Texto Refundido da Lei do Estatuto Básico do Empregado Público, os empregados públicos deberán actuar con arranxo, entre outros, aos seguintes principios:**

- a) Obxectividade, integridade, neutralidade, responsabilidade, eficacia, honradez.
- b) Imparcialidade, confidencialidade, dedicación ao servizo público.
- c) Transparencia, exemplaridade, austeridade, accesibilidade.
- d) Todas as respostas son correctas.

**153.- De acordo con o artigo 8 do TREBEP, os empregados públicos clasifícanse en:**

- a) Funcionarios de carreira, funcionarios interinos, persoal laboral (xa sexa fixo, por tempo indefinido ou temporal) e eventual.
- b) Funcionarios, persoal laboral, persoal eventual e persoal directivo.
- c) Funcionarios de carreira, funcionarios interinos, persoal estatutario e persoal eventual.
- d) Funcionarios, persoal laboral, persoal eventual e persoal en réxime administrativo de prestación de servizos.

**154.-O persoal eventual:**

- a) É o que ocupa un posto de funcionario vacante no persoal en virtude de nomeamento interino.
- b) Só realiza funcións expresamente cualificadas como de confianza ou asesoramento especial.
- c) Cesa en todo caso, cando cesa a autoridade á que preste a función de confianza ou asesoramento.
- d) As respostas b) e c) son correctas.



Concello de  
**A ESTRADA**

**155.- En relación á solicitude de acceso á información pública segundo a Lei 19/2013, do 9 de decembro, de transparencia, acceso á información pública e bo goberno:**

- a) O solicitante está obrigado a motivar a súa solicitude de acceso á información.
- b) O solicitante non está obrigado a motivar a súa solicitude de acceso á información. Con todo, poderá expoñer os motivos polos que solicita a información e que poderán ser tidos en conta cando se dite a resolución. Con todo, a ausencia de motivación non será por se soa causa de rexeitamento da solicitude.
- c) O solicitante non está obrigado a motivar a súa solicitude de acceso á información, salvo cando se trate de información que afecta os orzamentos que non estea en formato non reutilizable.
- d) Os solicitantes de información poderán dirixirse ás Administracións Públicas en calquera das linguas cooficiais do Estado.

**156.- Cal destas funcións non corresponden ao Rey #de acordo con o establecido no Título II da Constitución?:**

- a) Convocar a referendo nos casos establecidos na Constitución.
- b) Nomear ao Presidente do Congreso dos Deputados.
- c) Declarar a guerra.
- d) Sancionar e promulgar as leis.

**157.- Segundo o artigo 40 da Lei 39/2015, do 1 de outubro, do procedemento administrativo común das Administracións Públicas, toda notificación deberá ser cursada dentro dun prazo de:**

- a) 1 mes a partir da data en que o acto fora ditado.
- b) 15 días a partir da data en que o acto fora ditado.
- c) 20 días a partir da data en que o acto fora ditado.
- d) 10 días a partir da data en que o acto fora ditado.

**158.- Segundo o artigo 18 da Lei 19/2013, do 9 de decembro, de transparencia, acceso á información pública e bo goberno Cal das seguintes é unha causa de inadmisión a trámite dunha solicitude de acceso á información?**

- a) Que a solicitude non estea debidamente motivada.
- b) Que a solicitude se refira a información para cuxa divulgación non sexa necesaria unha acción previa de reelaboración.
- c) Que a solicitude se refira a información xa publicada.
- d) Que a solicitude se refira a información que teña carácter auxiliar ou de apoio.

**159.- A que altura atópase o aro nunha canastra de baloncesto?**

- a) 3,00 metros en categoría senior e 2,70 metros en minibasket.
- b) 3,05 metros en categoría senior e 2,60 metros en minibasket.
- c) 3,05 metros en categoría senior e 2,70 metros en minibasket.
- d) 3,00 metros en categoría senior e 2,60 metros en minibasket.

**160.- A auga representa:**

- a) Do 50 o 70 % do peso corporal.
- b) Do 50 o 60 % do peso corporal.
- c) Do 40 o 60 % do peso corporal.
- d) Do 40 o 50 % do peso corporal.

**161.- A carpometacarpiana é unha articulación:**

- a) Condiloidea e biaxial.
- b) Elipsoidea e biaxial.
- c) Condiloidea e triaxial.
- d) Elipsoidea e triaxial.

**162.- Nas disciplinas deportivas que existen no Concello da Estrada, ¿existen equipos que compitan en categoría nacional?**



Concello de  
**A ESTRADA**

- a) Sí, solo un.
- b) Non.
- c) Nunca os houbo.
- d) Sí, varios.

**163.- En baloncesto, ¿cántos segundos ten un equipo para cruzar medio campo?:**

- a) 7.
- b) 8.
- c) 9.
- d) 10.

**164.- No último curso do programa das escolas deportivas municipais do Concello da Estrada, ¿existía a escola de Tae-Kwon-Do?**

- a) Si.
- b) Si, pero sólo para adultos.
- c) Non.
- d) Ofertouse pero non xuntou o número mínimo de alumnos para realizar á actividade.

**165.- En voleibol, ¿pódese tocar a pelota co pé?**

- a) Non.
- b) Sí.
- c) Sólo se é o primeiro toque.
- d) Solo se o balón vai fora do terreo de xogo.

**166.- A osteocondrite?.**

- a) Dase cando existe perda de fluxo sanguíneo na articulación.
- b) Sólo se da nas articulacións das extremidades superiores.
- c) Sólo se da nas articulacións das extremidades inferiores.
- d) Regulase co consumo de potasio.

**167.- Cantas pistas ten o centro de padel do Concello da Estrada:**

- a) 4.
- b) 3.
- c) 2.
- d) 1.

**168.- A piscina climatizada do Concello da Estrada, consta de ximnasio?:**

- a) Sólo ten unha sala de actividades dirixidas.
- b) Solo ten sauna.
- c) Si.
- d) Non.

**169.- Onde se celebraron os Xogos Olímpicos no ano 2020?**

- a) Londres.
- b) Toquio.
- c) Paris.
- d) Madrid.

**170.- O minibalonmán e o balonmán praia...**

- a) Non existen.
- b) Non teñen regulamento.
- c) Son unhas modalidade adaptadas e contan co seu propio regulamento.
- d) Solo existe o minibalonmán.