



La defensa personal y su importancia en la formación integral de los guardiamarinas de la Escuela Superior Naval " Cmdte. Rafael Morán Valverde".

Vargas González, Andrés Agustín

Departamento de Seguridad y Defensa

Carrera de Ciencias Navales

Trabajo de Titulación, previo a la obtención del título de Oficial de Marina

Director: Msc. Merino Narváez, Welinton Cristóbal

Oficial Colaborador: TNFG-IM Marcos Mieles, David Ernesto

1 de diciembre del 2023



Plagiarism and AI Content Detection Report

Vargas.docx

Scan details

Scan time:

November 22th, 2023 at 20:14 UTC

Total Pages:

102

Total Words:

25343

Plagiarism Detection



Types of plagiarism		Words
Identical	3.2%	819
Minor Changes	0.8%	206
Paraphrased	3.9%	993
Omitted Words	14.1%	3571

AI Content Detection



Text coverage		Words
AI text	0%	0
Human text	100%	21772

[Learn more](#)

Director



WELINTON CRISTOBAL
MERINO NARVAEZ

Msc. Merino Narváez, Welinton Cristobal

C.C 1713278099



Departamento de Seguridad y Defensa
Carrera de Ciencias Navales

Certificación

Certifico que el trabajo de titulación, "**La defensa personal y su importancia en la formación integral de los guardiamarinas de la Escuela Superior Naval "Cmdte. Rafael Morán Valverde".**" fue realizado por el/los señor/señores **Vargas González, Andrés Agustín** el mismo que cumple con los requisitos legales, teóricos, científicos, técnicos y metodológicos establecidos por la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE, además fue revisado y analizado en su totalidad por la herramienta de prevención y/o verificación de similitud de contenidos; razón por la cual me permito acreditar y autorizar para que se lo sustente públicamente.

Salinas, diciembre 1 de 2023

Director

Msc. Merino Narváez, Welinton Cristóbal

Director



Departamento de Seguridad y Defensa
Carrera de Ciencias Navales

Autorización de Publicación

Yo **Vargas González, Andrés Agustín** con cédula de ciudadanía n 0931642698, autorizo a la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE publicar el trabajo de titulación: **La defensa personal y su importancia en la formación integral de los guardiamarinas de la Escuela Superior Naval " Cmdte. Rafael Morán Valverde"**. en el Repositorio Institucional, cuyo contenido, ideas y criterios son de mi responsabilidad.

Salinas, diciembre 1 de 2023

Firma

Vargas González, Andrés Agustín

C.C.: 0931642698

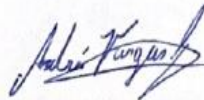
Departamento de Seguridad y Defensa
Carrera de Ciencias Navales

Responsabilidad de Autoría

Yo, **Vargas González, Andrés Agustín**, con cédula de ciudadanía n° 0931642698, declaro que el contenido, ideas y criterios del trabajo de titulación: **La defensa personal y su importancia en la formación integral de los guardiamarinas de la Escuela Superior Naval "Cmdte. Rafael Morán Valverde"** es de mi autoría y responsabilidad, cumpliendo con los requisitos legales, teóricos, científicos, técnicos, y metodológicos establecidos por la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE, respetando los derechos intelectuales de terceros y referenciando las citas bibliográficas.

Salinas, diciembre 1 de 2023

Firma



Vargas González, Andrés Agustín

C.C.: 0931642698

Dedicatoria

Este trabajo es dedicado a Dios, a mis padres
y familia que siempre me han apoyado
en todos mis logros y metas.

Andrés Vargas

Agradecimiento

En primer lugar agradezco a Dios por ser la fortaleza de mi vida, y permitir cumplir una de mis metas que es graduarme como oficial de marina, a mi profesor Lyam, a mi amigo Diego, a mi codirector , a los instructores AMC y resto de profesores que me ayudaron y aportaron en mí conocimientos sobre la defensa personal, a mis padres Washington y María, quienes han sido mi apoyo condicional, a mis hermanas Ana y Jenny que han estado cuando he requerido algo y a mi novia que me ha apoyado y acompañado en este tiempo de elaboración de mi proyecto.

Índice de contenido

Dedicatoria.....	6
Agradecimiento	7
Resumen.....	15
Abstract.....	16
La defensa personal y su importancia en la formación integral de los guardiamarinas de la Escuela Superior Naval.	17
Planificación del problema	17
Contextualización	17
Análisis Crítico.....	18
Enunciado del Problema.....	18
Justificación	19
Objetivos	20
Capítulo I.....	21
Fundamentación Teórica.....	21
Antecedentes y Marco Teórico.....	21
Defensa Personal	21
Importancia de la Formación Integral de Escuelas Americanas.....	27
Manuales Vigentes de Fuerza Naval donde se Emplea Defensa Personal	32
Marco Conceptual.....	40
Defensa personal:.....	40
Artes Marciales:	40
MMA:	40
Malla curricular:	40

Formación integral:	41
Plan de entrenamiento:.....	41
Marco Legal	41
Naciones Unidas.....	41
Código de Conducta de las Naciones Unidas	41
Ministerio de Justicia, Derechos Humanos y Cultos.....	42
Ley de Seguridad Pública y del Estado.....	43
Ley Orgánica que Regula el Uso Legítimo de la Fuerza	43
Capítulo II.....	44
Fundamentación Metodológica	44
Enfoque o tipo de investigación.....	44
Alcances o Niveles de Investigación	44
Diseño de la Investigación.	45
Población y Muestra.....	45
Técnicas de Recolección de Datos.	48
Técnica documental o bibliográfica.....	48
Técnica de campo	49
Instrumentos de Recolección de Datos.	49
Cuestionario.....	49
Entrevistas	50
Procesamiento y Análisis de Datos	50
Entrevistas estructuradas.....	66
Procesamiento y Análisis de Datos	66
Entrevistas a Instructores de Artes Marciales en Combate y Profesionales de las Artes Marciales	67

Conclusión general de los instrumentos de investigación, o párrafo de cierre donde con la información recabada, de paso a su propuesta de solución.....	90
Resultados Esperados	91
Capítulo III.....	92
Plan de Entrenamiento en Defensa Personal enfocado a las Artes Marciales para los guardiamarinas de la Escuela Superior Naval.....	92
Tipo de Proyecto.	92
Cobertura Poblacional.....	92
Cobertura Territorial.	92
Justificación	92
Objetivos	93
Objetivo General.....	93
Objetivos Específicos	94
Fundamentación de la Propuesta.....	94
Identificación de las técnicas de las defensas personales enfocada a cada arte marcial.	95
Identificación de períodos por cada año de formación integral.....	96
Tabla comparativa del Reajuste de la carrera oficial de marina y la propuesta.....	97
Propuesta del horario semanal para la inclusión de defensa personal en la brigada de guardiamarinas.....	100
Diseño de la Propuesta	101
Plan de entrenamiento en Defensa Personal 2024.....	101
Metodología para ejecutar la propuesta	116
Cronograma.....	117
Bibliografía	120

Anexos.....	125
-------------	-----

Índice de Tablas

Tabla 1. Oficiales de la Armada Período 2019-2022.....	46
Tabla 2. Guardiamarinas de los diferentes cuatro años de formación.	47
Tabla 3. Numérico de personas que ingresan y egresan del período 2019-2022.	48
Tabla 4. Personal de Instructores y Profesionales de Artes Marciales.	67
Tabla 5. Identificación de técnicas de las defensas personales enfocada a cada arte marciales.	95
Tabla 6. Identificación de períodos por cada año de formación integral.	96
Tabla 7. Tabla comparativa del Reajuste de la carrera oficial de marina y la propuesta.	97
Tabla 8. Propuesta de actualización de los contenidos mínimos de la asignatura de Formación y Preparación Física, Naval y Militar.....	99
Tabla 9. Estructura del horario semanal por días en el régimen de la brigada de guardiamarinas.....	100
Tabla 10. Objetivos por cada actividad física.....	102
Tabla 11. Distribución períodos y etapas de entrenamiento.....	104
Tabla 12. Mesociclos del plan de entrenamiento.	104
Tabla 13. Macro ciclo en Defensa Personal enfocado a las artes marciales Essuna 2024.....	106

Tabla 14. Plan de Entrenamiento de Box II Período en Primer año.....	107
Tabla 15. Plan de Entrenamiento de Taekwondo III Período en Segundo año	109
Tabla 16. Plan de Entrenamiento de Taekwondo IV período en Segundo año.	110
Tabla 17. Plan de Entrenamiento de Jiu jitsu V Período en Tercer año.....	112
Tabla 18. Plan de Entrenamiento de Artes Marciales Mixtas VII Período en Cuarto año.....	113
Tabla 19. Plan de Entrenamiento de Artes Marciales Mixtas VIII Período en Cuarto año.....	115

Índice de Figuras

Figura 1. Selección de Box del año 2021	23
Figura 2. Selección de Taekwondo año 2022.....	24
Figura 3. Guardiamarinas entrenando Jiu jitsu	25
Figura 4. Guardiamarinas entrenando MMA.....	26
Figura 5. Modelo continuo del uso de la fuerza	33
Figura 6. Golpe recto de izquierda o Jab.....	36
Figura 7. Golpe recto de derecha	37
Figura 8. Posición de Combate.....	38
Figura 9. Frontal de Empuje	38
Figura 10. Patada Lateral Baja	39
Figura 11. Importancia de la Defensa Personal.....	51
Figura 12. Aprendizaje de artes marciales	51
Figura 13. Idea de Elaboración de un plan de entrenamiento.	52
Figura 14. El Tipo de arte marcial en la Escuela Naval	53
Figura 15. Aprendizaje de box en primer año.....	53
Figura 16. Aprendizaje de Taekwondo en segundo año.....	54
Figura 17. Aprendizaje de Jiu jitsu en tercer año.....	55
Figura 18. Aprendizaje de artes marciales mixtas en cuarto año	55
Figura 19. Período de enseñanza de Defensa Personal	56
Figura 20. Importancia de Defensa Personal para oficiales.	57
Figura 21. Conocimiento si han recibido clases de Defensa Personal.	58
Figura 22. Importancia de Defensa Personal en Escuela Naval.....	58

Figura 23. Tipo de Arte marcial le gustaría al oficial de marina.	59
Figura 24. Año que aprendió alguna arte marcial.	59
Figura 25. Idea de Elaboración de un plan de entrenamiento.	61
Figura 26. Defensa Personal contribuye misión de Fuerzas Armadas.	62
Figura 27. Aprendizaje de box en primer año.	63
Figura 28. Aprendizaje de Taekwondo en segundo año.....	63
Figura 29. Aprendizaje de Jiu jitsu en tercer año.....	64
Figura 30. Aprendizaje de artes marciales mixtas en cuarto año.	65
Figura 31. Necesidad de usar conocimientos de Defensa Personal como oficial de marina.....	66
Figura 32. Instructor de Instructores de Artes Marciales en Combate.	90

Resumen

En la antigüedad, la defensa personal se practicaba como una forma de guerra o combate, y era utilizada principalmente por los guerreros o soldados en el campo de batalla. En la antigua Grecia, por ejemplo, los soldados utilizaban el pancracio, una forma de lucha que combinaba técnicas de boxeo y lucha libre es por ello que la defensa personal es uno de los aspectos que se debe tener presente al momento de la formación integral de un futuro Oficial de Marina.

Como parte de nuestro objetivo general será el determinar la importancia de la defensa personal en la formación integral de los guardiamarinas de la Escuela Superior Naval, mediante el desarrollo de un plan de entrenamiento durante los cuatro años de formación como futuro oficial de marina para esto nos hemos puesto la hipótesis que la defensa personal mejorará la formación integral de los guardiamarinas para contribuir con la misión que prevalece de Fuerzas Armadas que es defender la soberanía y la integridad territorial.

La propuesta es crear un plan de entrenamiento en defensa personal enfocado en artes marciales, de acuerdo a su carga horaria, régimen y habilidades adquiridas diferenciado para cada año de la brigada de guardiamarinas, con la finalidad de que los temas desarrollados en los diferentes mesociclos y microciclos se aprendan de manera eficiente y sirvan para mitigar los problemas que existen en la actualidad dentro del país y dar una iniciación al AMC a través de la enseñanza en las escuelas de formaciones.

Palabras claves

Formación integral, Defensa Personal, Malla curricular, Plan de entrenamiento, Artes marciales.

Abstract

In ancient times, self-defense was practiced as a form of warfare or combat, and was used mainly by warriors or soldiers on the battlefield. In ancient Greece, for example, soldiers used pancratium, a form of fighting that combined boxing and wrestling techniques, which is why self-defense is one of the aspects that must be taken into account at the time of the integral formation of a future Marine Officer.

As part of our general objective will be to determine the importance of self-defense in the integral formation of the midshipmen of the Escuela Superior Naval, through the development of a training plan during the four years of training as a future naval officer for this we have set the hypothesis that self-defense will improve the integral formation of the midshipmen to contribute to the prevailing mission of the Armed Forces which is to defend the sovereignty and territorial integrity.

The proposal is to create a self-defense training plan focused on martial arts, according to its time load, regime and acquired skills differentiated for each year of the midshipmen brigade, with the purpose that the topics developed in the different mesocycles and microcycles are learned efficiently and serve to mitigate the problems that currently exist within the country and give an initiation to the AMC through teaching in training schools.

Key words

Integral training, Self-defense, Curriculum, Training plan, Martial arts.

La defensa personal y su importancia en la formación integral de los guardiamarinas de la Escuela Superior Naval.

Planificación del problema

Contextualización

La defensa personal es uno de los aspectos que se debe tener presente al momento de la formación integral de un futuro Oficial de Marina. Durante todo el periodo de formación de aspirantes a oficiales de marina encontraremos la enseñanza de la defensa personal en la malla curricular a escuelas navales de Estados Unidos, Colombia y Perú, sin embargo el principal problema en estos países también es que existen elevados índices de delincuencia, lo que indica una baja preparación y conocimiento de defensa personal del personal militar para el enfrentamiento con estos grupos delictivos.

En las Fuerzas Armadas del Ecuador se usan las artes marciales como defensa de los militares para saber actuar ante posibles acciones delictivos o de carácter operativo, no obstante el Ecuador está cruzando por una nueva realidad en la que se encuentra involucrada con el narcotráfico vigente, de tal manera que esta actividad delictiva lleva de manera conexas otras acciones por grupos delincuenciales, que permite que exista un aumento del crimen organizado con personas extranjeras.

En la Escuela Superior Naval, se percibe diariamente una serie de actividades que comienza desde la hora de la diana general, puesto que los guardiamarinas aprovechan el tiempo para tener un buen estado físico y mantener su salud y formación integral, dentro de esta se encuentra el aprendizaje de disciplinas bases de la defensa personal para el conocimiento y uso correcto de los guardiamarinas de la Escuela Naval

y poder emplearlos a su egreso como oficial de marina, sin embargo en la actualidad al momento de su egreso no están capacitados y tienden a una escasez de conocimientos de como emplear la defensa personal durante sus patrullajes en casos oportuno o que la institución lo demande, es por ello que debemos aprovechar el tiempo desde guardiamarinas con el fin de llevar una correcta formación de una manera integral.

Análisis Crítico

Entre las afectaciones identificadas en el inadecuado conocimiento de la defensa personal tenemos que en el pensum de la escuela naval tiene prescrita la defensa personal en su malla curricular pero no dentro de todos los años navales, así como nos podemos percatar que existe un alto índice de delincuencia organizada en el cantón Salinas y el estudio de la defensa personal en referencia a escuelas de formaciones internacionales, generando consecuencias como el desconocimiento teórico de los guardiamarinas del uso correcto y su importancia de la defensa personal, afectando con el tiempo dentro de la incorporación del futuro oficial de marina como Alférez de Fragata.

Enunciado del Problema

El estudio se basa en el bajo nivel de conocimiento que tienen los guardiamarinas sobre el uso adecuado de la defensa personal, como parte de su formación integral y la manera en la que influye el conocimiento de estas artes marciales en las futuras actividades como oficiales de marina, y en su momento a estar preparados en situaciones de riesgo como ejemplo, realizando patrullajes en calidad de Oficial de Guardia en sitios vulnerables al crimen organizado cuando así lo exija o demande la institución.

Hipótesis

La defensa personal mejorará la formación integral del futuro oficial de marina.

Variable Independiente

La defensa personal.

Variable Dependiente

La formación integral.

Justificación

Generalmente, cuando un guardiamarina se gradúa como Alférez de Fragata de la Armada Nacional cumple con designaciones de patrullar y enfrentarse a situaciones de riesgo en su vida, ya que para ello nos preparamos como oficiales navales, de manera integral, uno de estos aspectos y que mejora el rendimiento de nuestra formación es la defensa personal, razón por la que los guardiamarinas no desarrollan por completo su capacidad de poder enfrentarse a situaciones ajenas de la escuela y mantener una seguridad en sí mismo, hecho que le afecta en su primer año de Alférez, como podemos detallar, el Ecuador se ha convertido en un país con alto índice de crimen organizado, razón por la que en esta investigación demostraremos la importancia que tiene la defensa personal, permitirá desarrollar la capacidad y el conocimiento de los guardiamarinas con las prácticas de artes marciales tales como Box, Taekwondo, Jiu jitsu y MMA en sus respectivos años de formación integral en la Escuela Superior Naval.

Objetivos

General

Determinar la importancia de la defensa personal en la formación integral de los guardiamarinas de la Escuela Superior Naval, mediante el desarrollo de un plan de entrenamiento durante los cuatro años de formación como futuro oficial de marina.

Específicos

- Analizar la importancia de la defensa personal durante el proceso de formación de los oficiales de la Armada del Ecuador, mediante la comparación de programas similares de las escuelas de formación de la región, para mejorar el enfoque del entrenamiento según la malla curricular la Escuela Naval de Ecuador.
- Definir las diferentes técnicas de defensa personal apegadas a las necesidades operacionales, a través de la enseñanza de Fundamentos teóricos-técnicos de las diferentes artes marciales para cada período de formación integral de los guardiamarinas.
- Elaborar un plan de entrenamiento, mediante la guía de expertos en artes marciales, para el mejor desempeño profesional al egreso de los cuatro años de formación integral como futuro oficial de marina.

Capítulo I

Fundamentación Teórica

Antecedentes y Marco Teórico

Defensa Personal

En la antigüedad, la defensa personal se practicaba como una forma de guerra o combate, y era utilizada principalmente por los guerreros o soldados en el campo de batalla. En la antigua Grecia, por ejemplo, los soldados utilizaban el pancracio, una forma de lucha que combinaba técnicas de boxeo y lucha libre. En Japón, se desarrolló el arte marcial del jiu-jitsu, que desarrolló técnicas de lucha cuerpo a cuerpo y el uso de armas.

Desde los albores de la humanidad, el llamado combate cuerpo a cuerpo se remonta a los orígenes de la sociedad, como un reflejo de la rivalidad innata. De hecho, la lucha por sobrevivir es mucho más antigua que el propio ser humano. Los animales ya se enfrentaban desde el inicio de su existencia para no ser devorados por sus depredadores.

La defensa personal es tan antigua como la historia ya que involucra una acción física para protegerse a uno mismo, a sus seres queridos, sus posesiones y sus logros de los demás en caso de amenaza. Esta disciplina surgió junto al hombre, como una respuesta instintiva para proteger lo más preciado, su vida, que una vez perdida, no puede ser recuperada.

La defensa personal se basa en el triunfo de la habilidad sobre la torpeza, sin embargo, esto sólo significa el éxito de un mejor ataque físico y no de una reflexión más sutil. A pesar de que se parezcan, la defensa personal no debe ser confundida con las artes marciales. La primera es un sistema y las segundas, una filosofía de vida.

Con el paso del tiempo, la defensa personal fue evolucionando y adaptándose a las necesidades y circunstancias de la sociedad (Ruiz, 2021, pág. s/n). En la Edad Media, se desarrollaron técnicas de esgrima y lucha con espadas para protegerse de los asaltos y robos en las carreteras. En el siglo XIX surgieron diferentes estilos de artes marciales, como el karate y el kung-fu, que se basaban en la combinación de movimientos fluidos y precisos para la defensa personal.

A medida que la defensa personal se fue desarrollando se originaron diferentes técnicas de defensa personal las cuales fueron denominadas artes marciales que son formas creados para la lucha y defensa en combate, definiendo un estilo único y marcial, es por ello que en esta investigación mencionaré cuatro artes marciales que se las considera importante para la autodefensa y sobre todo para la vida de un militar en formación, puesto que en lo consiguiente es necesario aplicarlas ya que vivimos en una situación difícil en el país por los Grupos Delincuenciales Organizadas que son considerados como terroristas y afectan la tranquilidad y paz de las personas, es por ello que la misión de Fuerzas Armadas es defender la soberanía de los espacios territoriales y actualmente cumple funciones de apoyar a la Policía Nacional.

Disciplinas base de la defensa personal

Boxeo

El boxeo es un deporte olímpico considerado de contacto en el que dos personas combaten entre ellas, únicamente usando sus puños para golpear al rival, siempre por encima de la cintura y dentro del cuadrilátero (Deporte Olímpico, 2021, pág. s/n). Actualmente el boxeo es uno de los deportes más practicado por su grado de confianza y que comúnmente es usado por las personas, se considera significativo para su empleo durante un combate porque conlleva a la fisiología de la cara y puntos de presión en la misma, que pueden terminar con el enemigo de un solo golpe

correctamente efectuado. Además el practicar boxeo permite mejorar la salud y optimizar una buena condición física, y dentro de las cualidades de un boxeador aplicables en la milicia son la rapidez, fuerza, resistencia y coordinación que son establecidas para una adecuada preparación.

