



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA
DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

**TRABAJO DE TITULACIÓN MODALIDAD DE
ARTÍCULO PROFESIONAL DE ALTO NIVEL**

TÍTULO DE ARTÍCULO

**IMPACTO DEL ENTRENAMIENTO FÍSICO MILITAR EN LA REINCORPORACIÓN
DE LOS SOLDADOS RESERVISTAS AL BIMOT3 "PICHINCHA"**

AUTOR

OREJUELA TIAGUARO PEDRO GABRIEL

TRABAJO DE TITULACIÓN
Previo a la obtención del grado académico en
MAGÍSTER EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

TUTOR

JOSEPH TARO, PHD.

Santa Elena, Ecuador

Año 2025



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA
DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

TRIBUNAL DE GRADO

Los suscritos calificadores, aprueban el presente trabajo de titulación, el mismo que ha sido elaborado de conformidad con las disposiciones emitidas por el Instituto de Postgrado de la Universidad Estatal Península de Santa Elena.

**William Eliecer González Panchana,
Ph.D.
COORDINADOR DEL
PROGRAMA DE MAESTRÍA**

**Joseph Taro, Ph.D.
TUTOR**

**Maritza Gisella Paula Chica, Ph.D.
ESPECIALISTA 1**

**Geoconda Xiomara Herdoiza
Morán, Mgtr.
ESPECIALISTA 2**

**Abg. María Rivera González, Mgtr.
SECRETARIA GENERAL
UPSE**



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA
DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

CERTIFICACIÓN:

Certifico que luego de haber dirigido científica y técnicamente el desarrollo y estructura final del trabajo, este cumple y se ajusta a los estándares académicos, razón por el cual apruebo en todas sus partes el presente trabajo de titulación que fue realizado en su totalidad por OREJUELA TIAGUARO PEDRO GABRIEL, como requerimiento para la obtención del título de Magíster en Entrenamiento Deportivo.

Atentamente,

JOSEPH TARO, PHD.
C.I. 0965336993
TUTOR



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA
DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD

Yo, OREJUELA TIAGUARO PEDRO GABRIEL

DECLARO QUE:

El trabajo de Titulación, **IMPACTO DEL ENTRENAMIENTO FÍSICO MILITAR EN LA REINCORPORACIÓN DE LOS SOLDADOS RESERVISTAS AL BIMOT3 “PICHINCHA”** previo a la obtención del título en Magíster en Entrenamiento Deportivo, ha sido desarrollado respetando derechos intelectuales de terceros conforme las citas que constan en el documento, cuyas fuentes se incorporan en las referencias o bibliografías. Consecuentemente este trabajo es de mi total autoría.

En virtud de esta declaración, me responsabilizo del contenido, veracidad y alcance del Trabajo de Titulación referido.

Santa Elena, a los 12 días del mes de octubre de año 2025

Pedro Gabriel Orejuela Tiaguaro
C.I. 0604137612
AUTOR



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA
DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

AUTORIZACIÓN

Yo, OREJUELA TIAGUARO PEDRO GABRIEL

DERECHOS DE AUTOR

Autorizo a la Universidad Estatal Península de Santa Elena, para que haga de este trabajo de titulación o parte de él, un documento disponible para su lectura consulta y procesos de investigación, según las normas de la Institución.

Cedo los derechos en línea patrimoniales de **IMPACTO DEL ENTRENAMIENTO FÍSICO MILITAR EN LA REINCORPORACIÓN DE LOS SOLDADOS RESERVISTAS AL BIMOT3 “PICHINCHA”** con fines de difusión pública, además apruebo la reproducción de este artículo académico dentro de las regulaciones de la Universidad, siempre y cuando esta reproducción no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autor.

Santa Elena, a los 12 días del mes de octubre de año 2025

Pedro Gabriel Orejuela Tiaguaro
C.I. 0604137612
AUTOR



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA
DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

TEMA

**IMPACTO DEL ENTRENAMIENTO FÍSICO MILITAR EN LA REINCORPORACIÓN
DE LOS SOLDADOS RESERVISTAS AL BIMOT3 "PICHINCHA"**

Autor: OREJUELA TIAGUARO PEDRO GABRIEL

Tutor: JOSEPH TARO, PHD.

