

## **RESUMEN**

En esta investigación enfocamos, que en la Escuela Superior Militar “Eloy Alfaro” entrenarse en los ejercicios obligatorios es de mucha importancia, pues además de contribuir al desarrollo físico y destrezas en los cadetes satisface la necesidad de una modalidad deportiva esencialmente militar, que realmente responde a los requisitos exigidos en nuestra profesión. La presente investigación tiene el objetivo de analizar un entrenamiento muy importante dentro del proceso de formación de los cadetes de la Escuela Superior Militar “Eloy Alfaro” como es la ejecución de los ejercicios obligatorios, a fin de optimizar los recursos con los que contamos, esto nos va a permitir mejorar el entrenamiento de los cadetes. Nuestro producto final de investigación, es una Guía de entrenamiento físico militar básico que los cadetes de los primeros años deben saber y tener conocimiento.