

**PREPARACIÓN DE LAS OPOSICIONES A LA ESCALA DE TITULADOS SUPERIORES DEL
INSTITUTO NACIONAL DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO (INSST).
GRUPO A, SUBGRUPO A1.
AÑO 2024.**

¿Quiénes somos?

Somos un centro de formación de preparación exclusiva de oposiciones en materia de seguridad y salud laboral.

Todos nuestros preparadores funcionarios de carrera de los cuerpos y escalas relacionados con las materias objeto de la oposición y disponen de más de 20 años de experiencia en la preparación de oposiciones relacionadas con la seguridad y la salud en el trabajo tanto de forma presencial como on-line, para el acceso a la Administración Pública: Administración General del Estado (INSST), Comunidades Autónomas, Diputaciones Provinciales, Ayuntamientos, Universidades Públicas, Cuerpo Superior de Inspectores de Trabajo y Seguridad Social (ITSS), Cuerpo de Subinspectores Laborales de la Escala de Seguridad y Salud Laboral (ITSS) y Profesores de Enseñanza Secundaria (FOL).

Esta especialización y experiencia nos lleva a obtener los mejores resultados a nivel nacional siendo el índice de aprobados de hasta un 90 %. En la sección de nuestra página web “Resultados”, puedes comprobar los aprobados de las últimas convocatorias que hemos preparado.

Convocatoria.

Resolución de 19 de diciembre de 2024: 61 plazas (turno libre) y 19 plazas (turno promoción interna).

Plazo oficial de presentación de instancias: 28 de enero de 2025.

Fecha del primer ejercicio y duración máxima del proceso selectivo.

La duración máxima de la fase de oposición será de 9 meses; en todo caso, la celebración del primer ejercicio tendrá que celebrarse en un plazo máximo de 3 meses contados a partir de la publicación de la convocatoria en el Boletín Oficial del Estado.

Sistema de acceso.

Oposición (turno libre) y concurso-oposición (turno promoción interna).

Titulación requerida.

Estar en posesión, o en condiciones de obtener, antes de la finalización del plazo de presentación de solicitudes de la convocatoria, el título de Doctor, Licenciado, Ingeniero, Arquitecto o Grado.

No se requiere ningún tipo de formación previa en materia de prevención de riesgos laborales, ni tampoco experiencia.

Descripción del proceso selectivo y metodología de preparación.

La metodología de preparación se adapta en función del tipo de examen. El acceso a los diferentes servicios que ofrecemos dependerá del plan contratado.

El proceso selectivo consta de dos partes: Una fase de oposición y un curso selectivo.

a) La *fase de oposición* constará de cuatro ejercicios eliminatorios:

Primer ejercicio: Consistirá en contestar un examen tipo test con 100 preguntas, relativas al programa recogido en el anexo I-A de la convocatoria. El test estará compuesto por preguntas con cuatro respuestas alternativas, de las cuales solamente una será correcta. La prueba tendrá una duración de 140 minutos.

La preparación de este primer ejercicio se basa en la explicación de cómo abordar la preparación del primer examen, realización y actualización de los temas (temario propio ampliado del temario del INSST) y esquemas, así como clases magistrales en directo de explicación de cada uno de ellos, resolución de dudas en directo en clase, resolución de dudas ilimitadas las 24 h. por correo electrónico, simulacros de examen tipo test de cada tema, simulacros de examen tipo test de todo el temario y resolución de los exámenes tipo test de las convocatorias anteriores.

Segundo ejercicio: Consistirá en una prueba de conocimiento de los idiomas inglés, francés o alemán, a elección de la persona aspirante.

Se establecen dos modalidades excluyentes de evaluación: una presencial y, otra, sustitutiva de la anterior, mediante la cual las personas aspirantes podrán acreditar su conocimiento de inglés, francés o alemán, equivalente a B2 o superior, de acuerdo con el Marco Común Europeo de Referencia de las Lenguas (MCER).

En la modalidad presencial, el ejercicio será contestado por escrito y consistirá en la traducción al castellano, sin la ayuda de diccionario, de un texto redactado en el idioma elegido por el aspirante.

Para la realización de esta parte, las personas aspirantes dispondrán de 75 minutos.

