



Esp.kodea: 2011PHES0009

Gaia: Lanbide-Udalak 2011: 2 peoi-Gune publikoen mantenua eta garbiketa
Hasiera eguna: 2011/11/14

PROBIDENTZIA

Lanbide-Udalak 2011ko enplegua sustatzeko programaren barruan jasotako **2 peoi (gune publikoen mantenua eta garbiketa)** kontratatzeko deialdiari dagokionez, hauxe erabaki du alkateak:

Lehena: Lanbidek bidalitako zerrendaren arabera, hautaketa prozesuan parte hartuko duten izangaien zerrenda hau onartutzat jotzea:

PROVIDENCIA

Con relación a la convocatoria para la contratación de **dos peones (mantenimiento y limpieza de espacios públicos)**, prevista dentro del programa de fomento de empleo Lanbide-Ayuntamiento 2011, esta Alcaldía ha resuelto:

Primero: Conforme a la relación remitida por Lanbide declarar aprobada la lista de candidatos que tomarán parte en el proceso selectivo:

Ali, Liaqat
Alvarez Toro, Jhonatan Enrique
Barrionuevo Garcia, Leonor
Botiu, Petre
Caballero Bravo, Isidor
Cabezas Sanchez, Jose
Cadavid Fortuna, Nakai
Chenche Mendieta, Alberto Ramon
El Morakib, Mustapha
Elorza Aguirreurreta, Eneritz
Ghaibat, Lhaj
Godoy Morales, Jose Maria
Gonzalez de Uriarte Riaño, Miren
Hervas Rodriguez, Maria Teresa
Huila Bolaños, Carlos Alberto
Ibañez Roldan, Maria Yolanda
Iñiguez Arambarri, Asier
Iqbal, Mudassar
Joaquin Cabo, Elena
Karbal, Youssef
Khan, Zulfiqar
Lombide Espiñeira, Maria Rosario
Lorenzo Gomez, Oscar Manuel
Louhout, Mhamed
Manzano Borrego, Maria Isabel
Marin Vinasco, Johnier Alexan
Marmolejo Feo, Mikel
Mercader Ascargorta, Maria Mercedes
Moreta Peralta, Alma Patricia
Mouro Nieves, Susana Marina
Moyano Portalo, Paula
Nazareno Tenorio, Alejandra Marib
Nieves Sarabia, Yolanda
Nzita, Mbongo
Olivenza Carrasco, Jose Ignacio
Ould Boumama, Abdelkader
Pando del Canto, Iñigo
Pascual Viamonte, Adolfo
Pinillos Varona, Raquel



Esp.kodea: 2011PHES0009

Gaia: Lanbide-Udalak 2011: 2 peoi-Gune publikoen mantenua eta garbiketa
Hasiera eguna: 2011/11/14

Quiroga Arroyo, Rosa Edilma
Rubiales Ocio, Unai
San Jose Madinabeitia, Iban Ignacio
Sanchez Fernandez, Marcelino
Sanchez Oliva, Francisco Javier
Tahiri, Mohamed
Urgelles Mena, Elber
Valor Cabanillas, Angel
Varela Oyanguren, Maria Cristina
Zereiby, Djamila

Bigarrena: Prozesua kalifikatu behar duen epaimahaia izendatzea:

EPAIMAHAIBURUA

- Jose María Eraña, edo berak delegatzen duen teknikaria.

EPAIMAHAIKIDEAK

- Amaia Arana Abarrategi.

- Xabier Arrizabalaga Arrizabalaga.

IDAZKARIA

- Igor Dorronsoro Portularrume (titularra) edo Estibaliz Ruiz de Eguino Viana (ordezkoa).

Proba fisikoa egiteko ATHLON enpresaren aholkularitza izango du epaimahaiak.

Proba teoriko-praktikoa egitekoCESPA enpresaren aholkularitza izango du epaimahaiak.

Hirugarrena: epaimahaia eratuko da **azaroaren 18an, ostirala, 9:00etan**, Musakolako kiroldegian.

