

Tema 8. Informática: Definición de informática. El ordenador personal, regulación jurídica, el Hardware, el Software, las memorias y los virus informáticos.

Materias específicas.

Tema 1. El Entrenamiento deportivo; definición, formas más usadas, diferencias con el concepto de preparación, características de un entrenamiento deportivo, pasos a seguir en la conducción de un entrenamiento, clasificación de las cargas según Godik, factores individuales que determinan el entrenamiento del deportista, principales tareas del entrenamiento deportivo, principales características del mismo, características del entrenamiento de jóvenes principiantes, jóvenes consolidados y deportistas de alto rendimiento, características a observar para la identificación de talentos deportivos.

Tema 2. Principios del entrenamiento deportivo; bases de todo entrenamiento, Ley de Shultz-Arnoldt, formas de alcanzar el «umbral», el estrés y el síndrome general de adaptación (S.G.A.), principio de la participación activa y consciente, principio del dominio multilateral, principio de la especialización, principio de la individualización, principio de la variedad, principio de la modelación del proceso de entrenamiento, principio de la progresión, principio del calentamiento y vuelta a la calma, principio de acción inversa, principio de la continuidad y principio del entrenamiento a largo plazo.

Tema 3. La Resistencia; definición, cuadro-resumen de la clasificación de la resistencia según Hollman, definición de: VO₂ Max, Steady-state, Umbral Anaerobio y Deuda de Oxígeno, escala comparativa de intensidades en relación con la resistencia y frecuencia cardiaca de Grosser y Zimmerman, métodos interválicos (Fritz-Zintl): extensivo de intervalo largo, método interválico extensivo de intervalo mediano, método interválico intensivo de intervalo corto, método interválico intensivo de intervalo muy corto, métodos de repeticiones, métodos de competición o control, clasificación de la resistencia desde el punto de vista metodológico de Fritz-Zintl, Test de Cooper, Test de Carrera de Conconi.

Tema 4. Los Circuitos; Definición, clasificación general, clasificación según el tipo de acción muscular, método de entrenamiento en duración, método extensivo de intervalo, método intensivo de intervalo y método de repeticiones.

Tema 5. La fuerza; definición, clasificación: general y según el tipo de acción muscular, definición de: fuerza pura, fuerza-velocidad y fuerza-resistencia, factores que inciden en la aplicación de la fuerza, formas de trabajo, referencias especiales del trabajo de la fuerza en niños (aspectos biológico y psicológico/emocional), método piramidal, método Oxford, método por contraste de Bach-cenavov, pliometría y electroestimulación.

Tema 6. Planificación, organización y control del entrenamiento; razones para el carácter acíclico del entrenamiento, definición y estructura general de los ciclos periódicos o macrociclos, tipos de periodización del entrenamiento, tipos de periodos y características, tipos de mesociclos y características, utilización de los diferentes mesociclos en los distintos periodos, tipos de microciclos según Matveiev, peculiaridades del entrenamiento con dos sesiones diarias, principales características planificativas del entrenamiento de Bondarciuik y de T. Bompa.

Tema 7. La competición y el entrenamiento juvenil; delimitación del concepto juvenil e infantil, la competición

y el entrenamiento juvenil, valores positivos y negativos de la competición, fases competitivo-evolutivas, la preparación para la competición, los reglamentos deportivos y su aplicación en los jóvenes.

Tema 8. Algunos fenómenos del entrenamiento deportivo que inciden en el rendimiento; principales causas de las variaciones negativas en el rendimiento deportivo, técnicas de prevención activa, el sobreentrenamiento: Causas y tipos, el entrenamiento ideomotor, el cansancio: Definición y clasificación según Grosser y según Alvarez de Villar.

Tema 9. Captación de talentos deportivos; definición de talento deportivo, factores para la captación de talentos deportivos, detección y captación de talentos: Modelo público y modelo privado (clubes/equipos deportivos), fomento del talento.

Tema 10. La velocidad; definición, diferenciación rapidez-velocidad, velocidad de traslación, velocidad absoluta y relativa, velocidad-fuerza, velocidad-resistencia, formas de manifestación de la velocidad, factores de los que depende la velocidad, directrices metodológicas para el trabajo de velocidad y principales características.

