



**FORMACIÓN PROFESIONAL
ARISTOS
TÉCNICO SUPERIOR EN
ACONDICIONAMIENTO
FÍSICO (TSAF)**

SOMOS ARISTOS



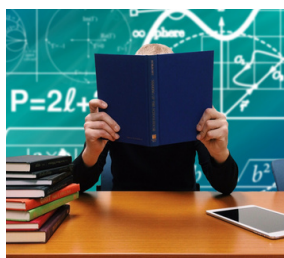
ÍNDICE



¿QUIENES SOMOS?

02

- ¿Qué es el TSAF?



PLAN DE ESTUDIOS

03

- HORARIO, ESTUDIOS 1º Y 2º CURSO



INSTALACIONES

07

- Todo en el Colegio Europeo Aristos



SALIDAS PROFESIONALES

09

- Empresas colaboradoras



REQUISITOS DE ACCESO

10



BECAS Y PRECIOS

11

¿QUIENES SOMOS?

El Grupo Educativo CASADO ENSEÑANZA es una Institución independiente e implicada con el entorno y con el medio natural, que lleva apostando más de 30 años por una formación integral y de calidad, basada en: la internacionalidad de sus alumnos, la innovación tecnológica y metodológica, la educación deportiva y el compromiso social, y ocupa un lugar destacado entre las instituciones educativas de la Comunidad de Madrid.

El Colegio Europeo ARISTOS desarrolla un modelo global de aprendizaje que se anticipa y ajusta a las necesidades que demanda la actual sociedad del siglo XXI. Este modelo incluye diferentes ámbitos que desarrollan una educación activa, crítica y participativa, que transmite valores fundamentales y que tiene como seña de identidad el deporte



¿QUÉ ES EL TSAF?

- ● ● El TSAF o Técnico superior en Acondicionamiento Físico es un Ciclo Formativo de Grado Superior es una titulación de formación profesional oficial y homologada por el Ministerio de Educación que consta de 2 cursos académicos con un total de 2000 horas de formación. Dicho Ciclo Formativo te habilitará para:
- ● ● Desarrollar programas de acondicionamiento físico para grupos.
- ● ● Trabajar como entrenador personal
- ● ● Evaluar la condición física (Fuerza, Velocidad, Resistencia, Flexibilidad , etc.) con el objetivo de individualizar los programas.
- ● ● Dirigir sesiones de pilates , yoga , meditación , etc.
- ● ● Llevar a cabo sesiones de acondicionamiento en el agua tales como natación , aquagym , salvamento , etc.
- ● ● Coordinar centros deportivos y wellness
- ● ● Desarrollar actividades grupales con soporte musical (Bodypump , GAP , bodycombat , etc.)



HORARIO

08:30 A 15:00 HORAS




PLAN DE ESTUDIOS

SOMOS ARISTOS

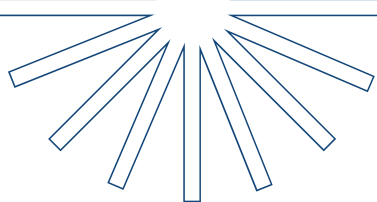


1º CURSO

Valoración de la condición física e intervención en accidentes. 260 horas

- ▶ El sistema músculo-esquelético
 - ▶ Comportamiento mecánico del sistema músculo esquelético.
 - ▶ El movimiento transformado en ejercicio.
 - ▶ Actividad física y salud.
 - ▶ La producción y fuentes de obtención de energía.
 - ▶ El sistema cardiorrespiratorio en el entrenamiento.
 - ▶ Nutrición y evaluación de la condición física.
 - ▶ Valoración y evaluación de la condición física.
 - ▶ La entrevista personal en el ámbito del acondicionamiento físico.
 - ▶ Anticipación y preparación profesional.
 - ▶ Evaluación de accidentados.
 - ▶ Lesiones, traumatismos, quemaduras y otras actuaciones.
 - ▶ Maniobras y Técnicas de Primeros Auxilios.
 - ▶ RCP, DESA y atención de urgencia.
- 

1º CURSO



Fitness en sala de entrenamiento polivalente. 260 horas

- ▶ Coordinación de actividades en la sala de entrenamiento polivalente.
- ▶ Mantenimiento, planificación, gestión y control de la sala de entrenamiento polivalente.
- ▶ Prescripción del ejercicio en una sala de entrenamiento polivalente.
- ▶ Monitorización del entrenamiento.
- ▶ Aplicación y adaptación de ejercicios al cliente.
- ▶ Aspectos fundamentales del acondicionamiento físico.
- ▶ Organización entrenamientos.
- ▶ Colocación de las cargas y aspectos fundamentales.
- ▶ Seguridad y prevención en la sala de entrenamiento polivalente.
- ▶ Plan de emergencia y prevención para la actuación ante diferentes situaciones.

