

UNIVERSIDAD NACIONAL JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ

CARRIÓN

FACULTAD DE EDUCACIÓN

ESCUELA DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES



**LA EDUCACIÓN Y LA POSTURA CORPORAL EN ALUMNOS DE
PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA 20354 MANUEL EMILIO
ESCORZA TORRES PROVINCIA DE HUAURA, AÑO 2015.**

Tesis para optar el título de Licenciado en Educación Física y Deportes.

AUTOR

Bach. MARCO ANTONIO AMADO CHINCHAY

Asesor: Mg. JORGE LUIS MEJÍA GARCIA

Universidad Nacional
José Faustino Sánchez Carrión

Mg. JORGE LUIS MEJÍA GARCIA
DNU: 135

Huacho – 2021

**LA EDUCACIÓN Y LA POSTURA CORPORAL EN ALUMNOS DE
PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA 20354 MANUEL
EMILIO ESCORZA TORRES PROVINCIA DE HUAURA, AÑO 2015**

Bach. MARCO ANTONIO AMADO CHINCHAY

TESIS

Asesor: Mg. JORGE LUIS MEJÍA GARCIA

**UNIVERSIDAD NACIONAL
JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN
FACULTAD DE EDUCACIÓN**

LICENCIADO EN EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES

Dedicatoria

Dedicado para mis abuelos que me inculcaron desde muy pequeños los valores y fueron parte de mi formación.

Marco Antonio Amado Chinchay

Agradecimiento

A mis padres por el esfuerzo y amor que me dieron para poder lograr mis objetivos trazados.

Marco Antonio Amado Chinchay

INDICE

Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Índice de tablas	viii
Índice de figuras.....	ix
Resumen	x
Abstract	xi
INTRODUCCIÓN	xii
CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	1
1.1 Descripción de la realidad problemática	1
1.4. Justificación de la investigación.....	4
1.5 Delimitaciones del estudio	4
1.6 Viabilidad del estudio	4
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	6
2. 1. Antecedentes de la investigación.....	6
2.1.1. Investigaciones internacionales	6
2.1.2. Investigaciones nacionales	8
2.2. Bases teóricas	11
2.3. Definiciones conceptuales.....	23
2.4. Formulación de la hipótesis.....	25
2.4.1. Hipótesis general.....	25

2.4.2. Hipótesis específicas.....	25
CAPÍTULO III: METODOLOGÍA.....	26
3.1 Diseño metodológico	26
3.1.1. Tipo de investigación	26
3.1.2. Nivel de investigación	27
3.1.3. Diseño	27
3.1.4. Enfoque	27
3.2. Población y muestra.....	27
3.2.1 Población	27
3.2.2 Muestra	28
3.3. Operacionalización de Variables	29
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	30
3.4.1. Técnicas a emplear.....	30
3.4.2. Descripción de los instrumentos	30
3.5. Técnicas para el procesamiento de la información	30
CAPÍTULO IV: RESULTADOS	31
4.1. Análisis de resultados	31
CAPÍTULO V: DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	43
5. 1. DISCUSIÓN	43
5. 2. CONCLUSIONES.....	44
5. 3. RECOMENDACIONES.....	45
CAPÍTULO V: FUENTES DE INFORMACIÓN	46

6. 1. Fuentes Bibliográficas	46
ANEXOS	49
Matriz de consistencia	50
ENCUESTA	52
LISTA DE COTEJO	55

Índice de tablas

Tabla 1 Participas de los juegos durante las clases de educación física.....	31
Tabla 2 Los ejercicios físicos que realizas te ayudan a tener una espalda recta.....	32
Tabla 3 Practicas deporte en el colegio y fuera de el.....	33
Tabla 4 Conoces cual es la postura corporal correcta.....	34
Tabla 5 Cuando escribes, te sientas derecho.....	35
Tabla 6 Para recoger algo del piso, te colocas de cunclillas.....	36
Tabla 7 Tienes dolor en la espalda y cuello.....	37
Tabla 8 Tus padres te dejan usar celular o Tablet.....	38
Tabla 9 Los alumnos tienen adecuada postura corporal, cuando están parados.....	39
Tabla 10 Los alumnos tienen adecuada postura corporal, cuando están sentados.....	40
Tabla 11 Los alumnos al caminar tienen la postura erguida.....	41
Tabla 12 Los alumnos al cargar objetos, lo realizan de la forma correcta.....	42

Índice de figuras

Figura 1	Participas de los juegos durante las clases de educación física	31
Figura 2	Los ejercicios físicos que realizas te ayudan a tener una espalda recta	32
Figura 3	Practicas deporte en el colegio y fuera de el	33
Figura 4	Conoces cuál es la postura corporal correcta	34
Figura 5	Cuándo escribes, te sientas derecho	35
Figura 6	Para recoger algo del piso, te colocas de cunclillas	36
Figura 7	Tienes dolor en la espalda y cuello	37
Figura 8	Tus padres te dejan usar celular o tablet	38
Figura 9	Los alumnos tienen adecuada postura corporal, cuando están parados	39
Figura 10	Los alumnos tienen adecuada postura corporal, cuando están sentados	40
Figura 11	Los alumnos al caminar tienen la postura erguida	41
Figura 12	Los alumnos al cargar objetos, lo realizan de la forma correcta.	42

Resumen

Este trabajo de investigación se realizó para hacer un análisis sobre La educación y su relación con la postura corporal en alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015. La educación es un área donde se realizan ejercicios físicos, juegos, deportes y actividades deportivas. En la etapa inicial, el foco está en la psicomotricidad. En esta postura física, si la postura del niño es buena, la columna estará bien alineada. Los huesos y articulaciones que estén correctamente alineadas para permitir que los músculos funcionen correctamente. El docente debe prestar atención a la forma en que los alumnos enseñan, porque un grupo de personas comete un error, que dañará la columna vertebral, que es el eje de una buena postura. En Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, el estudio se realizó en estudiantes de primaria y mostró que la educación física está relacionada con la postura corporal de los estudiantes. El Objetivo: La educación física se relaciona con la postura corporal en alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015. Material y método: Realizado en la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015.

La población fue de 225 alumnos y la muestra de 143 alumnos. Tipo Descriptivo correlacional. El instrumento para medir La educación y la postura corporal es la encuesta y la lista de cotejo. Resultados y conclusiones: Los resultados de este estudio muestran que el ejercicio físico está relacionado con los juegos de los niños de la escuela primaria, los ejercicios físicos, los ejercicios que fortalecen los músculos y alinean la columna, y están relacionados con la postura.

Palabras claves: educación física, postura corporal, alumnos, salud, cuerpo.

Abstract

This research work was carried out to make an analysis on education and its relationship with body posture in primary school students of the Educational Institution 20354 Manuel Emilio Escorza Torres province of Huaura, 2015. Education is an area where physical exercises are performed , games, sports and sports activities. In the initial stage, the focus is on motor skills. In this physical posture, if the child's posture is good, the spine will be well aligned. The bones and joints that are properly aligned to allow the muscles to function properly. The teacher must pay attention to the way the students teach, because a group of people make a mistake, which will damage the spine, which is the axis of good posture. In Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres province of Huaura, the study was carried out in elementary school students and showed that physical education is related to the body posture of the students. Objective: Physical education is related to body posture in elementary school students of the Educational Institution 20354 Manuel Emilio Escorza Torres province of Huaura, year 2015. Material and method: Carried out in the Educational Institution 20354 Manuel Emilio Escorza Torres province of Huaura, year 2015. The population consisted of x-students and the sample of x students. Descriptive type correlational. The instrument for measuring education and body posture is the survey and checklist. Results and conclusions: The results of this study show that physical exercise is related to elementary school children's games, physical exercises, exercises that strengthen muscles and align the spine, and are related to posture.

Keywords: physical education, body posture, students, health, body.

INTRODUCCIÓN

La presente tesis se trata del estudio de la educación física y su relación con la postura corporal en alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015 La educación es un campo que incide en la motricidad de los niños, en esta postura influirán el ejercicio físico, el deporte y el juego.

En el primer capítulo de "El problema", encontrará un enunciado del problema donde se señala el problema y cómo se relacionan los deportes con la postura del cuerpo en alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015.

El segundo capítulo del marco teórico introduce la ciencia en detalle y se centra en el deporte y la postura corporal, lo que da soporte a la investigación, reconocemos las variables y características, para que se pueda realizar una investigación científica completa y sustantiva.

En el tercer capítulo del método se detalla la población y las muestras a estudiar, así como las técnicas o métodos utilizados para obtener datos de la educación física y la postura corporal.

El Capítulo 4 es la información sobre los resultados de la encuesta, que se obtuvieron a través de encuestas y listas de verificación, las cuales son aplicables cuerpo en alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015, utilizó figuras y tablas para analizar los resultados.

El quinto capítulo es la discusión, conclusiones y recomendaciones, que se realizan luego de analizar y explicar los resultados En este capítulo, hemos sintetizado la relación

entre la educación física y la postura cuerpo en alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015 para ayudar a mejorar estos aspectos.

El capítulo 6 es la bibliografía utilizada en esta investigación.

CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Descripción de la realidad problemática

Una de las razones del rezago en la educación primaria en el Perú es que una vez que se recortó el currículo de educación física en este nivel. En los últimos años, las instituciones educativas han sido cubiertas paulatinamente por docentes. Sin embargo, todavía hay muchas escuelas que carecen de docentes de educación física, especialmente en los lugares más remotos. Por eso hay una generación de personas que tienen problemas de coordinación, equilibrio, lateralidad y mala postura. En la actualidad, los maestros de primaria y el campo de la educación física tienen poca influencia en el problema de la postura. Esto aumentará el riesgo de lesiones, hinchazón abdominal, dolor y mala apariencia. Daño causado por una mala postura interna y externa. En la clase de física, cuando los niños se sientan en sus carpetas y caminan, es importante tener una postura adecuada. Los juegos deben usarse para fortalecer músculos y enderezar la columna para ejercitar la postura.

En el contexto de la educación, los deportes son la base interrelacionada del crecimiento y desarrollo de los niños: deportes, emociones sociales y cognición, en diferentes situaciones de la vida, las ventajas de cada uno son más importantes que otras.

En base a estas condiciones queremos saber si la educación física tiene relación con la postura corporal en alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015.

1.2 Formulación del problema

1.2.1 Problema general

¿De qué manera se relaciona la educación y la postura corporal en alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015?

1.2.2 Problemas específicos

¿De qué manera se relaciona el juego y la postura corporal en alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015?

¿De qué manera se relaciona el deporte y la postura corporal en alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015?

¿De qué manera se relaciona el ejercicio físico y la postura corporal en alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015?

1.3 Objetivos de la investigación

1.3.1 Objetivo general

Determinar la relación de la educación y la postura corporal en alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015.

1.3.2 Objetivos específicos

Determinar la relación del juego y la postura corporal en alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015.

Determinar la relación del deporte y la postura corporal en alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015.

Determinar la relación del ejercicio físico y la postura corporal en alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015.

1.4. Justificación de la investigación

El propósito de este estudio es determinar si el ejercicio físico a través del ejercicio físico puede corregir la mala postura en alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015.

“El aspecto prioritario de la crianza de los hijos es promover la salud y la educación, con el objetivo de satisfacer las necesidades de las escuelas y comunidades; no solo puede realizar la difusión de conocimientos, sino también formar la personalidad de la personalidad, voluntad, habilidades, sentimientos, actitudes y valores. , lo que ayuda a dar forma a la personalidad La cultura general del individuo, incluida la cultura de la salud”. (Pérez Arencibia & Suárez León, 2018, pág. 121).

1.5 Delimitaciones del estudio

En cuanto a los alcances son los siguientes:

Alcance espacial: Huaura

Alcance temporal: Año 2015.

Alcance temático: La Educación y la postura Corporal

Alcance institucional: estudiantes de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres

1.6 Viabilidad del estudio

La investigación se ejecutó debido a las facilidades que dió la docente de la I. E. 20354 Manuel Emilio Escorza Torres.

Técnica

El estudio cuenta con todos los requisitos exigidos por la universidad..

Ambiental

Investigación académica sin dañar el medio ambiente.

Financiera

El costo de escribir el artículo es financiado por los investigadores.

Social

Se formó un equipo de investigación con participación efectiva.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2. 1. Antecedentes de la investigación

2.1.1. Investigaciones internacionales

Para Rojas (2016), en su tesis “Efectos de un programa de promoción de la postura corporal adecuada en estudiantes de secundaria de la I.E San Juan Bautista – Huariaca”, para obtener el grado académico de doctor en ciencias de la educación en la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, nos dice que “El objetivo del estudio fue demostrar los efectos de un programa de intervención educativa en el conocimiento postural adecuado de los estudiantes de Secundaria de la Institución Educativa San Juan Bautista de Huariaca. El diseño del estudio es cuasi experimental, para ello se trabajó con 67 estudiantes del Tercer Año de Secundaria a quienes se les aplicó el Cuestionario de Conocimiento sobre postura corporal elaborado por De la Mata, J (2013) adaptado de acuerdo a los indicadores y validado por Juicio de Expertos, así mismo se aplicó el Programa de intervención educativa, llegando a los siguientes resultados: Se ha demostrado que el programa de intervención educativa ha influido significativamente en el conocimiento de la postura corporal adecuado encontrando diferencias significativas entre los resultados del Pre Test y Post test. Porcentualmente antes de la aplicación del programa el 96% de estudiantes se encontraron por debajo del nivel promedio de conocimientos sobre postura corporal adecuada, y luego de aplicado el programa el 63% de estudiantes presentaron nivel promedio y un 33% en el nivel superior. Según el género, el promedio del género femenino en el Pre test fue de 11,13 y en el pos test de 23,47, mientras que en el género masculino en el pre test es de 12,76 y en el post test de 23,35, sin embargo, luego de aplicado el programa los efectos han sido casi similares” (p. 8).

Según Espinoza (2018), En su artículo “ALTERACIONES POSTURALES Y FACTORES DE RIESGO EN ESCOLARES DE 8 A 13 AÑOS DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, AÑO 2016” en su resumen dice “La postura es una posición o actitud del cuerpo, es la manera característica que adopta el mismo para una actividad específica; por lo que es necesario mantener una postura correcta y obtener el mayor rendimiento en las diferentes actividades diarias. Las alteraciones posturales más frecuentes son la cifosis, hiperlordosis, escoliosis, y están influenciados por los factores de riesgo. Determinar los factores de riesgo que van a originar alteraciones posturales, en niños de 8 a 13 años de edad de la Escuela de Educación Básica Fiscal Richard Burgos Suárez del Sector Isla Trinitaria de la Ciudad de Guayaquil. Se realizó un estudio prospectivo, con un enfoque cuantitativo, diseño no experimental de tipo transversal, alcance relacional y método deductivo. Para el efecto se realizó encuestas, Test Postural, de Adams y Busquet. La población fue de 388 estudiantes, de los cuales se tomó como muestra 198 niños de acuerdo a los criterios de inclusión y exclusión. Incidencia de escoliosis del 41% de la población total; de los cuales el 24% es de etiología estructural y el 76% funcional, el 67% de los casos es de origen músculo – esquelético y el 33% es de origen craneal. Tras el análisis de los factores de riesgo, presentaron un nivel significativo, el peso excesivo de la mochila y el diseño del mobiliario escolar. Es importante prestar la debida atención a los problemas de postura, para evitar la instauración de alteraciones posturales en los escolares” (p. 66).

Para los autores Espinoza & otros (2009), en su artículo “Prevalencia de Alteraciones Posturales en Niños de Arica -Chile. Efectos de un Programa de Mejoramiento de la Postura”, en su resumen “Los objetivos de este trabajo fueron calcular el índice de prevalencia de alteraciones posturales en una muestra de 120 alumnos (10,4% del universo total), de 4 años de edad de la ciudad de Arica y determinar el efecto de un programa de

mejoramiento postural. Las alteraciones posturales más frecuentes corresponden a: inclinación de hombros (86%), escápula alada y escápula descendida (82%), proyección anterior de hombros (79%), pie plano (58%), columna lumbar hiperlordótica (51%) e inclinación de cabeza (50%). Posteriormente, se aplicó al grupo experimental un programa de ejercicio muscular y de reeducación postural, por un período de 8 meses. Al final del tratamiento se realizó un análisis post test a todos los sujetos del estudio. Los resultados en el grupo experimental muestran una disminución significativa de los índices iniciales de prevalencia, en todas las alteraciones en estudio. Los diferenciales de recuperación muestran diferencias significativas entre los grupos de estudio, con un 31% para inclinación de hombros, seguida de hiperlordosis lumbar con un 29% e inclinación de cabeza con 20%. La recuperabilidad más baja se observó en pie plano con un 7% ($p \leq 0,05$). El alto porcentaje de alteraciones posturales presentes en niños de 4 años, de la ciudad de Arica, podría ser producto de actitudes viciosas que, a futuro producen una estructuración inadecuada del cuerpo, entonces la aplicación de un programa de ejercitación muscular y de reeducación postural, dirigido por un equipo de Salud multiprofesional disminuirían significativamente estas alteraciones” (p. 30).

2.1.2. Investigaciones nacionales

Según Vidal (2016), en su artículo “LA POSTURA CORPORAL Y EL DOLOR ESPALDA EN ALUMNOS DE EDUCACIÓN PRIMARIA. UNA REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA”, el autor en su resumen dice, “En los últimos años, la adopción de posturas potencialmente lesivas entre los escolares representa una práctica muy extendida tanto en los centros educativos como en sus actividades de la vida diaria. En torno a estos hábitos y actitudes, la repetición sistemática de acciones que desencadenan fuerzas de

compresión elevadas sobre las estructuras vertebrales puede ocasionar diferentes patologías a nivel raquídeo. En este sentido, la higiene postural cobra un gran sentido en la conservación de las curvaturas fisiológicas de la columna vertebral. Además, el incremento de estilos de vida relacionados con el sedentarismo y la inactividad física, especialmente en edades tempranas, representa otra gran problemática actual en torno a las corrientes de Educación Física y salud. Así, en el ámbito de la Educación Primaria, se ha detectado un preocupante incremento de los dolores de espalda y cuello entre los escolares” (p. 54).