Figura 1.

Selección de Box del año 2021.



Taekwondo

El taekwondo es un deporte considerado un arte marcial y cuyo origen es Corea. Se trata de una de las disciplinas integradas en el Programa Olímpico desde los Juegos de Sidney 2000. El significado de Taekwondo puede interpretarse como el camino de pies y manos. Es habitual que lo veas escrito como taekwondo, Tae Kwon Do o por la abreviatura, es decir, TKD. (Sánchez, 2022, pág. s/n). Taekwondo es una de las artes marciales más transcendentales y que recalcan diversidad de sus técnicas de patada, también se realizan técnicas de mano y puño, es por ello que dentro de la formación en

defensa personal de un militar es necesaria ya que los movimientos que conlleva esta arte marcial permite que sea muy práctica en la lucha de pie y en distancias medias y largas en donde se puede aprovechar la fuerza y la velocidad en las piernas que desarrollan quienes la realizan.

Figura 2.

Selección de Taekwondo año 2022.



Jiu-Jitsu Brasileño

Bajo este nombre se esconde en realidad una combinación de arte marcial, sistema de defensa personal y deporte de combate. El motivo de esta mezcla está en su origen en las artes marciales que se utilizaban sobre todo en India y China, que posteriormente se empezaron a practicar en Japón y que luego exportaron a Brasil desde el país nipón (UNCOMO, 2023). Partiendo de su origen el jiu jitsu brasileño o bjj es una de las artes marciales con más realce en el mundo puesto que la práctica de está me permite un mejor combate cuerpo a cuerpo, es un deporte de contacto y es lo que se busca para la enseñanza de los guardiamarinas, de un militar , ya que dentro de

sus beneficios logra mejorar la salud y la mente, mediante esto ayuda a brindar seguridad porque se tiene el autocontrol, dominio y defensa de posibles ataques, mejora la disciplina y respeto, valores que se muestran dentro de un militar en formación y para su empleo a futuro egreso.

Figura 3.

Guardiamarinas entrenando Jiu jitsu.



Artes Marciales Mixtas

Más frecuentemente conocidas como MMA, sus siglas en inglés (mixed martial arts) o AMM, sus siglas en español, las artes marciales mixtas son un conjunto de deportes de combate y contacto. En ellos, se permite el uso de diferentes técnicas de pelea y varios estilos dentro de un mismo combate. También se autorizan tanto las técnicas de golpe como las técnicas de sumisión (en el suelo o de pie). (UNCOMO, 2023). El empleo de estas artes marciales mixtas se basa en las competencias tradicionales del uso de diferentes técnicas y estilos para un combate completo de

cuerpo a cuerpo, y usualmente es enseñada en instituciones públicas o privadas para fomentar el aprendizaje en instruirse en esta disciplina completa, existe diversidad de golpes, llaves, derribos y agarres, de igual manera hay maneras de pelear en el suelo, es por ello que las artes marciales mixtas son esenciales en la formación integral de un militar puesto que permite manifestar valores como el honor, el autodominio y la lealtad, que se dan en la Escuela Naval, la idea de utilizar esta metodología en su defensa personal es que los futuros oficiales de la Armada egresen con vastos conocimientos y habilidades que le permiten desarrollar destrezas en técnicas para combatir en casos de emergencia y en futuros enfrentamientos.

Figura 4.

Guardiamarinas entrenando MMA.



Importancia de la Formación Integral de Escuelas Americanas

La formación integral del Guardiamarina comprende el desarrollo armónico de sus potencialidades en la parte intelectual, emocional, militar y deportiva, relacionadas directamente con sus áreas cognitiva, afectiva y motriz, las cuales se encuentran en constante interacción frente a las exigencias de la formación naval-militar. (Universidad de las Fuerzas Armadas y ESPE, 2018, pág. 77). La formación integral se destaca en las competencias de liderazgo que tienen los oficiales, puesto que el ser integral los destaca en sus habilidades y manejo del personal con su manera de liderar a un grupo o personal bajo su mando, dentro de la Formación Naval Militar, podemos comprobar que en los aspirantes a oficiales en las Escuelas Navales de Estados Unidos, Perú y Colombia y Ecuador realizan defensa personal como parte de su formación integral para las mallas curriculares ya que cada país tiene una forma diferente de enseñanza, sin embargo el fin común de ellos es el mismo egresar a futuros oficiales de Armadas de América con una formación integral adecuada, dispuestos a combatir y defender la soberanía de su territorio nacional en caso que la Institución lo demande y lo exija.

Escuela Naval de Estados Unidos

En la Academia Naval de Estados Unidos dentro de su formación deportiva existen clubes deportivos tales como Karate donde " El propósito del equipo de Karate es inculcar la forma tradicional de las Artes Marciales, la unidad del equipo, aumentar y refinar la conciencia de autodisciplina, en última instancia, difundir "El Camino" y desarrollar un espíritu guerrero" (Equipo de Kárate, 2023); de Judo donde " El Navy Judo Club practica a diario y compite a menudo en todo el país, mientras se divierte y desarrolla la mentalidad y las habilidades para luchar y ganar, tanto en el tatami como en la Armada y los oficiales de la Infantería de Marina." (Club de Judo de la Academia

Naval de EE. UU, 2023) y de Box el cual cita que " El boxeo comenzó en la Academia Naval en 1865 por el superintendente, el almirante David Dixon Porter. El boxeo fue tratado como una actividad de recreación casual desde sus inicios hasta 1919 cuando la Marina nombró a un boxeador de treinta años de Baltimore llamado Hamilton Murrell Webb, pero todos lo llamaban cariñosamente "Spike". (Club de Boxeo de la USNA, 2021).

Todos estos clubes deportivos donde se da como enseñanza artes marciales para la defensa personal de los guardiamarinas son muy importantes dentro de su formación integral y son parte de su formación deportiva , puesto que estas artes marciales desarrollan la capacidad, el autocontrol y técnicas en habilidades de combate para un militar.

Incluso con el exigente programa académico y deportivo de un guardiamarina, tendrá tiempo para actividades extracurriculares (ECA). (Academia Naval de EE. UU., 2021). Estas son actividades extracurriculares, las cuales se convierten en algo especial y diferente ya que se demuestra que los guardiamarinas son integrales y son capaces de tener su tiempo distribuido, dentro de estas actividades extras que son conformados por los mismos guardiamarinas tenemos artes marciales como Jiu Jitsu Brasileño, Taekwondo y Muay Thai y en especial el Programa de Artes Marciales del Cuerpo de Marines (MCMAP), donde se establece que es un programa combativo del Cuerpo de Marines de la Marina que permite a los participantes entrenar, ganar y usar cinturones MCMAP. Este programa busca fomentar un espíritu guerrero profesional en toda la Brigada y preparar a los guardiamarinas para sus futuros roles como oficiales en la Armada y el Cuerpo de Marines de los Estados Unidos (Academia Naval de EE. UU., 2021). Es muy importante tomar como referencia este programa porque es lo que se busca al egreso de un guardiamarina en formación, para combatir cuerpo a cuerpo

dentro de un conflicto o emergencia que tenga que emplear este tipo de defensa personal.

Escuela Naval de Colombia

La formación integral de los Aspirantes, Guardiamarinas y Pilotines, la parte Naval– Militar se sustenta bajo el modelo de singladuras, el cual establece las competencias, habilidades, aptitudes y carácter que debe tener un futuro Oficial de la Armada de Colombia y de la Marina Mercante para el cumplimiento de su labor, promoviendo el desarrollo de la Aptitud Naval, Cultura Física y disciplinaria. (Escuela Naval de Cadetes “Almirante Padilla”, 2021, pág. 17). Los cadetes de la Escuela Naval de Colombia se forman bajo principios de un líder competitivo, los cuales le permiten el desarrollo de sus habilidades en este caso nos basamos en el área de Cultura Física donde se ve reflejada en deportes de contacto, es una de las partes más importantes como militar, ya que logramos el autocontrol y la defensa personal para el accionar al egreso como oficial de la Armada de Colombia.

En la Escuela Naval de Colombia, Almirante Padilla existe una defensa personal que se practica como deporte a toda la Fuerza Navales que es el Taekwondo, “Una sobresaliente participación realizó el seleccionado de Taekwondo de la Escuela Naval de Cadetes “Almirante Padilla” en el Campeonato Open de Taekwondo, que se realizó en el marco del evento “Excelsum Taekwondo a nivel superior”, organizado por la Liga de Taekwondo de Bolívar y la Federación Colombiana de Taekwondo, en Cartagena.” (Ministerio de Defensa Nacional, 2021, pág. s/n). En la formación naval militar se busca desenvolver habilidades y aptitudes que un Oficial de la Armada debe de tener, dentro de esta se encuentra la Cultura Física, donde la preparación física es indispensable para un futuro Oficial, además que compete dentro de la misma la defensa personal que en este caso es el Taekwondo, arte marcial muy importante y beneficiosa ya que es el

arte de las manos y los pies, y permite la preparación de un militar en combate dentro de sus funciones.

Escuela Naval de Perú

La formación del futuro oficial de marina se realiza en la Escuela Naval del Perú en base a seis pilares: la formación académica, formación naval, formación física, formación sociocultural, formación náutica, y la formación ética y moral. Cada uno de ellos contribuye a que el cadete naval alcance una formación integral. (Escuela Naval de Perú, 2023). Los principios que tiene la formación de los cadetes de esta Escuela Naval dan como referencia a valores que todo militar debe tener, en uno de estos pilares que es la formación académica, podemos reflejar que se dividen en cuatro áreas las cuales constan dentro de su malla curricular con diez ciclos de aprendizaje.

En la Escuela Naval del Perú podemos comprobar que en estos ciclos de enseñanza como asignaturas se da Defensa personal, la formación del futuro oficial de marina se da en un período de cinco años, donde encontramos que se da Defensa personal en 4 niveles, se los ve en todos los años excepto en el período de tercer año (Formación Académica y Malla Curricular, 2023, pág. s/n). Resulta muy importante y es algo innovador puesto que en este caso la Defensa Personal que demuestra una actividad física se halla dentro de la formación académica, ya que deben aprobar con esta asignatura para la aprobación de su ciclo y proceder al siguiente, no es sólo el hecho que se pase esta asignatura si no también que el cadete aprenda y desarrolle sus capacidades y habilidades en este ámbito puesto que en su egreso y dentro de su carrera militar la Defensa Personal siempre le va a servir en casos extremos y de emergencia en la sociedad.

Escuela Naval de Ecuador

En todos los niveles se considera como eje transversal la formación integral, considerando para esto lo que se ha denominado modelo de requisito de liderazgo al que se suma la inteligencia emocional, considerando que el proceso en la carrera del “Ciencias Navales” es el de formación de “líderes de líderes” (Universidad de las Fuerzas Armadas y Armada del Ecuador, 2020, pág. 88). La formación integral dentro de los guardiamarinas es muy importante puesto que está es la que nos define en nuestra vida militar ya que un guardiamarina es capaz de estudiar, hacer actividades deportivas y regirse a actividades físicas de gran alcance , no todos se han hecho para la vida militar , pero si somos capaces de defender y dar la vida por nuestra Patria, por ello somos militares y más hoy en día que el Ecuador está enfrentándose a situaciones de exceso riesgo donde debemos estar preparados desde la Escuela con el aprendizaje adecuado en defensa personal y cómo actuar frente a situaciones como es el narcotráfico y el crimen organizado.

Dentro de la Escuela Superior Naval, no se da en los requerimientos mínimos de la materia de Cultura Física de la malla curricular para todos los años de la carrera naval, se da como parte del aprendizaje del guardiamarina para su formación, sin embargo existe la selección de Taekwondo, el cual se conformó con guardiamarinas que tienen como antecedentes conocimientos de artes marciales y especializados en esta rama, puedo agregar que en relación a la práctica de Defensa Personal. Actualmente existe un Entrenador que imparte clases de Artes Marciales Mixtas, estas actividades de entrenamiento se realizan en las horas de deportes dentro del régimen diario, del cual la División de Educación Física es responsable, sin embargo podemos ampliar esta enseñanza con defensa personal por cada año de formación en la Escuela Superior Naval.

Manuales Vigentes de Fuerza Naval donde se Emplea Defensa Personal

En la actualidad, la defensa personal se ha convertido en una herramienta esencial para muchas personas, ya que les permite estar preparados ante posibles situaciones de riesgo. Además, la práctica de la defensa personal puede mejorar la confianza en uno mismo, la autoestima y la capacidad de tomar decisiones en situaciones de estrés.

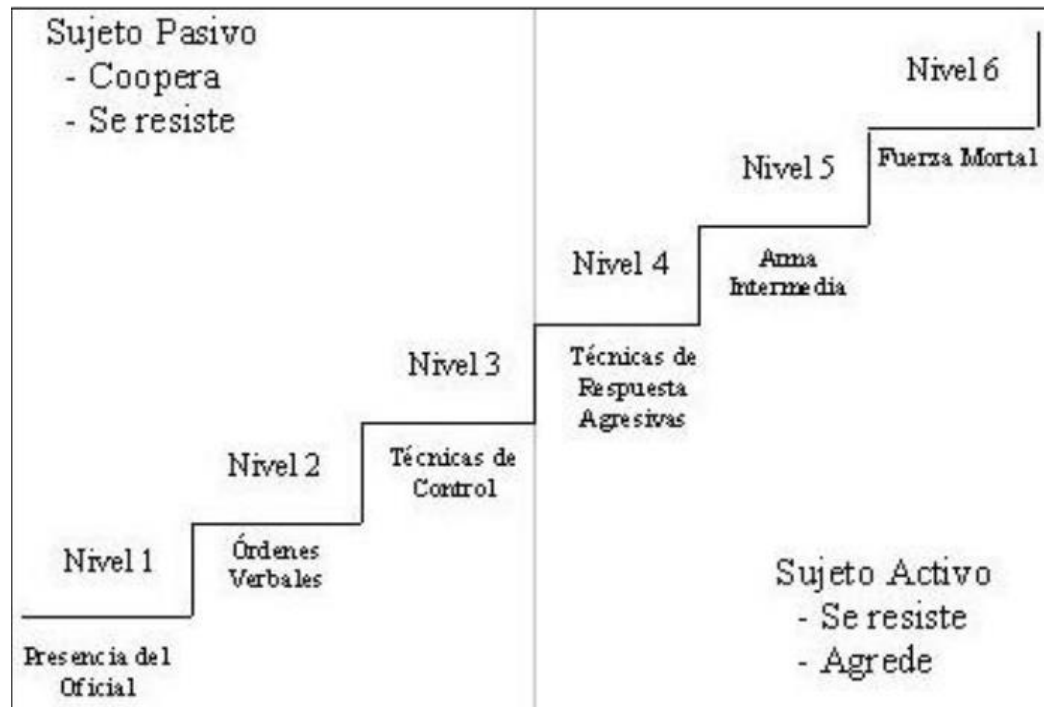
En este sentido, existen diferentes disciplinas y técnicas de defensa personal, desde artes marciales tradicionales hasta sistemas más modernos y especializados. Algunas de las técnicas más populares incluyen el jiu-jitsu brasileño, el taekwondo, el krav maga, el kickboxing y el boxeo.

Manual de Abordaje

Se dispone a su vez la publicación del primer manual de Guardacostas (MANABO). Estas funciones siguen siendo cumplidas por la Armada del Ecuador por medio del Comando de Guardacostas, para lo cual, las unidades Guardacostas dentro de sus patrullajes de control realizan abordajes de rutina y de ser necesario abordajes de alto riesgo a embarcaciones sospechosas (Comando de Guardacostas, 2016, pág. 3). Dentro de este manual se da el uso progresivo de la fuerza, el cual es una ayuda al militar para resguardar su propia seguridad, de acuerdo a las circunstancias existirán niveles de fuerza que serán empleados, los cuales se detallan en el siguiente gráfico dentro del Manual de Abordajes de Guardacostas:

Figura 5.

Modelo continuo del uso de la fuerza.



Nota: En el gráfico se logra observar al Sujeto Pasivo, el cual se manifiesta como una persona que coopera y acata las instrucciones verbales, además se resiste y no sigue las instrucciones verbales sin embargo no demuestra resistencia física. Por otro lado vemos al Sujeto Activo, es aquel que no sigue instrucciones verbales pero ofrece resistencia física, siendo un poco difícil tomar el control sobre él. Fuente: (Comando de Guardacostas, 2016, págs. 19-22).

Nivel 1

Este nivel se habla de la presencia del oficial, puesto que la sola presencia determina el primer nivel de fuerza a través de la apariencia, la actitud y la comunicación no verbal.

Nivel 2

El segundo nivel de fuerza son las órdenes verbales y sus consecuencias, se da en caso que no funcione la presencia y comunicación eficaz, es ahí cuando deberemos actuar y estar preparados en seguridad, algún ataque o fuga del sujeto, es ahí cuando se actúa manifestando órdenes verbales en forma de indicación de una tarea, a través de voz clara de autoridad y de seguridad.

Nivel 3

El tercer nivel se basa en técnicas de control, puesto que son acciones que toma inmediatamente el oficial para causar no causar daños que atenten contra la vida del sujeto, en base a la fuerza física o la aplicación de puntos de presión en el cuerpo.

Nivel 4

El cuarto nivel se trata de técnicas de control agresivas, son acciones Son acciones que se dan mediante el aumento de los niveles de fuerza a sujetos activos, las personas suelen resistirse y lastimar en tejidos conectivos o huesos rotos, se puede utilizar comúnmente, patadas y puñetes, técnicas para aturdir al sujeto y gas pimienta al rostro.

Nivel 5

En el nivel 5 se demuestran acciones con elevada probabilidad de causar daños realizada por el oficial, a través de herramientas externas al cuerpo humano tales como bastón expandible, toletes, esposas abiertas y armas con municiones no letales.

Nivel 6

Este nivel consiste en la Fuerza Mortal en donde se efectúan técnicas emitidas por el oficial con el fin de causar daños letales es decir busca la muerte del sujeto en casos extremos, se autoriza únicamente cuando sea algo que no se puede evitar y para su legítima defensa

La finalidad de usar este manual es que se manifiesta mediante niveles del uso progresivo de la fuerza para el empleo correcto del militar y poder enfrentarse a situaciones de riesgo en tiempos complicados y de no saber cómo actuar, por ello se creó esta serie de pasos que para buena o mala fortuna es parte de la seguridad para uso de los militares.

Manual AMC

Con el objetivo mantener el más alto nivel de estándar de preparación, eficiencia y capacidad profesional, por esta razón El Manual del Curso de Básico de Artes Marciales de Combate describe principios de defensa y ataque, procedimientos, técnicas y tácticas básicas de artes marciales aplicadas en el combate, las cuales son necesarios para el cumplimiento de una misión (Cuerpo de Infantería de Marina, 2022, pág. 4).

El manual se basa en el Programa Básico para el Curso de Artes Marciales en Combate, Según el manual (Cuerpo de Infantería de Marina, 2022, pág. 22), el

entrenamiento está orientado hacia el estudio de ataques más habituales, situaciones de peligro, psicología del agresor, métodos de persuasión, de distracción, protección, neutralización, reducción o intimidación, también aspectos tanto físicos como técnicos y de carácter emocional que se ponen de manifiesto en una misión.

Este Manual es uno de los más importantes a nivel de combate de un militar y emplearlo en operaciones, puesto que se busca atacar y neutralizar, más no hacer daño a la persona. Resulta que no usamos armas letales sin embargo tenemos las armas del cuerpo, nos basaremos en Brazos y Piernas, la primera se basa en extremidades superiores que incluyen manos, antebrazos y los codos y la segunda , extremidades inferiores que se da las rodillas, canilla, opuesta a la pantorrilla, empeine, el dedo del pie, el talón y la bola del pie. Mediante estas armas podemos basarnos en dos técnicas diferentes:

Técnicas de golpes de puño.

Son golpes proyectados con el brazo, pueden ser de diferente trayectoria o movimiento, aquí se usa la disciplina de boxeo, trabajaremos con golpes rectos (el Jab y golpe recto de derecha).

Figura 6.

Golpe recto de izquierda o Jab.



Figura 7.

Golpe recto de derecha.



Técnicas de patada

La aplicación de las técnicas de patada permite realizar un golpe con el pie o de rodilla en un combate a media o larga distancia, se convierten ataques y defensas efectivas para lograr éxito contra una amenaza en combate. Dentro del manual se busca el ataque y la neutralización del enemigo es por ello que analizándolo, nos basamos en la posición del combate y de dos patadas efectivas y más empleadas en operaciones.

Posición de Combate.

Es la posición corporal que se debe adoptar para favorecer todas acciones técnicas y tácticas de donde parten la mayoría de las acciones del combate, dentro de

la posición , se busca el equilibrio, mediante la distancia entre ambos pies, ya que esto es la base de cualquier movimiento ejecutado.

Figura 8.

Posición de Combate.



