

**COMANDO DE EDUCACIÓN Y DOCTRINA DEL EJÉRCITO  
ESCUELA MILITAR DE CHORRILLOS**



**EL ENTRENAMIENTO FÍSICO EN EL EJÉRCITO DEL PERÚ Y  
EL PERFIL DE COMPETENCIAS DEL OFICIAL DE  
INFANTERÍA**

**TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL PARA OPTAR EL TÍTULO  
PROFESIONAL DE LICENCIADO EN CIENCIAS MILITARES CON  
MENCIÓN EN ADMINISTRACIÓN**

**PRESENTADO POR:**

**SOLÍS TRINIDAD HELI MANUEL**

**LIMA – PERÚ**

**2021**

## ÍNDICE

<b>ÍNDICE</b> .....	<b>ii</b>
<b>ÍNDICE DE FIGURAS</b> .....	<b>iii</b>
<b>RESUMEN</b> .....	<b>iv</b>
<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	<b>v</b>
<b>CAPITULO I. INFORMACIÓN GENERAL</b> .....	<b>6</b>
1.1. Dependencia o Unidad (donde se desarrolla el tema) .....	6
1.2. Tipo de actividad (Función y Puesto) .....	6
1.3. Lugar y fecha.....	7
1.4. Visión del BSva “Tacna” N° 27 .....	7
1.5. Misión del BSva “Tacna” N° 27 .....	7
1.6. Funciones del Puesto que Ocupó. ....	7
1.7. Actividades que Realizaba en ese Puesto .....	8
<b>CAPITULO II. MARCO TEÓRICO</b> .....	<b>9</b>
2.1. Campos de Aplicación.....	9
2.2. Tipo de aplicación (Operativo, administrativo y/o técnico) .....	9
2.3. Definición de términos.....	10
<b>CAPITULO III. DESARROLLO DEL TEMA</b> .....	<b>11</b>
3.1. Antecedes de la investigación .....	11
3.1.1. Antecedentes internacionales .....	11
3.1.2. Antecedentes nacionales .....	12
3.2. Descripción teórica.....	13
3.2.1. Entrenamiento físico militar.....	13
3.2.2. La evolución histórica de la formación física militar .....	14

3.2.3. Metodología de entrenamiento físico en academias militares.....	14
3.2.4. Entrenamiento de infantería.....	17
3.2.5. Concepto de competencia .....	18
3.3. Diagnostico.....	20
3.4. Propuesta de innovación.....	21
3.4.1. Descripción del Programa de evaluación.....	21
3.4.2. Estructura del Programa Modular .....	23
3.4.3. Diseño de la propuesta .....	25
3.4.4. Objetivo del Programa Modular .....	26
<b>CONCLUSIONES.....</b>	<b>28</b>
<b>RECOMENDACIONES .....</b>	<b>29</b>
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....</b>	<b>30</b>
<b>ANEXOS .....</b>	<b>32</b>

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Modelo de competencias.....	22
Figura 2. Competencias referidas a los Oficiales, sin especificar rango, arma o servicio. .....	25

## RESUMEN

El siguiente tema titulado: ***El entrenamiento físico en el Ejército del Perú y el perfil de competencias del Oficial de Infantería.*** Es una investigación que tiene como propósito presentar un estudio sobre el Entrenamiento Físico y la forma en que desarrolla habilidades para el futuro Oficial de Infantería, y que garantice el buen desempeño en entornos operativos, es decir, en Teatros de Operaciones en los que el Perú ha participado. El área de investigación es el Batallón de Infantería de Selva “Tacna” N° 27 perteneciente a la V División del Ejército; ubicada en la localidad de Cabo Pantoja, en la región de Loreto.

En la vida de cualquier organización, cuya misión sea la formación, es necesario actualizar constantemente los temas y las necesidades formativas, con el fin de dotar de las competencias adecuadas a las tareas que realizarán sus aprendices tras la formación. El ejército del Perú no es una excepción, y a lo largo de los años ha buscado mantenerse al día con los desarrollos, tanto en el aspecto académico en comparación con otras Instituciones de Educación Superior, como para las necesidades del nuevo espectro de operaciones militares, así como en el ámbito físico, Aspecto formativo, en el que se ha buscado capacitar al militar con habilidades físicas que les garanticen un buen desempeño en futuras misiones que se les puedan asignar.

En vista de la recolección de datos, en el aspecto de revisión de la literatura, se desarrolló una propuesta de innovación, Los resultados mostraron que el Entrenamiento Físico Militar se desarrolla a través competencias fundamentales para el buen desempeño del Oficial de Infantería, y si bien presenta algunas brechas en el desarrollo de las capacidades que se propone desarrollar, las más solicitadas en las misiones actuales del Destacado Nacional. Se están desarrollando fuerzas

**Palabras claves:** *Entrenamiento físico, Competencias, Rendimiento y Oficial de Infantería.*

## INTRODUCCIÓN

El presente trabajo de Investigación surge en el ámbito de la experiencia adquirida por el autor con especialidad como Capitán de Infantería. Este trabajo es un hito importante en los cursos militares, no solo por su carácter evaluativo, sino también porque es el final de una larga etapa de formación como Oficiales del Ejército. Este tema aborda dos áreas muy importantes, el entrenamiento físico como agente de entrenamiento y el perfil de habilidades del Oficial de Infantería orientado a las misiones que realizará. El “Entrenamiento Físico Militar consiste en un conjunto de actividades que forman parte del sistema de Instrucción del Ejército. Son múltiples las actividades formativas a las que son sometidos los estudiantes, por ello, tiene como objetivo contribuir a la preparación física, psicológica, social y cultural de los militares, en una perspectiva global del hombre; contribuir al fortalecimiento de la moral y capacitarlos para llevar a cabo las misiones que se les encomiendan.

Es entonces que al inicio del trabajo se presenta se establece un resumen, que hace mención el propósito general y se especifican la experiencia obtenida en el área de investigación.