Según Mendieta (2016), en la tesis “GIMNASIA AERÓBICA Y SU INFLUENCIA EN LA **POSTURA CORPORAL** DE LOS ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN SECUNDARIA – UNA EXPERIENCIA PEDAGÓGICA CON ESTUDIANTES DEL 5° GRADO DE EDUCACIÓN SECUNDARIA, INSTITUCIÓN EDUCATIVA 'MARIANO DÁMASO BERAUN' DE PAUCARBAMBA - AMARILIS, 2016”, para optar el grado académico de Magister en Educación, mención: Gestión y Planeamiento Educativo en la Universidad Nacional Hermilio Valdizán su “Objetivo: Demostrar la influencia de la gimnasia aeróbica ejecutando ejercicios de alto y bajo impacto en la mejora de la **postura corporal** de los estudiantes del quinto grado de secundaria de la I.E. 'Mariano Dámaso Beraun' de Paucarbamba, Amarilis, 2016. Marco metodológico: Es una investigación del tipo aplicada, nivel experimental, diseño cuasi experimental con dos grupos (experimental y control); se empleó el método experimental, técnica de la observación y la encuesta; y como instrumentos la guía de observación y el cuestionario aplicado a 57 estudiantes conformantes de la muestra. Resultados: La gimnasia aeróbica ejecutando ejercicios de alto y bajo impacto influye positivamente en la mejora de la **postura corporal** de los estudiantes del quinto grado de secundaria de la I.E. 'Mariano Dámaso Beraun' de Paucarbamba, Amarilis, 2016. Conclusiones: Las técnicas y estrategias de la gimnasia aeróbica ejecutando los ejercicios de

alto y bajo impacto influye positivamente en la mejora de la **postura corporal** y las habilidades motoras de los estudiantes del quinto grado de secundaria” (p, 8).

Según Pérez & Suarez (2018), en el artículo “Acciones para la superación de los maestros sobre la postura corporal correcta en los niños de la Educación Primaria” dice que “La **postura corporal** correcta es un aspecto importante para la salud y la calidad de vida de los niños desde las primeras edades y se incluye como parte del eje temático de Higiene en el Programa Director de Salud que se desarrolla en las escuelas cubanas. Teniendo en cuenta la existencia de esta problemática en la Educación Primaria, se partió de un diagnóstico sobre la situación actual referente a la **postura corporal** en una muestra de 184 niños de ambos sexos pertenecientes al semi-internado Isidro de Armas de Pinar del Río. Durante el estudio se empleó la observación científica y el examen somatoscópico, además se aplicó una encuesta a 27 maestros trabajadores en ese centro. A partir de las deficiencias y debilidades encontradas se elaboró un conjunto de acciones encaminadas a la capacitación de los maestros del referido centro, para un desarrollo eficiente de la educación **corporal** en los niños comprendidos entre 6 a 12 años. La implementación de dichas acciones en la práctica pedagógica permitió a los maestros profundizar en los aspectos teóricos, prácticos y metodológicos indispensables para el logro de un desarrollo adecuado de la **postura corporal** en los infantes” (p, 115).

Para Sanchez (2018), en su tesis “Enseñanza de la educación física con enfoque interdisciplinar en la formación integral de los estudiantes del 6° grado de educación primaria de la Institución Educativa Pública N° 1137 José Antonio Encinas de Santa Anita región Lima”, para obtener el grado académico de doctor en ciencias de la educación en la

Universidad Nacional Guzman y Valle La Cantuta, el autor presenta su resumen “La presente investigación fue realizada con el propósito de demostrar la enseñanza de la educación física con enfoque interdisciplinar influye en la formación integral de los estudiantes del 6º grado de educación primaria de la institución educativa pública N° 1137 de Santa Anita en el periodo escolar 2016. El tipo de investigación por sus características, es una investigación experimental”. (p. 28).

2.2. Bases teóricas

Para Guimaraes (2000), “disciplina pedagógica que aprovecha los medios físicos para educar. Es parte de la educación general que utiliza el ejercicio físico sistemático a fin de coadyuvar a un desarrollo: físico, mental emocional y social en el individuo” citado en (Carlos Sanchez, 2018, pág. 117).

El pensamiento de Jean Le Boulch:

En un principio fue una clase de educación física científica. El primer objetivo estaba relacionado con los métodos médicos, la gimnasia correctiva y el crecimiento normal de los niños y la búsqueda de actitudes correctas. El segundo objetivo fueron los métodos naturales basados en las costumbres de los niños. El tercer objetivo es el ejercicio físico. Citado en (Cadavid, L. , 2007, pág. 46).

Para Le Boulch “se puede sistematizar en dos etapas: la primera, en una educación física científica a partir de la propuesta de un método racional y experimental y segunda, la creación del método de la psicokinetica, que se instaura como una educación por el movimiento dentro del contexto de las ciencias de la educación y que tiende a configurarse como una ciencia del

movimiento humano aplicado al desarrollo de la persona” citado en (Cadavid, L. , 2007, pág. 46).

Para Jean Le Boulch la educación física científica toma el nombre de educación física funcional, el objetivo está relacionado con:

“Hacer del cuerpo un instrumento perfecto de adaptación del individuo a su medio tanto físico como social, gracias a la adquisición de destreza que consiste en ejecutar con precisión el gesto adecuado en cualquier caso particular y se puede definir como el dominio fisiológico para la adaptación a una situación dada” (Le Boulch, 1993c:95) (Cadavid, L. , 2007, pág. 47).

Hay diversos conceptos de Educación física, Contreras (1998, p.24) “La idea del cuerpo humano ha condicionado el concepto de educación física en la historia” citado en (Uribe & Pareja, 2007, pág. 11).

Para Alberto Cajas

La educación física es parte de la educación integral desarrollada con el desarrollo de la medicina y las ciencias biológicas. Nos hace conscientes de los principios, reglas y métodos básicos y científicos que se deben utilizar para coordinar y desarrollar armónicamente el cuerpo, es decir, su condición física. y potencial biológico. Mantener la función, la forma y el equilibrio psicológico, y controlar perfectamente todo el mecanismo de movimiento y el estado de salud. Citado en (Carlos Sanchez, 2018, pág. 116).

Para Gonzales (1993), “desde que los ejercicios físicos empezaron a ser considerados como un medio de desarrollo del individuo, las corrientes de pensamiento referidas a la educación física y el ejercicio adoptaron otros

critérios. Ahora se piensa en prácticas de una educación física que trascienden los fines y objetivos de aprendizaje centrados en el desarrollo y perfeccionamiento de habilidades, destrezas y capacidades motrices y estas habilidades y destrezas se constituyen en un objeto de aprendizaje y desarrollo complejo, en un medio de perfeccionamiento global del ser humano en todas sus dimensiones: biológica, afectiva, expresiva y cognitiva” citado en (Uribe & Pareja, 2007, pág. 18).

Educación Física en el Perú

En el Perú “El 6 de setiembre de 1932 por Decreto Supremo N° 328, cuando se creó la Escuela Nacional de Educación Física bajo la administración en el gobierno del general Luis Miguel Sánchez Cerro, el día 8 de octubre de 1932, esta Escuela inició el dictado de clases en el Centro Educativo República de Brasil, siendo ésta una fecha histórica pues de manera oficial, se adoptó como el Día de la Educación Física en el Perú” (DePeru.com, s.f.).

2.2.1.1. Beneficios de la educación física

Los beneficios de la educación física, especialmente el ejercicio físico, nos permiten reducir el riesgo de enfermedades cardiovasculares, diabetes tipo 2, fortalecer huesos y músculos, reducir el riesgo de ciertos tipos de cáncer, mejorar su salud mental, mejorar la memoria y la concentración, y pueden Socializar, mejora la calidad del sueño y te ayuda a controlar tu peso.

2.2.1.2. Educación Física en el nivel primaria

A través del Área de Educación Física se asume una “visión holística de la persona como unidad que piensa, siente y actúa simultáneamente y en continua

interacción con el ambiente, desarrollando todas sus dimensiones: biológicas, psicológicas, afectivas y sociales; dentro de esta área el desarrollo de la motricidad está considerado como un aspecto esencial” (Carlos Sanchez, 2018, pág. 134).

El campo de la educación física de la escuela primaria está integrado con otros campos, hay 3 horas de clase a la semana, una hora al día para el primero y segundo grado y dos horas y una hora para el tercero al sexto grado.

En el actual contexto educativo, el área de Educación Física “pone énfasis en posibilitar que niños y niñas exploren y vivencien experiencias motrices, permitiéndoles el desarrollo de capacidades y habilidades motrices y físico-deportivas e integrando al mismo tiempo dentro de este espacio de aprendizaje la adquisición de actitudes y valores” La educación física en el nivel primaria “En este nivel se desarrollan capacidades y habilidades motrices y físico-deportivas en los aspectos perceptivo, orgánico y socio motriz, así como las actitudes y valores; bajo la responsabilidad del docente de aula” (Nadal, 2005, pág. 6).

