

PROGRAMA PARA OFICIALES DE PROCEDENCIA UNIVERSITARIA
6TA SEMANA DE INSTRUCCIÓN
Correspondiente a la semana del 13 al 19 de febrero del 2023.

DIA	HORA	ACTIVIDADES	SECCION	LUGAR	RESPONS	UNIF	REF
LUN 13	0500	DIANA	TODOS	CUADRAS	SERV DIA	2.a	
	0500 - 0615	ASEO PERSONAL(LAVADO DE MANOS) Y ARREGLO DE CUADRAS		COMEDOR DE OO			
	0615 - 0630	DESPLAZAMIENTO AL COMEDOR DE OFICIALES		CAMPOS DE INSTRUCCIÓN Y ENTRENAMIENTO / SATAC / EFTE	CMDTE CIA/SECC	OO INSTRUCTOR	
	0630-0700	RANCHO - DESAYUNO					
	0700-0715	DESFILE A LOS CAMPOS DE INSTRUCCIÓN					
	0715-0730	REVISTA DE PRESENCIA					
	0730-0815	TECNICA Y TACTICA DEL COMBATIENTE I: Topografía Militar y lectura de cartas					
	0815-0900	TECNICA Y TACTICA DEL COMBATIENTE I: Topografía Militar y lectura de cartas					
	0900-0915	DESCANSO					
	0915-1000	TECNICA Y TACTICA DEL COMBATIENTE I: Topografía Militar y lectura de cartas					
	1000-1045	TECNICA Y TACTICA DEL COMBATIENTE I: Topografía Militar y lectura de cartas					
	1045-1105	DESCANSO					
	1105-1150	TECNICA Y TACTICA DEL COMBATIENTE I: Topografía Militar y lectura de cartas					
	1150-1235	TECNICA Y TACTICA DEL COMBATIENTE I: Topografía Militar y lectura de cartas					
	1235-1320	TECNICA Y TACTICA DEL COMBATIENTE I: Topografía Militar y lectura de cartas					
	1320 - 1335	ASEO (LAVADO DE MANOS) Y PREPARACIÓN PARA EL RANCHO					
	1335 - 1350	DESPLAZAMIENTO AL COMEDOR DE OFICIALES		COMEDOR DE OO			
	1350 -1450	RANCHO (ALMUERZO)		CUADRAS	CMDTE CIA/SECC		
	1450 - 1530	PREPARACIÓN PARA EL ENTRENAMIENTO FÍSICO					