En el **Primer Capítulo**, se muestra la información general, donde se da a conocer la dependencia o unidad, el tipo de actividad, el lugar y fecha y función desempeñada.

En el **Segundo Capítulo**, se desarrolla el marco teórico, el cual incluye el campo y tipo de aplicación, seguido por la definición de términos.

El **Tercer Capítulo**, está constituido por los antecedentes de la investigación, la descripción teórica con sus diversos fundamentos, seguido por un preciso diagnóstico actual y su propuesta de innovación.

Finalmente se presentan las conclusiones y recomendaciones del proyecto de investigación.

## CAPITULO I.

### INFORMACIÓN GENERAL

#### 1.1. Dependencia o Unidad (donde se desarrolla el tema)

La Dependencia fue en el Batallón de Infantería de Selva “Tacna” N° 27 perteneciente a la V División del Ejército; ubicada en la localidad de Cabo Pantoja, en la región de Loreto.



#### 1.2. Tipo de actividad (Función y Puesto)

El puesto desempeñado fue como Comandante de Compañía, en el Batallón de Infantería de Selva “Tacna” N° 27 del Ejército de Perú, desempeñando funciones como Conducir, supervisar y planificar las actividades de las unidades tácticas para agilizar el proceso de elaboración de presupuestos, almacenes intensivos, alimentos e inventarios, considerando las pautas desarrolladas por el Comando Superior.

### **1.3. Lugar y fecha**

La experiencia ocurrió en los años comprendidos 2018- 2019, en la localidad de Cabo Pantoja, acantonado en el distrito de Torres Causana, en la provincia de Maynas, del Departamento de Loreto, Perú.

### **1.4. Visión del BSva “Tacna” N° 27**

Convertirse en un Batallón de Infantería de Selva que promueve el respeto y ejecute sus funciones de una manera determinada con la garantía de que siempre brindará seguridad y protección a la comunidad.

### **1.5. Misión del BSva “Tacna” N° 27**

El Batallón de Infantería de Selva “Tacna” N° 27, tiene la misión de planificar y ejecutar misiones de operaciones bélicas convencionales y no convencionales, como las operaciones antiterroristas que a menudo ocurren en las bases. Todos estos planes son para restaurar el orden interno, brindar bienestar e integridad a la sociedad y contribuir a las misiones estratégicas emanadas por el Comando Superior.

### **1.6. Funciones del Puesto que Ocupó.**

- Planear y aplicar el plan de moral y bienestar, con el fin de motivar al personal y suplir sus necesidades, teniendo en cuenta los lineamientos establecidos por el Comando Superior.

- Registrar, consignar y actualizar los folios de vida de los comandantes del pelotón, con el fin de evaluar su desempeño durante los lapsos calificables, teniendo en cuenta la normativa vigente.
- Supervisar y controlar las diferentes comisiones, mediante registros simultáneos, con el fin de verificar los cargos de la unidad, teniendo en cuenta los lineamientos establecidos por el Comando Superior

### **1.7. Actividades que Realizaba en ese Puesto**

- Promulgar, orientar y aplicar las normas del buen trato al personal, con el fin de generar la cultura da buen trato, teniendo en cuenta las necesidades del Comando, expuestos ante el Comandante del Batallón, con el fin de dar solución.
- Aplicar y supervisar los procesos disciplinarios o penales que se requieran al personal de la Unidad con el fin de establecer responsabilidad, teniendo en cuenta la normatividad vigente.
- Las demás funciones que sean asignadas por las autoridades competentes de acuerdo con la naturaleza y el área desempeñada del cargo.
- Recepcionar, tramitar y orientar las necesidades e inconvenientes de los subalternos, canalizándolas a través de conducto regular para ser atendidas por el organismo correspondiente.

## **CAPITULO II.**

### **MARCO TEÓRICO**

#### **2.1. Campos de Aplicación**

El área de investigación es el Batallón de Infantería de Selva “Tacna” N° 27 perteneciente a la V División del Ejército; ubicada en la localidad de Cabo Pantoja, en la región de Loreto.

La línea de investigación: Diagnóstico, mantenimiento, evaluación y Capacitación. Proceso de aprendizaje-enseñanza. Técnicas, procedimientos y métodos activos. Estrategias de Enseñanza y Aprendizaje. y Metodologías.

#### **2.2. Tipo de aplicación (Operativo, administrativo y/o técnico)**

El Ejército del Perú con base legal en el ARTICULO 1, Aprueba el RE 34-37 *"ENTRENAMIENTO FÍSICO MILITAR"* el que será inscrito en el registro de Publicaciones Militares. Este Reglamento actualizado, contiene las normas y disposiciones emitidas por el MINDEF, el Ejército para el entrenamiento físico militar, así como las observaciones y sugerencias recibidas de los Comandos de las Dependencias de la Institución, que han permitido actualizar el texto con la finalidad de capacitar físicamente al personal y contar operativa capacitada para actuar en todo tipo de terreno; con una fuerza. De esta manera esta investigación va direccionado al campo operativo militar, donde el Ejército del Perú tiene la responsabilidad de cumplir con el programa de disciplina de Instrucción Militar, con el objetivo último de promover la integración en la Institución Militar, asumiendo las actitudes y comportamientos inherentes a la condición militar y desarrollando cualidades cívicas en les da el alto sentido del deber y el honor, patriotismo y atributos de carácter esencial para el ejercicio de la función de Oficial del Estado Mayor Permanente del Ejército.