Lo que se hace público para general conocimiento.

Roquetas de Mar, 15 de julio de 1996.- El Alcalde-Presidente.

MONTES DE PIEDAD Y CAJA DE AHORROS DE RONDA, CADIZ, ALMERIA, MALAGA Y ANTEQUERA (UNICAJA)

ANUNCIO sobre proceso electoral para la renovación de los órganos de gobierno. Sorteos para la designación de compromisarios. (PP. 2759/96).

El Consejo de Administración de la Entidad, en sesión celebrada el día 25 de julio de 1996, ha acordado que el proceso electoral para la renovación de sus Organos de Gobierno se inicie el día 12 de agosto de 1996.

En este proceso de renovación corresponde elegir 34 de los 69 Consejeros Generales que representan a los impositores de la Caja en la Asamblea General. La elección se efectuará a través de Compromisarios, que serán designados mediante sorteo público entre todos los impositores de la Entidad que reúnan las condiciones exigidas por los Estatutos. Dichas condiciones podrán ser consultadas en las oficinas de la Entidad.

A efectos de la designación de Compromisarios, se pone en conocimiento de los impositores de la Entidad lo siguiente:

1.º Los sorteos se celebrarán en el domicilio de las sedes u oficinas más representativas de la Caja, en las localidades que a continuación se indican y en la fecha y hora que también se expresan:

Localidad	Sede u Oficina	Fecha	Hora
Jaén	Paseo de la Estación, 26	2.10.1996	10,00
Sevilla	Sierpes, 22	2.10.1996	18,00
Huelva	Las Bocas, 12	3.10.1996	10,00
Cádiz	Plaza de San Agustín, 3	3.10.1996	18,00
Ceuta	Paseo de Revellín, 21	4.10.1996	12,00
Toledo	Pza. Santiago de los Caballeros, 2	7.10.1996	18,00
Madrid	Virgen de los Peligros, 14	8.10.1996	10,00
Ciudad Real	Bernardo Mulleras, 2	8.10.1996	18,00
Córdoba	Avenida Gran Capitán, 26	9.10.1996	10,00
Granada	Gran Vía de Colón, 28	9.10.1996	18,00
Almería	Paseo de Almería, 67	10.10.1996	10,00
Málaga	Avenida de Andalucía, 10 y 12	10.10.1996	18,00
Melilla	Ejército Español, 9	11.10.1996	12,00

2.º Los sorteos serán públicos para los impositores de la Entidad y se celebrarán en presencia de notario.

3.º El número total de Compromisarios a designar en todo el ámbito de actuación de la Entidad será de 340 titulares y 1.700 suplentes, distribuidos entre los distintos municipios en proporción a los recursos ajenos computables a estos efectos.

4.º Los posibles titulares de cuentas de ahorro infantil, mayores de edad, si desean participar en el sorteo, deberán convertir tales libretas en otras de ahorro ordinario, entendiéndose que renuncian a este derecho si no hicieron uso del mismo en el plazo de cinco días, a contar desde el siguiente al de la publicación del presente anuncio.

5.º Dentro del mismo plazo, los titulares de cuentas indistintas o conjuntas podrán, previa conformidad de todos los cotitulares, elegir a uno de ellos como único impositor a efectos de participar en el sorteo, considerándose como tal, si no lo hicieron, al titular que figure en primer lugar.

6.º Desde el día 30 de agosto de 1996 hasta el día 9 de septiembre de 1996, ambos inclusive, los impositores podrán comprobar si están incluidos en la lista inicial de los que cumplen los requisitos exigidos para poder participar en el sorteo de Compromisarios. Para ello, podrán acudir a la oficina donde tengan abierta la cuenta, en la que estará a su disposición la lista de los impositores correspondientes a la misma, o bien podrán consultar la lista general de todos los impositores de la Entidad en la Sede Central de la Caja (Dirección de Secretaría Institucional), sita en Avenida de Andalucía, 10 y 12.

7.º Los impositores que consideren reunir los requisitos exigidos y no estén incluidos en la lista podrán presentar reclamación por escrito en la propia sucursal o en la Sede Central de la Caja hasta el día 12 de septiembre de 1996, inclusive, durante las horas de oficina.