Laugarrena: Epaimahaiak egiaztatu egingo du izangaiak egokiak diren eskaintako lanposturako, eta ondorengo probez osatuko den hautaketa prozesu honen arabera emango ditu puntuak:

Gaitasun probak:

- **Gaitasun fisikoa:** gaitasun fisikoko lau proba hauek egin behar dira:
 - a) Gehienezko presio indarra.
 - b) Abdominaleko erresistentzia indarra.
 - c) Gorputz-enborraren aurrealdeko malgutasuna.
 - d) Lasterketa (kilometro bat).

Segundo: Designar la composición del Tribunal que ha de calificar el proceso:

PRESIDENTE

- José María Eraña, o técnico/a en quien delegue.

VOCALES

- Amaia Arana Abarrategi.

- Xabier Arrizabalaga Arrizabalaga.

SECRETARIA/O

- Igor Dorronsoro Portularrume (titular) o Estibaliz Ruiz de Eguino Viana (suplente).

El tribunal contará con el asesoramiento de la empresa ATHLON para la realización de la prueba física.

El tribunal contará con el asesoramiento de un trabajador de la empresa CESPA para la realización de la prueba teórico-práctica.

Tercero: El Tribunal se constituirá el día **18 de noviembre, viernes, a las 9:00 horas**, en el polideportivo de Musakola.

Cuarto: El Tribunal comprobará la adecuación de los candidatos al puesto ofertado, puntuando las candidaturas conforme a un proceso selectivo que constará de las siguientes pruebas:

Pruebas de aptitud:

- **Aptitud física:** Consistirá en la realización de las siguientes cuatro pruebas de aptitud física.
 - a) Fuerza máxima de presión.
 - b) Fuerza resistencia abdominal.
 - c) Flexibilidad anterior del tronco.
 - d) Carrera (1 kilómetro).



Esp.kodea: 2011PHES0009

Gaia: Lanbide-Udalak 2011: 2 peoi-Gune publikoen mantenua eta garbiketa
Hasiera eguna: 2011/11/14

Ikusi I. Eranskina

Ariketa hau, osorik, 0tik 20 puntu arte baloratuko da, eta 10 puntu lortzen ez dutenak kanpoan geldituko dira. Gutxienez hiru proba gainditu behar dira.

- **Teoriko-praktikoa:** lanbidearen jakintzari buruz: 0tik 30 puntu arteko balorazioa izango du, eta gutxienez 15 puntu lortu behar dira.

Merituak baloratzea:

- 25 punturekin baloratuko da azken 3 urteotan kontratatu ez izana Arrasateko Udalak bultzatutako enplegu sustapeneko antzeko programetan.
- Emakume diren kandidatuek 15 puntuko gehigarria izango dute.
- 10 punturekin baloratuko da euskara jakitea 1. hizkuntza eskakizuneko mailan.

Gaitasun fisikoko probak azaroaren 18an izango da, ostirala, 9:30etatik aurrera, Musakolako kiroldegian.

Gaitasun fisikoko proban puntuaziorik onena lortzen duten 15 izangaiei deituko zaie dagokien proba teoriko-praktikoa egiteko, azaroaren 22an, asteartea, 10:00etatik aurrera horretarako jarritako leku batean.

Ver Anexo I

El conjunto del ejercicio de aptitud física se puntuará de 0 a 20 puntos, debiéndose obtener un mínimo de 10 puntos en el total de la prueba, superando, como mínimo, tres de ellas por separado.

- **Teórica-práctica:** sobre conocimientos del oficio: se valorará de 0 a 30, teniendo que obtener como mínimo 15 puntos.

Valoración de meritos:

- Se valorará con 25 puntos la circunstancia de no haber sido contratado en los 3 últimos años en programas similares de fomento de empleo promovidos por el Ayuntamiento de Arrasate.
- Las candidatas femeninas tendrán un suplemento de 15 puntos.
- Se valorará con 10 puntos el conocimiento de euskara a nivel del perfil lingüístico 1.

Las pruebas de aptitud física tendrá lugar el día 18 de noviembre, viernes, a partir de las 9:30 de la mañana en el polideportivo de Musakola.

Los 15 candidatos que hubieren obtenido la mejor puntuación en la prueba de aptitud física serán convocados a realizar la correspondiente prueba teórica-práctica el día 22 de noviembre, martes, a partir de las 10:00 de la mañana, en el lugar que se designará al efecto.