### 2.3. Definición de términos

- **Desempeño:** Se refiere a la acción que se produce cuando se aplica cierto conocimiento a algo. Este adjetivo significa que algo es útil o no útil. También puede emplearse cuando se necesita describir a alguien que realiza una actividad (RAE, 2021).
- **Entrenamiento:** Este es el papel y el efecto de la preparación y el proceso de adquisición de conocimientos, habilidades y capacidades. Por ejemplo, el ejercicio físico es en realidad mecánico porque consiste en realizar una serie de ejercicios diseñados para desarrollar habilidades o músculos específicos, con el objetivo de alcanzar el máximo potencial en un momento dado. (Glosario Militar, s.f.).
- **Habilidad:** Se refiere a la capacidad y disposición para hacer algo, las habilidades son cosas que una persona realiza con talento y agilidad, mientras que la trama se presenta con originalidad, astucia y experiencia. En otras palabras, la habilidad es la competencia de una persona en relación con un objetivo determinado. (RAE, 2021).
- **Rendimiento:** Este enfoque se usa generalmente para medir el desempeño de una persona en un entorno laboral o académico. Este es el nivel alcanzado en base a habilidades y esfuerzo (RAE, 2021).
- **Unidades:** Organización militar de la Fuerza Terrestre, cuyo mando, liderazgo o dirección es privado de un oficial superior, que se puede llamar batallón, consta de subunidades (Glosario Militar, s.f.).
- **Método:** Se refiere a los medios utilizados para orientar un propósito específico (RAE, 2021).

## **CAPITULO III.**

### **DESARROLLO DEL TEMA**

## **EL ENTRENAMIENTO FÍSICO EN EL EJÉRCITO DEL PERÚ Y EL PERFIL DE COMPETENCIAS DEL OFICIAL DE INFANTERÍA**

### **3.1. Antecedes de la investigación**

#### **3.1.1. Antecedentes internacionales**

García, R. y Orbe, M. (2020). Entrenamiento físico militar y la capacidad operativa de las unidades militares. Maestría en Defensa y Seguridad. Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE. Matriz Sangolquí, Ecuador. Su objetivo estuvo basado en establecer cómo los métodos actuales de entrenamiento físico militar afectan las capacidades operativas del personal militar en operaciones militares de guerra y distintas de guerra.

En vista de que el Comando de Combate del Ejército (COT) ha pasado una serie de pruebas físicas establecidas basadas en la edad y el género a través de la División de Cultura Deportiva, y realiza evaluaciones físicas de todo el personal militar cada seis meses para verificar la condición física del personal del Ejército y determinar si están Capaz de ejecutar operaciones militares para integrar planes de entrenamiento apropiados, ejecución y control, aplicación de carga de entrenamiento (volumen-intensidad y densidad) y dirección de entrenamiento, está directamente relacionado con la mejora de la condición física de los soldados, calidad de vida y efectividad en el combate.

Para solucionar el problema institucional, se recomienda implementar un nuevo método de entrenamiento físico militar para ser aplicado por el ejército ecuatoriano, junto con los métodos de entrenamiento físico militar incluyendo planes de entrenamiento físico militar, métodos y técnicas de entrenamiento, planes de entrenamiento, pautas de ejecución y control.

En conclusión, de acuerdo a las necesidades del país, nuevas situaciones y amenazas actuales, es necesario realizar capacitaciones integrales y especializadas, y realizar capacitaciones condicionales y deterministas por etapas, y estas capacitaciones deben estar orientadas al desarrollo de la preparación física. Estas habilidades y destrezas militares pueden mejorar las capacidades operativas de cada unidad militar. Además, estas nuevas tendencias de entrenamiento son las más efectivas y en el menor tiempo. El objetivo es mejorar significativamente el rendimiento físico, reducir el sobrepeso y evitar lesiones a sus practicantes.

### **3.1.2. Antecedentes nacionales**

Albites (2020). Método de evaluación del entrenamiento físico y rendimiento en las Unidades Militares del Ejército del Perú. Comando de Educación y Doctrina del Ejército, Escuela Militar de Chorrillos, Perú. Su principal objetivo fue establecer un método para evaluar el entrenamiento físico y el desempeño de las unidades de militares del Ejército del Perú. La dependencia de estudio fue el BCT "Coronel Domingo Ayarza No. 311", perteneciente al IV DE-VRAEM, en la ciudad de Jauja, Junín, Perú. La problemática de la investigación suscita en base a la necesidad de mejorar los métodos de evaluación del entrenamiento y desempeño físico de las tropas del Ejército del Perú, lo cual es incuestionable, sin embargo, su aplicación requiere una atención especial. Es importante prestar atención a la salud y la condición física mediante una supervisión continua y específica.

Ante la situación antes mencionada, al autor propone innovadoramente un plan de preparación y entrenamiento para la evaluación física continua y la prevención del daño muscular para mejorar su salud, capacidad y el desempeño de sus funciones. Por tanto, se concluye que el entrenamiento deportivo militar no debe reducirse a un conjunto de métodos para superar la prueba en un día determinado, al contrario, debe practicarse todos los días para obtener mejores condiciones para evaluar el rendimiento deportivo. No es necesario un esfuerzo excesivo en ningún momento. Se espera que los militares lleguen a la conclusión de que el tiempo dedicado a las actividades deportivas no es "tiempo perdido" sino "tiempo ganado". Esto requiere diferentes filosofías de vida y cambios de valores, es decir, una reevaluación de las cosas importantes.

## **3.2. Descripción teórica.**

### **3.2.1. Entrenamiento físico militar.**

Es un tipo de entrenamiento que implica mejorar la capacidad del cuerpo para realizar actividades que implican cambios en la fuerza física y la energía. Esta actividad física ejercita la fuerza, la resistencia muscular, la resistencia cardiorrespiratoria y la flexibilidad física de los soldados para realizar habilidades individuales de diferente dificultad según la especialidad y función de cada soldado. El deporte puede complementar las condiciones físicas, brindar entretenimiento, descanso (que es un cambio de actividad) valor agregado, y habilitar equipos deportivos representativos en el entorno social donde se ubican las instalaciones militares. (Altamirano, 2014).

Si las tropas no están adiestradas o no se realiza el mantenimiento necesario de equipos y armas, las operaciones no se pueden realizar. Se requiere mantenimiento para asegurar el éxito de la operación, gracias al entrenamiento de las tropas. Finalmente, sin entrenamiento, no hay eficiencia sin mantenimiento, incluso si las tropas están entrenadas, la eficiencia fracasará (Tipán, 2015).