Patada Frontal de Empuje

Es una patada lineal que se inicia desde la posición de combate, lo cual permite al combatiente empujar al enemigo con contundencia provocándole daños y

Figura 9.

Frontal de Empuje.

desequilibrios



Patada lateral baja

Es una técnica de patada semicircular que se inicia desde la posición de combate, donde se eleva la pierna posterior con la rodilla flexionada de frente realizando una rotación de la cadera, la ejecución de esta patada va dirigida a causar daño o lesión al oponente en el punto de presión conocido como vejiga 39 y 40, que se encuentran ubicados en el punto medio de la parte posterior de la rodilla.

Figura 10.

Patada Lateral Baja.



Manual de Antimotines

El presente manual de antimotines, delinea procedimientos doctrinales para Infantes de Marina que conforman las unidades que cumplen misiones de Operaciones de Control Militar en el País, que de acuerdo a la planificación la superioridad Naval así lo asigne (CUERPO DE INFANTERIA DE MARINA, 2013, pág. 7). Dentro del manual logramos observar se realizan formas de proceder en operaciones militares y procedimientos.

Empleo de Fuerzas Armadas en Contra Disturbios Sociales

En primer lugar se da antes de la operación, donde se dan operaciones de inteligencia y permiten el reconocimiento e identificación de manifestantes o personas involucradas a efectuar algún tipo de problema, luego durante las operaciones, se

establece la comunicación mediante el diálogo con representantes del revuelo con el fin de que no existan acciones violentas y por consiguiente y para finalizar el pelotón contra disturbios deberá realizar vigilancia de la situación actual con el fin de evitar el retorno de los manifestantes.

Planificación de las Operaciones

Dentro de la Planificación de las Operaciones con las Autoridades Civiles y Policía Nacional se estipula que las Fuerzas Armadas al ser requeridas para colaborar en el control de disturbios, deben coordinar sus acciones con autoridades civiles como son: El Gobernador de la Provincia, El Comandante del Distrito de la Policía Nacional, El Jefe de la Defensa Civil; y el Representante del Ministerio de Salud.

Marco Conceptual

Defensa personal: La defensa personal consiste en la serie de medios de que una persona se vale para repeler un ataque contra ella, para salvaguardar su integridad física y/o sus bienes (Fingermann, 2013).

Artes Marciales: Las Artes Marciales consisten en prácticas y tradiciones codificadas, cuya misión será someter o defenderse a través de la técnica en cuestión (Ucha, 2011).

MMA: MMA es una sigla que tiene diversos usos. Uno de los más habituales aparece en el terreno de los deportes de combate y se refiere a las mixed martial arts, expresión inglesa que alude a las artes marciales mixtas. Las MMA, en definitiva, incluyen movimientos y acciones de boxeo, karate, taekwondo, kickboxing, judo y lucha libre (Pérez, 2019).

Malla curricular: es un instrumento que contiene la estructura del diseño en la cual los facilitadores, docentes, maestros, catedráticos abordamos el conocimiento de

un determinado curso, taller, programa, de forma articulada e integrada, permitiendo una visión de conjunto sobre la estructura general de un área incluyendo: asignaturas, contenidos, NAP / Núcleos de Aprendizajes Prioritarios, metodologías, procedimientos y criterios de evaluación con los que se manejarán en el aula de clase presencial físico o en el espacio de aprendizaje presencial virtual o híbrido (Yturralde, 2023).

Formación integral: La Escuela Superior Naval brinda al Guardiamarina una formación integral basada en los valores de honor, lealtad y disciplina que permite al futuro oficial de marina desarrollar sus capacidades en el campo militar, académico, deportivo y cultural. (Armada del Ecuador, 2022). Según el Rediseño de la Carrera Naval (Universidad de Fuerzas Armadas y ESPE, 2018, pág. 5) La Carrera de Ciencias Navales es un importante componente de la formación del futuro Oficial de la Armada del Ecuador; este proceso de “formación integral” tiene amplias exigencias en los aspectos: académico, físico, psicológico, disciplinario y militar.

Plan de entrenamiento: La Planificación del Entrenamiento es un instrumento fundamental en la gestión del rendimiento deportivo, ya que las estructuras de la planificación, las formas de organización del entrenamiento y sus contenidos conforman una estrecha relación con la dinámica de rendimiento (Benítez, 2008).

Marco Legal

Naciones Unidas

Código de Conducta de las Naciones Unidas

Art 3. Los funcionarios encargados de hacer cumplir la ley podrán usar la fuerza sólo cuando sea estrictamente necesario y en la medida que lo requiera el desempeño de sus tareas.

Principios básicos.

Los funcionarios encargados de hacer cumplir la ley no emplearán armas de fuego contra las personas salvo en defensa propia o de otras personas, en caso de peligro inminente de muerte o lesiones graves, o con el propósito de evitar la comisión de un delito particularmente grave que entrañe una seria amenaza para la vida, o con el objeto de detener a una persona que represente ese peligro y oponga resistencia a su autoridad, o para impedir su fuga, y sólo en caso de que resulten insuficientes medidas menos extremas para lograr dichos objetivos. En cualquier caso, sólo se podrá hacer uso intencional de armas letales cuando sea estrictamente inevitable para proteger una vida (SUBSECRETARÍA DE DERECHOS HUMANOS Y CULTOS, 2016).

Ministerio de Justicia, Derechos Humanos y Cultos.

“Legislación Ecuatoriana respecto al uso progresivo de la fuerza”

Art. 158. Las Fuerzas Armadas y la Policía Nacional son instituciones de protección de los derechos, libertades y garantías de los ciudadanos.

Las Fuerzas Armadas tienen como misión fundamental la defensa de la soberanía y la integridad territorial.

La protección interna y el mantenimiento del orden público son funciones privativas del Estado y responsabilidad de la Policía Nacional.

Las servidoras y servidores de las Fuerzas Armadas y la Policía Nacional se formarán bajo los fundamentos de la democracia y de los derechos humanos, y respetarán la dignidad y los derechos de las personas sin discriminación alguna y con apego

irrestringido al ordenamiento jurídico (CONSTITUCION DE LA REPUBLICA DEL ECUADOR 2008, 2011)

Ley de Seguridad Pública y del Estado

Art. 35.- De la complementariedad de acciones de las Fuerzas Armadas y Policía Nacional.- Declarado el estado de excepción y siempre que el Presidente de la República haya dispuesto el LEY DE SEGURIDAD PUBLICA Y DEL ESTADO - Empleo de las Fuerzas Armadas y la Policía Nacional, deberán coordinar acciones para que las Fuerzas Armadas apoyen a la Policía Nacional, responsable del mantenimiento del orden público, hasta que éste haya sido restablecido. Será el Ministro de Gobierno, Policía y Cultos el responsable de la coordinación de las acciones entre la Policía Nacional y las Fuerzas Armadas (Asamblea Nacional, 2014).

Ley Orgánica que Regula el Uso Legítimo de la Fuerza

Artículo 8. Uso de la fuerza potencial e intencionalmente letal en sentido restrictivo. Se prohíbe el empleo de armas de fuego con munición letal o de impacto cinético contra las personas, salvo en los siguientes casos:

- a) En defensa propia o de otras personas en cumplimiento del deber legal, en caso de amenaza o peligro inminente de muerte o lesiones graves.
- b) Con el propósito de evitar la comisión de un delito o situación que entrañe una amenaza o peligro inminente de muerte o lesiones graves.
- c) Con el objetivo de detener a una persona que represente una amenaza o peligro inminente de muerte o lesiones graves y oponga resistencia a la autoridad.
- d) Para impedir la evasión o fuga de una persona que represente una amenaza o peligro inminente de muerte o lesiones graves y sólo en caso de que resulten insuficientes medidas menos extremas para lograr dichos objetivos (Asamblea Nacional, 2022).

Capítulo II

Fundamentación Metodológica

Enfoque o tipo de investigación

En la investigación se usa un enfoque mixto dado que se utilizan métodos de investigación tanto cuantitativos como cualitativos para obtener una comprensión más profunda del problema que se investiga, debido a que se realizará revisión de manuales vigentes, una recolección de información y datos estadísticos sobre las diferentes Escuelas Navales de Estados Unidos, Colombia y Perú acerca de su malla curricular en su práctica de defensa personal y la aplicación dentro de la misma. De forma se empleará un enfoque cuantitativo ya que de las preguntas se establecen hipótesis y determinan variables; se traza un plan para probarlas y se miden las variables en un determinado contexto. (Carlos Fernández, 2014, pág. 4), y un enfoque cualitativo mediante la dirección de entrevistas de profesionales de artes marciales y posteriormente ejecutar el plan de entrenamiento dentro de la formación integral del guardiamarina.

Alcances o Niveles de Investigación

Este tema de estudio tiene un alcance de investigación explicativo, debido a que se identificarán cada una de las artes marciales que se aplicarán y porque tiene un alto conocimiento sobre fundamentos técnicos y profesionales sobre las defensas personales evaluadas para cada año de formación dentro de la carrera naval y las consecuencias que se dan al momento de incorporarse como Alférez de Fragata con escaso conocimiento de estos temas y que como solución plantearemos un plan de entrenamiento de artes marciales para su formación integral.

Diseño de la Investigación.

Una vez que se ha definido nuestro enfoque y alcance, tenemos que certificar nuestro diseño de investigación el cual construirá una estrategia que resulta ser beneficioso, podemos denotar que nuestro diseño es no experimental debido a que no hacemos variar en forma intencional la variable independiente frente a otras variables, y en efecto según su clasificación podemos denotar que será Transversal Correlacionar , ya que se describen relaciones entre dos o más categorías en un momento determinado, en este caso mi relación será sobre la importancia de la defensa personal en las promociones ya egresadas como parte de su formación integral y si les ha servido ahora al momento del desarrollo de su profesión naval y su especialidad, y verificar relaciones causales que existen de las cuatro promociones como lo indica este estudio de diseño.

Población y Muestra

Para realizar la investigación se trabajará con los grupo de Alférez de fragatas egresados de los últimos años en sus diferentes especialidades, siendo mi población de 147 oficiales, estos de las Promociones; Popeyes 19, Dukes 20, Corsarios 21 y Popeyes 22 ,que ya han tenido experiencia en patrullaje y situaciones donde han tenido que aplicar los manuales vigentes y defensa personal y a su vez, habiendo completado sus cuatro años de formación en la Escuela Naval para obtener información sobre ellos, y con su experiencia demostrar que la defensa personal es un factor que influye en la formación integral del futuro oficial de marina para su carrera profesional, además con una muestra de la brigada de guardiamarinas, con el fin de dar a conocer si consideran importante esta enseñanza para su formación integral como oficial de marina, siendo esté mi universo, razón por la que no será necesario una muestra puesto que el universo es el estudio total de la población.

A continuación, se detalla el numérico de la población de oficiales egresados en los últimos cuatro años.

Tabla 1.

Oficiales de la Armada Período 2019-2022.

Oficiales de la Armada del Ecuador Período 2019-2022	
Promociones	Cantidad
Popeyes 19	46
Dukes 20	47
Corsarios 21	33
Popeyes 22	39
Total	165

Nota: Numérico obtenido de Escalafón de Oficiales por Promoción de la Fuerza Naval.

Cálculo de la Muestra

$$n = \frac{Nz^2pq}{(N - 1)E^2 + z^2pq}$$

Fórmula para el cálculo del Tamaño de una Muestra.

Donde:

n= Tamaño de la muestra

N= Población total (147)

z= Valor de Confianza (1,96)

p= probabilidad de éxito (0,5)

q= Probabilidad de Fracaso (0,5)

E= Porcentaje de Error (0,05)

$$n = \frac{(165)(1,96)^2(0,5)(0,5)}{(165 - 1)(0,05)^2 + (1,96)^2(0,5)(0,5)}$$

$$n = 115,634 = 116$$

La Escuela Superior Naval consta de una población de 217 personas, en este caso tomaremos el numérico exacto de guardiamarinas de primero, segundo, tercero y cuarto año respectivamente con el fin de obtener una muestra para la tarea recomendada que vamos a realizar de la siguiente manera: La muestra de la población de Escuela Superior Naval es de 182 miembros en el primer período del 2023.

A continuación, se detalla el numérico de la población de guardiamarinas de cuarto, tercero, segundo y primer año.

Tabla 2.

Guardiamarinas de los diferentes cuatro años de formación.

Brigada de Guardiamarinas	
Cursos	Cantidad
Cuarto año	45
Tercer año	43
Segundo año	40
Primer año	54
Total	182

Nota: Numérico obtenido del cuerpo de guardia de la Escuela Superior Naval.

Cálculo de la Muestra

$$n = \frac{Nz^2pq}{(N - 1)E^2 + z^2pq}$$

Fórmula para el cálculo del Tamaño de una Muestra.

Donde:

n= Tamaño de la muestra

N= Población total (182)

z= Valor de Confianza (1,96)

p= probabilidad de éxito (0,5)

q= Probabilidad de Fracaso (0,5)

E= Porcentaje de Error (0,05)

$$n = \frac{(182)(1,96)^2(0,5)(0,5)}{(182 - 1)(0,05)^2 + (1,96)^2(0,5)(0,5)}$$

$$n = 123.7120815 = 124$$

Técnicas de Recolección de Datos.

Técnica documental o bibliográfica

La técnica documental al ser un "proceso sistemático de indagación, recolección, organización, análisis e interpretación de información" (Maradiaga, 2015, pág. 22), permite revisar fuentes secundarias, en este caso la información fue tomada de un registro oficial emitido por el departamento de evaluación y control sobre el numérico de personas que ingresan en primer año y el numérico de personas que se gradúan al término del curso de aspirantes a oficiales de marina en Salinas.

Tabla 3.

Numérico de personas que ingresan y egresan del período 2019-2022.

PROMOCIÓN	INGRESO	EGRESO	NUMÉRICO INGRESOS	VOL	ACA	COND	MED	OTROS	BAJAS	REINGRESADOS	GRADUADOS	COMPROBACIÓN
75/ 44 (graduada)	ene-16	2019	68	14	8	5	0	1	28	6	46	74
76/45 (graduada)	ene-17	2020	96	7	33	6	0	0	47	-2	47	94
77 (graduada)	ene-18	2021	72	5	33	5	0	0	43	4	33	76
78 (graduada)	ene-19	2022	90	17	33	4	0	0	54	3	39	93

Técnica de campo

Se describe a la técnica de campo en la que los “datos se recolectan o provienen directamente de los sujetos investigados o de la realidad en la que ocurren los hechos” (Cajal, 2018, p. 4) de modo que se establece el contacto directo con el personal de la ESSUNA para la adquisición de información primaria empleando encuestas y entrevistas.

Las técnicas de recolección de datos empleadas son las documentales y de campo ya que permiten estructurar la investigación Para comenzar usaremos técnicas de recolección para datos cualitativos, usaremos técnicas de campo en donde recopilaremos información de fuentes primarias y con validez para llevar una buena investigación es por ello que fui en busca de profesionales de las artes marciales, uniformados y civiles. Dentro del Cuerpo de Infantería de Marina entrevisté a 7 instructores de instructores de Artes Marciales en Combate y en otros lugares pude entrevistar a 5 profesores profesionales en alguna arte marcial.

Instrumentos de Recolección de Datos.

Cuestionario

Un cuestionario consiste en un conjunto de preguntas respecto de una o más variables a medir (Hernández Sampieri, Fernández Collado, & Baptista Lucio, 2014, pág. 217). El cuestionario es mixto en esta investigación y se da a través de un conjunto de preguntas cerradas dicotómicas con opción única, además que se utilizan escalas de Likert, con el propósito de indagar y conocer la opinión tanto de guardiamarinas como oficiales egresados en los últimos cuatro años para demostrar que la defensa personal mejorará la formación integral de los guardiamarinas demostrando positivamente que influye dentro de la Escuela Superior Naval.

Entrevistas

La entrevista cualitativa es más íntima, flexible y abierta que la cuantitativa. (Hernández Sampieri, Fernández Collado, & Baptista Lucio, 2014, pag 204). El tipo de entrevista que se lleva a cabo es de carácter estructurado.

El entrevistador establece una guía de 13 preguntas ,realizada a 7 instructores de artes marciales en combate y a 5 entrenadores profesionales de artes de marciales.

cuyo objetivo es determinar la importancia de la defensa personal para una formación integral y opinión sobre si las artes marciales son requeridas dentro de la vida de un militar como método de defensa personal y resultan ser necesarias para el desarrollo profesional de un oficial de marina.

Procesamiento y Análisis de Datos

Cuestionarios

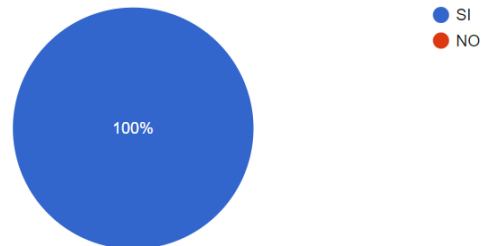
Objetivo del Instrumento: Mediante el siguiente cuestionario de preguntas vamos a medir la importancia de la hipótesis que es la importancia de la defensa personal en la formación integral y la manera de cómo influye en los guardiamarinas de cuarto, tercero, segundo y primer año.

Pregunta 1: ¿Cree usted que la Defensa personal es tan importante como para ser considerada parte del período de formación integral del guardiamarina en la Escuela Superior Naval

Figura 11.

Importancia de la Defensa Personal.

124 respuestas



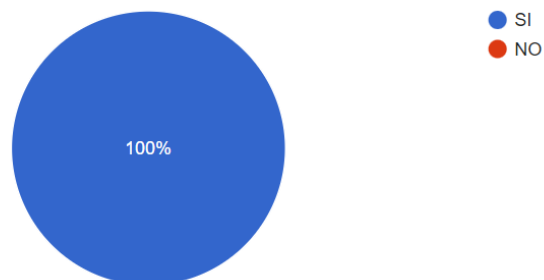
Análisis: Se representa el 100% de validez en la pregunta, ya que los guardiamarinas consideran importante la Defensa Personal y necesaria su inclusión como parte del período de formación integral del guardiamarina en la Escuela Superior Naval.

Pregunta 2: ¿Le gustaría aprender artes marciales como método de defensa personal que le permita desarrollar habilidades y destrezas para su desenvolvimiento profesional como futuro oficial de marina?

Figura 12.

Aprendizaje de artes marciales.

124 respuestas



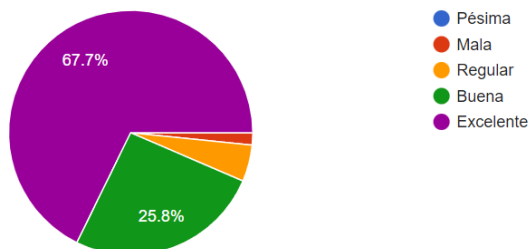
Análisis: Los guardiamarinas encuestados respondieron con 100% de afirmación que les gustaría aprender artes marciales como método de defensa personal, esta arte se da para el desarrollo de habilidades y destrezas para un mejor desenvolvimiento de un futuro oficial de marina y necesaria frente a la crisis que atraviesa el país actualmente.

Pregunta 3: Frente a la situación actual que atraviesa el País, por alto grado de Crimen Organizado ¿Qué le parece la idea de la elaboración de un plan de entrenamiento de artes marciales enfocada a la Defensa Personal para la formación integral de los guardiamarinas?

Figura 13.

Idea de Elaboración de un plan de entrenamiento.

124 respuestas



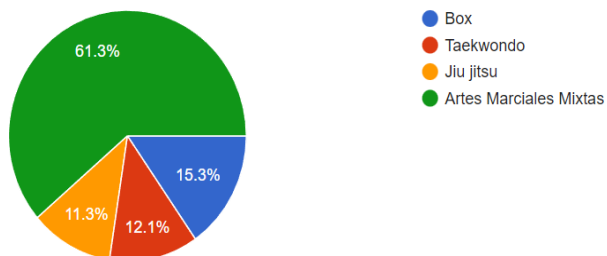
Análisis: A los guardiamarinas les parece Excelente la idea de la elaboración de un plan de entrenamiento de artes marciales con el mayor porcentaje, obteniendo una respuesta favorable y motivando a surgir este proyecto con beneficio para los futuros oficiales de la Armada del Ecuador.

Pregunta 4: Si dentro de su formación integral como guardiamarina le enseñan alguna Arte Marcial para su Defensa Personal, ¿Qué tipo de Arte Marcial le gustaría aprender en la Escuela Superior Naval?

Figura 14.

El Tipo de arte marcial en la Escuela Naval.

124 respuestas



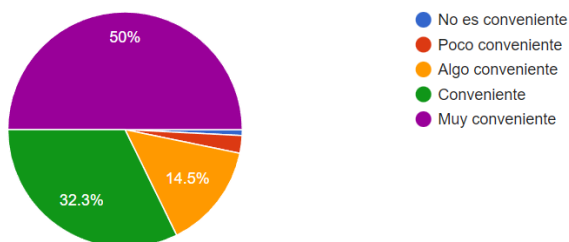
Análisis: Tiene mayor aceptación el aprendizaje de Artes marciales mixtas dentro de los guardiamarinas con el 61.3% , que me indica que los guardiamarinas se quieren superar, aprender y englobar distintas artes marciales que es a lo que vamos a llegar con este proyecto y sobre todo porque lo ven una arte marcial más completa para su defensa personal.