Arrasate, 2011ko azaroaren 17a

ALKATEA

Inazio Azkarragaurizar Larrea



Esp.kodea: 2011PHES0009

Gaia: Lanbide-Udalak 2011: 2 peoi-Gune publikoen mantenua eta garbiketa
Hasiera eguna: 2011/11/14

I Eranskina: PROBA FISIKOAK

a) Gehienezko presio indarra

Hasierako posizioa: izangaiak, zutik, esku batez hartuko du dinamometroa, haren neurriera graduaturik, eta besurrearekiko lerroan mantenduko du. Beso hori luzaturik dago, gorputzaren ondoan, ukitu barik. Eskubarrua dago izterraren paraleloan.

Garapena: izangaiak eskuko atzamarrak tolestuko ditu, ahalik eta indar handienaz, eta dinamometroaren posizioa mantenduko du besurrearekiko luzaturik, eskua ezer ere tolestu barik, luzatu barik edo biratu barik.

Gizonezkoak	BAREMOA (kgr.)	
	Emaitza	Emakumezkoak
60	10	50
55	9	45
50	8	40
45	7	35
40	6	30
35	5	25

b) Abdominaleko erresistentzia indarra.

Hasierako posizioa: izangaia koltxoneta gainean jarriko da ahoz gora, belauak tolesturik 90°, oinazpiak eta burua koltxoneta ukituz. Goialdeko atalak luzaturik gorputzaren alboetan, eta eskubarruek koltxoneta ukitzen dutela. Esku bakoitzeko hatz erakuslearen punta bat dator burutik gertuen dagoen zinta itsaskorraren ertzarekin.

Garapena: Proba hasten da buruaz jasoz, eta gero bizkarreko goialdea, gorputz-enborra biratuz eta aldi

Anexo I: PRUEBAS FISICAS

a) Fuerza máxima de presión

Posición inicial: la persona examinada, de pie, coge con una mano el dinamómetro graduado a su medida, manteniéndolo en línea con el antebrazo. El brazo ejecutante está extendido al lado de su cuerpo sin tocarlo. La palma de la mano está paralela al muslo.

Desarrollo: la persona examinada flexiona los dedos de la mano con la máxima fuerza posible, manteniendo la posición del dinamómetro en relación al antebrazo extendido, sin ninguna flexión, extensión o rotación de la mano.

Hombres	BAREMO (kgr.)	
	Nota	Mujeres
60	10	50
55	9	45
50	8	40
45	7	35
40	6	30
35	5	25

b) Fuerza resistencia abdominal

Posición inicial: la persona examinada se coloca sobre la colchoneta en posición supina, con las rodillas en flexión de 90°, con las plantas de los pies y la cabeza tocando la colchoneta. Los miembros superiores extendidos a los lados del cuerpo con las palmas de las manos en contacto con la colchoneta. La punta del dedo índice de cada mano se hace coincidir con el borde de la cinta adhesiva más próxima a la cabeza.

Desarrollo: la prueba se inicia levantando la cabeza y a continuación la parte superior de la espalda,



Esp.kodea: 2011PHES0009

Gaia: Lanbide-Udalak 2011: 2 peoi-Gune publikoen mantenua eta garbiketa
Hasiera eguna: 2011/11/14

berean hatzak zinta itsaskorrean pasatuz, gertuenetik urrunekora. Une horretan, izangaia hasierako posizioa itzuliko da, eta hatzak mugituko ditu kontrako noranzkoan (8 cm inguru). Konkortze mugimendu hori minutuko 25 bider errepikatuko du, metronomo batek adierazitako erritmo bati jarraituz, minutuko 50 seinalera finkaturik, eta horrek adierazten ditu mugimendu bakoitzaren elkarren segidako posizioak, hasierako eta bukaerakoa.

encorvando el tronco y al mismo tiempo, deslizando los dedos sobre la cinta adhesiva, desde el extremo proximal hasta el distal. En ese momento, la persona examinada vuelve a la posición inicial deslizando los dedos en sentido contrario (unos 8 cm) Este movimiento de encorvamiento se repite 25 veces por minuto siguiendo el ritmo indicado por un metrónomo fijado a 50 señales por minuto que indica las sucesivas posiciones, inicial y final, de cada movimiento.