### **3.2.2. La evolución histórica de la formación física militar**

“Históricamente, el entrenamiento físico (EF) está directamente ligado al entrenamiento de nuestros jefes militares y, en consecuencia, al entrenamiento de nuestro país”. (RE 34-37, 2015). Refiriéndonos a esta fecha, tendremos que cumplir con la definición de entrenamiento físico (EF) para encontrarla, por lo que hay que considerar que todo el arte de blandir la espada, y montar a caballo, se expresa en competencias y en momentos lúdicos, como ser Físico de Entrenamiento que practicado en ese momento.

En 1927 se empezó a sentir la necesidad de un EF cada vez más adaptado a las operaciones desarrolladas, con el fin de obtener un mejor desempeño de los hombres: los ejercicios son indispensables para darle al individuo el entrenamiento conveniente para realizar determinados trabajos con el mínimo de fatiga. Particularmente para que la infantería pueda, en las condiciones más ventajosas, gastar la energía que se requiere de ella en los campos de batalla, es importante que los hombres se encuentren, no solo en las mejores condiciones morales, sino físicamente descansados y restaurados (RE 34-37, 2015). Aunque ya con esta percepción, cuatro años después en Portugal hay un caso interesante de que la gimnasia del caballo es común y la de los soldados, sargentos y oficiales mismos es muy poco practicado, por lo que cuya resistencia, destreza, flexibilidad, equilibrio, etc, buscan crecer a través de la gimnasia segmentaria y sintética, mientras no estén debidamente preparados para una acción similar con los soldados (MilitaryReview, 2014).

### **3.2.3. Metodología de entrenamiento físico en academias militares**

El entrenamiento físico adquiere dos aspectos, el Entrenamiento Físico de Base (EFB) y el Entrenamiento Físico de Aplicación Militar (EFAM).

El TFB consta de una variedad de actividades, a saber, carrera continua, Fartlek, entrenamiento en circuito, gimnasia y deportes de equipo, con gimnasia que se imparte solo en el primer año, y deportes de equipo, solo en el segundo año, abarcando las modalidades de balonmano, baloncesto, fútbol sala y voleibol. Para obtener un promedio positivo a TFB, los estudiantes son evaluados según una fórmula, donde ingresan los valores obtenidos en la prueba de cobre, en una prueba abdominal, realizada en dos minutos, en una prueba de extensión de brazos en el suelo, solo en el primer semestre, y en una prueba de flexiones en la barra, solo en el segundo semestre. En el primer y segundo año, los valores obtenidos en la carrera de ochenta metros y, en concreto, en el primer año, los obtenidos en gimnasia, que incluyen, en el primer semestre, la ejecución de varios elementos gimnásticos, a saber, salto mortal en la parte trasera, alfiler de cabeza, apoyo facial invertido, rueda y redondo, y trepar por la cuerda, y en el segundo semestre, el salto entre manos, salto de carpa, salto de longitud sobre el pedestal, salto de pez, y también la subida delantera en la viga y una pista de destreza, y aún en el segundo año, las obtenidas en los deportes de equipo (MilitaryReview, 2014).

Así, el TFB tiene como objetivo desarrollar la capacidad aeróbica a través de la carrera continua, para expandir la capacidad y potencia aeróbica, así como la capacidad anaeróbica y la fuerza de resistencia del tren inferior a través del Fartlek, para expandir la fuerza de resistencia general a través del entrenamiento en circuito y aumentar la coordinación motora, velocidad, fuerza rápida y flexibilidad a través de la gimnasia (MilitaryReview, 2014).

TFAM, comúnmente conocido en la sociedad castrista como GAM (Gimnasia de aplicación militar), consiste en carreras de obstáculos, equitación, natación y deportes de combate, es decir, esgrima, judo, boxeo y combate cuerpo a cuerpo. Para obtener un promedio positivo de TFAM, los estudiantes son evaluados de acuerdo con una fórmula específica para cada año del curso.

En el primer año, se evalúan en la ejecución de una pista mojada sin arma, en el primer semestre; en la ejecución de la pista de doscientos metros sin arma en la segunda mitad; y en ambos semestres, en esgrima. En el segundo año son evaluados en la ejecución de las mismas pistas realizadas en el primer año, pero equipados con un arma, y en ambos semestres por judo. En el tercer año se evalúa la carrera de seis kilómetros, equipado con arma, en el primer semestre, en la ejecución de la pista internacional de quinientos metros sin arma, y en ambos semestres, combate cuerpo a cuerpo, boxeo y cabalgatas. En el cuarto año, son evaluados en la ejecución de una pista de “triatlón AM”, que consiste en cruzar obstáculos, lanzar una granada y disparar un rifle de aire comprimido; También se evalúa la natación militar, en la ejecución de quinientos metros libres con taco de salida, de cien metros vestidos con traje con taco de salida y de la pista de natación utilitaria del pentatlón militar, y también se evalúan en mano a mano. Combate cuerpo a cuerpo, en la ejecución de una carrera de obstáculos donde se integran situaciones para la aplicación de técnicas de combate cuerpo a cuerpo (MilitaryReview, 2014).

De esta forma, TFAM pretende desarrollar: la capacidad y potencia anaeróbica aeróbica y láctica, la velocidad, la fuerza en general y la fuerza de resistencia en particular, y también el espíritu corporal, el espíritu de sacrificio y abnegación, a través de la ejecución de carreras de obstáculos; la capacidad de percibir / interpretar las acciones del oponente, la agilidad, la flexibilidad, el dominio del estado emocional, el espíritu combativo, la autoconfianza y el coraje, así como la adquisición de técnicas efectivas para su uso en el combate físico, a través de los deportes de combate; la capacidad de resistencia en brazada recta y la adquisición y consolidación de la técnica en brazada vestida, a través de la natación militar; y la confianza en uno mismo, el coraje y la toma de decisiones a través de la equitación (MilitaryReview, 2014).