Pregunta 5: ¿Cree usted conveniente que dentro de la formación de los guardiamarinas de primer año se les enseña Box considerado como una Arte Marcial para su Defensa Personal?

Figura 15.

Aprendizaje de box en primer año.

124 respuestas



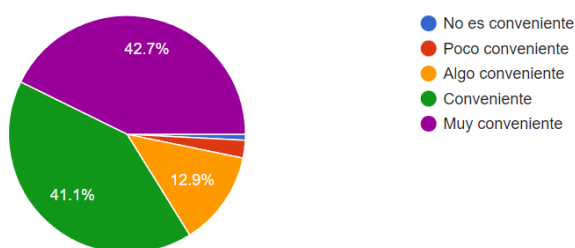
Análisis: La mitad de los guardiamarinas encuestados creen que es que es muy conveniente que se les enseñe Box, considerando que las técnicas de puño es el primer estilo para comenzar en las artes marciales, lo que significa importante incluirlo para sea un proceso evolutivo.

Pregunta 6: ¿Cree usted conveniente que dentro de la formación de los guardiamarinas de segundo año se les enseñe Taekwondo considerado como una Arte Marcial para su Defensa Personal?

Figura 16.

Aprendizaje de Taekwondo en segundo año.

124 respuestas

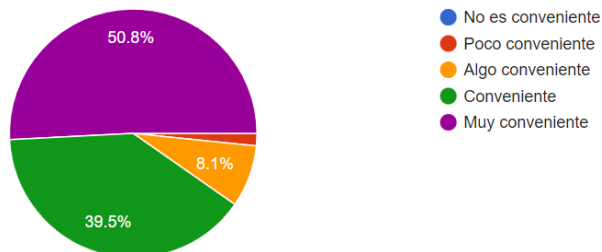


Análisis: Los guardiamarinas con un alto porcentaje cree que es muy conveniente y conveniente que en su período de formación de segundo año se les enseñe Taekwondo, esto nos da una aceptación de la arte marcial por parte de los guardiamarinas, ya que las técnicas de patada es el segundo estilo para comenzar aprender artes marciales.

Pregunta 7: ¿Cree usted conveniente que dentro de la formación de los guardiamarinas de tercer año se les enseñe Jiu jitsu considerado como una Arte Marcial para su Defensa Personal?

Figura 17.*Aprendizaje de Jiu jitsu en tercer año.*

124 respuestas

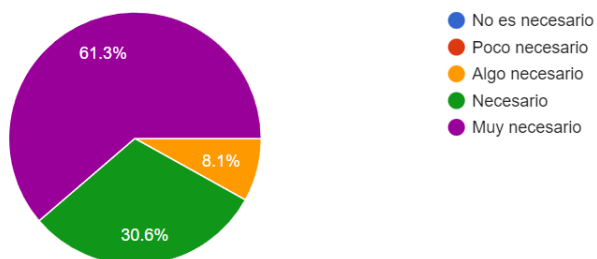


Análisis: Los guardiamarinas manifiestan más de la mitad en porcentajes que resulta muy conveniente y conveniente que dentro del tercer año de formación se les enseñe Jiu jitsu , esto nos da una aceptación para la arte marcial , ya que cronológicamente la lucha en el piso o Jiu jitsu sería la tercer arte marcial que se debe aprender para finalmente aplicar las artes marciales mixtas porque se basan en técnicas completas el combate de un soldado y es lo que se buscamos con el fin de este proyecto.

Pregunta 8: ¿Considera necesaria la inclusión de Artes Marciales como método de Defensa Personal , que apoya y contribuye a la misión de Fuerzas Armadas de defender la soberanía e integridad territorial?

Figura 18.*Aprendizaje de artes marciales mixtas en cuarto año.*

124 respuestas



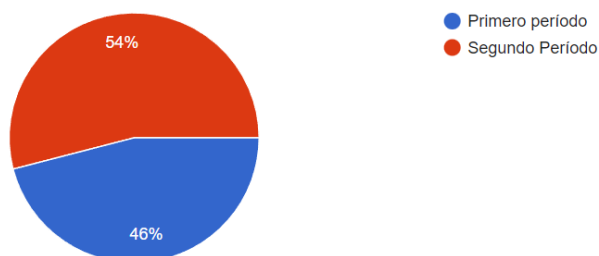
Análisis: Dentro de los guardiamarinas encuestados, hemos recibido una aceptación en la pregunta considerando que con el mayor porcentaje las artes marciales sirven como método de defensa personal y que beneficia a la misión de Fuerzas Armadas y es necesaria por los altos grados de crimen organizado que existe actualmente en el país.

Pregunta 9: ¿Dentro de qué período en su respectivo año considera la enseñanza de Defensa Personal en la asignatura de Cultura Física?

Figura 19.

Período de enseñanza de Defensa Personal.

124 respuestas



Análisis: A los guardiamarinas se les evaluó considerando el período que creen conveniente de acuerdo a sus habilidades y disponibilidad de tiempo y en ambos períodos se maneja un porcentaje parecido manifestándose que en el primer período es un poco más largo y se pueden realizar más actividades que el segundo, período de formación y así basarnos a crear nuestro plan de entrenamiento.

Cuestionarios

Objetivo del Instrumento: Mediante el siguiente cuestionario de preguntas vamos a medir la importancia de la hipótesis que es que la defensa personal mejorará la

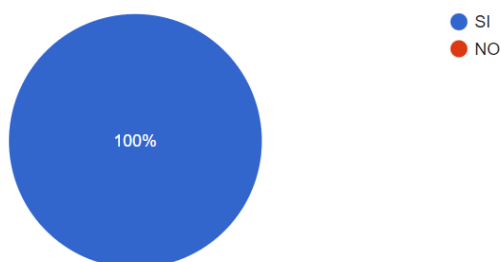
formación integral y la manera de cómo influye en los oficiales egresados en los años 2019, 2020, 2021 y 2022.

Pregunta 1: ¿Cree usted que la Defensa personal es tan importante como para ser considerada parte del período de formación integral del guardiamarina en la Escuela Superior Naval?

Figura 20.

Importancia de Defensa Personal para oficiales.

116 respuestas



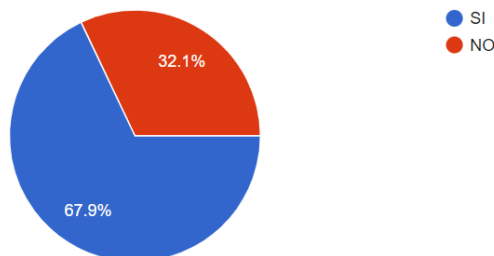
Análisis: El resultado representa el porcentaje en su totalidad, posteriormente esto nos evidencia que si es importante la defensa personal para el período de formación integral del guardiamarina, puesto que del mismo modo un oficial también fue un guardiamarina más y ve la necesidad de capacitarse en este tema.

Pregunta 2: ¿Recibieron Defensa Personal en al menos uno de los períodos de formación integral en la Escuela Superior Naval?

Figura 21.

Conocimiento si han recibido clases de Defensa Personal.

116 respuestas



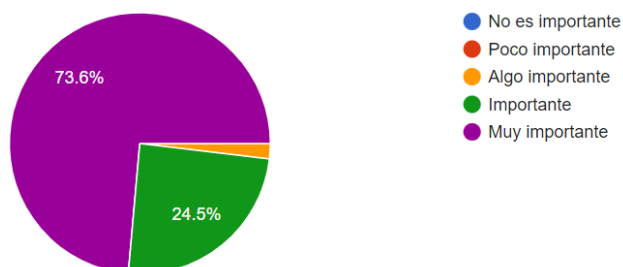
Análisis: En el gráfico se muestra como resultado que un 67.9% dentro de las promociones de oficiales logró recibir defensa personal en alguno de los períodos de la Escuela Naval, por lo tanto se infiere que existió el aprendizaje y enseñanza como parte de su formación integral, no obstante un 32.1% no logró recibir enseñanza de defensa personal, por este motivo nos podemos dar cuenta que existió escasez de conocimientos en este tema consultado.

Pregunta 3: ¿Cuál considera el nivel de importancia para el aprendizaje de Artes Marciales como método de Defensa Personal en la Escuela Naval para su etapa de Oficial de marina?

Figura 22.

Importancia de Defensa Personal en Escuela Naval.

116 respuestas



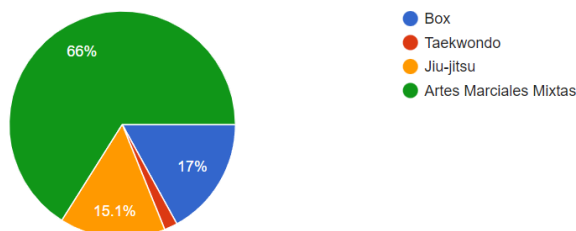
Análisis: Se representa en el gráfico un mayor porcentaje del nivel de importancia del aprendizaje de defensa personal, es decir evidencia el uso de estos conocimientos que tiene dentro de la etapa de oficial de marina, ya que permite mejorar durante su período de formación.

Pregunta 4: Si dentro de su formación integral como guardiamarina les enseñaban alguna Arte Marcial para su Defensa Personal, ¿Qué tipo de Arte Marcial le hubiera gustado aprender en la Escuela Superior Naval?

Figura 23.

Tipo de Arte marcial le gustaría al oficial de marina.

116 respuestas



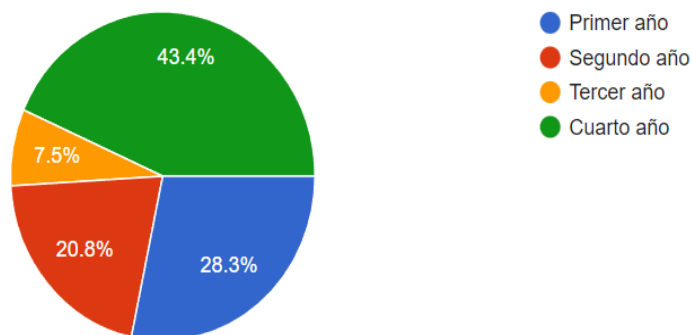
Análisis: A continuación observamos mediante un gráfico de pastel la arte marcial que le gustaría aprender a un oficial de marina es por ello, que un 66% indicaron que le gustarían las artes marciales mixtas, mientras que un 17% indica que le gustaría aprender box, ya que es una arte marcial de base para comenzar y tener estabilidad, así mismo se evidencia que es importante la inclusión y aprendizaje de la defensa personal en el entorno.

Pregunta 5: Durante su formación integral como guardiamarina de la Escuela Superior Naval ¿En qué año aprendió alguna arte marcial como método de defensa personal?

Figura 24.

Año que aprendió alguna arte marcial.

116 respuestas



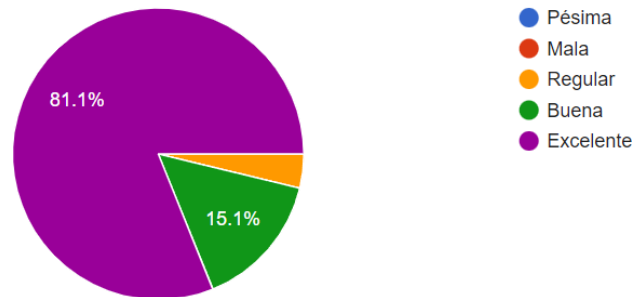
Análisis: Observamos mediante un gráfico de pastel que en el cuarto año de la Escuela Superior Naval, se tuvo una enseñanza de defensa personal por parte del 43.4% encuestados, por lo que me da a entender que es necesario el aprendizaje de estos conocimientos antes de egresar de la Escuela Naval y sirve en la etapa como oficial de marina.

Pregunta 6: Frente a la situación actual que atraviesa el País, por alto grado de Crimen Organizado ¿Qué le parece la idea de la elaboración de un plan de entrenamiento de artes marciales enfocada a la Defensa Personal para la formación integral de los guardiamarinas?

Figura 25.

Idea de Elaboración de un plan de entrenamiento.

116 respuestas



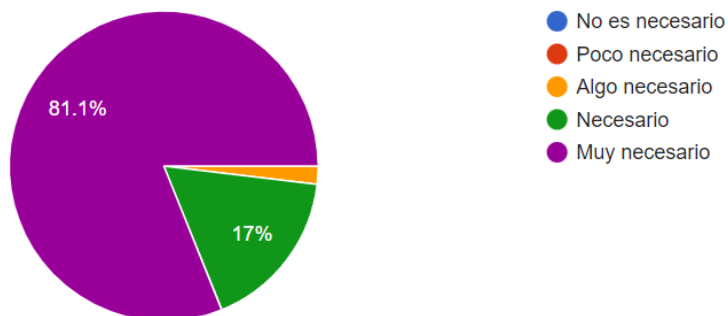
Análisis: Como resultado que la idea de tener un plan de entrenamiento en la brigada de guardiamarinas para el entrenamiento como mecanismo de defensa personal, con una alta aprobación del mayor porcentaje, siendo ventajoso que se dé esta oportunidad, ya que la creación de este plan es lo que vamos a obtener como resultado final.

Pregunta 7: ¿Considera necesaria la inclusión de Artes Marciales como método de Defensa Personal que apoya y contribuye a la misión de Fuerzas Armadas de defender la soberanía e integridad territorial?

Figura 26.

Defensa Personal contribuye misión de Fuerzas Armadas.

116 respuestas

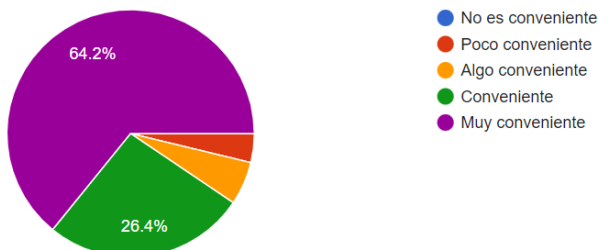


Análisis: Se representa que dentro de los oficiales encuestados les parece muy necesario la idea de inclusión de artes marciales en la brigada de guardiamarinas como mecanismo de defensa personal, aportando a la misión de las Fuerzas Armadas cuando se lo requiera con una alta aprobación del 81.1%, ayudando a salvaguardar nuestra integridad física en la carrera naval.

Pregunta 8: ¿Cree usted conveniente que actualmente dentro de la formación de los guardiamarinas de primer año se les enseñe Box considerado como una Arte Marcial para su Defensa Personal?

Figura 27.*Aprendizaje de box en primer año.*

116 respuestas

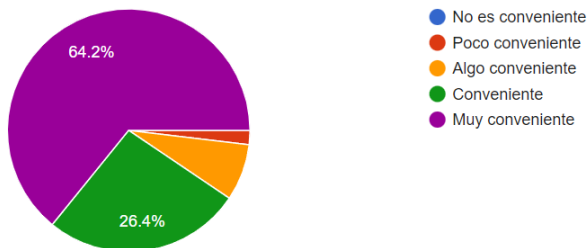


Análisis: El mayor porcentaje de los oficiales encuestados consideran que para los guardiamarinas de primer año resulta muy conveniente la enseñanza de Box en su formación integral, ya que consideran que inicialmente el guardiamarina de primer año se está involucrando en la escuela de formación ambientándose y a través de la enseñanza de Box permitirá la defensa propia del individuo y obtener más seguridad en sus acciones y decisiones.

Pregunta 9. ¿Cree usted conveniente que actualmente dentro de la formación de los guardiamarinas de segundo año se les enseña Taekwondo considerado como una Arte Marcial para su Defensa Personal?

Figura 28.*Aprendizaje de Taekwondo en segundo año.*

116 respuestas



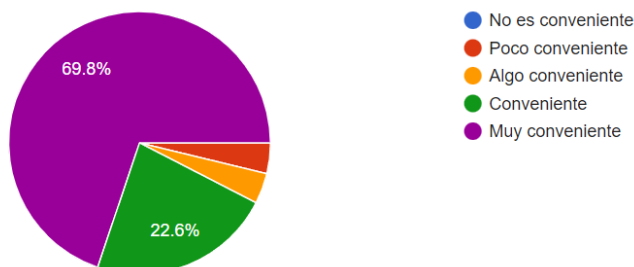
Análisis: El mayor porcentaje de los oficiales encuestados creen conveniente que para los guardiamarinas de segundo año se de la enseñanza de Taekwondo como un arte marcial para defensa personal, ya que dentro de segundo año y como segundo nivel de aprendizaje sobre estos conocimientos abarcan las patadas, además que les permite actuar de manera certera ante un conflicto futuro en la aplicación de un problema de la vida profesional.

Pregunta 10: ¿Cree usted conveniente que dentro de la formación de los guardiamarinas de tercer año se les enseñe Jiu jitsu considerado como una Arte Marcial para su Defensa Personal?

Figura 29

.Aprendizaje de Jiu jitsu en tercer año.

116 respuestas



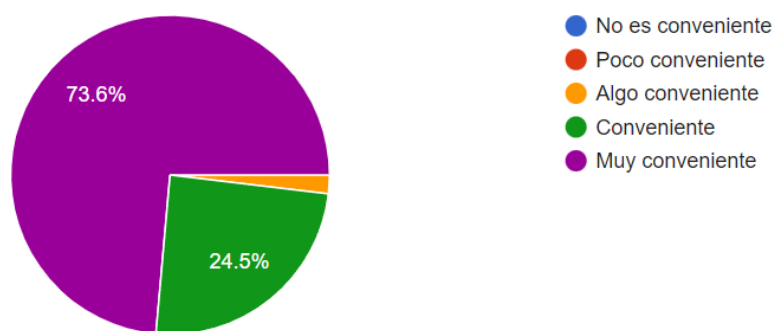
Análisis: El mayor porcentaje de los oficiales encuestados creen que para los guardiamarinas de tercer año es muy conveniente la opción de enseñanza de Jiu jitsu. Ya que dentro del orden cronológico para la enseñanza de artes marciales, el Jiu jitsu o luchas en el piso es la tercera arte marcial para aprenderla y desarrolla habilidades y destrezas para un buen desempeño en caso de requerirlo como oficial de marina.

Pregunta 11: ¿Cree usted conveniente que dentro de la formación de los guardiamarinas de cuarto año se les enseña Artes Marciales Mixtas considerado como una Arte Marcial para su Defensa Personal?

Figura 30.

Aprendizaje de artes marciales mixtas en cuarto año.

116 respuestas



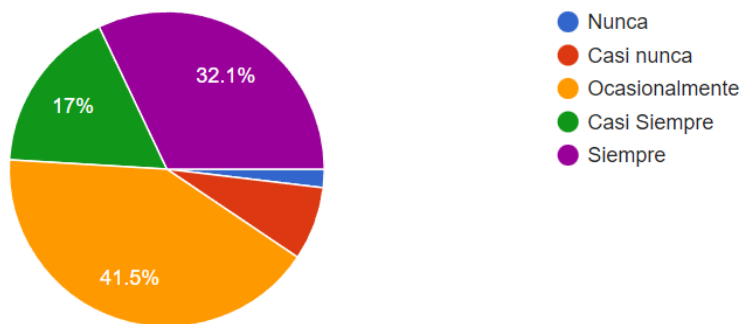
Análisis: El 73,6% de los oficiales encuestados consideran que para los guardiamarinas de cuarto año es muy conveniente la opción de enseñanza de artes marciales mixtas ya que es buena la idea la aplicación de conocimientos sobre defensa personal y sobre todo porque cuarto año está a un paso de egresar y requiere aprender estos temas para el desarrollo de su vida profesional.

Pregunta 12: ¿Dentro de haber egresado como profesional tuvo la necesidad de requerir estos conocimientos en defensa personal para alguna misión establecida, patrullaje o percance durante su guardia como oficial de marina?

Figura 31.

Necesidad de usar conocimientos de Defensa Personal como oficial de marina.

116 respuestas



Análisis: De los oficiales encuestados de las distintas promociones hemos obtenidos resultados que evidencian que existen casos donde se ha requerido aplicar conocimientos sobre defensa personal, demostrando que es necesario el aprendizaje abordando este tema, recalcando una vez más que es una necesidad para el desarrollo profesional del futuro oficial de marina.

Entrevistas estructuradas

Procesamiento y Análisis de Datos

Se presenta los datos e información recopilados. (La siguiente entrevista se encuentra en el Anexo 1).

Entrevistas a Instructores de Artes Marciales en Combate y Profesionales de las Artes Marciales

Objetivo del Instrumento: Mediante las siguientes entrevistas, evaluaremos la opinión que tienen los profesionales de artes marciales en base a la defensa personal y definir las técnicas apegadas a las necesidades operaciones, así mismo para la elaboración de la propuesta final.

A continuación, se mostrará una tabla en donde a cada persona entrevistada se le ha asignado un valor alfanumérico.

Tabla 4.

Personal de Instructores y Profesionales de Artes Marciales.

