



Fuerzas
Armadas
Españolas

TROPA
Y
MARINERÍA



MINISTERIO DE DEFENSA

Requisitos de acceso

- Poseer la nacionalidad española o la de alguno de los países que figuran en la convocatoria.
- No estar privado de los derechos civiles.
- Carecer de antecedentes penales.
- No estar procesado, imputado, investigado o encausado en procedimiento judicial por delito doloso.
- No haber sido separado del servicio, mediante expediente disciplinario, ni hallarse inhabilitado de cualquiera de las Administraciones Públicas.
- Carecer de inserciones o tatuajes que puedan ser contrarios a los valores constitucionales o atentar contra la imagen de las Fuerzas Armadas.
- El día de incorporación al Centro de Formación tener los **18 años** y no haber cumplido los **29 años**.
- Estar en posesión, como mínimo, del título de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria.

Requisitos para extranjeros

- Ostentar la mayoría de edad con arreglo a lo dispuesto en su ley nacional.
- No figurar como rechazables en el espacio territorial de países con los que España haya firmado un convenio en tal sentido.
- No perder la nacionalidad de origen al entrar al servicio de las Fuerzas Armadas españolas, ni tener prohibición de alistamiento militar en las mismas.
- Carecer de antecedentes penales en España o en sus países anteriores de residencia por delitos existentes en el ordenamiento jurídico español.

Cita previa para participar en el proceso de selección

La participación en el proceso de selección se inicia con la aceptación de la solicitud de la cita previa por el aspirante, para la realización de las pruebas selectivas durante el periodo de tiempo establecido para cada Ciclo de Selección, que se podrá consultar en el calendario del apéndice correspondiente que contenga la convocatoria.

Podrá pedir cita en los siguientes lugares

Personalmente o por correo certificado en las Secretarías Generales de las Delegaciones de Defensa o en las Áreas de Reclutamiento u Órganos de Apoyo de las Subdelegaciones de Defensa o en las Oficinas Delegadas u Oficinas o puntos de información dependientes de las Subdelegaciones de Defensa.

También podrá solicitarse en las unidades, centros y organismos del Ministerio de Defensa y de la Guardia Civil; de igual forma, se podrá cursar a través de las representaciones diplomáticas u oficinas consulares de España en el extranjero, desde donde se remitirá al Área de Reclutamiento de la Subdelegación de Defensa en Madrid. **En todo caso, cuando la instancia se presente en lugar distinto a la Delegación o Subdelegación de Defensa, el candidato la adelantará vía FAX**, dentro del plazo de admisión de solicitudes, a los números facilitados en el apéndice correspondiente que contenga la convocatoria. Asimismo, la solicitud de cita podrá presentarse ante el resto de organismos a los que se refiere el artículo 16.4 de la Ley 39/2015 de 1 de octubre.

Igualmente y **siempre que esté disponible**, la cita previa se podrá solicitar por vía telefónica en el número 902432100 y/o 913089798, o a través de la página web del Ministerio de Defensa:

www.reclutamiento.defensa.gob.es

También será condición específica el no haber renunciado a la plaza asignada o no haber efectuado la presentación, sin causas justificadas, en el centro de formación para iniciar la fase de formación militar general o no haber causado baja voluntaria durante la misma, en virtud de su participación en el último Ciclo de Selección anterior al que se solicite, con independencia de la convocatoria a la que pertenezca dicho Ciclo.

Documentación que debe aportar

Antes de comenzar las pruebas se deben preparar una serie de documentos, debiendo consultar la convocatoria para saber cuáles son exactamente. A continuación destacamos los más importantes.

Comunes para nacionales y extranjeros

- Original y fotocopia, o fotocopia compulsada, de los **niveles de estudios o de la titulación exigida** o sus equivalentes, así como los **documentos acreditativos de los méritos**, carnet de conducir, certificado de idiomas, etc., para ser valorados en la fase de concurso, según el baremo que puedes consultar en la propia convocatoria.

Documento de **autorización paterno/tutorial** para la realización de las pruebas selectivas, únicamente si el día de realización de esta prueba no ha cumplido los 18 años de edad, según el modelo que puede descargarse de la convocatoria correspondiente.