2.2.1.3. Educación física y salud

“Uno de los principales propósitos generales de la educación física es lograr en aquellos que la practican el hábito, la adquisición de un estilo de vida activo y saludable. La Organización Mundial de la Salud (OMS), en la Carta de Ottawa (1986), considera los estilos de vida saludables como componentes importantes de intervención para promover la salud en el marco de la vida cotidiana, en los centros de enseñanza, de trabajo y de recreo” (Wikipedia, 2019).

La educación física promueve la salud de los niños y adolescentes, y en general todas las personas deberían practicar actividad física al menos 3 veces por semana, con una duración de 30 minutos.

2.2.1.4. Importancia del ejercicio y desarrollo físico en edades escolares

La importancia del ejercicio físico en niños y adolescentes.

“La actividad física genera muchos beneficios para mantener una vida saludable como lo es la regulación de peso corporal evitando la obesidad, previene enfermedades degenerativas y cardiovasculares, aporta grandes potenciales para que la población escolar cambie malos hábitos por hábitos saludables fortaleciendo también los valores sobre la salud” (Wikipedia, 2019).

2.2.1.5. Características de la educación física

Según (Cecchini y otros, 1996), brinda “Educación integral, se estructura en la capacidad del hombre para actuar físicamente en su entorno”, “Capacidad para actuar físicamente en el ambiente que le rodea, La acción motriz sitúa en el centro del proceso físico-educativo al educando, relación humana físico-educativo” citado en (Educación Física, 2016).

2.2.1.6. Componentes de la educación física

El deporte: “es una actividad reglamentada, normalmente de carácter competitivo, que puede mejorar la condición física de quien lo practica, y además tiene propiedades que lo diferencian del juego”. (Wikipedia, 2019).

De acuerdo con el Comité Olímpico Internacional, la práctica del deporte es un derecho humano, y uno de los principios fundamentales del Olimpismo es que

“toda persona debe tener la posibilidad de practicar deporte sin discriminación de ningún tipo y dentro del espíritu olímpico, que exige comprensión mutua, solidaridad y espíritu de amistad y de juego limpio”. (Wikipedia, 2019).

El juego: para Huizinga (1938): “El juego es una acción u ocupación libre, que se desarrolla dentro de unos límites temporales y espaciales determinados, según reglas absolutamente obligatorias, aunque libremente aceptadas, acción que tiene fin en sí misma y va acompañada de un sentimiento de tensión y alegría y de la conciencia de ser de otro modo que en la vida corriente”. (Wikipedia, 2019).

Cagigal, J. M. (1996): “Acción libre, espontánea, desinteresada e intrascendente que se efectúa en una limitación temporal y espacial de la vida habitual, conforme a determinadas reglas, establecidas o improvisadas y cuyo elemento informativo es la tensión.” (Wikipedia, 2019).

El juego es una actividad libre, Voluntarios que gustan a los niños, casi todas las clases de educación física tienen carreras, entretenimiento, pre-deportes, inteligencia, popularización.

El ejercicio físico: “ya sea de corta o larga duración, contribuye a establecer un bienestar mental, mejorando la autonomía de la persona, memoria, rapidez de ideas, etcétera, y promoviendo sensaciones como el optimismo o la euforia, al tiempo que se mejora la autoestima de las personas, lo que produce beneficios en diferentes enfermedades como la osteoporosis, la hipertensión o las crisis diabéticas” (Webconsultas, 2019).

Al menos 30 veces a la semana, 30 minutos cada vez, debe ser ejercicio físico, estos ejercicios pueden ser en bicicleta, caminar, nadar en la piscina, trotar en el parque, bailar u otras actividades.

Propósitos de la Educación Física

Según Lumpkin (1986, p. 10), “El propósito de la Educación Física es, “optimizar la calidad de vida a través de un compromiso a largo plazo mediante la participación de un programa de ejercicio personal divertido pueda satisfacer una diversidad de necesidades en un mundo cambiante” citado en (Educación Física, 2016).

2.2.2 POSTURA CORPORAL

El término de postura, proviene del latín Positura

“acción, figura, situación o modo en que está puesta una persona, animal o cosa. La postura es la relación de las posiciones de todas las articulaciones del cuerpo y su correlación entre la situación de las extremidades con respecto al tronco y viceversa” (Rojas Cotrina, 2016, pág. 25).

“Se considera que una buena postura corporal es aquella en que el cuerpo se mantiene erguido y con la espalda recta, lo que permite tener una oxigenación adecuada y evitar los problemas de columna y de los músculos”. (Mendieta Delgado, 2016, pág. 30).

Los autores Tovar Navas, M.L. y Escalona Labaceno R. (2002) planteado en la tesis de diplomado (p.8) donde esta se define como: "... La alineación simétrica y proporcional de los segmentos corporales alrededor del eje de la gravedad..." (Mendieta Delgado, 2016, pág. 29).

Según (Penha et al., 2005), En la actualidad “los índices de alteraciones posturales presentes en la población estudiantil infantil han ido en aumento, no existiendo un adecuado sistema de salud, que permita detectar precozmente esta situación. En esta fase del desarrollo la postura sufre muchos ajustes y adaptaciones debido a los cambios del

cuerpo y a los exigentes factores psicosociales. La primera etapa de la niñez, entre los 2 y 6 años, corresponde a la adquisición de las habilidades motrices básicas y es una buena etapa para detectar e identificar las medidas preventivas e informar a padres y maestros sobre el problema de mala postura de los estudiantes en los establecimientos educacionales” citado en (Rojas Cotrina, 2016, pág. 26).

2.2.2.1. Alteraciones posturales

Según (Espinoza Castillo, 2018), “Las alteraciones posturales más frecuentes son la cifosis, hiperlordosis, escoliosis, y están influenciados por los factores de riesgo”. (p. 1).

Para los autores (Vidal Oltra , 2016), La mochila escolar juega un papel muy importante en el desencadenamiento de alteraciones en el sistema músculo-esquelético. Las estructuras raquídeas soportan cargas externas e internas producidas por los tejidos para generar movimientos y mantener posturas (López, 2009; McGill, 2002). Las variables implicadas en el proceso de lesión se relacionan con el tipo de estrés, intensidad, movimiento realizado, etc. (McGill, 2002). Así, una carga que exceda el umbral de tolerancia de los tejidos, producirá una lesión (López, 2009). Se ha comprobado experimentalmente que el exceso de compresión, de movimientos forzados y una sedestación prolongada, disminuyen progresivamente el umbral de tolerancia de los tejidos (McGill, 1997). Por lo tanto, una adecuada integridad estructural y funcional de los tejidos del raquis será esencial en la prevención de los dolores de espalda (McGill, 2002). Sería interesante que desde el contexto educativo se conocieran las diferentes presiones ejercidas sobre el raquis en las posturas más comunes de la vida diaria de los alumnos. (p. 64).

En los escolares se ve muchos casos debido a la mala postura que adoptan al sentarse, cuando se agachan, y la famosa mochila escolar que le dobla el peso del niño, esto afecta los huesos y articulaciones, los arcos del pie, la columna vertebral, esto limita los movimientos, en la adolescencia y juventud traen consigo el problema de estética y baja la autoestima y en la vejez trae problemas de salud, todo esto se puede remediar si desde pequeños enseñamos y practicamos la postura correcta.

Los malos hábitos posturales en los alumnos se notan cuando se sientan de manera incorrecta, generando patologías estructurales que se puede evitar si corregimos y trabajamos la postura correcta.

Para (Rojas Cotrina, 2016), “Los defectos estructurales que causan desvíos de las curvaturas normales de la columna vertebral son más vulnerables a las tensiones mecánicas”, y son los siguientes:

Escoliosis: “Una patología de la columna, también conocida como desvío lateral de la columna vertebral, que puede ser estructural, en presencia de gibosidad con la flexión del tronco para frente, o no estructural”. (p. 32).

Lordosis: “Aumento de la inclinación anterior de la pelvis, puede ser causada o intensificada por mala postura, abdominales débiles y abdomen protuberante”. (p. 32).

Genu valgo: “se denomina comúnmente piernas en X. Consiste en una lateralización del peso del cuerpo respecto al centro de la articulación como consecuencia de la angulación interna del muslo y de la pierna. Representa un gran riesgo para la rodilla” (Educación física plus, 2013).

Cifosis: “Se caracteriza por el aumento anormal de la concavidad posterior de la columna torácica, y algunos cuidados deben ser tomados, como: conocimiento de la manera correcta de levantarse altas cargas, evitar deportes que traumatizan la columna, corrección de la postura sentada, y estiramiento diario de la columna”. (p. 32).

Asimetría de las extremidades inferiores: “se produce cuando las piernas presentan una diferencia de longitud grande (por regla general no son totalmente iguales). Provoca un aumento del grado de inclinación de la pelvis a causa de la desigualdad de las piernas. Se necesita la compensación ortopédica (plantillas en el calzado) si la diferencia está por encima de 1,5 cm”. (Educación física plus, 2013).

Genu varo: “se denomina comúnmente piernas en O. Es un defecto inverso al anterior y supone un riesgo grande para el ligamento lateral externo que se localiza por la parte exterior de la rodilla” (Educación física plus, 2013).

Los factores para mantener la postura correcta son: felicidad, autoconfianza y bienestar composición psicológica, condiciones sanitarias óptimas, nutrición adecuada, tiempo necesario para dormir, ejercicio libre con ropa holgada, buen desarrollo físico, y la musculatura esquelética puede ser estimulada por las siguientes actividades: saltar, trepar, lanzar y correr.

