



1 APTITUD FÍSICA

Circuito de agilidad

Dominadas/
Suspensión

1000 metros

- Valoración inicial de rendimiento.
- **Plan de entrenamiento adaptado al nivel** y a las pruebas específicas.
- **Revisión cada 45 días del nivel alcanzado**
- **Dieta** que favorezca el plan de entrenamiento.
- Clases en directo
- Vídeos explicativos de los ejercicios.
- **Apoyo presencial en delegación.**

3 PERSONALIDAD Y BIODATA

- **Trabajo con test de personalidad reales** para conocer los parámetros que mide.
- Ejemplos de **test biodata** para conocer las preguntas reales.
- **Trabajo y vídeos sobre las competencias propias** de la prueba: sinceridad, lenguaje verbal y no verbal, asertividad, comunicación, etc...
- **Preparación individual de la entrevista.**

+ TALLERES PRESENCIALES EN TU CENTRO

2 CONOCIMIENTOS

- **Temario actualizado con clases en directo y vídeos explicativos.**
- Resumen - esquema por tema.
- **Biblioteca audiovisual** por tema.
- **Ortografía y gramática:** repaso reglas ortográficas y gramática de la lengua española.
- Evaluaciones: test, parciales y finales.
- **Exámenes oficiales.**

4 TEST PSICOTÉCNICOS

- **Base teórica de cada aptitud:** verbal, numérica, razonamiento abstracto, espacial, de memoria y perceptiva.
- **Metodología basada en niveles:** básico, medio, avanzado.
- **Valoración inicial del nivel.**
- Ejercicios adaptados a cada nivel.
- **Clases en directo y vídeos explicativos.**
- Juegos interactivos con **SeriusGame.**



IDIOMA

- **Temario con clases en directo y vídeos explicativos.**
- Inglés y Francés (gramática y vocabulario).
- Evaluaciones: test, parciales y finales.



Prueba voluntaria que puede sumar hasta 2 puntos en la calificación final