

RESUMEN

Este trabajo tiene como objetivo principal capacitar a docentes, instructores y cadetes en una correcta aplicación de los ejercicios físicos para así alcanzar los objetivos principales que busca la escuela, al igual que al verificar la aplicación de los mismos no influyan de una manera negativa en el rendimiento académico de los cadetes de la ESMIL. Se pretende que la ESMIL imparta conferencias o se dote de reglamentos referentes a este tema para que tanto docentes como cadetes no hagan un mal uso de los horarios de actividad física produciendo un sobreesfuerzo físico en los mismos, ocasionando un desequilibrio en el aprendizaje horas clase, sin mencionar el cansancio al cual está sometido el cadete. La metodología se fundamentará en los lineamientos inherentes a la investigación cuantitativa, con una doble estrategia metodológica que incluye una investigación de campo. Según la prospectiva cuantitativa, se aplicará un instrumento de escala sumativa, en la cual se realizará una muestra de 100 cadetes. Dichos resultados nos ayudarán a determinar cuáles son las principales causas e influencias que tiene la práctica de ejercicios físicos en los estudios académicos de los cadetes de la ESMIL. Según los resultados obtenidos se pudo determinar que gran cantidad de personal, aproximadamente un 85% perteneciente a la ESMIL no poseen un conocimiento claro de cómo tener un buen desempeño físico sin que se convierta en sobreesfuerzo físico.