“Los factores para una postura incorrecta son: Los factores genéticos, la debilidad generalizada, los trabajos excesivos, la actitud mental, dolor generalizado, las afecciones neurológicas, los problemas auditivos, las deficiencias visuales”. (Rojas Cotrina, 2016, pág. 34).

2.2.2.2. Detectar la mala postura corporal

Al descubrir esta patología entre los estudiantes, el profesor de educación física representa el primer eslabón de la cadena. “El cuerpo docente debe ser consciente de la problemática que representa y de las consecuencias que puede causar para la salud de los niños, para poder colaborar en las propuestas y estrategias de actuación. Además, se debe comunicar a las familias los efectos perjudiciales de este tipo de prácticas, así como

sugerir diferentes alternativas y soluciones al respecto”. (Oltra, 2016) Citado en (Pérez Arencibia & Suárez León, 2018, pág. 123).

Por otra parte, “la inactividad física también supone un factor predisponente para la aparición de algias lumbares o problemas de espalda, pues en la mayoría de los casos esta dolencia está asociada a descompensaciones o desequilibrios musculares” (Pérez Arencibia & Suárez León, 2018, pág. 123).

2.2.2.3. Postura corporal correcta

Según Kendall, Peterson y Geise (2014), plantean que la postura es correcta cuando “Existe una distribución simétrica de las partes del cuerpo en relación con la columna vertebral; la cabeza adopta una posición vertical, la barbilla ligeramente levantada y la línea que une el borde inferior de la órbita del ojo y el traigo de la oreja es paralela al piso. Al mismo tiempo, los hombros se encuentran en un mismo nivel, los ángulos formados por la superficie lateral del cuello y el hombro son simétrico, el tórax no presenta protuberancia o hundimiento por sus caras anterior y posterior, resultando simétrico en relación con la línea media, igualmente simétrico debe ser el abdomen, el ombligo aparece en el centro” citado en (Pérez Arencibia & Suárez León, 2018, pág. 122).

2.2.2.4. Educación postural en la vida diaria.

Se refiere a la “postura correcta que se debe adoptar en acciones tanto estáticas como dinámicas. Se describirán a continuación los principios higiénicos de las posiciones básicas: de pie, sentado y de transporte de objetos” (Educación física plus, 2013).

Posición yacente: “Para acostarse y levantarse de la cama hay que ponerse al lado de la misma y ayudarse con los brazos, tanto para incorporarse como para acostarse, y

sentarse primero en el borde para no realizar giros bruscos de cintura. Al despertarse es conveniente tomarse un tiempo y desperezarse poco a poco, tomando conciencia de que el cuerpo ha estado varias horas inactivo y debe prepararse para la actividad diaria” (Educación física plus, 2013).

La posición bípeda: (Salud y medicina, 2016), es un gran logro en la evolución del ser humano. Comporta una serie de ventajas que facilitan la realización de actividades laborales como, por ejemplo, tener mayor área de alcance y permitir aplicar fuerzas mayores que en la postura sedente. Muchos puestos de trabajo requieren realizar desplazamientos, o bien acceder a maquinaria y dispositivos lejos de nuestro alcance, por lo que este tipo de acciones no se pueden, en muchos casos, adaptar o diseñar de otra forma que no sea en bipedestación. (parr. 1).

Posición de carga y transporte: La carga, la manipulación y el transporte de objetos debe hacerse con “las rodillas parcialmente flexionadas (nunca hay que elevar pesos con las piernas estiradas). Se debe mantener el objeto cerca del cuerpo, para que su peso se encuentre lo más cerca posible de nuestro centro de gravedad y el esfuerzo se realice con los músculos de las piernas y no con los de la espalda. Los pies deben estar separados para que constituyan una base de sustentación cómoda y estable” (Educación física plus, 2013).

Posición sedente: La postura correcta se obtiene “equilibrando la masa corporal sobre el asiento, o sobre el suelo. Hay que conseguir que el tronco se sitúe en posición vertical, con los hombros hacia atrás y con la columna vertebral recta (sin que el cuerpo se doble hacia delante y sin arquear la espalda). Los muslos deben estar horizontales, las piernas verticales (formando con la articulación de la rodilla un ángulo de 90°) y los pies deben descansar en el suelo” (Educación física plus, 2013).

2.3. Definiciones conceptuales

CIFOSIS: “Se caracteriza por el aumento anormal de la concavidad posterior de la columna torácica, y algunos cuidados deben ser tomados, como: conocimiento de la manera correcta de levantarse altas cargas, evitar deportes que traumatizan la columna, corrección de la postura sentada, y estiramiento diario de la columna” (Rojas Cotrina, 2016, pág. 32).

COLUMNA VERTEBRAL:” Eje del neuroesqueleto de los animales vertebrados, situado a lo largo de la línea media dorsal del cuerpo y formado por una serie de huesos cortos o vértebras, dispuestos en fila y articulados entre sí” (Diccionario de la lengua española., 1992, pág. 1619).

DEPORTE: “Actividad física, ejercida como juego o competición, cuya práctica supone entrenamiento y sujeción a normas” (Diccionario de la lengua española., 1992, pág. 2034).

DEFECTOS POSTURALES: “es la persistencia de un desequilibrio muscular que altera la disposición postural” (SITUA, 1995).

EDUCACIÓN FÍSICA: “Conjunto de disciplinas y ejercicios encaminados a lograr el desarrollo y perfección corporales” (Diccionario de la lengua española., 1992, pág. 2348).

EJERCICIO FÍSICO: “Conjunto de movimientos corporales que se realizan para mantener o mejorar la forma física” (Diccionario de la lengua española., 1992, pág. 2359).

EQUILIBRIO: “Del latín *aequilibrium*, el término equilibrio hace referencia al estado de un cuerpo cuando las fuerzas encontradas que actúan en él se compensan y se destruyen mutuamente” (Pérez Porto & Merino, 2009).

ESCOLIOSIS: “Una patología de la columna, también conocida como desvío lateral de la columna vertebral, que puede ser estructural, en presencia de gibosidad con la flexión del tronco para frente, o no estructural” (Rojas Cotrina, 2016, pág. 32).

GENU VALGO: “se denomina comúnmente piernas en “X”. Consiste en una lateralización del peso del cuerpo respecto al centro de la articulación como consecuencia de la angulación interna del muslo y de la pierna. Representa un gran riesgo para la rodilla” (Educación física plus, 2013).

JUEGO: “Ejercicio recreativo sometido a reglas, y en el cual se gana o se pierde” (Diccionario de la lengua española., 1992, pág. 3593).

JUEGO MOTOR: “es una organización que incluye todos los tipos de situaciones motrices en forma de actividades lúdicas, que comportan conductas motrices significativas y que podrán cumplir distintos objetivos (pedagógicos, recreativos, de dinamización de grupos, culturales, deportivos)” (CASTRO CASTRO , 2012).

LORDOSIS: “Aumento de la inclinación anterior de la pelvis, puede ser causada o intensificada por mala postura, abdominales débiles y abdomen protuberante” (Rojas Cotrina, 2016, pág. 32).

MOVIMIENTO: “Estado de los cuerpos mientras cambian de lugar o de posición” (Diccionario de la lengua española., 1992, pág. 4186).

POSTURA CORPORAL: “la alineación simétrica y proporcional de todo el cuerpo o de un segmento corporal, en relación con el eje de gravedad” (Educación física plus, 2013).

2.4. Formulación de la hipótesis

2.4.1. Hipótesis general

La educación física si se relaciona con la postura corporal en alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015.

2.4.2. Hipótesis específicas

El juego si se relaciona con la postura corporal en alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015.

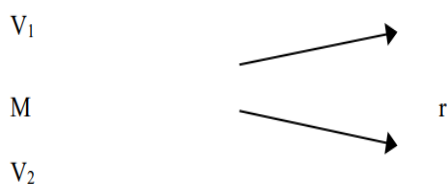
El deporte si se relaciona con la postura corporal en alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015.

El ejercicio físico si se relaciona con la postura corporal en alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015.

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

3.1 Diseño metodológico

Hernandez, Fernandez, & Baptista (2014) indican que “la investigación no experimental es aquella que se realiza sin manipular deliberadamente variables”. La presente investigación ha optado por el diseño no experimental de tipo transversal porque se no se dará tratamiento a la variable la educación y la postura corporal.



Dónde:

M: La muestra

V_1 : La Educación

V_2 : La Postura Corporal

r : Es el coeficiente de correlación entre las variables.

3.1.1. Tipo de investigación

“La investigación aplicada consiste en mantener conocimientos y realizarlos en la práctica además de mantener estudios científicos con el fin de encontrar respuesta a posibles aspectos de mejora en situación de la vida cotidiana” (Gerena, 2010). Por ello la presente investigación es de tipo aplicada porque utilizare teorías concretas que me permitirán demostrar el objetivo de mi investigación.