En la convocatoria se publicarán las plazas correspondientes al primer ciclo e indicará la fecha de publicación de las plazas de los siguientes ciclos. Es aconsejable llevar anotadas estas plazas sabiendo que se podrán solicitar hasta un máximo de diez (10) distintas de entre todas las ofertadas (con independencia del Ejército al que pertenezcan), con sus códigos correspondientes, así como el orden de preferencia en las que esté interesado, pues una vez solicitadas no se podrán eliminar, ni modificar.

Específicos para nacionales

- Original y fotocopia, o fotocopia compulsada, por ambas caras, del **Documento Nacional de Identidad** o del Pasaporte en vigor.

Específicos para extranjeros

- Original y fotocopia, o fotocopia compulsada, del **Pasaporte en vigor**.
- Original y fotocopia, o fotocopia compulsada, de la **Tarjeta de residencia** temporal o de larga duración en España o de la **Tarjeta de familiar de residente comunitario** en vigor, como mínimo, hasta la fecha prevista para su incorporación al centro de formación correspondiente.
- Documento acreditativo en el que figure la autorización expresa de la autoridad u organismo correspondiente para la incorporación a Fuerzas Armadas extranjeras, en el caso de que la legislación interna de su país así lo exija.

El proceso de selección para el ingreso en los centros de formación para incorporarse a la escala de Tropa y Marina se realiza mediante un sistema de concurso-oposición que consta de las siguientes fases, que se tendrán que consultar en la correspondiente convocatoria.

Fase primera

1. Concurso

Consistirá en la valoración de los méritos generales, académicos y militares, mediante la correspondiente acreditación

de acuerdo con el baremo establecido en la propia convocatoria, lo que le otorgará una nota de concurso.

2. Oposición

Para la realización de las pruebas de las Fases primera y segunda, los solicitantes deberán ir provistos de bolígrafo azul o negro.

Consistirá en la evaluación de tus aptitudes mediante la realización de un test, preferentemente de aplicación informatizada individual. Las preguntas de test a aplicar (15 por factor) medirán los factores aptitudinales, verbal, numérico, espacial, mecánico, perceptivo, memoria y razonamiento abstracto, lo que permitirá asignar a cada solicitante una puntuación única e idéntica para todas las plazas que solicite.

Durante su realización no se permitirán medios de apoyo tales como lápiz, bolígrafo, papel, calculadora, teléfono móvil o cualquier medio que permita la transmisión, recepción y/o almacenamiento de información.

3. Notificación de la Fase Primera

Una vez finalizada la primera fase, se les comunicará la puntuación final obtenida, teniendo en cuenta la nota de concurso y la nota de oposición. No se podrá cambiar ni el orden de preferencia ni las plazas solicitadas al inicio de las pruebas de esta fase.

Fase segunda

Si el número de aspirantes valorados en el concurso y oposición supera en 2,5 veces las plazas ofertadas, se publicará una selección previa con los candidatos que deban pasar a esta segunda fase.

Esta relación se hará pública en las Subdelegaciones de Defensa y en nuestra página web:

www.reclutamiento.defensa.gob.es

El personal seleccionado deberá personarse, para ser citado, en la Secretaría General, Área de Reclutamiento u Órgano de Apoyo de la Delegación o Subdelegación de Defensa de la provincia de residencia.

Para la realización de las pruebas físicas el participante deberá utilizar vestuario deportivo.

1. Reconocimiento médico y prueba de personalidad

Se realizará según el cuadro médico de exclusiones exigible para el ingreso en los centros docentes militares de formación e incluye la aplicación y valoración de la Prueba de personalidad.

La calificación del reconocimiento médico será de **"Apto"**, **"No Apto"** o **"No Apto Permanente"** para toda la convocatoria.

Los que resulten "No Apto" o "No Apto Permanente", causarán baja en el proceso de selección, siéndole notificada dicha calificación por el Gestor del Área de Reclutamiento donde lo haya realizado.

2. Pruebas de aptitud física

Los candidatos declarados aptos en el reconocimiento médico deberán superar unas pruebas físicas cuyas marcas exigidas dependerán de la plaza a la que aspire y de su sexo.