Actividades básicas de acondicionamiento físico con soporte musical. 160 horas

- ▶ Aspectos fundamentales del soporte musical.
- ▶ Actividades colectivas coreografiadas.
- ▶ Defectos y errores más comunes en los gestos técnicos
- ▶ Diseño y organización de coreografías en función de la temática.
- ▶ Estrategias metodológicas específicas: técnicas de demostración y comunicación.
- ▶ Utilización de aparatos en actividades coreografiadas.
- ▶ Estrategias de motivación al grupo.
- ▶ Materiales básicos y puesta a punto para las sesiones.
- ▶ Seguridad y prevención en la sala de aeróbic.



Acondicionamiento físico en el agua. 195 horas

- ▶ Actividades de fitness en el medio acuático,
- ▶ Elementos técnicos de las actividades, variantes y contraindicaciones.
- ▶ Seguridad y prevención de riesgos en instalaciones acuáticas.
- ▶ Programación de actividades y evaluación de programas para actividades en el medio acuático.
- ▶ Diseño de sesiones en fitness acuático.
- ▶ Utilización de diferentes códigos y localización de errores más comunes.
- ▶ Técnicas de rescate en instalaciones acuáticas.
- ▶ Situaciones de riesgo y protocolos de supervisión.
- ▶ Socorrismo acuático y técnicas específicas.

Formación y orientación laboral. 90 horas

- ▶ Herramientas de trabajo clásicas.
- ▶ El trabajo a través de plataformas y herramientas digitales.
- ▶ Búsqueda de empleo, entrevistas e inserción laboral.
- ▶ Utilización de las redes sociales de manera profesional.
- ▶ Relaciones laborales de carácter personal.
- ▶ El contrato de trabajo y sus características.
- ▶ Modificación, suspensión y extinción del contrato.
- ▶ Seguridad Social, nomina y derechos de los trabajadores.
- ▶ Aplicación de la Ley del Deporte.
- ▶ Prevención de riesgos laborales en entornos de trabajo.



2º CURSO

Habilidades sociales. 75 horas

- ▶ Desarrollo de estrategias para la creación de un grupo.
- ▶ Dinamización de grupos.
- ▶ Selección de técnicas de comunicación.
- ▶ Organización de equipos de trabajo.
- ▶ Aplicación estrategias de resolución de conflictos.
- ▶ Evaluación de los procesos de grupo y la propia competencia social.
- ▶ La motivación como elemento de crecimiento en los grupos.



Técnicas de hidrocinesia. 130 horas

- ▶ La hidrocinesia y sus aplicaciones deportivas.
- ▶ Supervisión de espacios y actuación del técnico.
- ▶ Técnicas de movimientos y condiciones de seguridad.
- ▶ Valoración y mejoras funcionales.
- ▶ Dinamización de actividades.
- ▶ Adaptación de actividades en función de los usuarios.
- ▶ Evaluación y seguimiento en hidrocinesia.
- ▶ Parámetros e indicadores de evaluación, seguridad, evolución y otros aspectos fundamentales.

Actividades especializadas de acondicionamiento físico con soporte musical. 130 horas

- ▶ Especialización en actividades de soporte musical.
- ▶ Nuevas tendencias en actividades coreografiadas.
- ▶ Errores más comunes y correcciones de gestos técnicos.
- ▶ Monitorización del entrenamiento musical.
- ▶ Competencias y actualización del monitor.
- ▶ Motivación y captación de usuarios.
- ▶ Actividades coreografiadas con máquinas.
- ▶ Seguridad, prevención y salud de los usuarios.
- ▶ El cuidado y mantenimiento de la instalación.
- ▶ La motivación como factor de fidelización.