3.1.2. Nivel de investigación

“La utilidad y el propósito principal de los estudios correlacionales son saber cómo se puede comparar un concepto o variable conociendo el comportamiento de otras variables relacionadas” (Hernandez, Fernandez, & Baptista, 2014). Por ello la presente investigación es de nivel correlacional

3.1.3. Diseño

Hernández, Fernández, & Baptista (2014) indican que “la investigación no experimental es aquella que se realiza sin manipular deliberadamente variables”. La presente investigación ha optado por el diseño no experimental de tipo transversal porque se no se dará tratamiento a la variable La Educación y la Postura Corporal.

3.1.4. Enfoque

Hernandez, Fernandez, & Baptista (2014) definen que el enfoque cuantitativo es “la recolección de datos para probar hipótesis, con base en la medición numérica y el análisis estadístico, para establecer patrones de comportamiento y probar teorías”. El enfoque de la presente investigación es Cuantitativa.

3.2. Población y muestra

3.2.1 Población

Según Bernal (2010), “es el conjunto de todos los elementos a los cuales se refiere la investigación. Se puede definir también como el conjunto de todas las unidades de muestreo” (p. 160).

225 niños de 1ER grado de primaria de la I. E. 220354 Manuel Emilio Escorza Torres.

3.2.2 Muestra

La Muestra está constituida por 143 niños de primaria de la I. E. 20354 Manuel Emilio Escorza Torres. Se efectuó la observación y medición la de las variables.

N= Población: 225 niños de primaria.

n= Tamaño de la muestra: 143 niños de primaria.

e= Margen de error 0.5

3.3. Operacionalización de Variables

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	ESCALA
V1: EDUCACIÓN FÍSICA		Juego	Motor Recreativo Pre deportivo	1, 2, 3	Likert
		Deporte	Individual Colectivo	4, 5	Likert
		Ejercicio físico	Baile Movimiento	6, 7	Likert

VARIABLE	DEEFINICION CONCEPTUAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	ESCALA
V2: POSTURA CORPORAL		Alteraciones posturales	Trastornos Defectos	8, 9	Likert
		Factores	Internos Externos	10, 11	Likert

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.4.1. Técnicas a emplear

A través de la encuesta, se permitió obtener información de la relación de la educación física y la postura corporal en alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015.

Para ello, se ha establecido una guía de encuestas específicas para hacer más objetiva la información obtenida.

3.4.2. Descripción de los instrumentos

Encuesta

Lista de cotejo

Cuaderno de campo

3.5. Técnicas para el procesamiento de la información

- Procesamiento de datos.
- Análisis e interpretación de datos.
- Comprobación de la relación de la educación física con la postura corporal en alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015.

CAPÍTULO IV: RESULTADOS

4.1. Análisis de resultados

Tabla 1

Participas de los juegos durante las clases de educación física

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	100	70%
CASI SIEMPRE	25	17%
A VECES	15	10%
NUNCA	3	2%
TOTAL	143	100%

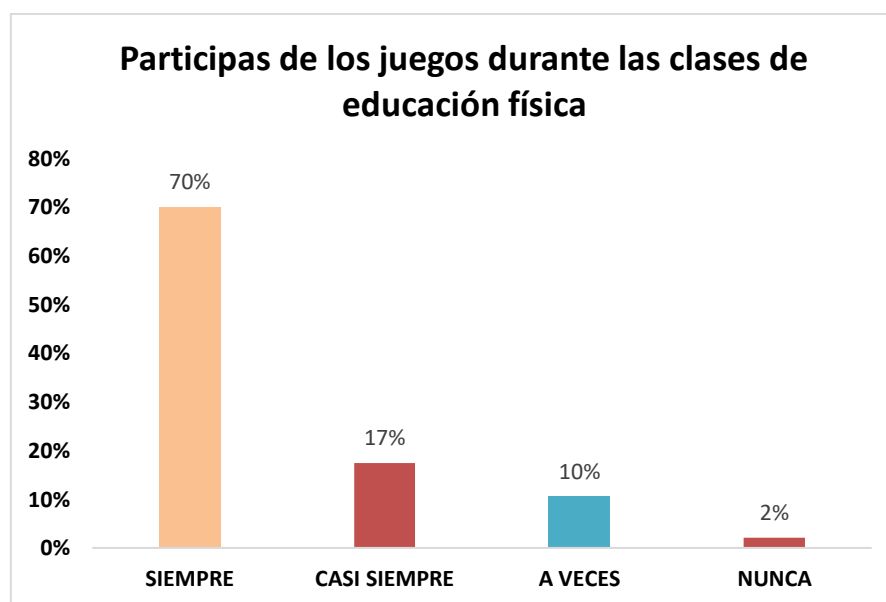


Figura 1 Participas de los juegos durante las clases de educación física

De la tabla 1 y figura 1, se observa que de un total de 143 alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015. El 70% manifiesta que Siempre participa de los juegos durante las clases de educación física, mientras que un 17% Casi siempre, el 10% solo A veces y el 2% Nunca participa de los juegos durante las clases de educación física.

Tabla 2

Los ejercicios físicos que realizas te ayudan a tener una espalda recta

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	110	77%
CASI SIEMPRE	18	13%
A VECES	10	7%
NUNCA	5	3%
TOTAL	143	100%

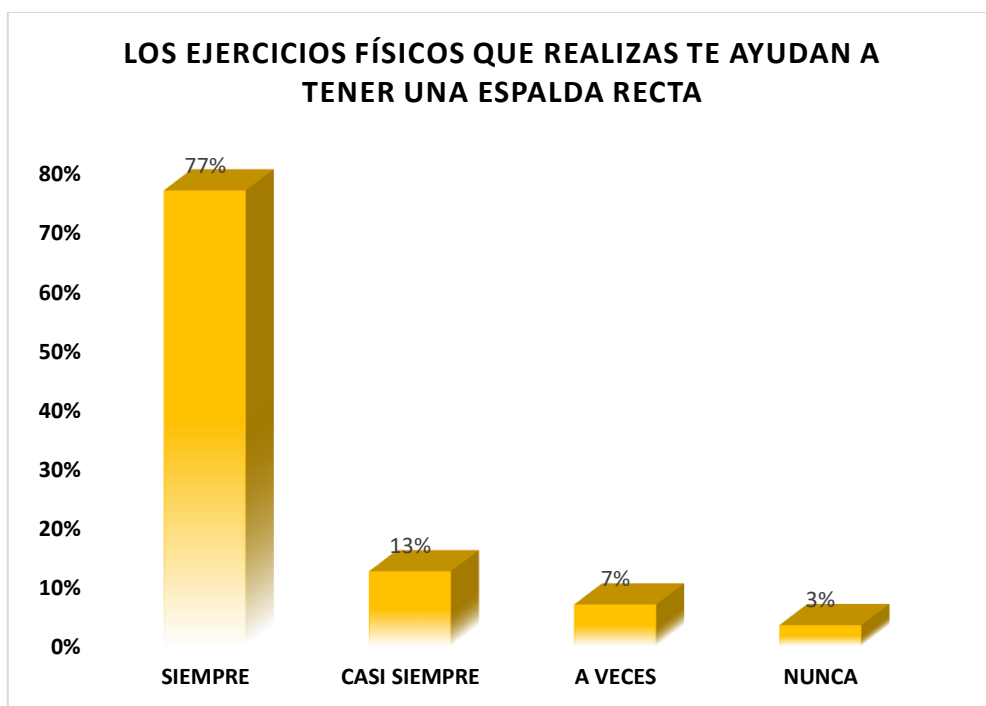


Figura 2 Los ejercicios físicos que realizas te ayudan a tener una espalda recta

De la tabla 2 y figura 2, se observa que de un total de 143 alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015. El 77% manifiesta que Siempre los ejercicios físicos ayudan a tener una espalda recta, mientras que un 13% Casi siempre, el 7% solo A veces y el 3% Nunca los ejercicios físicos ayudan a tener una espalda recta.

Tabla 3

Practicas deporte en el colegio y fuera de el

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	95	66%
CASI SIEMPRE	35	24%
A VECES	10	7%
NUNCA	3	2%
TOTAL	143	100%

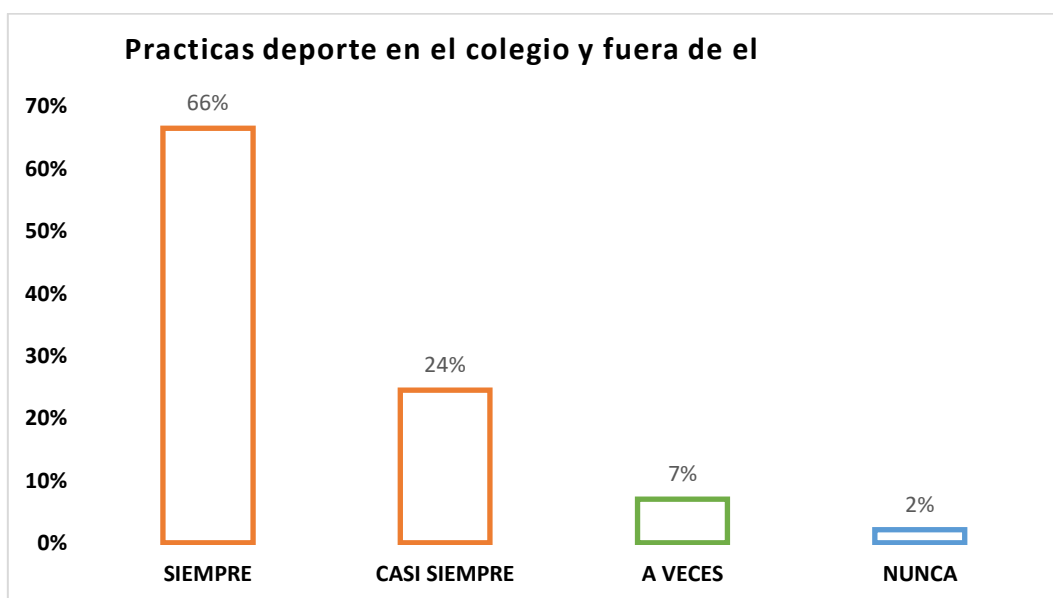


Figura 3 Practicas deporte en el colegio y fuera de el

De la tabla 3 y figura 3, se observa que de un total de 143 alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015. El 66% manifiesta que Siempre Practica deporte en el colegio y fuera de él, mientras que un 24% Casi siempre, el 7% solo A veces y el 2% Nunca Practica deporte en el colegio y fuera de él.