LUN 13	1530-1720	ENTRENAMIENTO FÍSICO MILITAR: Parte Inicial: Lubricación articular, estiramiento y ejercicios de calentamiento. Parte Principal: GBSA ejercicios del 1 al 10 (5 repeticiones), tecnica de atletismo familiarizacion (carrera de puntas, skipping bajo, skipping alto, carrera lateral y talones al gluteo en una distania de 25 metros, repetir 4 veces), carrera 1800 metros, series de abdominales de un minuto . Parte Final: Estiramiento y relajación.	TODOS	CAMPOS DE INSTRUCCIÓN EMCH	JEFE DE CURSO	3.a	ME 34-374
	1720-1750	BAÑO (LAVADO DE MANOS)	TODOS	CUADRAS	SERV DE DIA	2.a	
	1750-1800	DESPLAZAMIENTO AL COMEDOR DE OFICIALES		COMEDOR DE OO			
	1800-1830	RANCHO (CENA)		BAZARES/CUADRA			
	1830-2000	HORA DEL ALUMNO		CUADRAS	CMDTE CIA/SECC		
	2000-2100	CANTOS MILITARES			SERV DE DIA		
	2100 - 2200	ACTIVIDADES ADMINISTRATIVAS					
	2200	TOQUE DE SILENCIO					
2200 - 0500	DESCANSO						
MAR 14	0500	DIANA	TODOS	CUADRAS	SERV DIA	2.a	
	0500 - 0615	ASEO PERSONAL(LAVADO DE MANOS) Y ARREGLO DE CUADRAS		COMEDOR DE OO			
	0615 - 0630	DESPLAZAMIENTO AL COMEDOR DE OFICIALES			CAMPOS DE INSTRUCCIÓN Y ENTRENAMIENTO / SATAC / EFTE		
	0630-0700	RANCHO - DESAYUNO		OO INSTRUCTOR			
	0700-0715	DESFILE A LOS CAMPOS DE INSTRUCCIÓN				OO INSTRUCTOR	
	0715-0730	REVISTA DE PRESENCIA		OO CONTROLADOR			
	0730-0815	TECNICA Y TACTICA DEL COMBATIENTE I: Primeros auxilios y tratamiento de emergencias I				OO INSTRUCTOR	
	0815-0900	TECNICA Y TACTICA DEL COMBATIENTE I: Primeros auxilios y tratamiento de emergencias I		OO INSTRUCTOR			
	0900-0915	DESCANSO				OO CONTROLADOR	
	0915-1000	TECNICA Y TACTICA DEL COMBATIENTE I: Primeros auxilios y tratamiento de emergencias I		OO INSTRUCTOR			
	1000-1045	TECNICA Y TACTICA DEL COMBATIENTE I: Primeros auxilios y tratamiento de emergencias I			OO CONTROLADOR		
	1045-1105	DESCANSO		OO INSTRUCTOR			
1105-1150	TECNICA Y TACTICA DEL COMBATIENTE I: Primeros auxilios y tratamiento de emergencias I						

MAR 14	1150-1235	TECNICA Y TACTICA DEL COMBATIENTE I: Primeros auxilios y tratamiento de emergencias I	TODOS	CAMPOS DE INSTRUCCION	OO INSTRUCTOR	2.a		
	1235-1320	TECNICA Y TACTICA DEL COMBATIENTE I: Primeros auxilios y tratamiento de emergencias I			OO INSTRUCTOR			
	1320 - 1335	ASEO (LAVADO DE MANOS) Y PREPARACIÓN PARA EL RANCHO		CUADRAS	SERV DIA	2.a		
	1335 - 1350	DESPLAZAMIENTO AL COMEDOR DE OFICIALES		COMEDOR DE OO				
	1350 -1450	RANCHO (ALMUERZO)		CUADRAS	CMDTE CIA/SECC			
	1450 - 1530	PREPARACIÓN PARA EL ENTRENAMIENTO FÍSICO						
	1530-1720	ENTRENAMIENTO FÍSICO MILITAR:		TODOS	CAMPOS DE INSTRUCCIÓN EMCH	JEFE DE CURSO	3.a	ME 34-374
		Parte Inicial: Lubricación articular, estiramiento y ejercicios de calentamiento. Parte Principal: Fortalecimiento del tren superior (planchas, abdominales), GBSA ejercicios del 1 al 5 (3 repeticiones). Parte Final: juegos recreativos , carretilla, jinetes.						
	1720-1750	BAÑO (LAVADO DE MANOS)	TODOS	CUADRAS	SERV DE DIA	2.a		
	1750-1800	DESPLAZAMIENTO AL COMEDOR DE OFICIALES		COMEDOR DE OO				
1800-1830	RANCHO (CENA)	BAZARES/CUADRA						
1830-2000	HORA DEL ALUMNO	CUADRAS		CMDTE CIA/SECC				
2000-2100	CANTOS MILITARES			SERV DE DIA				
2100 - 2200	ACTIVIDADES ADMINISTRATIVAS							
2200	TOQUE DE SILENCIO							
2200 - 0500	DESCANSO	TODOS		CUADRAS	SERV DIA			2.a
0500	DIANA							
0500 - 0615	ASEO PERSONAL(LAVADO DE MANOS) Y ARREGLO DE CUADRAS		COMEDOR DE OO					
0615 - 0630	DESPLAZAMIENTO AL COMEDOR DE OFICIALES		CAMPOS DE INSTRUCCIÓN Y ENTRENAMIENTO / SATAC / EFTE	CMDTE CIA/SECC				
0630-0700	RANCHO - DESAYUNO			OO INSTRUCTOR				
0700-0715	DESFILÉ A LOS CAMPOS DE INSTRUCCIÓN							
0715-0730	REVISTA DE PRESENCIA		OO INSTRUCTOR	2.a				
0730-0815	TECNICA Y TACTICA DEL COMBATIENTE I: Primeros auxilios y tratamiento de emergencias I							
0815-0900	TECNICA Y TACTICA DEL COMBATIENTE I: Primeros auxilios y tratamiento de emergencias I	OO INSTRUCTOR						
0900-0915	DESCANSO	OO CONTROLADOR						