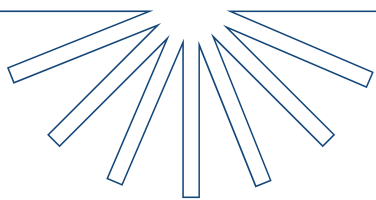


Control postural, bienestar y mantenimiento funcional. 195 horas

- ▶ Actividades de control postural, bienestar y salud.
- ▶ El mantenimiento de la actividad funcional del cuerpo humano.
- ▶ Gimnasia deportiva en todas las edades.
- ▶ Gimnasia asiática como actividad física y mental.
- ▶ Reeducción postural y beneficios para la salud.
- ▶ Tendencias en actividades de equilibrio y control del cuerpo.
- ▶ Supervisión de espacios y actuación del técnico.
- ▶ Metodología de las actividades y correcciones de ejercicios.
- ▶ Utilización de materiales estables e inestables.
- ▶ Parámetros e indicadores de evaluación, seguridad, evolución y otros aspectos fundamentales.



2º CURSO



Empresa en iniciativa emprendedora. 65 horas

- ▶ Administración empresarial y aspectos fundamentales.
- ▶ El emprendedor y la iniciativa emprendedora.
- ▶ Gestión de recursos humanos, materiales y de entorno.
- ▶ Estudio de mercado y análisis de riesgos.
- ▶ Realización y estructura de un plan de empresa.
- ▶ Los primeros pasos en el crecimiento de la empresa.
- ▶ Expansión y crowdfunding.
- ▶ Innovación empresarial y nuevas herramientas de crecimiento.
- ▶ Fiscalidad y recursos humanos.
- ▶ Financiación y administración de la empresa.



Lengua extranjera profesional: inglés. 40 horas

- ▶ Introducción a la gramática y vocabulario específico en el deporte.
- ▶ Cantajuegos y dinamización en inglés.
- ▶ Juegos para trabajar el vocabulario con niños de habla no inglesa.
- ▶ Juegos para trabajar el inglés con niños en colegios o campamentos bilingües.
- ▶ Entrevista profesional en lengua extranjera.
- ▶ Lectura y comprensión de documentos en lengua inglesa.
- ▶ Actividades físico-deportivas mientras hablamos en inglés y de algunos otros aspectos relevantes.
- ▶ Control de sesiones y gestión de grupos predeportivos.



- ▶ Proyecto de acondicionamiento físico. 30 horas
- ▶ Formación en centros de trabajo. 370 horas

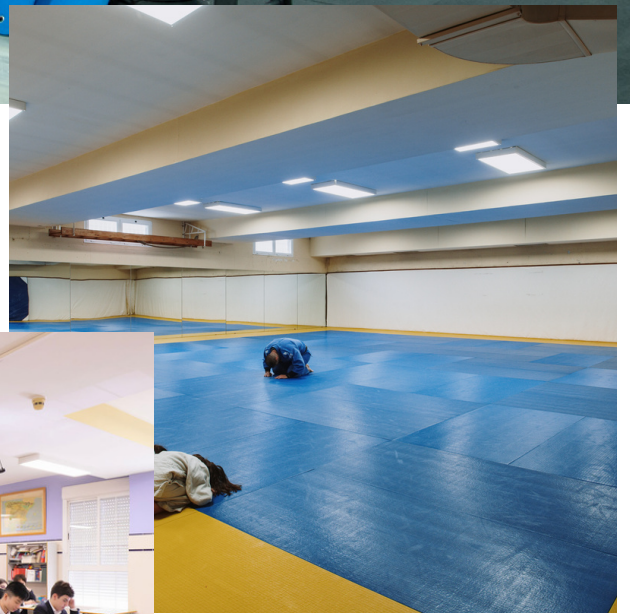
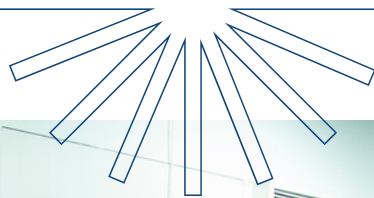




INSTALACIONES

Como estudiante de técnico superior en acondicionamiento físico, tendrás a tu disposición instalaciones de primer nivel como nuestro centro deportivo , Aristos Sports Center.





SALIDAS PROFESIONALES



Entrenador Personal



Entrenador acondicionamiento físico para grupos con soporte musical (Bodypump, Bodycombat, GAP, etc.)



Instructor de hidrocinesia.