### **3.2.4. Entrenamiento de infantería**

La infantería se caracteriza por su versatilidad, dada su capacidad para combatir a pie, en todo tipo de terrenos y bajo cualquier condición climática y meteorológica, pudiendo participar en operaciones anfibas, aéreas y aerotransportadas, ya que puede viajar montada en cualquier transporte que lo haga. Tenga orgánicamente o con el que haya sido reforzado, también podrá pelear montado, si tiene orgánicamente vehículos de combate de Infantería (MI-003, 2015).

La misión fundamental de la Infantería es el fortalecimiento del contacto con el enemigo y la destrucción o captura del enemigo, combinando, para ello, los incendios, el movimiento y la acción de choque (MI-003, 2015, pp 1-10).

La infantería conquista, mantiene o controla la tierra mediante la ocupación física y/o el uso de fuegos. Su capacidad para moverse en formaciones pequeñas, poco referenciadas, en todo tipo de terrenos, le permite aprovechar los ejes de aproximación cubiertos y los accidentes más pequeños del terreno para reducir posiciones fuertes, infiltrarse en la posición enemiga o realizar patrullas de largo alcance. Sus características lo hacen especialmente indicado para luchar contra cualquier tipo de enemigo (MI-003, 2015).

Por sus características y posibilidades, la Infantería es el Arma que más sufre en los enfrentamientos, por lo que requiere de sus militares un extremo espíritu de sacrificio, perseverancia, solidaridad, generosidad, compañerismo y una buena condición física que les permita soportar todas las fatigas a las que puedan verse sometidos en el cumplimiento de su misión. Por lo tanto, es necesario un entrenamiento intensivo no sólo a nivel técnico y táctico, sino también a nivel físico y psicológico, con el fin de dotar a los militares de las habilidades necesarias para un rendimiento óptimo, ya que esto puede marcar la diferencia entre la vida y la muerte (MI-003, 2015).

### 3.2.5. Concepto de competencia

Múltiples pueden ser los significados que el concepto de competencia puede tomar debido a su génesis teórica; sin embargo, Harvey (1991), citado en Vargas (2015), basándose en el análisis de estos enfoques, construyó un modelo con el objetivo de organizar el concepto de competencia, el modelo CHCO. Este modelo consta de lo siguiente:

**Conocimiento:** La información necesaria y específica para realizar las tareas de una función. Se adquiere a través de la educación formal, la formación en el puesto de trabajo y la experiencia laboral.

**Habilidad:** Competencia en el uso de herramientas y equipos en el trabajo. Esta habilidad debe adquirirse en un entorno educativo.

**Capacidad:** Resulta de conceptos como la inteligencia, la orientación espacial y el tiempo de reacción. Las habilidades se miden mediante pruebas que proporcionan estimaciones sobre la capacidad de una persona para realizar una tarea.

**Otras:** Son las características necesarias para hacer bien un trabajo. Esta categoría incluye las habilidades de logro, las actitudes, la personalidad y otras características personales requeridas del trabajador.

Así, podemos clasificar las competencias en tres formas: competencias instrumentales, que se refieren a la capacidad y destreza en el manejo y operación de materiales, instrumentos, herramientas y equipos; habilidades cognitivas, conocimiento subyacente; y habilidades conductuales, que están directamente vinculadas a comportamientos ideales y responsabilidades para el trabajo (Vargas, 2015).

Vargas (2015), trata la competencia como la acción de poner en práctica conocimientos, actitudes y habilidades en un contexto determinado, donde existen situaciones de contingencia que influyen directamente en un buen desempeño individual. La competencia profesional se traduce así en la capacidad de articular, movilizar en la acción los valores, conocimientos y habilidades necesarios para el desempeño eficiente y eficaz de las actividades referidas por la naturaleza del trabajo.

De esta forma, podemos definir la competencia como la capacidad personal que tiene un individuo para aplicar conocimientos, habilidades y actitudes en una determinada situación, recurriendo a la movilización de lo aprendido durante un período de formación y ejercicio de una profesión.

#### ➤ **Concepto de competencia física**

La competencia física puede entenderse como la capacidad que tiene un individuo para aplicar, en situaciones reales que lo requieran, conocimientos técnicos, habilidades motoras y actitudes psicológicas, recurriendo a la movilización de lo que, a través del entrenamiento, se ha desarrollado para que pueda obtener un buen desempeño (Vargas, 2015).

De esta forma podemos definir la competencia física como un conjunto de capacidades físicas, técnicas y psicológicas que permiten a un individuo, mediante la aplicación de estas, obtener un buen desempeño en el desempeño de tareas en situaciones reales similares a aquellas para las que fue entrenado (Vargas, 2015).

### 3.3. Diagnostico

El oficial del siglo XXI debe contar con las competencias que le permitan ejercer todas las funciones establecidas en un marco orgánico, para su cargo y arma o servicio, contribuyendo así a la misión del Ejército: participar, de manera integrada, en la defensa militar de la República, de acuerdo con lo dispuesto en la Constitución y la ley, estando dirigida fundamentalmente a la generación, preparación y apoyo de las fuerzas del componente operativo del sistema de fuerza. Asimismo, en los términos de la Constitución y la ley, también es responsabilidad del Ejército participar en las misiones militares internacionales necesarias para garantizar los compromisos internacionales del Estado en el ámbito militar, incluidas las misiones humanitarias y de paz emprendidas por los organismos internacionales a los que el Perú pertenece.

El entrenamiento físico en el Ejército del Perú asume completas actividades físicas, con miras a desarrollar habilidades esenciales para los futuros oficiales del Ejército, contribuyendo así directamente al “adiestramiento de oficiales asignados al personal permanente de armas y servicios. Por tanto, como Establecimiento Militar, en el curso de su misión y de conformidad con el Código RE 34 – 37 de Entrenamiento Militar, está obligada a “brindar la formación adecuada para el pleno ejercicio de las funciones y misiones que le sean asignadas cualquier militar. con miras a su valorización humana y profesional.