MIE 15	0915-1000	TECNICA Y TACTICA DEL COMBATIENTE I: Primeros auxilios y tratamiento de emergencias I	TODOS	CAMPOS DE INSTRUCCIÓN	OO INSTRUCTOR	2.a	
	1000-1045	TECNICA Y TACTICA DEL COMBATIENTE I: Primeros auxilios y tratamiento de emergencias I			OO INSTRUCTOR		
	1045-1105	DESCANSO			OO CONTROLADOR		
	1105-1150	TECNICA Y TACTICA DEL COMBATIENTE I: Primeros auxilios y tratamiento de emergencias I			OO INSTRUCTOR		
	1150-1235	TECNICA Y TACTICA DEL COMBATIENTE I: Primeros auxilios y tratamiento de emergencias I			OO INSTRUCTOR		
	1235-1320	TECNICA Y TACTICA DEL COMBATIENTE I: Primeros auxilios y tratamiento de emergencias I			OO INSTRUCTOR		
	1320 - 1335	ASEO (LAVADO DE MANOS) Y PREPARACIÓN PARA EL RANCHO		CUADRAS	SERV DIA		
	1335 - 1350	DESPLAZAMIENTO AL COMEDOR DE OFICIALES		COMEDOR DE OO			
	1350 -1450	RANCHO (ALMUERZO)					
	1450 - 1530	PREPARACIÓN PARA EL ENTRENAMIENTO FÍSICO		CUADRAS			
MIE 15	1530-1720	ENTRENAMIENTO FÍSICO MILITAR:	TODOS	CAMPOS DE INSTRUCCIÓN EMCH	JEFE DE CURSO	3.a	ME 34-374
		Parte Inicial: Lubricación articular, estiramiento y ejercicios de calentamiento.					
		Parte Principal: Carrera 2000 metros, abdominales 3 x 30 rep , estiramiento.					
		Parte Final: Juegos recreativos, predeportivo balonmano.					
	1720-1750	BAÑO (LAVADO DE MANOS)	TODOS	CUADRAS	SERV DE DIA	2.a	
	1750-1800	DESPLAZAMIENTO AL COMEDOR DE OFICIALES		COMEDOR DE OO			
	1800-1830	RANCHO (CENA)		BAZARES/CUADRA			
	1830-2000	HORA DEL ALUMNO		CUADRAS	CMDTE CIA/SECC		
	2000-2100	CANTOS MILITARES			SERV DE DIA		
	2100 - 2200	ACTIVIDADES ADMINISTRATIVAS					
2200	TOQUE DE SILENCIO						
2200 - 0500	DESCANSO						
JUE 16	0500	DIANA	TODOS	CUADRAS	SERV DIA	2.a	
	0500 - 0615	ASEO PERSONAL(LAVADO DE MANOS) Y ARREGLO DE CUADRAS					
	0615 - 0630	DESPLAZAMIENTO AL COMEDOR DE OFICIALES		COMEDOR DE OO			
	0630-0700	RANCHO - DESAYUNO					

