

**ANEXO "F"**

**HOJA DE REGISTRO DE EVALUACIÓN FÍSICA INDIVIDUAL**

ARMADA DEL ECUADOR  
Evaluación Física Militar  
Reporte individual semestral para la evaluación



Año: ..... Período: .....

CÉDULA: ..... REPARTO: .....  
GRADO: ..... Fecha de nacimiento: .....  
APELLIDOS: ..... Edad: años.....meses.....días.....  
NOMBRES: ..... Tabla: .....

Observación:.....  
Fecha de evaluación: ...../...../.....  
Frecuencia Cardiaca: .....  
Presión arterial: ..... Apto: SI..... NO.....  
Responsable: .....  
Grado Apellidos y Nombres Firma

NOTA: EL CHEQUEO MÉDICO PREVENTIVO ES VALIDO POR EL DIA DE LAS PRUEBAS FÍSICAS

**PRUEBAS FÍSICAS PARA LAS TABLAS DESDE LA 1 HASTA LA 13**

ORD.	PRUEBAS	REGISTRO	OBSERVACIÓN
1	Correr 3219 m. con baremo		
2	Flexión y extensión de codo		
3	Flexión y extensión de cadera		
4	Natación como destreza (SI ó NO)		
5	Trepar el cabo (5mt. / 3mt.)		

**PRUEBAS FÍSICAS ALTERNATIVAS (ENF. CRÓNICAS/OPCCIÓN TAB. 11, 12 y 13)**

ORD.	PRUEBAS	PESO	REGISTRO	F. C.	OBSERVACIÓN
1	Nadar según la tabla con baremo				
2	Caminar 1609 m. con baremo				

.....  
**EVALUADOR**  
C. I.

.....  
**EVALUADO**  
C. I.

**ANEXO "F"**

**HOJA DE REGISTRO DE EVALUACIÓN FÍSICA INDIVIDUAL**

ARMADA DEL ECUADOR  
Evaluación Física Militar  
Reporte individual semestral para la evaluación



Año: ..... Período: .....

CÉDULA: ..... REPARTO: .....  
GRADO: ..... Fecha de nacimiento: .....  
APELLIDOS: ..... Edad: años.....meses.....días.....  
NOMBRES: ..... Tabla: .....

Observación:.....  
Fecha de evaluación: ...../...../.....  
Frecuencia Cardiaca: .....  
Presión arterial: ..... Apto: SI..... NO.....  
Responsable: .....  
Grado Apellidos y Nombres Firma

NOTA: EL CHEQUEO MÉDICO PREVENTIVO ES VALIDO POR EL DIA DE LAS PRUEBAS FÍSICAS

**PRUEBAS FÍSICAS PARA LAS TABLAS DESDE LA 1 HASTA LA 13**

ORD.	PRUEBAS	REGISTRO	OBSERVACIÓN
1	Correr 3219 m. con baremo		
2	Flexión y extensión de codo		
3	Flexión y extensión de cadera		
4	Natación como destreza (SI ó NO)		
5	Trepar el cabo (5mt. / 3mt.)		

**PRUEBAS FÍSICAS ALTERNATIVAS (ENF. CRÓNICAS/OPCCIÓN TAB. 11, 12 y 13)**

ORD.	PRUEBAS	PESO	REGISTRO	F. C.	OBSERVACIÓN
1	Nadar según la tabla con baremo				
2	Caminar 1609 m. con baremo				

.....  
**EVALUADOR**  
C. I.

.....  
**EVALUADO**  
C. I.