

PARAMETROS DE EXAMEN

INSTITUTO DE SEGURIDAD PUBLICA PROVINCIA DE SANTA FE										
		DEPARTAMENTO EDUCACIÓN FÍSICA								
		EXAMEN DE EDUCACIÓN FISICA UNICO PARA INGRESO								
		FECHA		___/___/2025			N°. EX			
APELLIDO Y NOMBRE							DNI			
Test de 1000 metros										
NOTA	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
TIEMPO	mayor	07':59"	07':29"	06':59"	6':29"	05':59"	05':29"	04':59"	04':29"	menor
	a	a	a	a	a	a	a	a	a	a
	8'	7':30"	7'	6':30"	6'	5':30	5'	04':30"	4'	3':59"
Test de fuerza de brazos										
NOTA	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
REPET.	Menos de 05	06 a 07	08 a 09	10 a 11	12 a 14	15 a 19	20 a 24	25 a 29	30 a 34	Mas de 35
Test de fuerza abdominal										
NOTA	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
REPET.	Menos de 19	20 a 24	25 a 29	30 a 34	35 a 39	40 a 44	45 a 49	50 a 54	55 a 59	Más de 60
Test de Illinois. /Tiempo expresado en segundos y decisegundos (ds)										
NOTA	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
TIEMPO	mayor	21":49ds	20":99ds	20":49ds	19":99ds	19":49 ds	18":99ds	18":49ds	17":99ds	menor
	a	a	a	a	a	a	a	a	a	a
	21":50ds	21"	20"50ds	20"	19"50ds	19":00ds	18":50ds	18"	17":50ds	17":49ds
Test de Flexibilidad (Wells y Dillon)										
NOTA	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	NEGATIVA					POSITIVA				
DIST.	Menor	20 cm	15 cm	10 cm	5 cm	0 cm	6 cm	11 cm	16 cm	21 cm
	a	a	a	a	a	a	a	a	a	a
	21	16 cm	11 cm	6 cm	0 cm	5cm	10cm	15 cm	20 cm	25 cm
FIRMA					ACLARACIÓN					