Por lo anterior, se considera importante desarrollar este trabajo de investigación sobre las habilidades desarrolladas por el Entrenamiento Físico para el Futuro Oficial de Infantería, cuyo punto de partida es: ¿Cómo contribuye el Entrenamiento Físico a la adquisición de las habilidades necesarias del oficial de infantería del Ejército del Perú? En la búsqueda de mitigar la existencia del problema en nuestra Fuerza Terrestre, el cual afecta el rendimiento físico y militar del personal militar y por ende el rendimiento en las operaciones militares, debido a la aplicación de métodos de entrenamiento desactualizados y tradicionales.

### 3.4. Propuesta de innovación

A través de la verificación de los antecedentes y la base de en la descripción teórica que inicialmente se presentó, fue posible adquirir información importante para establecer una propuesta de innovación y que contribuya con la investigación, para la adquisición de las habilidades necesarias para el futuro Oficial de Infantería en el Entrenamiento Físico del Ejército del Perú.

La presente suficiencia profesional plantea como propuesta: **La Implementación de Programas Modulares con nuevas técnicas de Nuevas Técnicas de Entrenamiento Físico Militar**, constituido en modelos de competencias. Esta nueva deberá mejorar la eficiencia de las operaciones militares y la calidad de vida del personal militar.

#### 3.4.1. Descripción del Programa de evaluación

Un modelo de competencias consiste en un conjunto de competencias genéricas y específicas que han sido identificadas como centrales para que un individuo, en un contexto organizacional determinado, obtenga un buen desempeño profesional.

Se desarrolla uno de los modelos de enfoque de competencias más utilizados en el mundo, (Figura 1) Este modelo enfatiza las características personales como parte sumergida del iceberg y las habilidades como parte visible, que se traduce en acción en un contexto dado y que ha sido objeto de diversos análisis.



Figura 1. Modelo de competencias

Las Fuerzas Armadas de países como los Estados Unidos de América y la República de Singapur han adoptado un modelo de competencia propio adaptado a su realidad.

Programas Modulares con nuevas técnicas de Nuevas Técnicas de Entrenamiento Físico Militar basado en las competencias a la excelencia: es un Modelo de competencias del Oficial del Ejército y se propone este modelo de competencias para el Ejército del Perú. Esto, además de enfatizar las competencias como acciones, las invoca también como procesos. Este modelo nace de la necesidad de la Dirección de Recursos Humanos de articular acciones y actuaciones y, al mismo tiempo, formación y selección.

### 3.4.2. Estructura del Programa Modular

La formación del Programa Modular se imparte enfocándose en la correcta ejecución de los movimientos incluidos en las diversas tareas que la componen, buscando un aprendizaje consciente y participativo, a través del conocimiento permanente de los objetivos de calificación a alcanzar y las técnicas pedagógicas que permiten el desarrollo de la motricidad, permitiendo uso eficiente del tiempo disponible. Además es importante desarrollar las siguientes bases:

- ✓ El programa propuesto se basará en el desarrollo de tres partes principales: Físico, Militar y Mental. Estos componentes deberán estar bien definidos en La Implementación del Programa Modular con nuevas técnicas de Nuevas Técnicas de Entrenamiento Físico Militar, y permitirán, planificar, evaluar y controlar la formación mediante la aplicación de macrociclos, ciclos intermedios, microciclos, planes semanales, cursos de formación, evaluaciones, control médico y psicológico, encuestas, etc.
- ✓ Estas herramientas nos permitirán adaptarnos e integrar las condiciones físicas, las destrezas militares y las actividades de aplicación militar a lo largo de los ejercicios físicos militares del año, a fin de capacitar integralmente al personal militar, para que el personal militar se encuentre en buen estado físico, psicológico y saludable Expresar. La posición para la acción efectiva en operaciones militares de guerra y no bélicas.
- ✓ Las condiciones físicas militares deben entrenarse formulando condiciones y determinando direcciones de entrenamiento; primero, realizaremos entrenamiento condicional, que nos permitirá formular direcciones de entrenamiento condicionales, como fuerza (fuerza máxima, resistencia); resistencia aeróbica (capacidad y potencia); Rapidez y flexibilidad.

- ✓ Posteriormente, se debe de implementar habilidades militares individuales y practicaremos las últimas tendencias de entrenamiento (Crossfit, Insanity, Hiit, Body Combat, TRX, etc.) para mejorar las determinadas habilidades físicas que los soldados necesitan para mejorar sus capacidades de operaciones militares. Cabe mencionar que estas actividades variarán según la especialidad de cada unidad, pues cada unidad realizará diferentes tareas en función de las amenazas y riesgos.
- ✓ Para lograr las tareas anteriores, es importante que los militares deben realizar un riguroso entrenamiento militar de combate, el tiro, marchas, orientación, trotes con uniforme, el paso de pistas, la gimnasia militar, incluir competencias militares, como la natación, la trepada de cabo, apnea, entre otras actividades integrales. Este adiestramiento, como la apnea, permitirá que todo soldado se entrene y pueda completar las tareas que se le asignen en cualquier momento, esa es la razón de ser de todo soldado.
- ✓ El Programa Modular incluye actividades recreativas y deportivas para complementar las condiciones físico-militares, brindar recreación y recuperarse de la carga de entrenamiento; como nuestro ejército está trabajando duro y arduo todos los días, el deporte es una herramienta para motivar y aliviar el estrés de nuestro ejército, Estas actividades, podemos contar con las tropas mentalmente sanas para estar preparados para el empleo en cualquier situación de emergencia.
- ✓ Finalmente, en la tercera etapa se entrenarán las destrezas militares colectivas mediante la ejecución de actividades de aplicación militar (marcha, carrera, paso de pista, competencias militares, etc.). Estas actividades se llevarán a cabo de acuerdo con la dificultad de la profesión y las funciones del personal militar, y según las unidades militares Tipo de tarea.