En relación a las pruebas físicas, existen medidas de protección de la maternidad derivadas del Real Decreto 293/2009: Si por embarazo, parto o posparto (debidamente acreditado) una solicitante no pudiera realizar las pruebas físicas, sí podrá realizar el resto de pruebas. En el caso de que fi-

nalmente obtuviera plaza, esta quedaría condicionada a la superación de las pruebas físicas.

Los aspirantes deberán finalizar las pruebas y superar las marcas de las pruebas físicas para ser calificados **"Apto"**. Si resulta clasificado **"No Apto"**, causará baja en el proceso de selección, siendo informado de ello por el Gestor del Área de Reclutamiento en el que haya realizado dichas pruebas.

A. Directrices Generales

Consta de las siguientes pruebas:

- 1.- **Salto de longitud sin carrera. Potencia tren inferior.**
- 2.- **Abdominales. Resistencia muscular abdominal.**
- 3.- **Flexo-extensiones de brazos. Resistencia muscular tren superior.**
- 4.- **Carrera de ida y vuelta. Resistencia cardio-respiratoria.**

Antes de dar comienzo las pruebas, se explicará a los participantes en qué consisten, con el fin de lograr la mayor objetividad posible en su ejecución.

1. Salto de longitud sin carrera. Potencia tren inferior

- **Descripción:** El participante se sitúa de pie, con los pies separados cómodamente de forma simétrica y colocado justo detrás de la línea de salida. Desde esa posición flexiona las rodillas al tiempo que lleva los brazos atrás y, ayudándose con los mismos, salta simultáneamente con ambos pies lo más lejos posible.
- **Detalles de la ejecución:** Se ha de caer con los dos pies a la vez. Antes del salto se permite realizar movimientos con cualquier parte del cuerpo, siempre que no se desplacen uno o ambos pies y se mantenga el contacto de los mismos con el suelo.
- **Valoración:** La distancia se medirá desde la línea de salida hasta el punto de contacto más próximo a la misma.

Se permitirán tres intentos, contabilizándose el mejor resultado obtenido.

2. Abdominales. Resistencia muscular abdominal

- **Descripción:** El aspirante adoptará la posición de partida en tendido supino sobre una colchoneta semirrígida, esterilla o moqueta antideslizantes; las piernas estarán flexionadas formando un ángulo de 90° en las rodillas y con los talones apoyados y fijados en el suelo, sujetos por un auxiliar o un dispositivo adecuado. Los brazos estarán flexionados y cruzados sobre el pecho, apoyando las manos en los hombros opuestos y con el pulgar apoyado en el hueco de la clavícula.
- **Detalles de la ejecución:** No se permite ningún descanso, el ejercicio ha de ser continuo, a la voz de "ya" elevará el tronco, sentándose y tocando con los codos en los muslos o en las rodillas, y volviendo a la posición de tendido, con el apoyo lumbar en la colchoneta, sin ser necesario apoyar los hombros, lo que constituye una repetición.
- **Valoración:** La duración de la prueba será de 1 minuto y finalizará a la voz de "tiempo", siendo el resultado el número de repeticiones efectuadas correctamente.

3. Flexo-extensiones de brazos. Resistencia muscular tren superior

- **Descripción:** El participante se coloca en posición de decúbito prono, con las palmas de las manos apoyadas cómodamente en el suelo a la altura de los hombros y brazos extendidos, formando con el tronco, cadera y piernas una línea recta. Desde esta posición, realiza el mayor número de veces posible el ciclo de flexión y extensión de brazos. En el suelo y a la altura de la barbilla del participante se colocará una almohadilla de 6 centímetros de grosor.
- **Detalles de la ejecución:** En cada uno de los movimientos, la barbilla deberá tocar la almohadilla. Durante el ciclo de flexión y extensión de brazos, el participante deberá mantener la posición descrita. La prueba finalizará cuando el aspirante supere el mínimo de ciclos exigidos en función

del nivel de las plazas solicitadas o no sea capaz de mantener la posición correcta.