Tabla 4

Conoces cual es la postura corporal correcta

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	99	69%
CASI SIEMPRE	28	20%
A VECES	10	7%
NUNCA	6	4%
TOTAL	143	100%

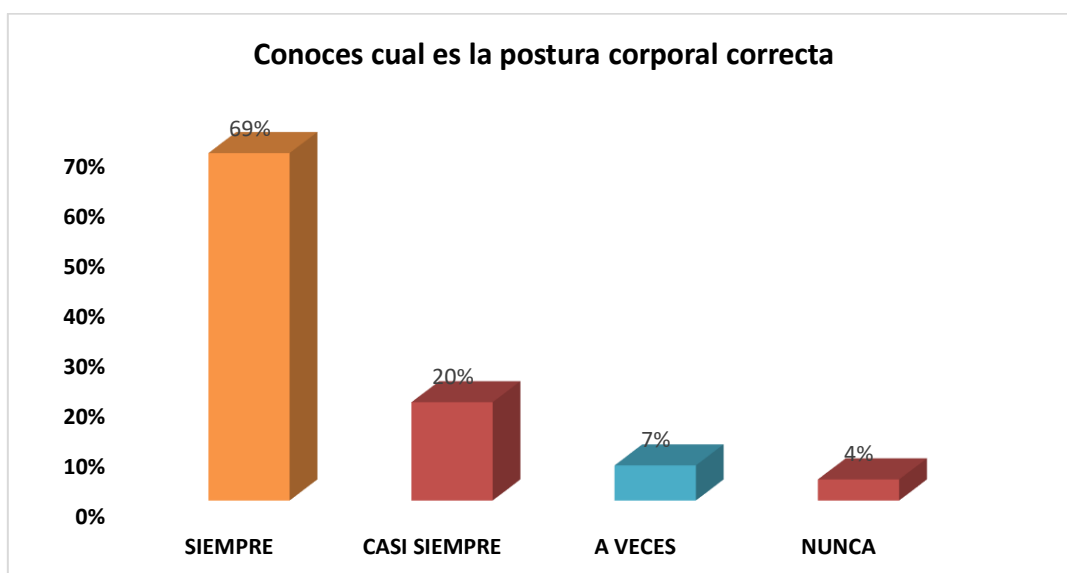


Figura 4 Conoces cuál es la postura corporal correcta

De la tabla 4 y figura 4, se observa que de un total de 143 alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015. El 69% manifiesta que Siempre Conoce cuál es la postura corporal correcta, mientras que un 20% Casi siempre, el 7% solo A veces y el 4% Nunca Conoce cuál es la postura corporal correcta.

Tabla 5

Cuando escribes, te sientas derecho

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	105	73%
CASI SIEMPRE	25	17%
A VECES	8	6%
NUNCA	5	3%
TOTAL	143	100%

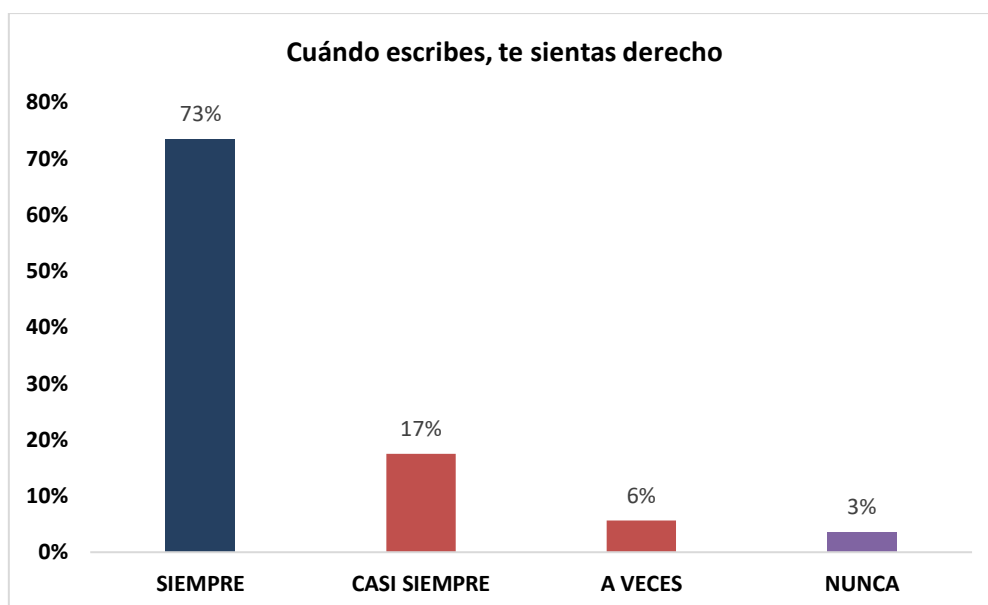


Figura 5 Cuándo escribes, te sientas derecho

De la tabla 5 y figura 5, se observa que de un total de 143 alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015. El 73% manifiesta que Siempre Cuando escribes, se sienta derecho, mientras que un 17% Casi siempre, el 6% solo A veces y el 3% Nunca Cuando escribes, se sienta derecho.

Tabla 6

Para recoger algo del piso, te colocas de cunclillas.

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	115	80%
CASI SIEMPRE	20	14%
A VECES	8	6%
NUNCA	0	0%
TOTAL	143	100%

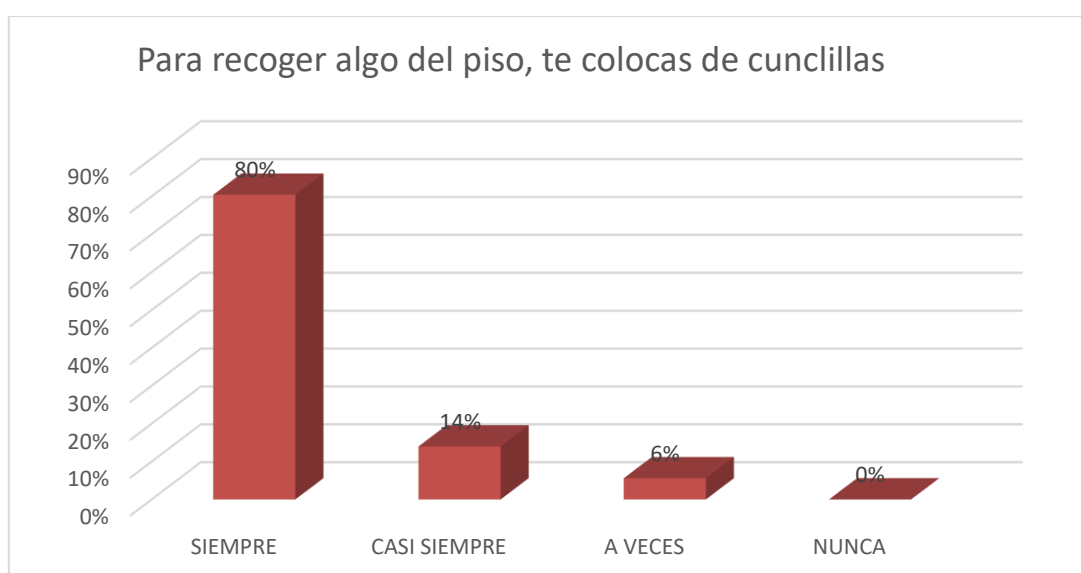


Figura 6 Para recoger algo del piso, te colocas de cunclillas

De la tabla 6 y figura 6, se observa que de un total de 143 alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015. El 80% manifiesta que Siempre Para recoger algo del piso, se colocas de cunclillas, mientras que un 14% Casi siempre, el 6% solo A veces y el 0% Nunca Para recoger algo del piso, se colocas de cunclillas.