### 3.4.3. Diseño de la propuesta

La Figura 2 representa el Modelo de Competencias propuesto para el Ejército del Perú, presentando en el círculo interno la competencia central, referida a Valores y Ética, que regulan la conducta dentro de la Institución Militar. El segundo círculo comprende las habilidades de carácter más individual, específicas del individuo, es decir, las cognitivas, emocionales y físicas. Finalmente, en el tercer círculo se encuentra la competencia sistémica / organizacional, relacionada con los lineamientos estratégicos de la Institución y la competencia de mando y liderazgo.



Figura 2. Competencias referidas a los Oficiales, sin especificar rango, arma o servicio.

#### **3.4.4. Objetivo del Programa Modular**

- ✓ Desarrollar componentes condicionales y de coordinación
  
- ✓ Aplicar un conjunto de ejercicios como medio prioritario y operativo de preparación de los estudiantes, teniendo en cuenta las adaptaciones físicas, técnicas, tácticas, psicológicas y sociológicas, que son fundamentales para lograr un alto desempeño de las tareas y funciones militares;
  
- ✓ Crear hábitos saludables y estilos de vida activos, desarrollando el gusto por la práctica física y deportiva.
  
- ✓ Alcanzar, a través de sus propios ejercicios, un nivel cada vez superior, resultado de la adaptación de los estudiantes a las condiciones que les imponen la evaluación física y los eventos deportivos. El objetivo es, por tanto, garantizar la máxima eficiencia, con un mínimo gasto energético y una rápida recuperación en respuesta al esfuerzo;
  
- ✓ Desarrollar la fuerza de resistencia para que pueda realizar esfuerzos de fuerza en la actividad de mediano y largo plazo, resistiendo la fatiga y manteniendo la función muscular en niveles altos.
  
- ✓ Desarrollar la coordinación motora, la velocidad de reacción y ejecución, el control espacial y el equilibrio. Desarrollar control respiratorio y técnicas estándar de movimiento en el agua;

- ✓ Desarrollar control respiratorio y técnicas estándar de movimiento en el agua;
  
- ✓ Aplicar la repetición lógica, sistemática y organizada de los diversos ejercicios que determinan la orientación y profundidad de las adaptaciones de los estudiantes a la especificidad del desempeño militar, expresada en la provisión de habilidades motoras (fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad), habilidades técnicas ( saltar, transponer, correr y nadar equipado, conocimientos ecuestres, etc.), y habilidades psicológicas (atención, concentración, desinterés, emoción, espíritu de sacrificio, tranquilidad y autoconfianza con solípedos, etc.);

## CONCLUSIONES

A través del objetivo principal que inicialmente se formuló, fue posible adquirir información importante para dar respuesta a la pregunta central de esta investigación: "¿Cómo contribuye el Entrenamiento Físico en la adquisición de las habilidades necesarias para el Oficial de Infantería del Ejército del Perú?"

El Entrenamiento Físico (EF) en la institución desarrolla fundamentalmente la competencia física, sin embargo, al dividirse en los tres aspectos mencionados, termina desarrollando habilidades primordiales para que el futuro Oficial de Infantería donde logre un buen desempeño en el cumplimiento de las misiones que le sean asignadas. Además, se considera que el EF también desarrolla las habilidades cognitivas, particularmente en la metodología de entrenamiento, lo que permite a los Oficiales de Infantería entrenar y preparar a sus hombres para los esfuerzos que encontrarán en la misión, teniendo así una noción más precisa de las capacidades que tiene cada hombre, y cuando están en su mejor momento

Así, consideramos crucial el Ejército del Perú, como lugar de formación de los Oficiales de Infantería, donde se asuma una mayor importancia, y sea cada vez más dinámico y completo. Por ello el autor del presente estudio contribuye con una propuesta de innovación para desarrollar las capacidades que antes se señalaban como carentes de desarrollo, pues como hemos visto la competencia física es una de las piezas clave para el buen desempeño del Oficial de Infantería en el cumplimiento de sus misiones.

## RECOMENDACIONES

Teniendo en cuenta lo anterior a lo largo del trabajo y como complemento a las conclusiones extraídas del estudio, será conveniente señalar como recomendaciones las siguientes:

1. La formación en el Ejército del Perú debe mantenerse constantemente actualizada, a través de las misiones que se atribuyen a la Fuerzas Nacionales en los Teatro de Operaciones para los que el Perú proyecta fuerzas.
2. La formación en el ámbito del Entrenamiento Físico debe ser complementado, en cuanto a habilidades físicas, velocidad y flexibilidad y habilidades técnicas, correr, saltar, nadar y superar obstáculos equipados.
3. La capacitación dentro del alcance del Entrenamiento Físico debe tratar de insertar tanta evidencia de decisión como sea posible, con miras a desarrollar las capacidades psicológicas de los futuros oficiales;
4. La formación dentro del Entrenamiento Físico debe seguir sirviendo para asignar una condición física básica; sin embargo, debe asignarse un Grupo Disciplinario de Educación Física y Deportes, para que se incluyan capacitaciones que simulen situaciones reales en la mayor medida posible;
5. Se debe reforzar la formación en cuanto a la técnica pedagógica de Entrenamiento Físico.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Albites, P. (2020). Método de evaluación del entrenamiento físico y rendimiento en las Unidades Militares del Ejército del Perú. Comando de Educación y Doctrina del Ejército, Escuela Militar de Chorrillos, Perú. Recuperado de: <http://repositorio.escuelamilitar.edu.pe/handle/EMCH/351>
- Altamirano, S. (2014). *La preparación física y su influencia en el rendimiento físico de los aspirantes a soldados IWIAS de la Escuela Coronel Gonzalo Barragan de la provincia de Pastaza, del Cantón Mera Parroquia Shell*. Universidad Técnica de Ambato. Ecuador. Recuperado de: <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/8148/1/FCHE-CFS-305.pdf>
- García, R. y Orbe, M. (2020). Entrenamiento físico militar y la capacidad operativa de las unidades militares. Maestría en Defensa y Seguridad. Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE. Matriz Sangolquí, Ecuador. Recuperado de: <http://repositorio.espe.edu.ec/xmlui/bitstream/handle/21000/23278/T-ESPE-044138.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Glosario Militar (s.f.). Glosario Militar. Recuperado de: <http://www.ccffaa.mil.pe/cultura-militar/glosario-militar/>
- Manual de Instrucción/ MI-003. (2015). Instrucción Físico-Militar (IFM).Tomo I. Mando de Adiestramiento y Doctrina. España. Recuperado de: [https://ejercito.defensa.gob.es/Galerias/Descarga\\_pdf/Unidades/Granada/madoc/2020/MI-003\\_Tomol.pdf](https://ejercito.defensa.gob.es/Galerias/Descarga_pdf/Unidades/Granada/madoc/2020/MI-003_Tomol.pdf)
- MilitaryReview. (2014). *Military Review 69(1)*. Revista Profesional del Ejército de EUA. Edición Hispanoamericana. Publicada por el Centro de Armas Combinadas. Recuperado de: [https://www.armyupress.army.mil/Portals/7/military-review/Archives/Spanish/MilitaryReview\\_20140228\\_art001SPA.pdf](https://www.armyupress.army.mil/Portals/7/military-review/Archives/Spanish/MilitaryReview_20140228_art001SPA.pdf)