Nombre	Cargo	Valor
SGOS-IM Mosquera Stalin	Instructor de Instructores de Artes Marciales en Combate	E1
CBOP-IM Rivera Ignacio	Instructor de Instructores de Artes Marciales en Combate	E2
CBOP-IM Caicedo Adrián	Instructor de Instructores de Artes Marciales en Combate	E3
CBOP-IM Mosquera Víctor	Instructor de Instructores de Artes Marciales en Combate	E4
CBOP-IM Rivera Jimmy	Instructor de Instructores de Artes Marciales en Combate	E5
CBOS-IM Cárdenas Jorman	Instructor de Instructores de Artes Marciales en Combate	E6
CBOS-ET Alarcón Galo	Instructor de Artes Marciales en Combate	E7
Julio Márquez	Entrenador de Taekwondo	E8
Lyam Pantaleón	Entrenador de Artes Marciales Mixtas de ESSUNA	E9
Diego Orellana	Entrenador de Taekwondo	E10
José Orrala	Entrenador de Box	E11
Israel Vargas	Entrenador de Karate	E12

Pregunta 1: ¿Qué opina de la defensa personal en la vida militar?

E1: Es sumamente importante en la vida militar y en la vida civil, porque si usted no sabe defenderse no va a poder defender a nadie.

E2: La defensa personal en el ámbito de nosotros tiene que ver mucho, ya sea para defendernos ante cualquier tipo de agresión física, estar preparado para todo este tipo de situaciones es importante que el personal militar sepa algún tipo de defensa personal ya que está se convierte ante cualquier tipo de agresión.

E3: Es muy importante porque te ayuda como militar a desarrollar tus destrezas y habilidades en las diferentes operaciones militares que son encomendadas.

E4: La defensa personal es 100% necesaria para un combate o para emplearla en una guerra.

E5: Opino q es fundamental para que el personal tenga un alto grado de preparación en las artes marciales

E6: Es sumamente importante en la vida de un soldado ya que debe tener el conocimiento y reacción de las manos y las piernas para emplearse con una buena capacidad y a su vez defenderse a sí mismo y a sus compañeros.

E7: La defensa personal para el personal militar netamente en escuelas de formación es fundamental, así como se forman los militares para conflictos de ámbitos internos o externos es importante porque aquí en Ecuador las leyes no están a favor del militar, entonces muchas veces usando armas de fuego, nuestro fusil o el armamento que nos dan de dotación vamos a estar incluidos en problemas legales, es por ello que el AMC, defensa personal o artes marciales buscan neutralizar al enemigo sin necesidad de usar el arma letal, yendo en el tercer paso de niveles de LORUF.

E8: La defensa personal es tan importante dentro de la vida militar como la civil porque involucra muchos ámbitos y es un arma de autodefensa.

E9: Es muy importante ya que demuestra disciplina y es evolucionada en las artes marciales para estar preparados en situaciones de riesgo.

E10: La defensa personal es muy necesaria dentro de la formación militar, ya que estar preparado para defenderse nos ayuda a controlar el miedo y nos permite aplicar las diferentes técnicas de defensa ante cualquier situación de peligro que se pueda presentar.

E11: la defensa personal en la vida militar influye mucho, ya que no solo se basa en una técnica de defensa, si no en la formación de su conducta y al desarrollo de sus habilidades técnicas y físicas.

E12: La práctica de la defensa personal en la vida militar es fundamental con el objetivo de mantener una preparación óptima que permita afrontar exitosamente cualquier misión que se le encomiende concerniente a la seguridad de la ciudadana y soberanía Nacional.

Análisis:

En base a las respuestas la defensa personal resulta ser muy importante dentro de un soldado ya que nos logra preparar en ámbitos internos o externos que requieran una capacidad para el desarrollo de habilidades técnicas y físicas, y nos permite estar preparado en situaciones de peligro.

Pregunta 2: ¿Cuál considera que sería la importancia de la defensa personal para una formación integral?

E1: Es de vital importancia que se dé y que sea parte de la formación integral de un soldado, porque hay personal no sabe ni siquiera pararse.

E2: La defensa personal es importante, yo fui instructor de artes marciales en combate en el curso de Comando de la Infantería de Marina, y realicé una encuesta en donde de 34 alumnos, solamente 2 habían practicado algún tipo de disciplina en la civil,

un karateka y un boxeador, ahora ponerse a enseñar en un mes a todo ese personal es muy duro, entonces si hubieran aprendido en las escuelas de formaciones sería mucho mejor.

E3: La importancia es netamente como lo expresé que te va ayudar en el desenvolvimiento de tu carácter, tu formación para poder llevar a cabo todo lo encomendado por la misma Fuerza.

E4: Es importante porque el soldado se forma física y psicológicamente además que es un estilo de vida.

E5: La importancia es la preparación q va a tener un soldado no solo en lo militar sino también en practicar un deporte con un alto grado de disciplina

E6: La importancia debería ser sumamente básica en todo militar porque hay compañeros que no le toman asunto a la defensa personal y en el momento que se le presenta alguna situación con las manos o las piernas no tienen la reacción, porque hay situaciones que tratan de agredirnos sin ningún tipo de arma y nosotros podríamos contrarrestar el ataque.

E7: Si existe la formación militar y académica también deberían darle la misma importancia a la defensa personal, debemos estar un paso más adelante que los civiles, que los delincuentes, por eso considero importante dentro de la formación integral a la defensa personal.

E8: Es muy importante ya que la defensa personal involucra bastante la formación integral de una persona, puesto que el saber defensa personal me permite una mejor prevención y comunicación con el fin de resolver algún tipo de problema.

E9: La considero importante porque es una formación de la personalidad y todos los deportistas deben sumar a esto para sean íntegros.

E10: Es importante para mantener un buen estado físico y mental que permita reaccionar de manera rápida y eficaz ante algún ataque.

E11: Consideró que es importante, porque me brinda seguridad, te sientes confiado, tranquilo, ayuda a mantener la mente sana y a formarte como una buena persona con principios y valores.

E12: La defensa personal se fundamenta en la práctica de las artes marciales, mismas que estimulan el desarrollo de habilidades y destrezas tanto motrices como intelectuales, a la vez procura una formación basada en principios y valores que orientan al practicante a un desarrollo integral para aportar productivamente a la sociedad.

Análisis: En favor de las respuestas a las personas entrevistadas, ahora bien la defensa personal abarca una formación integral que es basada en principios y valores, por lo tanto resulta importante dentro de la formación de un militar, ya que esta disciplina permite estar preparado ante cualquier riesgo que se pueda presentar y sobre todo para que la persona tenga los conocimientos previos ante un ataque o agresión

Pregunta 3: ¿Qué tipos de Artes Marciales considera mejor para la inclusión en la formación integral de guardiamarinas de la Escuela Superior Naval?

E1: Todas las disciplinas de artes marciales y deportes de combate son importantes, porque si nos ponemos a ver, una conlleva a otra, comenzando con la más básica que es el box, de ahí partimos en adelante, box, taekwondo, Jiu jitsu, puntos de presión, Arte Marcial disciplina, manejo de bastón y cuchillo y MMA es un compendio de diferentes disciplinas de combate, sólo que en la parte deportiva.

E2: Como en todos los países tienen su disciplina marcial por ejemplo Brazil tiene el Jiu jitsu, ellos en 2 años que hacen de curso salen con cinta azul, Korea tiene el taekwondo que es una cultura, es diferente allá, desde niño aprenden, el arte marcial de

Estados Unidos es el MCMAP, es un sistema que ellos inventaron, adicional el box, taekwondo, Jiu jitsu, judo, lucha olímpica y MMA.

E3: Es importante que se inicie con técnicas de puño que es el boxeo, también puede ser técnicas de patadas que viene hacer taekwondo y técnicas de cuerpo a cuerpo que viene hacer lucha, se hace un complemento y se puede formar un sistema de combate.

E4: Técnicas de puño considerada como box y técnicas de patada considerado como Taekwondo.

E5: El box y el karate son los más importantes ya q son los básicos para el resto de disciplinas marciales.

E6: Para un Guardiamarina debería ser en primero el box, luego el taekwondo y finalmente la lucha.

E7: Según mis experiencias personales y el ámbito que me ha rodeado principalmente partiendo del box, es la base de todas las artes marciales, Taekwondo, Jiu jitsu y un poco de desarme de arma blanca y pistolas debería ir de la mano para todas las escuelas de formación es no solo un año si no todos los años de formación.

E8: En realidad todas las artes marciales son importantes, pero entre las que más destacó es el Taekwondo, Boxeo y Kick boxing.

E9: Primero necesitan una base formativa y de ahí parten con el Karate, Taekwondo y Boxeo que es un estilo de combate.

E10: Considero que el taekwondo es un arte marcial especializado en la defensa donde se utilizan las manos y los pies para ejecutar las distintas técnicas de defensa personal por lo que es una muy buena alternativa para la formación integral dentro de la Escuela Superior Naval. Otra arte marcial que considero eficaz para la defensa personal es el Jiu jitsu, este arte marcial capacita a sus practicantes en técnicas que permiten inmovilizar al enemigo.

E11: El Boxeo, Muay Thai, Jiu jitsu, Kick boxing y lucha olímpica considero estas las más importantes para poder incluir al desarrollo de sus actividades

E12: Todas las artes marciales están encaminadas a la formación integral del individuo, siempre y cuando se pongan en práctica sus bases fundamentadas en la disciplina, honor y Lealtad.

Análisis: Considerando todas las respuestas básicamente están definidas de la misma manera, ya que al inicio el boxeo o las técnicas de puño está considerada como la primera arte marcial a aprender, a continuación de técnicas de patada o Taekwondo, y finalmente técnicas de lucha que podría ser el Jiu jitsu, lo que me resulta favorable ya que esa es la idea que se tiene para la propuesta final del proyecto.

Pregunta 4: ¿Qué clases de dificultades tuvo al aprender las técnicas que desarrollan la base de su arte marcial en la que se especializa?

E1: En la civil practicaba Kick boxing y de dificultad tenía las patadas, pero la perseverancia, el entrenamiento y la disciplina conllevan a que uno logre sus objetivos, hasta ahora me ha funcionado, he logrado cruzar los 3 niveles de artes marciales en combate.

E2: Yo entrenaba Jiu jitsu en la civil cinta violeta, tuve dificultades al realizar triles, coordinación, fintas y roles en mi arte marcial.

E3: Antes de ingresar no practicaba un deporte como tal, si ahora tocaba box, taekwondo no era algo específico, sin embargo la primera arte marcial que aprendí fue el box y la dificultad fue la coordinación de los movimientos.

E4: Mi arte marcial inicial fue el Kick boxing en donde presente un poco de problemas en la coordinación, y me especializo en técnicas de agarre y sumisión.

E5: Anteriormente practiqué Box sin embargo primero es lo teórico y luego lo practico me desarrollo en lo q son los puntos de presión en la cual debes saber localizarlos y luego ver que técnica será efectiva en el oponente

E6: En lo personal mi fuerte es el boxeo, de me hizo fácil aprenderlo y enseñar y me desarrollé bastante en el curso de artes marciales en combate.

E7: Yo practicaba en la escuela Wushindu que es Jiu jitsu Japonés, en la civil no tenía dificultad de aprender un arte marcial, mi miedo era más en caso de tener una lesión que creo que es lo mismo que le preocuparía a la gente, porque una lesión dentro de curso es una baja, habría que tocar mucho ese tema y es un poco complicado el tema de lesiones, luxaciones para escuelas de formaciones.

E8: Soy entrenador de Taekwondo y la dificultad que tuve fue la metodología de la enseñanza en el dominio de las patadas.

E9: Mi arte marcial al inicio fue el Karate, tenía un poco dificultad en la parte motriz y coordinación en las piernas.

E10: Una de las principales dificultades son la coordinación y el equilibrio, ya que es necesario una buena coordinación de todas las partes del cuerpo para poder reaccionar de la mejor manera ante el peligro y un buen equilibrio para poder mantenerse en pie mientras se defiende.

E11: El deporte en el cual me desarrollo desde los 15 años, a esa edad mi dificultad fue el poco acceso que tenía a la información, la falta de implementación, el lugar adecuado para poder entrenar.

E12: Una de las principales dificultades que identifique para mi aprendizaje del arte marcial, fue la escasa infraestructura para la práctica en esa época.

Análisis: En conclusión de las respuestas determinamos que existen personas que tuvieron problemas al inicio con la coordinación ya sea de manos o de los pies, al mismo tiempo que no desarrollaban sus habilidades por completo, sin embargo también existen profesionales que les resultó fácil y no tan complejo, es por ello que las artes marciales son fácil de aprender pero difícil de aprender y es un proceso de aprendizaje y perseverancia del practicante.

Pregunta 5: ¿Qué fundamentos teóricos-técnicos tomó en cuenta para determinar que las artes marciales pueden ser efectivos ante una situación de peligro?

E1: Me base en la teoría de los puntos vitales y en lo que está basado también la MTC o medicina tradicional china, tiene cosas muy interesantes que funcionan, basado en el estudio del cuerpo, no necesita tener fuerza para derribar a una persona.

E2: Verme en situaciones para practicar por ejemplo una vez me robaron con un cuchillo, y estuve tranquilo, dejé que me robaran, porque lo más probable es que yo hubiera acabado al oponente, pero podría meterme en problemas más tarde porque soy Miembro de la Armada del Ecuador.

E3: Me he basado en vivencias que han sido contadas, con los casos que han pasado los compañeros policías y a veces creo que por falta de tipo de conocimiento sobre defensa personal, se ha podido llevar a salir de esa situación y eso es lo que nos motiva a nosotros como infantes de marina y de la Armada a aprender a practicar un arte que nos pueda servir en ese momento dado de peligro ante situación.

E4: Ser Analítico y saber que técnicas realizar y en qué momento hacerlo y seguridad de que mi técnica va a funcionar.

E5: La situación de desarrollar capacidades especiales como realizar una técnica especial en una situación de peligro inminente.

E6: Más nos enfocamos en otras fuerzas por ejemplo en Estado Unidos ellos tienen su nivel, el primer nivel es marrón, nuestro Sensei se enfocaba en las Fuerzas de otros países porque en Ecuador no se tomaba tanto asunto en las artes marciales, es por eso que él creó en base de reseñas históricas las artes marciales en combate porque el soldado debe estar preparado en todo momento para enfrentarse incluso con sus manos y pies , ya que son un arma también y debes saber emplearlas en situaciones de peligro.

E7: El ejemplo que tenemos todos los militares de base y fundamento que la defensa personal es importante en todo lo que ha pasado en nuestro País en este tiempo y toda la situación que han estado involucrado personal militar en donde hacen uso de su arma de dotación o se defienden que ellos están entrenados y que pasa, problemas legales, juicios y se van de baja por este tipo de problemas.

E8: Temor a escenarios, temor a golpes directos, control de sí mismo, zonas atentadas, obediencia y escuchar bien.

E9: Puedo destacar que las artes marciales pueden salvar tu vida y autocontrol de cada persona.

E10: Tomé en cuenta las técnicas que emplean cada arte marcial y su efectividad en una situación de peligro.

E11: En base a mi experiencia deportiva, depende el tamaño del peligro, pero en un combate de contacto es posible y efectivo que el que se preparó tiene más posibilidades a ganar.

E12: Conocimiento de los puntos vulnerables del cuerpo humano, manejo de conflictos y situaciones de peligro, selección de técnicas para inmovilizar, estrangular y desarmar a un agresor.

Análisis: Dentro de la pregunta los profesionales se han basado en vivencias que han tenido a lo largo de su carrera profesional, es decir acciones que han tomado o realizado al momento de un ataque o agresión y también del tamaño del peligro, puesto que en un combate de contacto es muy posible que gane el que tiene más preparación , adicional como fundamentos teóricos existen países que tienen una doctrina de alguna arte marcial , lo que conlleva que sea un arte a nivel Nacional, adicional otro factor es ser una persona analítica y saber que la técnica que voy a usar me va a funcionar.

Pregunta 6: ¿Qué artes marciales considera usted que son de fundamental importancia para la formación integral del personal de aspirantes a la Armada del Ecuador?

E1: Primero la básica el box porque tiene que tener la posición de guardia, si usted no sabe pararse, no va a poder con las demás disciplinas, de ahí el taekwondo usted aprende la segunda distancia del combate, que son las distancias largas. Jujitsu es de distancias cortas y lucha en el suelo.

E2: Considero que el Box, Taekwondo y el Jiu jitsu.

E3: Taekwondo y Boxeo

E4: Técnicas de puño, dentro de esto la parada inicial de combate, combate cuerpo a cuerpo y técnicas de patada.

E5: Serian el box y el karate para q se le hagan más fáciles el resto de disciplinas

E6: Técnicas de armas blancas, dominar el tolete o el PR-24, FCK es un arte marcial filipina de dominar el bastón.

E7: Box es algo que debería saber todo y taekwondo.

E8:100% Taekwondo de manera deportiva y recreativa.

E9: Karate Do es un deporte de combate en este caso el Karate tradición Yaki y el Taekwondo por los puños, patadas y manejar distancias y proyecciones.

E10: En general considero que hay muchas buenas opciones de artes marciales, pero principalmente considero que disciplinas donde se utilizan golpes rápidos y precisos como el taekwondo, karate o kickboxing son fundamentales en la formación de los aspirantes.

E11: Boxeo, Jiu jitsu, Muay Thai, Lucha Olímpica

E1: Karate, Jiu jitsu y Muay Thai.

Análisis: Como parte fundamental de las disciplinas que se requieren para el personal de la Armada del Ecuador resulta ser primeramente box ya que esta arte me permite conocer una posición de combate y básica, en segundo lugar aplicaremos las patadas, a continuación las luchas y finalmente podríamos combinar las artes marciales llevándola a las mixtas, lo que resulta beneficioso y va llevando un proceso cronológico de aprendizaje.

Pregunta 7: ¿Cuál es el período recomendado que se requiere para un aprendizaje básico de un arte marcial dentro de un año?

E1: Básico de 2 a 3 meses.

E2: Básico 2 meses, y en primero año todos los días, 1 hora o 45 minutos para ir perfeccionando técnica y luego en segundo, tercero y cuarto año se le puede bajar la carga.

E3: Básico de 3 a 4 meses.

E4: En el segundo periodo de 6 meses.

E5: Dependiendo el arte marciales puede ser de 4 a 6 meses para tenga recién la forma específica de una arte marcial básico

E6: Segundo período serían 2 meses.

E7: Constantemente 2 meses en el primer periodo y 2 meses en el segundo período, respetando la continuidad.

E8: Meso ciclos de 6 meses o básicamente de 2-3 meses.

E9: 2 meses.

E10: Considero que un periodo sería necesario para poder aprender lo básico dentro de un arte marcial y en un segundo periodo se puede reforzar lo ya aprendido en el periodo anterior.

E11: Dentro del año, 6 meses sería el tiempo para poder aprender artes marciales.

E12: El aprendizaje está íntimamente ligado a ciertos factores como, características del grupo alumno, frecuencia - volumen de los entrenamientos y objetivos.

En el karate do, el tiempo aproximado que se requiere para que un alumno aprenda y domine técnicas básicas que le permitan afrontar una situación de combate real, es de 1 año cinturón verde.

Análisis: Como resultado tenemos que la variable que se repite de tiempo es de 4 a 6 meses con enfoques anuales, aunque se entiende que el tiempo es limitado para la realización de entrenamientos o prácticas de artes marciales de combate, un período consecutivo ayudaría a perfeccionar las técnicas de las mismas.

Pregunta 8: ¿Cuántas horas al día o a la semana debería tener una persona para aprender artes marciales?

E1: Nosotros entrenamos de 0600am a 1800pm de lunes a viernes.

E2: 1 hora a 45 minutos lo básico para empezar y todos los días.

E3: Al día practicar de 2 a 3 horas y toda la semana.

E4: De lunes a viernes de 2 a 3 horas.

E5: En mi punto de vista serian normal 2 horas máximo 4 el cuerpo también necesita descanso para receptar lo aprendido

E6: 3 días a la semana, lunes, miércoles y viernes con 2 horas al día.

E7: 4 a 5 horas diarias y como decía mi sensei " De lunes a viernes y que descansen sábado y domingo".

E8: a la semana 4 horas o podría ser 2 horas en 3 días.

E9: 1 hora diaria por 5 días.

E10: Considero que 1 hora al día durante cinco días a la semana es la mejor opción para que la persona pueda tener un buen progreso en el aprendizaje.

E11: 1 hora con 30 minutos, los entrenamientos 5 veces a la semana.

E12: Como mínimo 3 sesiones a la semana y 2 horas por sesión y como máximo 6 sesiones a la semana 1.5 horas por sesión.

Análisis: Como resultado obtenemos que todos los entrenadores profesionales buscan que se aprenda artes marciales de una manera correcta y tomando en consideración todas estas variables , consideramos que a la semana la persona deberá recibir 5 horas en sesiones variables, ciertamente estos valores me da un preámbulo para la elaboración de mi plan.

Pregunta 9: ¿Qué condiciones físicas y psicológicas considera necesario para la elaboración de un plan de entrenamiento de artes marciales para la Escuela Superior Naval?

E1: Tener seguridad, confianza en sí mismo y parte de eso tener una condición física buena y un estado emocional equilibrado de tal manera que su sistema central, nervioso y periférico, autónomo todo le funcione bien para que el soldado puede trabajar bien.

E2: Hay personas que tienen miedo al golpe, cuando te alzan la pierna y te van a golpear cierras los ojos, es un problema psicológico y la parte física es importante el cardío, porque no es lo mismo una persona que corra duro, a que tenga físico para una pelea.