JUE 16	0700-0715	DESFILE A LOS CAMPOS DE INSTRUCCIÓN	TODOS	CAMPOS DE INSTRUCCIÓN Y ENTRENAMIENTO / SATAC / EFTE	CMDTE CIA/SECC	2.a				
	0715-0730	REVISTA DE PRESENCIA			OO INSTRUCTOR					
	0730-0815	TECNICA Y TACTICA DEL COMBATIENTE I: instrucción individual del combatiente y patrullas I			OO INSTRUCTOR					
	08150-0900	TECNICA Y TACTICA DEL COMBATIENTE I: instrucción individual del combatiente y patrullas I			OO CONTROLADOR					
	0900-0915	DESCANSO			OO INSTRUCTOR					
	0915-1000	TECNICA Y TACTICA DEL COMBATIENTE I: instrucción individual del combatiente y patrullas I			OO INSTRUCTOR					
	1000-1045	TECNICA Y TACTICA DEL COMBATIENTE I: instrucción individual del combatiente y patrullas I			OO CONTROLADOR					
	1045-1105	DESCANSO			OO INSTRUCTOR					
	1105-1150	TECNICA Y TACTICA DEL COMBATIENTE I: instrucción individual del combatiente y patrullas I			OO INSTRUCTOR					
	1150-1235	TECNICA Y TACTICA DEL COMBATIENTE I: instrucción individual del combatiente y patrullas I			OO INSTRUCTOR					
	1235-1320	TECNICA Y TACTICA DEL COMBATIENTE I: instrucción individual del combatiente y patrullas I			OO INSTRUCTOR					
	1320 - 1335	ASEO (LAVADO DE MANOS) Y PREPARACIÓN PARA EL RANCHO			CUADRAS			SERV DIA	2.a	
	1335 - 1350	DESPLAZAMIENTO AL COMEDOR DE OFICIALES			COMEDOR DE OO					
	1350 -1450	RANCHO (ALMUERZO)	CUADRAS	CMDTE CIA/SECC						
	1450 - 1530	PREPARACIÓN PARA EL ENTRENAMIENTO FÍSICO								
		ENTRENAMIENTO FÍSICO MILITAR:								
	1530-1720	Parte Inicial: Lubricación articular, estiramiento y ejercicios de calentamiento. Parte Principal: (Grupo "B") Fortalecimiento del tren superior (planchas, barras y abdominales), GBSA ejercicios del 6 al 10 (3 repeticiones). (Grupo "A") Natación estilo crawl (familiarización al medio acuático). Luego de haber culminado una hora de trabajo el personal de oficiales alumnos cambiaran de grupo para poder completar el entrenamiento. Parte Final: Estiramiento	TODOS	PISCINA EMCH	JEFE DE CURSO	3.a	ME 34-374			
	1720-1750	BAÑO (LAVADO DE MANOS)	TODOS	CUADRAS	SERV DE DIA	2.a				
	1750-1800	DESPLAZAMIENTO AL COMEDOR DE OFICIALES		COMEDOR DE OO						
1800-1830	RANCHO (CENA)									