En este ejercicio se valorará el conocimiento de los idiomas extranjeros, la capacidad de comprensión y síntesis y la calidad de la versión en castellano.

En la modalidad de acreditación de los conocimientos mediante titulación, alternativa de la anterior, las personas aspirantes podrán acreditar su conocimiento de inglés, francés o alemán, presentando alguno de los títulos que se incluyen en el anexo VII, conforme al Marco Común Europeo de Referencia para las Lenguas, que corresponda con un nivel B2 o superior del idioma escogido, siempre y cuando dicho título se haya obtenido en los cinco años anteriores al plazo de finalización de presentación de instancias.

Quienes se acojan a esta modalidad, además de indicarlo en la solicitud de participación, deberán adjuntar a dicha solicitud la titulación que acredita el conocimiento del idioma elegido.

La preparación de este segundo ejercicio se basa en la explicación de cómo abordar la preparación del segundo examen, aportando material para la preparación del mismo y realización de simulacros de examen de idiomas y exámenes de idiomas de convocatorias anteriores tanto del Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo como de otras oposiciones relacionadas con la Seguridad y Salud en el Trabajo.

Tercer ejercicio: Consistirá en exponer oralmente, en sesión pública ante el Tribunal y durante un tiempo máximo de 45 minutos, tres temas de la parte específica del programa desarrollado en el anexo I-B según se describe a continuación:

- Se desarrollará un tema de la parte B1 (conceptos generales de la prevención de riesgos laborales y ámbito jurídico) elegido por el aspirante de entre dos temas extraídos al azar de dicha parte.
- Se desarrollarán dos temas elegidos de entre tres extraídos por el aspirante al azar: uno de la parte B2 (seguridad en el trabajo), uno de la parte B3 (higiene industrial) y uno de la parte B4 (ergonomía y psicología aplicada).

Los aspirantes dispondrán de un período de 10 minutos para la preparación de este ejercicio, sin que puedan consultar ninguna clase de texto o apuntes. Durante la exposición oral podrán utilizar el guion que, en su caso, hayan realizado durante el tiempo referido de preparación.

Finalizada la intervención, el Tribunal podrá dialogar con el opositor, durante un período máximo de 15 minutos, sobre aspectos de los temas que haya desarrollado.

En este ejercicio se valorará el equilibrio en el desarrollo de los temas, así como el volumen y comprensión de los conocimientos, la claridad de exposición y la capacidad de expresión oral.

La preparación de este tercer ejercicio se basa en la explicación de cómo abordar la preparación del tercer examen, actualización de los temas y realización de esquemas y resúmenes, así como clases magistrales en directo y en diferido de explicación de cada uno de ellos, resolución de dudas en directo en clase, resolución de dudas ilimitadas las 24 h. por correo electrónico y simulacros de examen oral.

Cuarto ejercicio: Consistirá en la realización por escrito de un supuesto práctico propuesto por el Tribunal y relacionado con los contenidos de las materias del programa a que hace referencia el Anexo I-B. Para realizar este ejercicio los aspirantes dispondrán de un tiempo máximo de 4 horas. Posteriormente el aspirante realizará la lectura en sesión pública ante el Tribunal, del ejercicio escrito desarrollado, con exposición de las operaciones realizadas. El Tribunal podrá dialogar con el opositor sobre aspectos relacionados con el ejercicio durante un período máximo de quince minutos. En este ejercicio se valorará el rigor analítico, la sistemática y la claridad de ideas en orden a la resolución del supuesto.

La preparación de este cuarto ejercicio se basa en la explicación de cómo abordar la preparación del cuarto examen, material con explicación teórica para aplicar a la resolución de los supuestos prácticos, supuestos prácticos tipo resueltos, clases magistrales en directo, resolución de dudas en directo en clase, resolución de dudas ilimitadas las 24 h. por correo electrónico, simulacros de examen de supuestos prácticos y resolución de los exámenes prácticos de las convocatorias anteriores tanto del Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo como de otras oposiciones relacionadas con la Seguridad y Salud en el Trabajo.

Ayuda al estudio: técnicas de organización, memorización en el estudio y repaso.

Ayuda a la realización de exámenes: estrategias y trucos para exámenes y supuestos prácticos.