E3: Las condiciones físicas deben ser las mejores para poder llevar a cabo un plan de entrenamiento y la parte psicológica debe ser una persona que sepa controlar las emociones, porque si no controlamos las emociones vamos a fracasar en la aplicación de las técnica y dentro de la parte civil tenemos el uso progresivo de la fuerza, incluso hemos tenido compañeros en los cursos que llegan a un enfrentamiento a un combate cuerpo a cuerpo y no pueden controlarse.

E4: Las condiciones físicas deben ser dominadas en la escuela de formación es decir deben ser las óptimas y dentro de las psicológicas controlar sus emociones.

E5: Primero un plan de entrenamiento y un examen psicológico para ver en forma entran los alumnos antes de aprender artes marciales

E6: Las condiciones físicas debe ser excelente, como decía mi sensei "usted con tal que esté bien puesto y bien parado y tenga confianza en sí mismo está bien" y en la parte psicológica hay que medirse con las técnicas de combate porque hay personas que tienen ira y no de miden y pueden morir.

E7: Las condiciones físicas como en todo deporte debe ser óptimas porque va de la mano y en condiciones psicológicas considero que se debería hacer un test como el que se realiza cuando ingresa a la Armada, se debería hacer a una persona que vaya a entrenar artes marciales y emplearlas en el ámbito militar.

E8: Las condiciones físicas deben ser las óptimas y de manera psicológica se podría considerar estabilidad emocional para un buen aprendizaje de las artes marciales.

E9: Desarrollo de la Resistencia a la Fuerza que es algo difícil, el autocontrol y la estabilidad emocional.

E10: Físicamente considero necesario una buena resistencia y agilidad y psicológicamente autocontrol de las emociones para no dejarse llevar por el miedo en situaciones de peligro.

E11: Debe estar en las mejores condiciones físicas y psicológicas ya que requiere de mucho enfoque y dedicación.

E12: En cuanto al aspecto físico, haber aprobado los exámenes médicos de rigor y mantener una condición físico orgánico saludable. En cuanto al aspecto psicológico, mantener una estabilidad emocional, que le permita concentrarse en el proceso de enseñanza aprendizaje.

Todas estas pruebas y test, deben ser aplicados al inicio del programa de enseñanza, para medir su evolución una vez finalizado el proceso de enseñanza.

Análisis: En base a las respuestas los profesionales que indican que las condiciones físicas deben ser las mejores, las óptimas por esta razón tanto la resistencia como la agilidad resultan ser importantes y dentro de las condiciones psicológicas es importante la estabilidad emocional, y el autocontrol de la misma para no dejarse llevar por el miedo en situaciones de peligro y tener seguridad en sí mismo.

Pregunta 10: En el caso que se comience a enseñar artes marciales en guardiamarinas de la Escuela Superior Naval. ¿Cómo considera importante su aplicación para su vida profesional?

E1: Lo considero parte fundamental de la formación, le va a servir en su vida profesional y personal.

E2: Al momento que se gradúan ya uno sale con conocimiento y base, aplicarla solo en casos extremos y de importancia,

E3: Muy importante porque salir desde una escuela con todo este tipo de aprendizaje y cuando estamos en la vida profesional vamos a poder sobrellevar cualquier situación.

E4: Los guardiamarinas van hacer futuros líderes de la patria y está bien que tenga un buen aprendizaje respecto a las artes marciales para el manejo y control de su personal.

E5: Ayudaría mucho porque desarrollaría capacidades especiales en los diferentes disciplinas de artes marciales.

E6: Siempre hay que estar preparado en todas las especialidades y rangos, más que todo en las guardacostas e infantería porque dónde no tienes el conocimiento básico de cómo defenderte, vas a fallar en tu misión.

E7: Bueno con el tema de los guardiamarinas yo siempre me enfoco más en el personal de arma, en la parte operacional, ya sea guardacostas, aviadores o superficie, en este sentido ya hay una generalización ya no hay una división, porque se ocupa puestos de patrulla, camex, ejercicios, todas las especialidades salen a la misma operación y es algo que deben saber porque en toda su carrera lo van a emplear.

E8: Un profesional más en la vida con el debido conocimiento para emplearlo en misiones encomendadas.

E9: Muy disciplinados, saber que pueden dominar y tener control mediante la obediencia y que está disciplina crea el arte marcial.

E10: Considero que es muy importante para que el aprendiz adquiera una buena condición física y mental que le permita reaccionar ante cualquier situación y también que aprenda a ejecutar bien la técnica que considere adecuada para esa situación.

E11: La aplicación de las artes marciales mixtas en lo profesional sería para el uso de la defensa, para mantenerse saludable y físicamente en sus mejores condiciones ya siempre tiene su preparación física y técnica.

E12: Todo militar o miembro de la fuerza pública debe ser capaz de inspirar respeto a la sociedad, tanto en su comportamiento o interacción social y cuando la situación lo amerite, poner en práctica sus conocimientos de artes marciales.

Análisis: Con las respuestas receptadas podemos determinar que se considera muy importante la aplicación de las artes marciales empleada en la vida profesional de un oficial de marina puesto que resulta que seremos los futuros líderes del país y debemos estar siempre preparados ante cualquier riesgo o amenaza que se nos presente en nuestra carrera profesional.

Pregunta 11: ¿Cuál considera usted la diferencia entre la defensa personal civil y la defensa personal aplicada por un militar?

E1: La diferencia de la defensa personal civil y la defensa personal militar es muy grande, porque usted como civil se defiende usted, a su persona y se fue, usted como militar profesional tiene todas las de perder donde aplica mal un procedimiento, se defiende usted, defiende su grupo y no puede fallar, porque si falla, pierde usted su vida y en el caso más extremo la de su compañero y si hace mal un procedimiento, lo demandan o hasta podría ir preso.

E2: La defensa persona civil se enfoca en defensa contra un cuchillo, un arma contundente, nosotros es más arriesgado porque viene a agarrar tu arma, y a veces que si te agarran el arma, pueden darte de baja.

E3: Defensa personal civil lo considero como dice la palabra defensa ante cualquier situación y como militar voy a atacar el ataque y luego al atacante de una forma militar en una situación de peligro que nos encontremos y la Defensa personal

militar es como un tipo de supervivencia, no es que voy a defender solo esa amenaza si no que voy a eliminarla aplicando el uso progresivo de la fuerza, en el nivel número 4 de niveles de la LORULF.

E4: La defensa personal civil es para uno mismo, una autodefensa a diferencia que la defensa personal militar es aplicada en binomio para resguardar la seguridad de ambos.

E5: La diferencia es q un soldado está entrenado y capacitado para enfrentar cualquier situación q se presente siempre y cuando el limitar tenga el curso de artes marciales en combate

E6: En la defensa personal civil podemos decir que se mantiene una parte deportiva y dentro de la defensa militar es para la defensa de uno mismo o de sus compañeros que están cumpliendo una misión con usted.

E7: La defensa personal civil es enfocada prácticamente en el ámbito diario, robos, secuestros, peleas, agresiones, cuchillos, la defensa militar va con enfrentamiento de armas de fuego, combate en proporción dos armas contra un militar, yo creería que está más enfocada en defender una amenaza en cambio la civil es para tener tiempo y escapar.

E8: En la defensa personal civil se actúa mayormente sin razonamiento a diferencia de la defensa personal aplicada por un militar que actúa sabiendo que existe una amenaza con razón justa.

E9: La defensa personal civil viene evolucionando y aprendiendo, se viene dando más por años de experiencias y dentro de la defensa personal aplicada por un militar existe el Krav Maga que es un estilo de combate.

E10: La defensa personal civil está más enfocada en defenderse ante situaciones más cotidianas como alguna disputa callejera o algún intento de asalto y la

defensa personal militar está más enfocada en defender en situaciones de mucho más peligro.

E11: Ambas siempre será serán para el uso de la defensa en contra de nuestra integridad

E12: Hoy en día las personas civiles se inscriben en los cursos de defensa personal principalmente por ocupar productivamente su tiempo de ocio, mientras que la práctica de las artes marciales por militares está ligada a una necesidad de la profesión.

Análisis: Para resumir la defensa persona civil se basa netamente en como lo expresa su nombre para la autodefensa de sí mismo, y para eventos rutinarios a diferencia de la defensa personal aplicada por un militar es la capacidad que tiene un soldado para defenderse a sí mismo y al personal que se encuentra bajo su mando e incluye el combate cuerpo a cuerpo de una amenaza y eliminarla por completo.

Pregunta 12: ¿Considera importante el planteamiento de la doctrina de la defensa personal y emplearla tanto en las escuelas de oficiales como escuelas de tripulantes?

E1: Si usted como soldado profesional sea oficial o tripulante, no sabe defenderse no va a poder defender a nadie.

E2: Claro eso debe ser desde las escuelas de formaciones, debe ser una cultura, desde las escuelas de formaciones deben ir con un conocimiento básico y no aprender ya de antiguo, porque se te hace un poco difícil.

E3: Si la considero importante y sería bueno que existieran portavoces como lo está haciendo usted con su tesis, si se hace el llamado a la cultura marcial, y la Armada debería tomar esta doctrina como lo hizo mi Almirante Noboa que gracias a él se impulsó más el curso de AMC para el personal de abordaje y por la situación del país.

E4: Si los oficiales y tripulantes deben manejar el mismo idioma respecto a las artes marciales para aplicarla con el personal que vamos a trabajar.

E5: es muy importante porque tendríamos militares capacitados y entrenados Para neutralizar cualquier tipo de amenaza que se le presente de acuerdo al manual de derecho en la operaciones militares.

E6: Si demasiado importante y considerada porque todo militar debe estar capacitado para usar sus manos y piernas y conocer los puntos vitales de una persona.

E7: Claro, no podemos formar solo militares sin una base de defensa personal, y porque va esto si yo mando a un militar a la guerra, no puedo mandar a un militar que no sabe defensa personal porque queda desarmado, queda sin cuchillo sin pistolas queda totalmente desarmado, en ese caso la mejor arma sería el combate cuerpo a cuerpo, el puño.

E8: Si considero importante, ya que todos somos iguales y nos merecemos el mismo trato o aprendizaje, equitativamente, además es importante para cumplir con la misión de defender a la soberanía y preparar soldados para la guerra.

E9: Si considero importante porque es una base fundamental las artes marciales, crean una raíz y es una disciplina y nos evita tener problemas emocionales.

E10: Considero que si es muy importante que se de instrucción a los oficiales y tripulantes para que siempre estén preparados para defenderse ante cualquier situación.

E11: Claro que sí, integrar estas actividades deportivas de artes marciales mixtas en ambas escuela ya que se llevaría a la masificación de las MMA.

E12: Es indispensable en las fuerzas armadas la práctica de las artes marciales.

Análisis: Como resultado tenemos que si se considera importante plantear una doctrina de defensa personal para ambas escuelas de formaciones tanto de tripulantes como oficiales, porque se evidencia que se cumpla con la misión de la Armada del Ecuador y que tiene Fuerzas Armadas , así mismo prepararnos para la guerra y cualquier situación que nos demande realizar la Fuerza.

Pregunta 13: ¿Cuál considera usted la diferencia entre la defensa personal y artes marciales?

E1: La defensa personal es netamente eso, suya defensa personal y un arte marcial es un sistema de vida donde involucra muchos principios.

E2: Artes Marciales es un tipo de disciplina, boxeo, taekwondo karate, Jiu jitsu y de esas disciplinas, sale la defensa personal porque la defensa personal es la defensa ante un tipo de agresión.

E3: La defensa personal como de manera deportiva box, taekwondo, Jiu jitsu, luchas y artes marciales son técnicas para aplicar la defensa personal, es el compendio de todas esas disciplinas deportiva en donde la haremos un sistema de combate operativo.

E4: La defensa personal es defensa propia a uno mismo y las artes marciales son un estilo de vida y te permite la disciplina, control y seguridad de sí mismo.

E5: Que las artes marciales son constantemente ordenada disciplinada y altamente capacitadas para instruir a la persona ante cualquier situación de peligro no a lo deportivo sino a una situación real para así salvaguardar la vida de la persona o de sus familiares ante cualquier amenaza o intimidación.

E6: La defensa personal se enfoca en la parte civil, como sus palabras mismo lo dice para su defensa a diferencia de las artes marciales se viene a dar de otra manera

porque ya se van a usar técnicas porque pueden ser técnicas de aprehensión, de mitigamiento.

E7: La defensa personal como su nombre lo dice más situaciones en defensa en perjuicios de mi cuerpo y humanidad y las artes marciales a entrenar a alguien para competir, o por simple gusto, ya sea que alguien se entrena para pelear en situaciones de peligro.

E8: La defensa personal tiene unidos conceptos pasivos y activos mientras que las artes marciales es un sistema de combate empleando mediante técnicas a un oponente.

E9: La defensa personal son técnicas de defensa dirigido a un modo de peligro mientras que las artes marciales es una disciplina y autocontrol de situaciones

E10: La defensa personal es el conjunto de habilidades que se utiliza para defenderse ante una determinada situación y las artes marciales son las diferentes disciplinas que nos instruyeren el combate cuerpo a cuerpo.

E11: La defensa personal son técnicas básicas, las artes marciales es una combinación de deportes de contactos que toman tiempo de entrenamiento frecuente.

E12: La única diferencia radica en el origen de las artes marciales, ya que algunas nacen en el medio oriente y otras en el oriente, mientras que su objetivo principal es someter al adversario de manera eficiente y con el menor esfuerzo posible.

Análisis: Se evidencia en la pregunta que la defensa personal, como su nombre mismo lo dice , son autodefensas, va inclinada en el ámbito deportivo mientras que las artes marciales son técnicas basadas en una sola disciplina cuyo enfoque radica en entrenamientos frecuentes, tales como el box, taekwondo, Jiu Jitsu, karate, MMA.

Figura 32.

Instructor de Instructores de Artes Marciales en Combate.



Conclusión general de los instrumentos de investigación, o párrafo de cierre donde con la información recabada, de paso a su propuesta de solución.

Como conclusión en base a los cuestionarios realizados a los guardiamarinas, oficiales de años anteriores, entrevistas realizadas a miembros de Fuerzas Armadas y profesionales de las artes marciales, evidenciamos en las respuestas que la defensa personal es importante para la formación integral de los guardiamarinas, puesto que dentro de las escuelas de formaciones resulta ser idóneo la elaboración de un plan de entrenamiento que desarrollen artes marciales como método de defensa personal, ya que en la actualidad se requiere para cumplir ciertas misiones o eventos que nos demanda la institución. Con la ayuda de las entrevistas a miembros activos de la Armada del Ecuador especializados en Artes Marciales en Combate, se constata que no se podría emplear el curso de AMC con sus 3 niveles en escuelas de formaciones pero si dar una iniciación de técnicas que promuevan y ayuden al desarrollo de habilidades de combate para la formación integral de una persona, definiendo las técnicas en base a las necesidades operacionales para el personal de la escuela de formación por ello se

propone la inclusión de un plan de entrenamiento de artes marciales basado en la defensa personal para cada año de Escuela Naval, en donde primer año aprenderá Técnicas de puño y actitud combativa, segundo año técnicas y conciencia combativa, tercer año técnicas de agarre, proyecciones y lucha y cuarto año conciencia situacional y aplicación de artes marciales mixtas en las operaciones militares , para que a su egreso logren graduarse con estos conocimientos y adicionalmente tengan las herramientas para en caso de que la Fuerza lo requiera por la amenaza que existe en el país , especialmente en el ámbito interno puedan emplearse y tengan mayores conocimientos que les permita éxito y de requerirlo en su experticias en las diferentes especialidades, poder acceder con mayor conocimiento a cursos que requieran contacto físico de defensa personal (curso de Abordaje, curso de AMC, cursos de infantería de marina, etc.).

Resultados Esperados

Como resultados se tiene la determinación de si la defensa personal se encuentra dentro de los parámetros de la formación integral en el período de guardiamarina para su futura ejecución y si han utilizado los manuales vigentes en su vida profesional, al finalizar su formación en los cuatro años de carrera naval proponiendo un plan de entrenamiento que se enfoque en el desarrollo de la capacidad y seguridad de los guardiamarinas para que no se pierda el prestigio que tiene Fuerzas Armadas como seguridad de la Nación y los futuros oficiales de la Patria sepan cómo actuar en casos conflictivos o de mayor ataque.

Capítulo III

Plan de Entrenamiento en Defensa Personal enfocado a las Artes Marciales para los guardiamarinas de la Escuela Superior Naval

Tipo de Proyecto.

El tipo de proyecto que refleja el trabajo es el ámbito de soporte integrado de seguridad y como línea de investigación apoya a la seguridad integral de los futuros oficiales de marina.

Cobertura Poblacional.

Los beneficiarios de la posible inclusión de esta propuesta serán los guardiamarinas de Arma y Servicios de primero, segundo, tercer y cuarto año naval e indirectamente estará beneficiada la Armada del Ecuador, de la Escuela Naval egresarán flameantes oficiales con estos conocimientos que son necesarios en la Actualidad en el país.

Cobertura Territorial.

El espacio geográfico en donde se desarrolla la investigación es en el coliseo de la Base Naval de Salinas.

Justificación

La defensa personal se basa en el desarrollo de habilidades para la autodefensa, además para tener éxito frente a una agresión física, se considerada como parte de la formación integral dentro de la Escuela Superior Naval, destacada por las competencias de liderazgo que poseen los futuros oficiales de marina, y es lo se requiere hoy en día dentro del país porque estamos enfrentando situaciones de riesgo donde está involucrada las Fuerzas Armadas, demostrando el conocimiento y dominio

de aspectos tanto físicos como técnicos y de carácter emocional que se ponen de manifiesto en una misión para su personal.

Mediante los instrumentos de recolección evidenciamos que la defensa personal es una necesidad básica para el desarrollo profesional de alguien que se encuentra en una escuela de formación, ya que uno de los problemas que tiene en la actualidad el Ecuador es el riesgo del crimen organizado y delitos convexos, y es lo que por lo regular se ataca o se combate al egreso de Alférez de Fragata, además se debe aclarar y contrarrestar el mal concepto que tienen los civiles al pensar que los militares conocen-dominan las artes marciales como método de defensa, cuando en realidad aún no alcanzamos ese estatus.

Como parte de las repercusiones que pueden ocurrir si se ejecuta la propuesta, además de que es beneficiosa es que las artes marciales como método de defensa personal ayudan a la formación integral y dentro de la Armada, podría ser empleada para el egreso de los guardiamarinas como Alférez de Fragata empleadas en situaciones en la calle, de guardia, algún patrullaje entre otros y en el caso que no se dé la propuesta pasaría que los militares siguen teniendo esa brecha de no saber cómo controlar o proceder en una situación de riesgo que lo demande su profesión.

Objetivos

Objetivo General

Elaborar un plan de entrenamiento en defensa personal, mediante la guía de expertos en artes marciales, para el mejor desempeño profesional al egreso de los cuatro años de formación integral como futuro oficial de marina.

Objetivos Específicos

- Identificar las técnicas y períodos a emplear de las defensas personales enfocada a cada arte marcial, a través de la guía de expertos en la materia para la elaboración del plan de entrenamiento empleado para cada período de formación integral de los guardiamarinas.
- Desarrollar los contenidos mínimos existentes del componente naval militar en artes marciales y enfocarlo en defensa personal, mediante el cumplimiento de un plan de entrenamiento dentro del régimen de la brigada de guardiamarinas de acuerdo a sus capacidades para cada año de formación.
- Crear un plan de entrenamiento en defensa personal enfocado en artes marciales, de acuerdo a su carga horaria, régimen y habilidades adquiridas diferenciado para cada año de la brigada de guardiamarinas.

Fundamentación de la Propuesta

La defensa personal resulta ser importante y mejorará la formación integral de los guardiamarinas, puesto que dentro de las escuelas de formaciones es una necesidad básica, en algunas escuelas está incluida en su malla curricular y en otras como deportes forma, ayudando a formar el carácter, la disciplina y el autocontrol de emociones, por lo tanto es conveniente la elaboración de un plan de entrenamiento para el desarrollo y desenvolvimiento profesional del futuro oficial, ya que uno de los problemas que tiene en la actualidad el Ecuador es el riesgo del crimen organizado y delitos convexos, lo cual se ve conveniente que dentro de las filas de la noble institución se apliquen estos conocimientos, por esta razón un militar debe conocer

como mínimo una posición de combate o de defensa , cuando en la realidad según entrevistas ya realizadas verificamos que existen militares que no logran asimilar y afianzar una posición para enfrentarse ante una situación de riesgo o peligro.

Es por ello que inicialmente comenzaremos identificando las técnicas a emplear por cada defensa personal enfocada a las distintas artes marciales a emplearse para cada año de formación integral, y así mismo conexas con los períodos posibles para el aprendizaje de estos conocimientos.

Identificación de las técnicas de las defensas personales enfocada a cada arte marcial.

Tabla 5.

Identificación de técnicas de las defensas personales enfocada a cada arte marciales.

AÑO	Arte Marcial	Técnicas
PRIMER AÑO	Box	Golpe jab (Mano adelante) ,Recto derecho, (Direct)
SEGUNDO AÑO	Taekwondo	Patada ap chagui en movimiento y Defensa montong maki
SEGUNDO AÑO	Taekwondo	Patada tuit chagui y tuit furigui chagui de forma estática y en movimiento.
TERCER AÑO	Jiu jitsu	Técnica específica de mataleón en presión, ataque y parte defensiva de la técnica.
CUARTO AÑO	MMA (Artes marciales mixtas)	Ataques con derribos y control finalización con golpes o submission.
CUARTO AÑO	MMA (Inicación a AMC)	Técnicas de aprehensión, control en las operaciones militares.