JUE 16	1830-2000	HORA DEL ALUMNO	TODOS	BAZARES/CUADRA	SERV DE DIA	2.a	
	2000-2100	CANTOS MILITARES		CUADRAS	CMDTE CIA/SECC		
	2100 - 2200	ACTIVIDADES ADMINISTRATIVAS			SERV DE DIA		
	2200	TOQUE DE SILENCIO					
	2200 - 0500	DESCANSO					
VIE 17	0500	DIANA	TODOS	CUADRAS	SERV DIA	2.a	
	0500 - 0615	ASEO PERSONAL(LAVADO DE MANOS) Y ARREGLO DE CUADRAS		COMEDOR DE OO			
	0615 - 0630	DESPLAZAMIENTO AL COMEDOR DE OFICIALES			CAMPOS DE INSTRUCCIÓN Y ENTRENAMIENTO / SATAC / EFTE	CMDTE CIA/SECC	
	0630-0700	RANCHO - DESAYUNO		OO INSTRUCTOR			
	0700-0715	DESFILE A LOS CAMPOS DE INSTRUCCIÓN		OO INSTRUCTOR			
	0715-0730	REVISTA DE PRESENCIA		OO CONTROLADOR			
	0730-0815	TECNICA Y TACTICA DEL COMBATIENTE I: instrucción individual del combatiente y patrullas I		OO INSTRUCTOR			
	08150-0900	TECNICA Y TACTICA DEL COMBATIENTE I: instrucción individual del combatiente y patrullas I		OO INSTRUCTOR			
	0900-0915	DESCANSO		OO CONTROLADOR			
	0915-1000	TECNICA Y TACTICA DEL COMBATIENTE I: instrucción individual del combatiente y patrullas I		OO INSTRUCTOR			
	1000-1045	TECNICA Y TACTICA DEL COMBATIENTE I: instrucción individual del combatiente y patrullas I		OO INSTRUCTOR			
	1045-1105	DESCANSO		OO CONTROLADOR			
	1105-1150	TECNICA Y TACTICA DEL COMBATIENTE I: instrucción individual del combatiente y patrullas I		OO INSTRUCTOR			
	1150-1235	TECNICA Y TACTICA DEL COMBATIENTE I: instrucción individual del combatiente y patrullas I		OO INSTRUCTOR			
	1235-1320	TECNICA Y TACTICA DEL COMBATIENTE I: instrucción individual del combatiente y patrullas I		OO INSTRUCTOR			
	1320 - 1335	ASEO (LAVADO DE MANOS) Y PREPARACIÓN PARA EL RANCHO		CUADRAS	SERV DIA	2.a	
	1335 - 1350	DESPLAZAMIENTO AL COMEDOR DE OFICIALES		COMEDOR DE OO			
	1350 -1450	RANCHO (ALMUERZO)					
1450 - 1530	PREPARACIÓN PARA EL ENTRENAMIENTO FÍSICO	CUADRAS	CMDTE CIA/SECC				

VIE 17	1530-1720	ENTRENAMIENTO FÍSICO MILITAR: Parte Inicial: Lubricacion articular, estiramiento y ejercicios de calentamiento. Parte Principal: Pista de combate, enseñanza del pasaje de obstáculos del 12 al 14, técnica-correcciones (Pasaje y demostración personal PEF) Parte Final: Trote de soltura	TODOS	Pista de Combate COEDE	JEFE DE CURSO	3.a	ME 34-374	
	1720-1750	BAÑO (LAVADO DE MANOS)	TODOS	CUADRAS	SERV DE DIA	2.a		
	1750-1800	DESPLAZAMIENTO AL COMEDOR DE OFICIALES		COMEDOR DE OO				
	1800-1900	RANCHO (CENA)		ESTADIO EMCH	CMDTE CIA/SECC			
	1900-2000	VUELTAS DE FORTALECIMIENTO		CUADRAS	SERV DE DIA			
	2000-2100	VUELTAS DE FORTALECIMIENTO						
	2100 - 2200	ACTIVIDADES ADMINISTRATIVAS						
	2200	TOQUE DE SILENCIO						
	2200 - 0500	DESCANSO						
S A B 1 8	0500	DIANA	TODOS	CUADRA	SERV DE DIA	3.a		
	0500 - 0600	ASEO PERSONAL(LAVADO DE MANOS) Y ARREGLO DE CUADRAS		COMEDOR DE OO				
	0600 - 0615	DESPLAZAMIENTO AL COMEDOR DE OFICIALES						
	0615-0645	RANCHO (DESAYUNO)						
	0645-0700	DESFILE A LOS CAMPOS DEPORTIVOS DE LA EMCH						
	0700-1200	JUEGOS RECREATIVOS (VOLEY-FUTBOL-GIMNASIO)		CAMPOS DEPORTIVOS DE LA EMCH	OO INSTRUCTOR			
	1200-1245	ACTIVIDADES ADMINISTRATIVAS / MANTENIMIENTO DE CUADRAS		CUADRAS	SERV DE DIA			
	1245-1330	ASEO (LAVADO DE MANOS) Y PREPARACIÓN PARA EL RANCHO		COMEDOR DE OO				
	1330-1345	DESPLAZAMIENTO AL COMEDOR DE OFICIALES						
	1345 -1450	RANCHO (ALMUERZO)						
	1450 - 1700	ESTUDIO OBLIGATORIO / LAVADO DE PRENDAS		CUADRAS				