8.º Las posibles reclamaciones o impugnaciones se interpondrán ante la Comisión Electoral y serán resueltas por ella en primera instancia. Recibida la resolución, el impugnante podrá reclamar en el plazo de tres días ante la Comisión de Recursos de Segunda Instancia, que resolverá en segunda y última instancia. En todo caso, serán desestimadas las reclamaciones formuladas fuera de los plazos indicados.

9.º Una vez efectuadas en su caso, las correspondientes rectificaciones a la lista inicial, se confeccionará la lista definitiva de impositores sorteables como Compromisarios, que se mantendrá a disposición de los mismos en la Sede Central hasta el día correspondiente al último de los sorteos que se celebren, entendiéndose que esta exhibición tiene el carácter de notificación a los interesados a todos los efectos. Asimismo, y con iguales efectos, se mantendrá en cada sucursal la lista correspondiente a sus propios impositores. En esta lista definitiva se asignará a cada impositor un número de orden que se utilizará para la celebración del sorteo.

Málaga, 13 de agosto de 1996.- El Presidente de la Comisión Electoral, Alfonso Carlos García González-Betes.

**NORMAS PARA LA SUSCRIPCION AL
BOLETIN OFICIAL DE LA JUNTA DE ANDALUCIA
PARA EL AÑO 1996**

1. SUSCRIPCIONES

- 1.1. Las suscripciones al **BOLETIN OFICIAL DE LA JUNTA DE ANDALUCIA**, sean obligatorias o voluntarias, están sujetas al pago de las correspondientes tasas (art. 25.a, de la Ley 4/1988, de 5 de julio, de Tasas y Precios Públicos de la Comunidad Autónoma de Andalucía).
- 1.2. Las solicitudes de suscripción deberán dirigirse al **Servicio de Publicaciones y BOJA**. Apartado Oficial Sucursal núm. 11, Bellavista. — 41014 Sevilla.

2. PLAZOS DE SUSCRIPCION

- 2.1. Las suscripciones al **BOLETIN OFICIAL DE LA JUNTA DE ANDALUCIA** serán por **años naturales indivisibles**. No obstante, para las solicitudes de alta comenzado el año natural, las suscripciones podrán hacerse por el semestre o trimestres naturales que resten (art. 16, punto 3, del Reglamento del BOJA).
- 2.2. El pago de las suscripciones se efectuará **necesariamente dentro del mes anterior** al inicio del período de suscripción (art. 16, punto 3, del Reglamento).

3. TARIFAS

- 3.1. El precio de la suscripción para el año 1996 es de 15.680 ptas.
- 3.2. Si la suscripción se efectúa dentro del mes de marzo, su importe para los tres trimestres restantes es de 11.760 ptas. Si se produce en el mes de junio, el precio para los seis meses que restan del año (2.º semestre) será de 7.840 ptas., y si se hace dentro del mes de septiembre (para el 4.º trimestre) será de 3.920 ptas.
- 3.3. El precio del fascículo suelto es de 112 ptas.

4. FORMA DE PAGO

- 4.1. El pago de la suscripción será siempre por **ADELANTADO**.
- 4.2. Los pagos se harán efectivos, bien por **GIRO POSTAL** o mediante **TALON NOMINATIVO, DEBIDAMENTE CONFORMADO**, a favor del **BOLETIN OFICIAL DE LA JUNTA DE ANDALUCIA** (Resolución de 19.4.85, BOJA núm. 39 del 26).
- 4.3. **NO SE ACEPTARAN** transferencias bancarias ni pagos contra reembolso.
- 4.4. **NO SE CONCEDE** descuento alguno sobre los precios señalados.

5. ENVIO

- 5.1. El envío por parte del **Servicio de Publicaciones y BOJA**, de los ejemplares del **BOLETIN OFICIAL DE LA JUNTA DE ANDALUCIA**, comenzará a hacerse, una vez tenga entrada en dicho Servicio la solicitud de suscripción y el abono de su importe en alguna de las formas señaladas en el punto 4.2.
- 5.2. En el caso de que el abono correspondiente al período de suscripción tenga entrada en este Servicio una vez comenzado el mismo, el envío de los Boletines **será a partir de dicha fecha de entrada**.

FRANQUEO CONCERTADO núm. 41/63