RE 34-37. (2015). Entrenamiento Físico Militar. Instrucción Militar. Ejército del Perú.

Real Academia Española (RAE) 2020. Recuperado de: <https://dle.rae.es>

Tipán, P. (2015). “El entrenamiento militar en el rendimiento físico de Oficiales y Voluntarios del grupo de Fuerzas Especiales N° 27 Grad. Miguel Iturralde”, Universidad Técnica de Ambato, Ambato, Ecuador. Recuperado de: <https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/14842>

Vargas, J. (2015). “Competencias directivas en los oficiales del Ejército Nacional de Colombia, que aportan al logro de los objetivos institucionales”. Universidad Militar Nueva Granada. Bogotá D.C. Colombia. Recuperado de: [https://repository.unimilitar.edu.co/bitstream/handle/10654/13590/TRABAJO\\_G.\\_C\\_OMPETENCIAS\\_DIRECTIVAS\[1\].pdf?sequence=1](https://repository.unimilitar.edu.co/bitstream/handle/10654/13590/TRABAJO_G._C_OMPETENCIAS_DIRECTIVAS[1].pdf?sequence=1)

## ANEXOS

ESCUELA MILITAR DE CHORRILLOS CORONEL FRANCISCO BOLOGNESI



*"Alma Mater del Ejército del Perú"*

**ANEXO 01: INFORME PROFESIONAL PARA OPTAR  
EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO EN CIENCIAS MILITARES**

### 1. DATOS PERSONALES:

1.01	Apellidos y Nombres	SOLÍS TRINIDAD HELI MANUEL
1.02	Grado y Arma / Servicio	CAPITAN INFANTERIA
1.03	Situación Militar	ACTIVIDAD
1.04	CIP	123053000
1.05	DNI	70250450
1.06	Celular y/o RPM	981362541
1.07	Correo Electrónico	heli.solis.22@gmail.com

### 2. ESTUDIOS EN LA ESCUELA MILITAR DE CHORRILLOS:

2.01	Fecha_ ingreso de la EMCH	05 abril del 2005
2.02	Fecha_ egreso EMCH	31 de agosto del 2009
2.04	Fecha de alta como Oficial	01 de setiembre del 2009
2.05	Años_ experiencia de Oficial	12 años
2.06	Idiomas	Castellano e inglés básico

### 3. SERVICIOS PRESTADOS EN EL EJÉRCITO

<b>Nº</b>	<b>Año</b>	<b>Lugar</b>	<b>Unidad / Dependencia</b>	<b>Puesto Desempeñado</b>
3.01	2021	Cabo Pantoja	Bsva N° 27	Cmdte de Cia
3.02	2020	Chorrillos	ESC INF	Alumno
3.03	2019	Cabo Pantoja	Bsva N° 27	Cmdte de Cia
3.04	2018	Cabo Pantoja	Bsva N° 27	Cmdte de Cia
3.05	2017	Las Palmas	BTN FFEE N° 41	Cmdte de Secc

#### 4. ESTUDIOS EN EL EJÉRCITO DEL PERÚ

<b>Nº</b>	<b>Año</b>	<b>Dependencia y Período</b>	<b>Denominación</b>	<b>Diploma / Certificación</b>
4.01	2009	Escuela de Paracaidismo	Paracaidismo Básico Militar	Diplomado
4.02	2011	Escuela de Montaña del Ejército	Curso Regula de Montaña	Diplomado
4.03	2016	Escuela de Infantería	Programa Básico de Infantería	Diplomado
4.04	2020	Escuela de Infantería	Programa Avanzado de Infantería	Diplomado

#### 5. ESTUDIOS DE NIVEL UNIVERSITARIO

<b>Nº</b>	<b>Año</b>	<b>Universidad y Período</b>	<b>Bachiller - Licenciado</b>
5.01	2009	Escuela Militar de Chorrillos	Bachiller en Ciencias Militares
5.02			

#### 6. ESTUDIOS DE POSTGRADO UNIVERSITARIO

<b>Nº</b>	<b>Año</b>	<b>Universidad y Período</b>	<b>Grado Académico (Maestro – Doctor)</b>
6.01			
6.02			

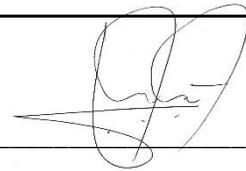
#### 7. ESTUDIOS DE ESPECIALIZACIÓN

Nº	Año	Dependencia y Período	Diploma o Certificado
7.01			
7.02			

**8. ESTUDIOS EN EL EXTRANJERO**

Nº	Año	País	Institución Educativa	Grado / Título / Diploma / Certificado
8.01				
8.02				

**FIRMA  
POSTFIRMA**



A. SOUST  
CJP INF  
CIP: 123053000