Ayuda emocional: técnicas de rendimiento bajo presión, gestión del estrés y bloqueo mental.

b) *Fase de curso selectivo:* El curso selectivo será organizado por el Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo y tendrá como finalidad el desarrollo de los conocimientos, técnicas y aptitudes necesarias para el ejercicio de las funciones propias de la Escala de Titulados Superiores del Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo.

El curso se desarrollará en el Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo y tendrá una duración máxima de 3 meses, con dedicación de hasta 200 horas lectivas, incluidas las evaluaciones.

Modalidades de preparación.

- **Plan básico.**

- Acceso a campus virtual 24 h.
- Temario del primer ejercicio propio ampliado del temario del INSST, desarrollado y en constante actualización conforme a la convocatoria vigente.
- Esquemas y resúmenes del temario del primer ejercicio.
- Material con explicación teórica para aplicar a la resolución de los ejercicios tipo test.
- Simulacros de examen tipo test solucionados de cada tema del primer ejercicio.
- Simulacros de examen tipo test de todo el temario primer ejercicio.
- Material con explicación teórica para aplicar al segundo examen de idioma.
- Material para la preparación del segundo ejercicio de idioma.
- Resolución de los exámenes de idioma de las convocatorias anteriores del Instituto Nacional de Seguridad y Salud Laboral y de otras oposiciones similares.
- Material con explicación teórica para desarrollar la exposición oral del tercer examen.
- Resúmenes del temario del tercer ejercicio.
- Material propio con explicación teórica para aplicar a la resolución de los supuestos prácticos.
- Supuestos prácticos tipo resueltos.
- Simulacros de examen prácticos.
- Resolución de los exámenes prácticos de las convocatorias anteriores del Instituto Nacional de Seguridad y Salud Laboral.
- Resolución de 5 dudas al mes accesible las 24 h. por correo electrónico.
- Material complementario.
- Normativa legal.
- Orientaciones para la preparación de los diferentes ejercicios.
- Novedades e información de todo el proceso referente a la oposición que está preparando (proceso de inscripción, listado provisional y definitivo de admitidos y excluidos, designación del tribunal, fechas de exámenes, ...), así como información sobre

la publicación de otro tipo de convocatorias de oposiciones relacionadas en materia de seguridad y salud laboral que se convoquen durante el período de preparación.

- **Plan avanzado.**

- Incluye los servicios del plan básico.
- 2 clases magistrales por videoconferencia en directo al mes (preferentemente los jueves¹ de 19 h a 21.30 h), siendo todas las sesiones grabadas.
- Clases semanales en diferido de explicación de los temas del anexo I-B.
- Resolución de dudas ilimitadas al mes accesible las 24 h. por correo electrónico.
- Acceso 24 h. a las clases grabadas en directo.
- Acceso 24 h. a las clases en diferido.
- Acceso 24 h. a podcast de cada tema.
- Simulacros de exámenes asíncrona (en diferido) para la preparación del tercer ejercicio de exposición oral.

- **Plan premium.**

- Incluye los servicios del plan avanzado.
- Preparación del tercer ejercicio de forma síncrona (en directo) mediante la exposición oral de los temas ante un preparador por videoconferencia (2 sesiones/mes, día y hora a convenir con el opositor). Las sesiones serán individuales y personalizadas, con una duración de 75 minutos cada una, en las que el opositor expondrá 3 temas oralmente, y posteriormente el preparador realizará una valoración de los mismos, incluyendo un posible diálogo con el opositor sobre los aspectos tratados en los temas que haya desarrollado, incidiendo además en los aspectos a mejorar en su exposición por parte del opositor. Así mismo, se podrán resolver dudas sobre el temario a exponer oralmente. Estas sesiones estarán disponibles desde el primer mes de contratación por parte del opositor.

¹ Por motivos de organización, podría cambiarse a lo largo de la preparación el día de la semana de las clases en directo, notificándose previamente al opositor.

- **Plan individual².**

- Preparación del tercer ejercicio de forma síncrona (en directo) mediante la exposición oral de los temas ante un preparador por videoconferencia (2 sesiones/mes, día y hora a convenir con el opositor). Las sesiones serán individuales y personalizadas, con una duración de 75 minutos cada una, en las que el opositor expondrá 3 temas oralmente, y posteriormente el preparador realizará una valoración de los mismos, incluyendo un posible diálogo con el opositor sobre los aspectos tratados en los temas que haya desarrollado, incidiendo además en los aspectos a mejorar en su exposición por parte del opositor. Así mismo, se podrán resolver dudas sobre el temario a exponer oralmente.