RESUMEN

El objetivo de este estudio fue de evaluar el impacto de un programa estructurado de entrenamiento físico militar de 8 semanas de duración aplicando una prueba de 2 millas realizado en las instalaciones del BIMOT3 "PICHINCHA", se implementó un diseño cuasi – experimental con mediciones de pretest y postest. La muestra no pro balística estuvo compuesta por 30 soldados de reserva de sexo masculino con edades comprendidas entre los 21 y 37 años. Todos los soldados de reserva completaron el programa de entrenamiento, basado en directrices del Comando de Operaciones Terrestres, que combino el entrenamiento continuo, intervalos de alta intensidad y acondicionamiento táctico operativo. La variable principal fue el tiempo (min:seg) en la prueba de 2 millas, medida en una pista certificada considerando las condiciones ambientales. El análisis estadístico se realizó con SPSS v28.0, utilizando la prueba t de student para muestras pareadas. Los resultados mostraron una mejora significativa en el tiempo de la carrera de 2 millas del cual alcanzaron una reducción de media de aproximadamente 1.32 minutos ($p < 0.001$). el tiempo promedio pretest fue de 13:47 minutos y el tiempo promedio del postest 12:15 minutos concluyendo de esta manera la mejora significativa de la capacidad aeróbica demostrando de esa manera que el programa de entrenamiento fue efectivo facilitando de esa manera la reintegración operativa eficaz al BIMOT3 "PICHINCHA".

Palabras claves: ENTRENAMIENTO FÍSICO MILITAR, CONDICIÓN FÍSICA,
CAPACIDAD AERÓBICA



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA
DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

TEMA

**IMPACTO DEL ENTRENAMIENTO FÍSICO MILITAR EN LA REINCORPORACIÓN
DE LOS SOLDADOS RESERVISTAS AL BIMOT3 "PICHINCHA"**

Autor: OREJUELA TIAGUARO PEDRO GABRIEL

Tutor: JOSEPH TARO, PHD.

ABSTRACT

The objective of this study was to evaluate the impact of an 8-week structured military physical training program using a 2-mile test conducted at the BIMOT3 "PICHINCHA" facilities. A quasi-experimental design with pretest and posttest measurements was implemented. The non-ballistic sample consisted of 30 male reserve soldiers between the ages of 21 and 37. All reserve soldiers completed the training program, based on guidelines from the Land Operations Command, which combined continuous training, high-intensity intervals, and operational tactical conditioning. The primary outcome measure was time (min:sec) in the 2-mile test, measured on a certified track considering environmental conditions. Statistical analysis was performed with SPSS v28.0, using the Student t-test for paired samples. The results showed a significant improvement in the 2-mile run time, with a mean reduction of approximately 1.32 minutes ($p < 0.001$). The average pre-test time was 13:47 minutes and the average post-test time was 12:15 minutes, thus concluding the significant improvement in aerobic capacity, thus demonstrating that the training program was effective, thus facilitating the effective operational reintegration to BIMOT3 "PICHINCHA"

Keywords: MILITARY PHYSICAL TRAINING, PHYSICAL FITNESS, AEROBIC
CAPACITY



UPSE

UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA
DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO

TEMA

CERTIFICADO DE ACEPTACIÓN PARA PUBLICACIÓN



CIENCIA Y EDUCACIÓN

E-ISSN: 2707-3378
L-ISSN: 2790-8402

CONSEJO EDITORIAL REVISTA

CIENCIA Y EDUCACIÓN

Asunto: Certificado de
aceptación para revisión y
publicación de artículo científico

Oficio N° Cienc-educ2025-090502-C
Ecuador, 5 de Septiembre del 2025

El Consejo Editorial Revista Ciencia y Educación (CERCE) y la
Comisión de Publicaciones de Ecuatesis (CPE)

CERTIFICAN:

Que el artículo científico denominado: *"Impacto del entrenamiento físico militar en la reincorporación de los soldados reservistas al Bimot3 "Pichincha"*. Siendo:

Autores: Lic. Pedro Gabriel Orejeda Tiaguaro,
Ph.D. Joseph Taro.

Fue:

Enviado: 2 de Septiembre del 2025

Comienzo de revisión: 2 de Septiembre del 2025

Fue presentado, para su revisión, aprobación y publicación por el autor principal ante el Consejo Editorial de la Revista Ciencia y Educación, siendo ACEPTADO para su publicación en el número correspondiente con la *Edición Especial III del 2025*. Lo cual consta dentro del sitio web de la revista *Ciencia y Educación*.

Es todo cuanto podemos certificar en honor a la verdad, fidedigno a los interesados hacer uso del presente documento.

Atentamente

Duanys Miguel Peña Lopez

Director General



Nombre de la revista

Nombre y URL que avale la pertenencia de la revista, ejemplo: Redalyc
<https://www.cienciayeducacion.com/index.php/journal/article/view/zenodo.17254497>