Luego de identificar las técnicas de defensa personal de cada arte marcial a emplearse en sus respectivos años, ahora identificaremos mediante una tabla los períodos posibles a incluirlos y que clase de observaciones se muestra en caso de tener inconveniente con el proceso.

Identificación de períodos por cada año de formación integral.

Tabla 6.

Identificación de períodos por cada año de formación integral.

Año/Período	Primer Período	Segundo Período	Observaciones
Primer año		Agosto-Septiembre	Guardiamarinas se encuentran ambientados a la escuela durante este período.
Segundo año	Abril-Mayo	Octubre-Noviembre	Guardiamarinas con capacidad de un año de formación van a demostrar en dos períodos sus habilidades y destrezas.
Tercer año	Junio-Julio		Menos carga académica con el fin de tener tiempo en su período de embarque.
Cuarto año	Febrero-Marzo	Agosto-Septiembre	Demostrar lo aprendido en períodos anteriores y saber emplearlos en las operaciones militares a futuro.

Como parte de la segunda actividad, tenemos la búsqueda de alternativas en los campos nacionales e internacionales, en este caso uno de las alternativas para que se efectúe el plan de entrenamiento es la inclusión dentro de los contenidos mínimos en los componente militares de la malla curricular de la ESPE, a continuación mostraremos una tabla comparativa en donde se detalle los contenidos mínimos actuales del proyecto de reajuste de la carrera oficial de marina y una pequeña propuesta en los contenidos mínimos de lo que se quiere llegar.

Tabla comparativa del Reajuste de la carrera oficial de marina y la propuesta.

Tabla 7.

Tabla comparativa del Reajuste de la carrera oficial de marina y la propuesta.

Período Académico	Asignatura	Nombre Del Itinerario	Resultado de Aprendizaje	Contenidos Mínimos	Resultado de Aprendizaje (Propuesta)	Contenidos Mínimos (Propuesta)
I Período	Formación Física, Naval y Militar Básica	N/A HASTA V PERIOD O	No hay relacionado a Defensa Personal.	No hay relacionado a Defensa Personal.	No se va agregar relacionado a Defensa Personal.	No se va agregar relacionado a Defensa Personal.
II Período	Formación Física, Naval y Militar Intermedia	N/A HASTA V PERIOD O	No hay relacionado a Defensa Personal.	-Habilidades individuales de combate.	1.-Demuestra habilidades y destrezas básicas de defensa personal, boxeo y desarrolla la técnica de natación de estilo libre y espalda.	-Fundamentos de Defensa Personal e introducción al box, técnicas de ataque, Guardia y golpes básicos.
III Período	Formación Física, Naval y Militar Avanzada	N/A HASTA V PERIOD O	1. Demuestra habilidades y destrezas básicas de defensa personal, desarrolla la técnica de natación estilo libre y espalda.	- Fundamentos de defensa Personal.	1.- Desarrolla habilidades y ejecuta el dominio de las patadas básicas del taekwondo.	-Fundamentos básicos de Taekwondo, Introducción al Taekwondo, Guardia y patadas básicas
IV Período	Preparación Física, Naval y Militar IV	N/A HASTA V PERIOD O	2. Desarrolla habilidades para las caídas en los deportes de combate	-Técnicas de ataque, defensa, caída en los deportes de combate- Pentatlón Naval	2.-Desarrolla habilidades de combate de Taekwondo, movimiento y control de la patada.	-Defensas básicas de Taekwondo y sparring. -Técnicas de ataque y contrataque

Continua 

V Período	Preparación Física, Naval y Militar V	Sistemas Navales y Logística Naval	No hay relacionado a Defensa Personal.	No hay relacionado a Defensa Personal.	2. Demuestra y aplica técnicas empleadas en los deportes de combate.	-Fundamentos de Jiu jitsu, lucha en el piso, movimientos básicos de jiu jitsu.
Período Académico	Asignatura	Nombre Del Itinerario	Resultado de Aprendizaje	Contenidos Mínimos	Resultado de Aprendizaje (Propuesta)	Contenidos Mínimos (Propuesta)
VI Período	Preparación Física, Naval y Militar VI	Sistemas Navales y Logística Naval	2. Demuestra y aplica técnicas empleadas en los deportes de combate	-Técnicas de ataque, defensa y caída en los deportes de combate.	No se va agregar relacionado a Defensa Personal. (Se lo cambia con el período anterior)	No se va agregar relacionado a Defensa Personal. (Se cambia al período anterior)
VII Período	Preparación Física, Naval y Militar VII	Sistemas Navales y Logística Naval	1. Desarrolla la autoconfianza y disciplina en los combates cuerpo a cuerpo.	- Fundamentos de Artes Marciales mixtas	1.- Desarrolla la autoconfianza y disciplina en los combates cuerpo a cuerpo.	-Fundamentos de Artes Marciales Mixtas -Técnicas de sometimiento de lucha libre.
VIII Período	Preparación Física, Naval y Militar VIII	Sistemas Navales y Logística Naval	2. Demuestra conocimiento de las técnicas básicas de las artes marciales mixtas.	-Fundamentos de Artes Marciales mixtas	2. Demuestra conocimientos de las artes marciales mixtas empleada en las operaciones militares.	-Defensa Personal en las operaciones militares. -Técnicas de combate empleado cuerpo a cuerpo y defensa contra armas.

Dentro de la Malla curricular de la ESPE en los contenidos mínimos se ve Defensa Personal pero lo podemos desarrollar un poco más al enfocarnos en artes marciales que se basen en la Defensa, Ataque y el combate, esto va a ayudar a que dentro de la rama de Fuerzas Armada egresen profesionales dispuestos a luchar en el campo de batalla y cumplir la misión que se tiene como Fuerza para que el futuro Alférez de Fragata pueda mitigar riesgo, repeler ataques y cuidar de su integridad física.

Ahora detallaremos en la siguiente tabla mediante una propuesta los temas y períodos recomendados para cumplir la inclusión de estos nuevos contenidos mínimos

con el fin de cumplir los planes de entrenamientos en defensa personal que se busca al término del proyecto.

Tabla 8.

Propuesta de actualización de los contenidos mínimos de la asignatura de Formación y Preparación Física, Naval y Militar.

Período Académico	Asignatura	Nombre Del Itinerario	Resultado de Aprendizaje (Propuesta)	Contenidos Mínimos (Propuesta)
I Período	Formación Física, Naval y Militar Básica	N/A HASTA V PERIODO	No se va agregar relacionado a Defensa Personal	No se va agregar relacionado a Defensa Personal
II Período	Formación Física, Naval y Militar Intermedia	N/A HASTA V PERIODO	1.-Demuestra habilidades y destrezas básicas de defensa personal, boxeo y desarrolla la técnica de natación de estilo libre y espalda.	-Fundamentos de Defensa Personal e introducción al box, técnicas de ataque, Guardia y golpes básicos.
III Período	Formación Física, Naval y Militar Avanzada	N/A HASTA V PERIODO	2.- Desarrolla habilidades y ejecuta el dominio de las patadas básicas del taekwondo.	-Fundamentos básicos de Taekwondo, Introducción al Taekwondo, Guardia y patadas básicas
IV Período	Preparación Física, Naval y Militar IV	N/A HASTA V PERIODO	1.-Desarrolla habilidades de combate de Taekwondo, movimiento y control de la patada.	-Defensas básicas de Taekwondo y sparring. -Técnicas de ataque y contrataque. -Aplicación de las técnicas de taekwondo en la defensa personal
V Período	Preparación Física, Naval y Militar V	Sistemas Navales y Logística Naval	2. Demuestra y aplica técnicas empleadas en los deportes de combate.	Fundamentos de Jiu jitsu, lucha en el piso, movimientos básicos de jiu jitsu.
VI Período	Preparación Física, Naval y Militar VI	Sistemas Navales y Logística Naval	No se va agregar relacionado a Defensa Personal. (Se lo cambia con el período anterior)	No se va agregar relacionado a Defensa Personal. (Se lo cambia con el período anterior)
VII Período	Preparación Física, Naval y Militar VII	Sistemas Navales y Logística Naval	1.- Desarrolla la autoconfianza y disciplina en los combates cuerpo a cuerpo.	Fundamentos de Artes Marciales Mixtas -Técnicas de sometimiento de lucha libre. -Ataques de MMA Striker.

VIII Período	Preparación Física, Naval y Militar VIII	Sistemas Navales y Logística Naval	2. Demuestra conocimientos de las artes marciales mixtas empleada en las operaciones militares.	Defensa Personal en las operaciones militares. -Técnicas de combate empleado cuerpo a cuerpo y defensa contra armas.
-------------------------	--	------------------------------------	---	---

Otra de las alternativas que tenemos, ya que en el anterior punto la actualización de la malla curricular de la ESPE se da cada 10 años y en el 2020 fue la última que se realizó. Podemos manejar y emplear de manera directa dentro del régimen de la Escuela Superior Naval, mediante la autorización del Departamento de Cogamas en este caso, a través de la propuesta de la inclusión de este plan en horarios que se establece en la tabla a continuación con el fin del desarrollo profesional del futuro oficial de marina.

Propuesta del horario semanal para la inclusión de defensa personal en la brigada de guardiamarinas.

Tabla 9.

Estructura del horario semanal por días en el régimen de la brigada de guardiamarinas.

HORARIO-DIA	MARTES	MIERCOLES	VIERNES	SABADO	OBSERVACIONES
05H30-06H30			Deportes		
17H00-18H00	Instrucción militar	Deportes			
10H00-12H00				Régimen Interno	

Diseño de la Propuesta

Plan de entrenamiento en Defensa Personal 2024

1. Introducción.

En la Escuela Superior Naval se manejan en los contenidos mínimos de la malla curricular sobre la Defensa Personal, sin embargo la Escuela Superior Naval consta con un profesor de Artes Marciales Mixtas, ahora mediante expertos en artes marciales desarrollaremos los siguientes planes de entrenamientos en defensa personal basado en distintas artes marciales, desarrollado para un año por completo a nivel macro según el respectivo año de la brigada de guardiamarinas, con el fin de que sean tomados en cuenta para el proceso de formación integral de los guardiamarinas y se logre dar solución al problema que surge en que los militares tienen escasos conocimientos respecto al tema y el estereotipo que tienen los civiles que todo militar sabe defensa personal y demostrar que es parte fundamental e importante dentro de este proceso evolutivo del guardiamarina.

Las actividades a realizarse son:

- Evaluaciones a los guardiamarinas test físicos y técnicos al inicio de la primera clase de cada arte marcial.
- Entrenamientos en el horario vespertino los martes y miércoles de 17h00 a 18h00; y viernes en horario matutino de 05h30 a 06h30 y sábado de 10h00 a 12h00.
- Competencia de inter fuerzas y campeonatos nacionales durante el año 2024.

Características generales de los deportistas:

Aptitud física del guardiamarina.

Resistencia Velocidad, Fuerza, Flexibilidad, Coordinación, Destreza y equilibrio, Disciplina, Habilidad para la defensa personal y para el combate en equipo, Habilidad para pensar, reaccionar y sobrellevar en situaciones de riesgo o estrés.

2.-Objetivos Generales

Elaborar un plan de entrenamiento en defensa personal, mediante la guía de expertos en artes marciales, para el mejor desempeño profesional al egreso de los cuatro años de formación integral como futuro oficial de marina.

Objetivo del Plan de entrenamiento

- Desarrollar en la formación integral del guardiamarina, la capacidad de manejar situaciones de riesgo durante su tiempo de oficial de marina y participar en las competencias inter fuerzas en forma excelente para obtener resultados óptimos en las diferentes disciplinas deportivas.

3.-Tareas a cumplir:

Tabla 10.

Objetivos por cada actividad física.

DIRECTRICES	PERIODO PREPARATORIO	PERIODO COMPETITIVO	PERIODO TRANSITORIO
	OBJETIVOS		
CAPACIDADES DE COORDINACIÓN	Desarrollar las capacidades motrices por medio ejercicio de coordinación para mejorar y pulir la técnica.	Realizar trabajos de estrategias para un buen desenvolvimiento dentro del ring, tatami y jaula.	Realizar actividades de inteligencia deportiva a través de trabajos de lucha.

Continúa 

DIRECTRICES	PERIODO PREPARATORIO	PERIODO COMPETITIVO	PERIODO TRANSITORIO
FLEXIBILIDAD	Desarrollar la máxima flexibilidad, a través de ejercicios de elongación y estiramiento para potenciar la agilidad física.	Aplicar las técnicas aprendidas de manera inteligente para obtener resultados positivos.	
RESISTENCIA AEROBICA	Desarrollar la capacidad de resistencia, a través del congestionamiento físico, realizando esfuerzos de mayor o menor intensidad.		
FUERZA EXPLOSIVA	Ampliar la aplicación del método pliométrico y ejercicios con pesas, a través de los tipos de fuerza muscular y la velocidad del movimiento.	Aplicar las técnicas aprendidas a un máximo poder de explosividad y fuerza.	
VELOCIDAD DE REACCIÓN	Desarrollar la capacidad para reaccionar rápidamente ante ataques a través de la agilidad y rapidez de reflejos para contratacar.	Contratacar al oponente realizando movimientos ágiles y rápidos.	
VELOCIDAD FISICA	Desarrollar la capacidad de aplicar la mayor cantidad de técnicas con inteligencia y explosividad a través del entrenamiento de fuerza y resistencia.	Reaccionar ante los ataques del oponente de forma inteligente para obtener mejores resultados.	

4.-Necesidades para la Disciplina deportiva:

- Bucales e inguinales
- Canilleras y braceras
- Guanteletas, pachaguis.
- Guantines y cabezales

5.- Evaluaciones:

- La evaluación será tomada al final de cada mes se realizarán una prueba este puede ser físico, técnico o un control competitivo en dependencia de la etapa en que nos encontremos.

6.-Distribución de la Carga:

Tabla 11.

Distribución períodos y etapas de entrenamiento.

PERIODO	PREPARATORIO		COMPETITIVO		TRANSITO	TOTAL
MINUTOS	6900		3900		1200	12000
%	58%		33%		10%	100%
SEMANAS	23		13		4	40
ETAPAS	General	Especial	O.D.F	M.D.F.	TRANSITO	TOTAL
MINUTOS	2880	3780	3780	1140	1200	12780
%	42%	55%	97%	29%	100%	100%
SEMANAS	10	13	9	4	4	40

Tabla 12.

Mesociclos del plan de entrenamiento.

MESOCICLOS	MIN	%	TOTAL	SEMANAS
INTRODUCTORIO	600	5%	58%	2
B. DESARROLLADOR	1800	15%		6
B. ESTABILIZADOR	1200	10%		4
B. DESARROLLADOR	2400	20%		8
B. ESTABILIZADOR	900	8%		3
PRE. COMPETITIVO	2700	23%	31%	9
COMPETITIVO	1200	8%		4
TRANSITO	1200	10%	10%	4
TOTAL	12000	100%	100%	40

El plan de entrenamiento que mostraremos a continuación será por niveles en ejecución de macrociclos, el cual se basará en un plan de entrenamiento en defensa personal de diez meses enfocado en diferentes artes marciales, de los cuales se desarrollarán en meso y microciclos respectivamente con actividades para que el guardiamarina capte y recepte conocimientos para su defensa, aporte y contribuya al mejoramiento de su formación integral, tales como lo planteamos en el siguiente macro ciclo:

A continuación los planes de entrenamientos explicados por Arte Marcial, número de Período recomendado, año de formación de la brigada de guardiamarinas, y temas ampliados de cada tipo de defensa personal, finalmente adjuntado el plan de entrenamiento a nivel meso y micro ciclos.

8.-Planificación mensual y diaria de las distintas artes marciales. Arte Marcial- Box

II Período – Primer año.

- Defensa Personal e introducción al box.
- Técnicas de ataque.
- Guardia y golpes básicos.

Tabla 14.

Plan de Entrenamiento de Box II Período en Primer año.

MES	SEM ANA	MARTES	MIERCOLES	VIERNES	SABADO
AGOSTO	1	Explicación y postura de los goles y desplazamientos.	Explicación y posterior ejecución del golpe jab (Mano adelante) (Recto derecho, Crochet), partiendo desde la guardia estirando el brazo.	Lanzamiento y recepción de balones medicinales (Transferencia de la fuerza a la técnica)	Ejecución de los golpes ,1 round 3 minutos
	2	Introducción a la implementación del boxeo	Explicar las formas de vendaje	Sombras con vendaje	Dirección del proceso de enseñanza y ejecución correcta de los movimientos y vendajes.
	3	Introducción al ring de box.	Transferir las capacidades más generalizadas en formas específicas y técnicas en el ring.	Utilizar de forma completa las capacidades dentro de la actividad competitiva.	Modelaje en el ring
	4	Desarrollo de la fuerza explosiva	Salto con peso Flexiones con peso Transferencia técnica	Técnicas explosivas para knock-down	Trabajo técnico y táctico de boxeo.

Continúa 

MES	SEMANA	MARTES	MIERCOLES	VIERNES	SABADO
		SEPTIEMBRE	5	Resistencia de la capacidad aeróbica.	Salto de cuerda con intervalos 2 minutos por 5 rounds y 30s descanso. Burpees 4x15 Sombras 3 rounds de 3 minutos.
	6	Trabajos defensivos del boxeo.	Mejorar la efectividad de las defensas de brazos, tronco y pierna de los guardiamarinas.	Ataque y contrataque aplicado en los ejercicios propuestos dentro de cada rounds.	Ejercicio de movimentación rounds de defensas y contras en golpes
	7	Reflejo ofensivo y defensivo	Reacción a la anticipación de las técnicas	Reacción y explosividad en las defensas con ataques	Rounds de boxeo con técnica aprendidas (Jab, Recto y Crochet)
	8	Trabajo Técnico-Táctico	Unión de técnicas; Toda la estructura de técnicas, velocidad, fuerza.	Unión de técnicas; Toda la estructura de defensas, esquivez y reacción.	Evaluación técnica Trabajo final sparring profesional 12 rounds de 2 minutos.

Arte Marcial – Taekwondo.

III Período – Segundo año

- Fundamentos básicos e Introducción al Taekwondo.
- Posiciones, patadas y defensas básicas de combate.
- Técnicas de puño, combinaciones de ataque, contrataque y Sparring para combate (Kyorugui).

Tabla 15.

Plan de Entrenamiento de Taekwondo III Período en Segundo año

MES	SEMANA	MARTES	MIÉRCOLES	VIERNES	SABADO
ABRIL	1	¿Qué es el taekwondo? Indicaciones generales de las técnicas del taekwondo.	Explicación, práctica y corrección de las posiciones: ap sogui chumbi y ap chagui chumbi.	Práctica y corrección de las posiciones básicas de combate de forma estática y en movimiento.	Retroalimentación de la semana 1
	2	Patada ap chagui de forma estática.	Patada ap chagui en movimiento.	Patada bandal chagui de forma estática.	Patada bandal chagui en movimiento. Retroalimentación de la semana 2
	3	Ejercicios de elasticidad específicos de las extremidades inferiores.	Patada dollyo chagui de forma estática.	Patada dollyo chagui en movimiento.	Retroalimentación de la semana 3.
	4	Patada neryo chagui de forma estática.	Patada neryo chagui de en movimiento.	Combinación de las patadas bandal, dollyo y neryo chagui de forma estática y en movimiento.	Retroalimentación de la semana 4.
MAYO	5	Defensa are maki por pasos, en un solo tiempo y de manera estática y en movimiento.	Defensa montong maki por pasos, en un solo tiempo y de manera estática y en movimiento.	Defensa montong maki por pasos, en un solo tiempo y de manera estática y en movimiento.	Retroalimentación de la semana 5.
	6	Técnicas de puño por pasos, en un solo tiempo y de manera estática y en movimiento.	Posición chuchun sogui chumbi y técnicas de puño en la misma posición	Retroalimentación general de patadas básicas Práctica de combinación de patadas básicas.	Retroalimentación general de defensas básicas Práctica de combinación de defensas y patadas básicas.
	7	Combinación de patadas y puño de forma estática y en movimiento.	Combinación de patadas y puño de forma estática y en movimiento.	Combinación de técnicas de defensa, patadas y puño de forma estática y en movimiento.	Combinación de técnicas de defensa, patadas y puño de forma estática y en movimiento.
	8	Combinación de técnicas de defensa, patadas y puño de forma estática y en movimiento.	Combinación de técnicas de defensa, patadas y puño de forma estática y en movimiento.	Combinación de técnicas de defensa, patadas y puño de forma estática y en movimiento.	Explicación del reglamento de kyorugui: Sparring del combate entre los practicantes.

Nota: Realizar ejercicios de calentamiento general antes de cada entrenamiento para evitar lesiones.

Arte Marcial Taekwondo

IV Período – Segundo año.

- Patadas (simultaneas, de empuje y con giro).
- Sparring para combate (kyorugui).
- Aplicación de las técnicas de taekwondo en la defensa personal y 1° poomsae.