Formato del material.

El material se entrega en soporte electrónico (en formato pdf) descargable e imprimible desde el campus virtual.

Los temas también están disponibles en soporte de audio (mp3) descargables desde el campus virtual y disponibles en iVoox.

El acceso al campus se realiza a través de la dirección web <https://www.oposicionesprl.com/campusvirtual> así como también a través de App (iOS y Android).

Requisitos necesarios para realizar la preparación.

Para un correcto seguimiento de la preparación, es necesario disponer de conexión a internet, dirección de correo electrónico, cámara web, micrófono y escáner u otro sistema equivalente para el envío de los simulacros de examen.

Inicio.

Incorporación inmediata.

Duración.

Fecha prevista de fin de la preparación: fecha de realización del cuarto ejercicio (práctico) con el que finaliza el proceso selectivo (aproximadamente diciembre 2025-enero 2026).

² No exige la contratación de ninguno de los planes básico, avanzado o premium, por lo que este servicio no incluye el derecho de acceso al campus virtual, ni a materiales ni a la asistencia a clases magistrales. Esta modalidad de preparación está abierta durante todo el año.

El desarrollo y programación de la preparación se realiza en el mismo orden que los ejercicios de la convocatoria y en función de las fechas previstas de realización de los diferentes ejercicios.

Plazas.

El número de plazas es limitado por riguroso orden de inscripción debido al aforo limitado del campus virtual y de las sesiones por videoconferencia.

Condiciones económicas³.

- Coste de la mensualidad:
 - Plan básico: 90 €.
 - Plan avanzado: 110 €.
 - Plan premium: 210 €.
 - Plan individual: 100 €.
- Coste de la matrícula para todos los planes (excepto plan individual): 50 €. Se garantiza que el opositor tiene acceso a todo el material del campus en caso de incorporarse una vez iniciada la preparación, incluido el acceso a las clases en directo que han quedado grabadas.
- Coste sesiones individuales (opcionalmente para todos los planes, el opositor dispone de clases de apoyo individuales en directo on-line de 1 hora de duración para resolver dudas o explicaciones más personalizadas/detalladas de cualquier contenido que necesite; día y hora a convenir con el opositor): 50 €/sesión.

No existe compromiso de permanencia mínimo. Los materiales, temas, supuestos prácticos, exámenes, simulacros de examen y normativa no están a la venta de forma individual sin la preparación. Se ofrece al opositor una preparación integral y continua a lo largo de todo el proceso de preparación de la oposición, de forma que garantizamos al opositor que los materiales estén siempre actualizados. De otra manera, el opositor no tendría la garantía de disponer siempre de un material actualizado si es adquirido de forma individual sin un soporte de actualización constante.

¿Por qué elegirnos?

³ Descuento de un 10 % en la cuota mensual por antiguo alumno en caso de haber preparado la misma oposición anteriormente, siempre y cuando se haya estado matriculado durante todo el periodo de preparación de la convocatoria. Descuento de un 10 % en la cuota mensual de cada oposición en caso de preparación simultánea de varias oposiciones.

Nuestra metodología y experiencia hace que seamos el centro con mayor número de aprobados en esta oposición, lo que nos hace diferenciarnos del resto de centros:

- Somos el único centro especializado en oposiciones de prevención de riesgos laborales. Sólo nos dedicamos a este tipo de oposiciones, por lo que somos expertos en esta materia. No nos dedicamos a otro tipo de oposiciones.
- Somos el centro más económico. Garantizamos el mejor precio. Ofrecemos más por menos.
- Nuestras clases son en directo y además son grabadas para que puedas verlas todas las veces que quieras.
- Te ofrecemos acceso a la preparación 24 h. a través de App.
- Te ofrecemos podcast de todos los temas, para que puedas repasar en cualquier sitio, haciendo deporte, en el metro, autobús, en el coche, etc.
- Te ayudamos con técnicas de estudio, trucos para exámenes y apoyo emocional.
- Te asesoramos y guiamos durante todo el proceso de la oposición.