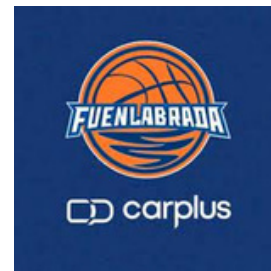
Entrenador de acondicionamiento físico en el agua

Instructor de acondicionamiento físico para colectivos especiales (tercera edad, embarazadas, etc.)



EMPRESAS COLABORADORAS

Prácticas garantizadas en las mejores empresas del sector





REQUISITOS DE ACCESO

SOMOS ARISTOS



ESTUDIA TSAF

Puedes acceder directamente cuando tengas alguno de estos títulos o estudios:

- ▶ Tener el Título de Bachiller o haber superado 3º de BUP
- ▶ Haber superado el segundo curso de cualquier modalidad de Bachillerato experimental.
- ▶ Tener un Título de Técnico (Formación Profesional de Grado Medio).
- ▶ Tener un Título de Técnico Superior, Técnico Especialista o equivalente a efectos académicos.
- ▶ Haber superado el Curso de Orientación Universitaria (COU).
- ▶ Tener cualquier Titulación Universitaria o equivalente.
- ▶ Haber superado la prueba de acceso a ciclos formativos de grado superior
- ▶ Haber superado la prueba de acceso a la Universidad para mayores de 25 años

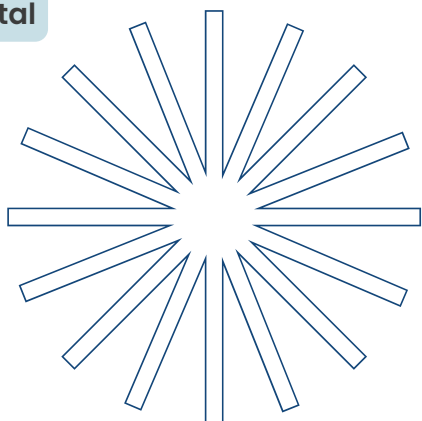


PRECIOS

PRECIO TOTAL 3.550€.

Se abonará en 10 cuotas de 355€ al mes (de septiembre a junio)

En el precio esta INCLUIDO: ropa técnica, clases teóricas y prácticas, uso de instalaciones, material físico y digital



MEC

El Ministerio de Educación y Formación Profesional convoca las Becas MEC del curso académico 2023/2024, tanto las becas de carácter general para estudiantes que cursen estudios no universitarios (Formación Profesional, Bachillerato y otros) como la Ayuda de Necesidades Educativas Especiales para alumnos con necesidad específica de apoyo educativo.

[MAS INFORMACIÓN](#) >

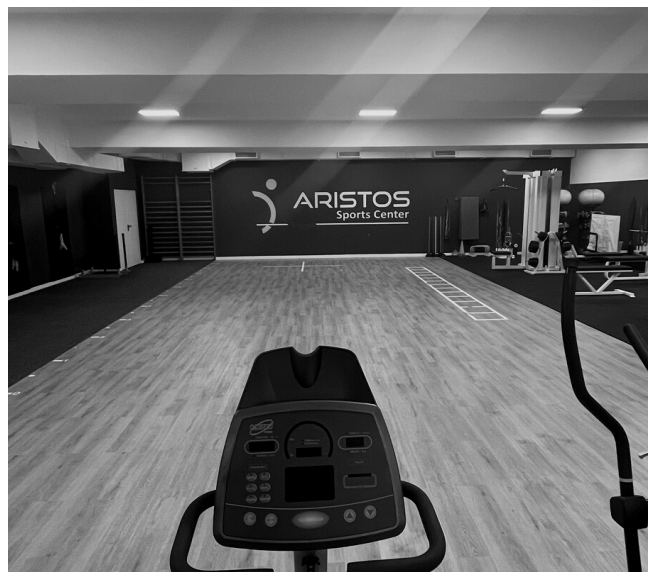
CAM

Becas para el estudio de Formación Profesional de Grado Superior en centros privados autorizados por la Comunidad de Madrid

[MAS INFORMACIÓN](#) >



COLEGIO EUROPEO ARISTOS



BECAS

SOMOS ARISTOS

FONDO SOCIAL EUROPEO

Becas para el estudio de Programas de Segunda Oportunidad. Cofinanciadas por el Fondo Social Europeo (FSE+)

[MAS INFORMACIÓN](#) >



Colegio Europeo Aristos
www.aristosciclosformativos.com
ciclosformativos@colegioaristos.com
91.683.75.93



S O M O S A R I S T O S