Tabla 16.

Plan de Entrenamiento de Taekwondo IV período en Segundo año.

MES	SEMANA	MARTES	MIÉRCOLES	VIERNES	SABADO
Octubre	1	Retroalimentación general de lo aprendido en el III periodo.	Explicación, práctica y corrección de las patadas simultáneas (doobaldamson bandal chagui)	Explicación, práctica y corrección de las patadas simultáneas (doobaldamson bandal chagui).	Retroalimentación de la semana 1.
	2	Explicación, práctica y corrección de la patada miro chagui de forma estática y en movimiento.	Explicación, practica y corrección de la patada yop chagui de forma estática y en movimiento,	Explicación, practica y corrección de la patada tuit chagui de forma estática y en movimiento.	Retroalimentación de la semana 2.
	3	Patada mondolio bandal chagui de forma estática y en movimiento.	Patada mondolio bandal chagui de forma estática y en movimiento.	Patada furigui chagui de forma estática y en movimiento.	Retroalimentación de la semana 3.
	4	Patada furigui chagui de forma estática y en movimiento.	Patada tuit furigui chagui de forma estática y en movimiento.	Patada tuit furigui chagui de forma estática y en movimiento.	Retroalimentación de la semana 4.

MES	SEMANA	MARTES	MIÉRCOLES	VIERNES	SABADO
Noviembre	5	Combinación de técnicas de defensa y patadas de forma estática y en movimiento.	Combinación de técnicas de defensa y patadas de forma estática y en movimiento.	Combinación de técnicas de defensa y patadas de forma estática y en movimiento.	Retroalimentación de la semana 5.
	6	Sparring del combate entre los practicantes aplicando las patadas aprendidas en este periodo.	Sparring del combate entre los practicantes aplicando las patadas aprendidas en este periodo.	Explicación y práctica de ejercicios de reacción y motricidad.	Práctica de ejercicios de reacción y motricidad.
	7	Práctica y corrección de reacción, defensa y contraataque utilizando todas las técnicas.	Práctica y corrección de reacción, defensa y contraataque utilizando todas las técnicas.	Práctica y corrección de reacción, defensa y contraataque utilizando todas las técnicas.	Práctica y corrección de reacción, defensa y contraataque utilizando todas las técnicas.
	8	Explicación, práctica y corrección de la 1° poomsae por pasos.	Explicación, práctica y corrección de la 1° poomsae por pasos	Explicación, práctica y corrección de la 1° poomsae de forma continua.	Retroalimentación de todo lo aprendido en ambos periodos de entrenamiento.

Arte Marcial – Jiu jitsu

V Período – Tercer año.

- Fundamentos de Jiu jitsu
- Lucha en el piso.
- Movimientos básicos de Jiu jitsu.

Tabla 17.

Plan de Entrenamiento de Jiu jitsu V Período en Tercer año.

MES	SEMANA	MARTES	MIÉRCOLES	VIERNES	SABADO
Junio	1	Explicación y posturas del jiu jitsu Postura de caídas y parada técnica y roles	Postura de base y contras ante caídas	Postura inicial de lucha postura de defensa de lucha	Defiende entradas con defensas (Sprawl)
	2	Derribos de una pierna a doble pierna.	Entradas y derribos	Postura de presión a las piernas, agarres de presión sin espacios.	Mantener en presión con agarres a las piernas durante 6 minutos de resistencia.
	3	Finalización con defensa de derribo guillotina.	Trabajo de técnica guillotina. Defensa con caída técnica.	Trabajo de ataque de guillotina en ofensiva y contra de guillotina.	Trabajo parcial de mataleón. Luchas de defensas y ataque de 5 minutos.
	4	Finalización de técnica mataleón	Técnica específica de mataleón presión y ataque de la técnica	Técnica defensiva de mataleón salida de cadera resistencia	Trabajo parcial de mataleón Luchas de defensas y ataque 5 min
Julio	5	Finalización de técnica Ámbar de brazo (palanca)	Técnica de transiciones de ámbar ataques	Técnica defensiva con roll defensas del Ámbar	Trabajo parcial de Ámbar de brazo defensa y y ataques 5 min
	6	Finalización de técnica triángulo desde la guardia, espalda y triángulo de brazo	Técnica específica del triángulo ángulos y finalización sin espacios	Técnica de triángulo y defensas de triángulo y ejecución de triángulo de brazo	Trabajo parcial del triángulo 5 minutos de ataques y 5 minutos de defensas
	7	Finalización de técnicas de piernas y rodillas	Técnicas de desde la guardia para finalizar con llaves de piernas ataques de llaves rectas al tobillo.	Técnica de salidas con roles y escapadas de llaves de piernas.	Trabajo de parcial con llaves rectas, resistencia de ataques y salidas 5 min.
	8	Finalizaciones en guardia montada y ataques laterales	Over time 3 min	Luchas en posiciones De peligro	Open matt 5 luchas de 5 minutos.

Arte Marcial – Artes Marciales Mixtas

VII Período –Cuarto año.

- Fundamentos de Artes Marciales Mixtas.
- Técnicas de sometimiento de lucha libre.
- Ataques de MMA Striker.

Tabla 18.

Plan de Entrenamiento de Artes Marciales Mixtas VII Período en Cuarto año.

MES	SEMANA	MARTES	MIERCOLES	VIERNES	SABADO
FEBRERO	1	Posiciones de guardia en MMA controles de técnicas.	Ataques de ground and pounds defensa control y Finalización.	Ataques de técnicas de kick combinando derribos y controles.	Mantener agarres control de ground and pound técnicas por tiempo de 2 minutos.
	2	Trabajo de defensas de patadas trabajos.	Fortalecimiento de tibia defensas y derribos con controles de espalda y golpeo.	Trabajo de movimientos de técnicas variadas de patadas puños y derribos.	Controles desde posiciones por minutos con golpeo.
	3	Resistencia de técnicas de finalización y trabajo de fuerza.	Resistencia en flexiones y con transferencia a ataques con cada personal.	Trabajo de cardío, cuerdas y giros con derribos y flexiones.	Resistencia a ataques y raspadas defender ground and pounds por tiempo.
	4	Técnica de muay thai basadas al MMA	Ejercicios de rodilla golpes. Clinch y defensa de golpeo con rodilla.	Técnicas de codos en el clincheo codo descendente ascendente codos con giro codos al cuerpo.	Resistencia a los clincheos durante 3 minutos defensas y ataques.

Continúa 

MES	SEMANA	MARTES	MIERCOLES	VIERNES	SABADO
		MARZO			
	5	Bases de luta libre	Manejar ataques en espalda explicación de puntos de ataque	Ataques con derribos y control finalización con golpes o submission	Activar trabajo defensivo uno defiende el otro ataca durante 3 minutos
	6	Defensa de boxeo con derribos trabajo de reacción	Manejar las técnicas combinadas de puño siempre con un derribo y control durante 10 segundos	Defender los derribos con sprawl(defensa de lucha) salir a la espalda y controlar y finalizar durante 30segundos	Trabajo de sparring dirigido técnico 5 min.
	7	Defensa personal Neutralización ataques de frente y de espalda	Defender ataques bloqueos básicos neutralización con técnicas de MMA	Defensa personal basado al MMA defender ataques con contras.	Luchas de equipos de 5 minutos.
	8	Finalizaciones, puntos de golpeo para Ko y ataques.	Resistencia a sparring dirigidos 2 sparring de defensas y 2 de ataques cada gama	Ganar montadas y salir de posiciones de peligro mejorar la resistencia a las finalizaciones	Sparring de 3 round a de 5 minutos con implementación.

Arte Marcial – Artes Marciales Mixtas (Introducción al AMC).

VIII Período –Cuarto año.

- Defensa Personal en las operaciones militares.
- Técnicas de combate empleada a cuerpo y defensa contra armas.

Tabla 19. Plan de Entrenamiento de Artes Marciales Mixtas VIII Período en Cuarto año.

MES	SEMANA	MARTES	MIÉRCOLES	VIERNES	SABADO
AGOSTO	1	Introducción a la Psicología del combate	Técnicas de combate en espacio cerrado	Técnicas de aprehensión, control en las operaciones militares	Técnicas de registro y conducción en las operaciones militares
	2	Introducción a la aplicación de artes marciales con armas	Posición de combate con el cuchillo	Técnicas de combate con cuchillo	Corte básico con cuchillo
	3	Introducción a las técnicas de defensa contra armas de fuego	Desarme contra amenaza de pistola a corta distancia	Defensa contra el desarme de pistola	Desarme contra amenaza de fusil a corta distancia:
	4	Desplazamientos contra acciones agresivas Procedimiento contra un el empuje del agresor.	Desplazamientos contra acciones agresivas Procedimiento contra golpe de puño del agresor.	Desplazamientos contra acciones agresivas Procedimiento contra golpe de patada del agresor.	Desplazamientos contra acciones agresivas Procedimiento contra golpe con objeto contundente (garrote, bate.....) Procedimiento contra la amenaza de agarre del fusil/pistola por parte del agresor
SEPTIEMBRE	5	Salida de agarre Técnica de agarre lineal realizando una flexión y torsión de la muñeca	Técnicas de defensa contra agarre contra agarre de manos	Técnicas de defensa contra agarre Salida de agarre lineal simple.	Técnicas de defensa contra agarre Salida de agarre cruzado simple. Salida de agarre de ambos brazos.
	6	Agarre al antebrazo y muñeca.	Agarre y control a los dedos de la mano.	Agarre a una o ambas piernas para el derribo	Agarre de extremidades superiores (antebrazo y manos) con aplicación de puntos de presión Llaves de sujeción.
	7	Contra agarre al cuello y solapa Procedimiento contra el agarre del fusil/pistola (posición cintura o muslo)	Técnicas de aprehensión	Técnicas de registro corporal	Técnicas de conducción de sospechosos Combate en espacio cerrado.
	8	Técnicas de Discriminar.	Asegurar puntos muertos	Entrenamiento del sistema nervioso	Técnica de manos vacías

Metodología para ejecutar la propuesta

El plan de entrenamiento podrá ser ejecutado a partir del próximo año con la autorización del comandante de guardiamarinas, esto mediante la inclusión del mismo en el régimen de la brigada de guardiamarinas.

Dentro de la Fuente de Financiamiento tenemos que las personas que ayudarán a la ejecución del plan de entrenamiento será el profesor de Artes Marciales Mixtas que fue contratado desde marzo del presente año, en donde lo financia la Escuela Naval, y adicional para otro de los puntos del plan de entrenamiento en la parte de Defensa en Operaciones militares será dado mediante por un Instructor de Artes Marciales en Combate (IAMC), en donde se financia mediante la Armada del Ecuador como tal.

El presupuesto que se tiene para el efecto debería ser uno de los más importante en base a otros deportes en la actualidad dentro de la Escuela Naval por la utilización de estos conocimientos al egreso del Alférez de Fragata, como punto esencial tenemos que se requiere la adquisición de implementos para la práctica de estas artes marciales con el fin de la protección y cuidado del guardiamarina al entrenar, esto se va a dar mediante la obtención de implementos deportivos tales como canilleras MMA, guantines de MMA, braceras , coderas, cabezales, bucales e inguinales en la inclusión de implementos deportivos de los Aspirantes a Oficiales del siguiente año, con el fin que no exista novedades en la parte de seguridad y prever futuras lesiones a los guardiamarinas sobre todo por higiene personal del uso de estos protectores, y así que cada uno obtenga sus implementos, es decir que sea por la gestión estudiantil para luego proceder a la práctica de estos deportes.

Cronograma

ITEM	Nombre de tarea	Duración	Comienzo	Fin
1	INICIO	0 días	domingo 12/3/23	domingo 12/3/23
2	Creación del cronograma de trabajo	2 días	lun 13/3/23	Martes 14/3/23
3	Evaluación de metodologías de Escuelas Americanas	10 días	mié 15/3/23	martes 28/3/23
4	Revisión del marco legal Nacional e Internacional	15 días	mié 29/3/23	martes 18/4/23
5	Revisión de manuales y documentación de la Armada relacionados en la aplicación de técnicas de defensa personal.	20 días	mié 19/4/23	martes 16/5/23
6	Evaluación de metodologías para la implementación de técnicas de defensa personal dentro del país.	20 días	mié 17/5/23	martes 13/6/23
7	Diseño de estructura documental del trabajo de investigación	15 días	mié 14/6/23	martes 4/7/23
8	Ejecución de los instrumentos de recolección de datos (Documentos, visitas, entrevistas, cuestionarios)	20 días	mié 5/7/23	martes 1/8/23
9	Tabulación de los resultados obtenidos con los instrumentos de evaluación	5 días	mié 2/8/23	martes 8/8/23
10	Desarrollo de la propuesta	30 días	mié 9/8/23	martes 19/9/23
11	Corrección de documento	18 días	mié 20/9/23	viernes 13/10/23
12	ENTREGA DE trabajo académico	0 días	mar 25/10/23	mar 25/10/23

Conclusiones

El análisis de la importancia del uso de la defensa personal enfocado a las artes marciales dentro de los diferentes años de carrera naval, tomando en consideración a las escuelas navales de la región y el manual de AMC permite prepararse de una manera óptima para el desarrollo profesional del futuro oficial de marina.

La definición de las diferentes técnicas de defensa personal apegadas a las necesidades operacionales facilitan la enseñanza y aprendizaje de las artes marciales a emplearse en cada período de formación integral del guardiamarina ,con el fin que el futuro oficial de marina sea capaz de desenvolverse en actividades que le demanden aplicar estos conocimientos en su vida profesional.

La elaboración del plan de entrenamiento en defensa personal enfocado a cada arte marcial resulta necesario ejecutarlo dentro de la formación naval militar ,porque facilita el desarrollo de la capacidad del futuro oficial de marina con el fin de llevar paz a los rincones del país frente a la grave crisis de conmoción interna que manifestamos.

Recomendaciones

Incluir el uso de la defensa personal enfocada a las artes marciales para el desarrollo de la formación integral del guardiamarina de los cuatro años de carrera naval y desenvolvimiento profesional del futuro Alférez de Fragata con el fin de formar líderes capaces de cumplir nuestra misión institucional y un mejoramiento de la seguridad personal que se requiere para ser miembro activo de Fuerzas Armadas.

Aplicar las técnicas de defensa personal apegadas a las operaciones militares a través de la planificación en mesociclos que se manifiesta en el proyecto, así para llevar un orden cronológico y un aprendizaje consecutivo.

Desarrollar el plan de entrenamiento en defensa personal enfocada a las artes marciales para el desarrollo de la formación integral del futuro oficial de marina, puesto que es de vital importancia obtener estos conocimientos ante riesgos y amenazas que demanden para la intervención como Fuerzas Armadas.

Bibliografía

- Academia Naval de EE. UU. (30 de Julio de 2021). *USNA*. Obtenido de <https://www.usna.edu/MidActivities/ECA/MCMAP.php>
- Academia Naval de EE. UU. (15 de Junio de 2021). *USNA*. Obtenido de <https://www.usna.edu/MidActivities/>
- Armada del Ecuador. (2022). *Escuela Superior Naval*. Obtenido de <https://essuna.armada.mil.ec/Admisi%C3%B3n#:~:text=La%20Escuela%20Superior%20Naval%20brinda,%2C%20acad%C3%A9mico%2C%20deportivo%20y%20cultural>.
- Asamblea Nacional. (2014). Ley de Seguridad Pública del Estado. En A. Nacional. Asamblea Nacional.
- Asamblea Nacional. (2022). *Ley Orgánica que regula el uso legítimo de la fuerza*.
- Benítez, P. D. (junio de 2008). *Efdeportes*. Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd121/planificacion-del-entrenamiento-triunfar-en-el-deporte.htm>
- Carlos Fernández, P. B. (2014). *Metodología de la Investigación*. México: McGraw Hill.
- Club de Boxeo de la USNA. (22 de octubre de 2021). *Academia Naval de EE. UU*. Obtenido de <https://www.usna.edu/NavyBoxing/History.php>

Club de Judo de la Academia Naval de EE. UU. (13 de febrero de 2023).

Academia Naval de EE. UU. Obtenido de

<https://www.usna.edu/USNAJudo/>

Comando de Guardacostas. (2016). *Manual de Abordaje*. Guayaquil:

Armada del Ecuador.

Comando de Guardacostas. (2016). *MANABO*. Guayaquil: ARMADA DEL

ECUADOR.

CONSTITUCION DE LA REPUBLICA DEL ECUADOR 2008. (2011).

PARTICIPACION Y ORGANIZACION DEL PODER.

CUERPO DE INFANTERIA DE MARINA. (2013). *Manual Doctrinaria de*

Antimonios.

Cuerpo de Infantería de Marina. (2022). *Manual del Curso Básico de Artes*

Marciales en Combate. Guayaquil: Armada del Ecuador.

Cuerpo de Infantería de Marina. (2022). *Manual del Curso Básico de Artes*

Marciales en Combate. Guayaquil: Armada del Ecuador.

Deporte Olímpico. (6 de octubre de 2021). *Deporte Olímpico.* Obtenido de

<https://deporteolimpico.net/boxeo-todo-sobre-este-deporte/>

Equipo de Karate. (14 de febrero de 2023). *Academia Naval de EE. UU.*

Obtenido de <https://www.usna.edu/Karate/>

Escuela Naval de Cadetes "Almirante Padilla". (2021). *Proyecto Educativo*

Institucional. Bogotá: SI SOLUCIONES INTEGRALES AP.

Escuela Naval de Perú. (2023). *ENP*. Obtenido de

<https://www.escuelanaval.edu.pe/carrera-naval>

Fingermann, H. (17 de junio de 2013). *Concepto de defensa personal* .

Obtenido de Concepto de defensa personal :

<https://deconceptos.com/ciencias-juridicas/defensa-personal>

Formación Académica y Malla Curricular. (2023). *Escuela Naval del Perú*.

Obtenido de Escuela Naval del Perú:

<https://www.escuelanaval.edu.pe/carrera-naval>

Hernández Sampieri, F. C. (2014). *Metodología de la investigación*. Bogotá:

Mc Graw Hill Education.

Maradiaga, J. R. (2015). TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN DOCUMENTAL.

En J. R. Maradiaga, *TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN DOCUMENTAL*

(pág. 22). MANAGUA: UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE

NICARAGUA,.

Ministerio de Defensa Nacional. (22 de noviembre de 2021). *Armada de*

Colombia. Obtenido de Armada de Colombia:

[https://www.armada.mil.co/es/content/escuela-naval-cadetes-obtuvo-](https://www.armada.mil.co/es/content/escuela-naval-cadetes-obtuvo-16-medallas-en-campeonato-taekwondo-en-cartagena)

[16-medallas-en-campeonato-taekwondo-en-cartagena](https://www.armada.mil.co/es/content/escuela-naval-cadetes-obtuvo-16-medallas-en-campeonato-taekwondo-en-cartagena)

Pérez, P. (5 de diciembre de 2019). *Definicion.De*. Obtenido de Definicion.De:

<https://definicion.de/mma/>

- Ruiz, A. (2021). *La importancia de la defensa personal policial para las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad*. Granada: Antonio Miguel Ruiz Garrido.
- Sampieri, H., Collado, F., & Lucio, B. (2014). Metodología de la investigación. En *Metodología de la investigación* (pág. 403). Bogotá: Mc Graw Hill Education.
- Sánchez, B. C. (15 de Septiembre de 2022). *Mundo Deportivo*. Obtenido de <https://www.mundodeportivo.com/uncomo/deporte/articulo/que-es-el-taekwondo-52684.html>
- SUBSECRETARÍA DE DERECHOS HUMANOS Y CULTOS. (17 de diciembre de 2016). *LEGISLACIÓN ECUATORIANA RESPECTO AL USO PROGRESIVO DE LA FUERZA*. Obtenido de <https://www.ohchr.org/es/instruments-mechanisms/instruments/code-conduct-law-enforcement-officials#:~:text=Ning%C3%BAn%20funcionario%20encargado%20de%20hacer,amenaza%20a%20la%20seguridad%20nacional%2C>
- Ucha, F. (Abril de 2011). *Definición ABC*. Obtenido de <https://www.definicionabc.com/deporte/artes-marciales.php>
- UNCOMO. (2023). *Mundo Deportivo*. Obtenido de <https://www.mundodeportivo.com/uncomo/deporte/articulo/beneficios-de-practicar-jiu-jitsu-brasileno-48401.html>

- UNCOMO. (2023). *Mundo Deportivo*. Obtenido de <https://www.mundodeportivo.com/uncomo/deporte/articulo/que-son-las-mma-o-artes-marciales-mixtas-53095.html>
- Universidad de Fuerzas Armadas y ESPE. (2018). *Rediseño de la Carrera de Ciencias Navales*. Salinas: Armada del Ecuador.
- Universidad de las Fuerzas Armadas y Armada del Ecuador. (2020). *Diseño Curricular de la Carrera "Ciencias Navales"*. Salinas.
- Universidad de las Fuerzas Armadas y ESPE. (2018). *Rediseño Curricular de la Carrera Ciencias Navales*. Salinas: Armada del Ecuador.
- Yturalde, E. (2023). *Universidades Corporativas*. Obtenido de Universidades Corporativas: <https://universidades-corporativas.com/malla-curricular.html#>

Anexos