- **Valoración:** El resultado será el número de ciclos completos efectuados correctamente.

4. Carrera de ida y vuelta. Resistencia cardio-respiratoria

- **Descripción:** El participante, de pie, detrás de la línea de salida, al oír la señal de comienzo de la prueba, se desplazará hasta la línea contraria, situada a 20 metros de distancia, siguiendo la velocidad marcada, esta será lenta al principio e irá aumentando progresivamente cada periodo de 60 segundos. Es necesario sobrepasar las líneas de salida y llegada. Los virajes deben realizarse pivotando sobre si mismo al cambiar de sentido, tras cruzar la línea correspondiente. Se permitirá únicamente dos desajustes de dos metros de adelanto o de retraso con respecto a la señal.
- **Detalles de la ejecución:** El participante no podrá ir a la línea contraria hasta que no haya sonado la señal. El aspirante interrumpirá la carrera en el momento en que por tres veces incumpla las normas que rigen esta prueba o que ya no sea capaz de seguir el ritmo que se impone al no sobrepasar las líneas que delimitan la distancia de 20 metros, indistintamente.
- **Valoración:** El resultado será el total de periodos realizados e indicados por la cinta sonora antes de pararse el participante.

B. Marcas a Obtener

Para ser calificado "Apto" en alguno de los niveles que se determinan, los participantes deberán alcanzar las marcas mínimas exigidas para cada una de las pruebas que se especifican en el cuadro de pruebas físicas y marcas a alcanzar.

Asignación de plazas

Posteriormente, y en fecha fijada en la convocatoria, se procederá a la asignación de las plazas

entre los aspirantes que hayan llegado hasta el final del proceso de selección, según el orden y las preferencias de cada uno de ellos. A los admitidos se les comunicará la plaza asignada, la puntuación obtenida, el Centro de Formación donde realizará la fase de formación militar general, así como el día y la hora en que deberá efectuar su presentación. Puede consultar el resultado de la asignación de plazas en la Subdelegación de Defensa más cercana a su domicilio o en la siguiente dirección electrónica:

www.reclutamiento.defensa.gob.es

Nombramiento y formación

Una vez incorporado al Centro de Formación, firmarán un documento de incorporación a las Fuerzas Armadas y serán nombrados alumnos, a partir de ese momento tendrán la consideración de militar, aunque no estarán vinculados de manera definitiva hasta que firmen el compromiso inicial, que se realizará en la fecha que se establezca en la convocatoria.

La fase de formación militar general tendrá una duración de dos meses y será seguida de una fase de formación militar específica, que tendrá una duración comprendida entre uno y ocho meses, según se determine en el anexo II de la convocatoria y se detalle en la correspondiente publicación de plazas del ciclo de selección.

Los alumnos de la enseñanza de formación podrán causar baja, entre otros motivos, a petición propia.

Compromiso

Después de la firma del compromiso inicial correspondiente, se adquiere la condición de militar, incorporándose a la escala de Tropa y Marinería con el empleo de soldado o marinero. La duración de este compromiso se ajustará a lo establecido para cada plaza. Generalmente es de 2 o 3 años.

Pruebas físicas y marcas a alcanzar

PRUEBA	NIVEL A		Nivel B		Nivel C		Nivel D	
	Hombre	Mujer	Hombre	Mujer	Hombre	Mujer	Hombre	Mujer
Salto de Longitud sin carrera	145 cm	121 cm	163 cm	136 cm	187 cm	156 cm	205 cm	171 cm
Abdominales	15	10	21	14	27	18	33	22
Flexo extensiones de brazos	5	3	8	5	10	6	13	8
Carrera de ida y vuelta	5 periodos	3,5 periodos	5,5 periodos	4 periodos	6,5 periodos	5 periodos	7,5 periodos	6 periodos

AVISO:

Los contenidos de esta publicación son meramente informativos. Las condiciones de acceso específicas de cada Cuerpo y Escala serán las que queden determinadas en la convocatoria correspondiente.

Más información:

Subdelegación de Defensa de tu Provincia

902 4321 00 / 91 308 97 98

www.reclutamiento.defensa.gob.es

Edición enero 2022