SAB 18	1700 - 1715	ASEO (LAVADO DE MANOS) PREPARACIÓN PARA EL RANCHO	TODOS	COMEDOR DE OO	SERV DE DIA	2.a	
	1715 - 1730	DESPLAZAMIENTO AL COMEDOR DE OFICIALES		BAZARES/CUADRAS			
	1730- 1830	RANCHO - CENA		CUADRAS			
	1830 - 2000	HORA DEL ALUMNO					
	2000 - 2200	ACTIVIDADES ADMINISTRATIVAS / MANTENIMIENTO DE CUADRAS					
	2200	TOQUE DE SILENCIO					
	2200 - 0600	DESCANSO					
D O M 1 9	0600	DIANA	TODOS	CUADRAS	SERV DE DIA	3.a	
	0600 - 0645	ASEO PERSONAL (LAVADO DE MANOS) Y ARREGLO DE CUADRAS		COMEDOR DE OO			
	0645 - 0700	DESPLAZAMIENTO AL COMEDOR DE OFICIALES		SECTOR RESPONSABILIDAD			
	0700 - 0730	RANCHO - DESAYUNO		CUADRAS			
	0730 - 1200	MANTENIMIENTO DE CUADRAS / SECTORES DE RESPONSABILIDAD / ACTIVIDADES ADMINISTRATIVAS		COMEDOR DE OO			
	1200 - 1215	ASEO (LAVADO DE MANOS) PREPARACIÓN PARA EL RANCHO		CUADRAS			
	1215 - 1230	DESPLAZAMIENTO AL COMEDOR DE OFICIALES		COMEDOR DE OO			
	1230-1330	RANCHO - ALMUERZO		CUADRAS			
	1330 - 1700	ESTUDIO OBLIGATORIO / LAVADO DE PRENDAS		COMEDOR DE OO			
	1700 - 1715	ASEO (LAVADO DE MANOS)					
	1715 - 1730	DESPLAZAMIENTO AL COMEDOR DE OFICIALES					
	1730 - 1830	RANCHO - CENA					

D O M 1 2	1830 - 2000	HORA DEL ALUMNO	TODOS	BAZARES/CUADRA	SERV DE DIA	3.a	
	2000 - 2200	ACTIVIDADES ADMINISTRATIVAS / MANTENIMIENTO DE CUADRAS		CUADRAS			
	2200	TOQUE DE SILENCIO					
	2200 - 0500	DESCANSO					

NOTA: PROHIBIDO QUE LA COMPAÑIA DE ASIMILADOS SALGA A CORRER AL EXTERIOR DE LA EMCH COMO PARTE DEL ENTRENAMIENTO FÍSICO MILITAR, SIN AUTORIZACIÓN DEL COMANDO.



[Signature]
 O - 2248922 - O+
WALTER OCAMPO MARQUINA
 General de Brigada
 Director de la Escuela Militar de Chorrillos
 "CrI. Francisco Bolognesi"



[Signature]
 O - 223642076 - A+
MÁO CORDOVA ROMÁN
 CRL EP
 Jefe del Dpto. Educ. Militar - EMCH
 "CrI. Francisco Bolognesi"



[Signature]
 O - 122222800 - O+
LUIS BEINGOLEA ALVITES
 CRL EP
 Jefe de la Secc. Prog. Académica - EMCH
 "CrI. Francisco Bolognesi"