Inscripción.

Para formalizar la inscripción, cumplimentar el formulario de inscripción adjunto y enviarlo por correo electrónico a info@oposicionesprl.com.

Para tener garantizada la reserva de plaza, es imprescindible el abono de la matrícula.

INFORMACIÓN ADICIONAL SOBRE LAS FUNCIONES DE LOS TITULADOS SUPERIORES DEL INSTITUTO NACIONAL DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

¿Qué es el Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo?

El Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo es el órgano Científico-Técnico especializado de la Administración General del Estado que tiene como misión el análisis y estudio de las Condiciones de Seguridad y Salud en el Trabajo, así como la promoción y apoyo a la mejora de las mismas. Para ello establece la cooperación necesaria con los órganos de las Comunidades Autónomas en la materia. Es un Organismo Autónomo adscrito al Ministerio de Trabajo y Economía Social a través de la Secretaría de Estado de Trabajo.

¿Qué funciones y competencias tiene el Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo?

El Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo tiene las siguientes funciones:

- 1) Informar la elaboración de la normativa legal en materia de seguridad y salud en el trabajo, y atender las consultas formuladas sobre la aplicación e interpretación de carácter técnico.
- 2) Promover y desarrollar actividades de educación y formación en prevención de riesgos laborales y, en particular, fomentar la integración de la prevención de riesgos laborales en el sistema educativo colaborando con las administraciones competentes.
- 3) Prestar asistencia técnica requerida por la Inspección de Trabajo y Seguridad Social (ITSS) en el ámbito de sus competencias, y por la Seguridad Social en relación con las actividades preventivas que desarrolle.
- 4) Colaborar con organismos internacionales y otras instituciones relevantes de carácter público o privado que actúen en el campo de la seguridad y salud en el trabajo, para lo que podrá suscribir convenios en los términos establecidos por la ley.
- 5) Desarrollar programas de cooperación internacional, bilateral o multilateral, sobre seguridad y salud en el trabajo, en el marco definido por las administraciones competentes.
- 6) Elaborar guías y otros documentos técnicos, así como elaborar o recopilar metodologías y herramientas para facilitar el cumplimiento de la normativa de prevención de riesgos laborales.
- 7) Participar en las actividades de normalización relacionadas con la prevención de riesgos laborales a nivel nacional, de la Unión Europea e internacional, pudiendo, para tal fin, establecer convenios de colaboración con Entidades Nacionales de Normalización.

- 8) Prestar asesoramiento técnico a los servicios de prevención de la Administración General del Estado y, en su caso, realizar auditorías de sus sistemas de prevención, conforme a la normativa aplicable.
- 9) Desarrollar e impulsar investigaciones aplicadas y de estudio con la finalidad de contribuir a la mejora de las condiciones de seguridad en el trabajo.
- 10) Promover actividades divulgativas en materia de prevención de riesgos laborales.
- 11) Fomentar la incorporación de la seguridad y salud en el trabajo en los programas nacionales y europeos de la I + D + i.
- 12) Informar periódicamente sobre el estado y evolución de la prevención de riesgos laborales y analizar la organización y funcionamiento del Sistema Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- 13) Actuar como centro de referencia nacional ante las instituciones europeas, garantizando la coordinación y transmisión de la información que deberá facilitar a escala nacional, en particular respecto a la Agencia Europea para la Seguridad y Salud en el Trabajo y su Red.
- 14) Asesorar en materia de prevención de riesgos laborales para empresas de hasta 25 trabajadores y trabajadores autónomos sin empleados a cargo, a través de la gestión de los servicios de la Seguridad Social denominados "Prevención10.es".
- 15) Gestionar el Observatorio Estatal de Condiciones de Trabajo (OECT), como medio para la recopilación y análisis sistemático de la información sobre las condiciones de trabajo y los daños y lesiones para la salud, facilitando el acceso y utilización de la misma y elaborando informes de situación actualizados.
- 16) Desempeñar la Secretaría de la Comisión Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (CNSST) prestándole la asistencia técnica y científica necesaria para el desarrollo de sus competencias.
- 17) Cualesquiera otras que sean necesarias para el cumplimiento de sus fines y les sean encomendadas en el ámbito de sus competencias, de acuerdo con la Comisión Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (CNSST).