BAREMOA (errepikapenak)

BAREMO (repeticiones)

Gizonezkoak	Emaitza	Emakumezkoak	Hombres	Nota	Mujeres
65	10	60	65	10	60
60	9	55	60	9	55
55	8	50	55	8	50
50	7	45	50	7	45
45	6	40	45	6	40
40	5	35	40	5	35

c) Gorputz-enborraren aurrealdeko malgutasuna

Hasierako posizioa: izangaia eseri egingo da burua, bizkarra eta mokorra horman jartzen dituela, eta mokorra tolesturik angelu zuzenean, beheko atalei buruz, horiek luzaturik eta elkarturik baitaude. Tiradera jartzen da albo zabalenetik oinak ukitzen dituela (orkatilaren 90°-ko angulazioa). Goialdeko atala luzatzen ditu aurrerantz, eta esku bat jartzen du bestearen gainean, pronazioan, erregelaren alturan, bizkarrak hormarekin duen kontaktua galdu barik. Aztertzzaileak erregelaren zero puntua kokatzen du, tiraderatik gertuen dauden esku hatzen puntari buruz.

Garapena: Hasierako posiziotik, izangaiak gorputz-enborra tolestean du aurrerantz, mugimendu geldoan eta apurka-apurka, eta aldi berean eskuak erregelan jartzen ditu, hatz puntez iristeko, ahalik eta urrunen. Izangaiak arnasa hartzen du apurka-apurka,

c) Flexibilidad anterior del tronco

Posición inicial: la persona examinada se sienta apoyando la cabeza, la espalda y la cadera en la pared, con la cadera flexionada en ángulo recto con respecto a las extremidades inferiores, que se encuentran extendidas y juntas. Se coloca el cajón por el costado más amplio en contacto con los pies (90° de angulación del tobillo). Extiende las extremidades superiores hacia adelante, colocando una mano sobre la otra, en pronación, a la altura de la regla, sin perder el contacto de la espalda con la pared. El examinador sitúa el punto cero de la regla, en relación a la punta de los dedos de la mano que están más próximos al cajón.

Desarrollo: desde la posición inicial, la persona examinada flexiona el tronco hacia delante con un movimiento suave y progresivo, a la vez que desliza sus manos sobre la regla, para llegar con la punta de los dedos, lo más lejos que pueda. La



Esp.kodea: 2011PHES0009

Gaia: Lanbide-Udalak 2011: 2 peoi-Gune publikoen mantenua eta garbiketa
Hasiera eguna: 2011/11/14

mugimendua egin bitartean.

persona examinada exhala el aire poco a poco mientras realiza el movimiento.

Bukaerako posizioa: izangaia geldigeldi egongo da 2 segundoan, ahalik eta urrunen.

Posición final: la persona examinada permanece inmóvil durante 2 segundos, lo más lejos posible.

Gizonezkoak	BAREMOA (cm.)		BAREMO (cm.)		
	Eraitza	Emakumezkoak	Hombres	Nota	Mujeres
35	10	40	35	10	40
30	9	35	30	9	35
25	8	30	25	8	30
20	7	25	20	7	25
15	6	20	15	6	20
12	5	17	12	5	17

d) 1000 metroko lasterketa:

d) Carrera de 1.000 metros:

GIZON-EMAKUMEEN BAREMOA

BAREMO HOMBRES-MUJERES

GIZONAK		EMAKUMEAK	
HOMBRES		MUJERES	
Denbora	Eraitza	Denbora	Eraitza
Tiempo	Nota	Tiempo	Nota
4'00"	10	4'30"	10
4'10"	9	4'40"	9
4'20"	8	4'50"	8
4'30"	7	5'00"	7
4'40"	6	5'10"	6
4'50"	5	5'20"	5
5'00"	4	5'30"	4
5'10"	3	5'40"	3



Esp.kodea: 2011PHES0009

Gaia: Lanbide-Udalak 2011: 2 peoi-Gune
publikoen mantenua eta garbiketa
Hasiera eguna: 2011/11/14

5'20''	2	5'50''	2
5'30''	1	6'00''	1
5'40''	0	6'10''	0