Tabla 7

Tienes dolor en la espalda y cuello

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	95	66%
CASI SIEMPRE	31	22%
A VECES	10	7%
NUNCA	7	5%
TOTAL	143	100%

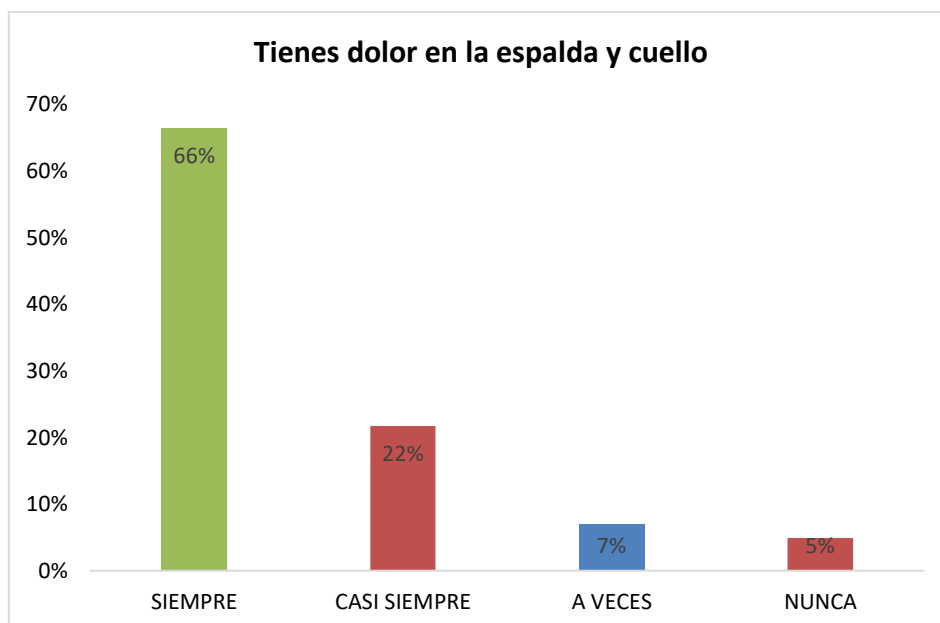


Figura 7 Tienes dolor en la espalda y cuello

De la tabla 7 y figura 7, se observa que de un total de 143 alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015. El 66% manifiesta que Siempre Tiene dolor en la espalda y cuello, mientras que un 22% Casi siempre, el 7% solo A veces y el 5% Nunca Tiene dolor en la espalda y cuello.

Tabla 8

Tus padres te dejan usar celular o Tablet

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	129	90%
CASI SIEMPRE	10	7%
A VECES	3	2%
NUNCA	1	1%
TOTAL	143	100%

Tus padres te dejan usar celular o tablet

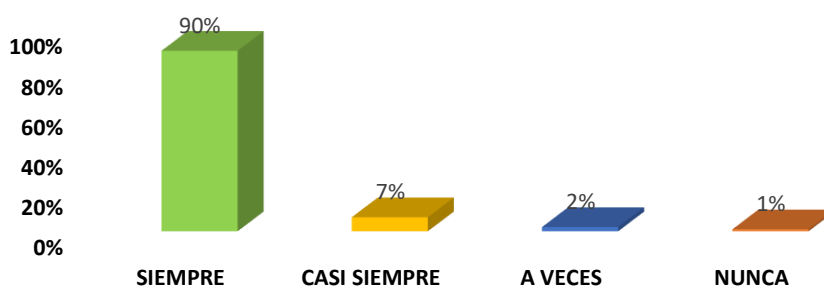


Figura 8 Tus padres te dejan usar celular o Tablet.

De la tabla 8 y figura 8, se observa que de un total de 143 alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015. El 90% manifiesta que Siempre sus padres le dejan usar celular o tablet, mientras que un 7% Casi siempre, el 2% solo A veces y el 1% Nunca sus padres le dejan usar celular o tablet.

Tabla 9

Los alumnos tienen adecuada postura corporal, cuando están parados

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	111	78%
NO	23	16%
A VECES	9	6%
TOTAL	143	100%

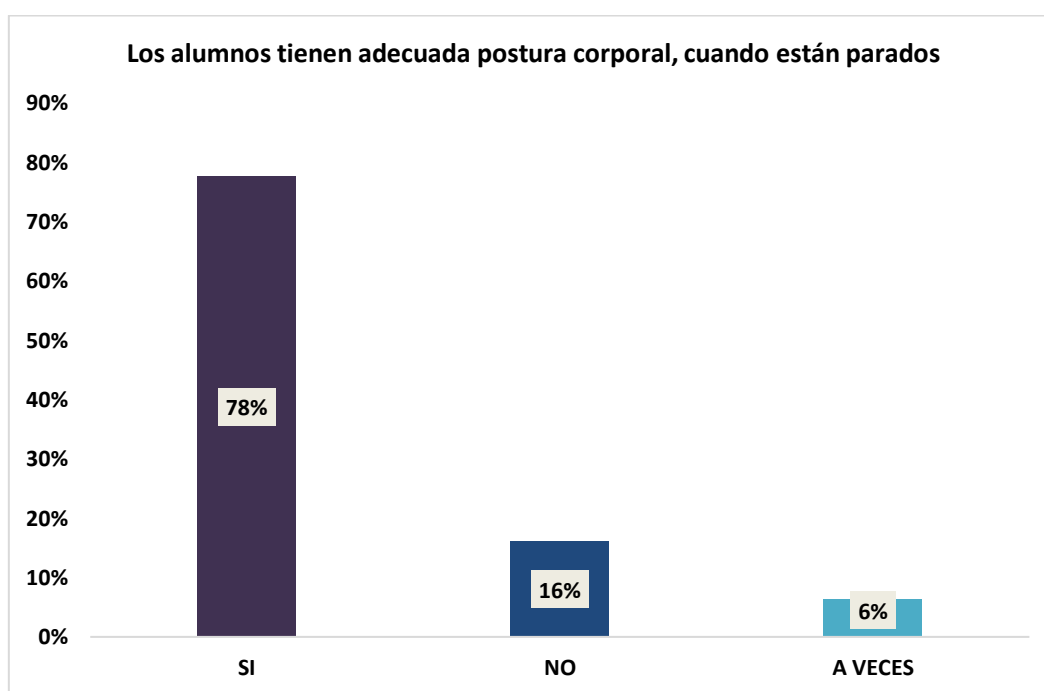


Figura 9 Los alumnos tienen adecuada postura corporal, cuando están parados

De la tabla 9 y figura 9, se observa que de un total de 143 alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015. El 78% manifiesta que Si tienen adecuada postura corporal, cuando están parados, mientras que un 16% manifiesta que no tienen adecuada postura corporal, cuando están parados, y un 6% manifiesta que a veces tienen adecuada postura corporal, cuando están parados.

Tabla 10

Los alumnos tienen adecuada postura corporal, cuando están sentados

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	94	66%
NO	42	29%
A VECES	7	5%
TOTAL	143	100%

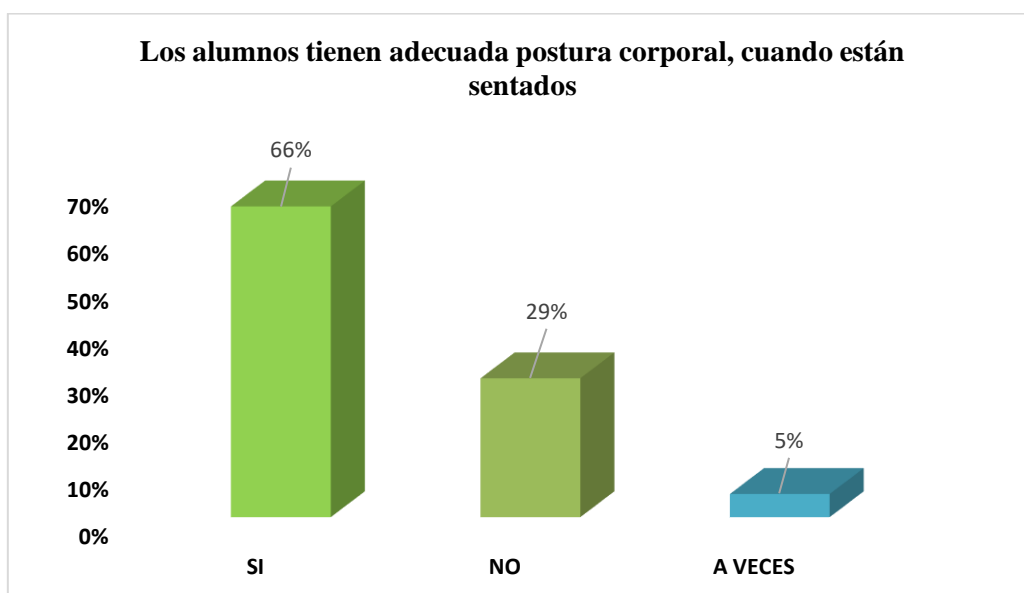


Figura 10 Los alumnos tienen adecuada postura corporal, cuando están sentados

De la tabla 10 y figura 10, se observa que de un total de 143 alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015. El 66% manifiesta que Si tienen adecuada postura corporal, cuando están sentados, mientras que un 29% manifiesta que no tienen adecuada postura corporal, cuando están sentados, y un 5% manifiesta que a veces tienen adecuada postura corporal, cuando están sentados.

Tabla 11

Los alumnos al caminar tienen la postura erguida

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	110	77%
NO	28	20%
A VECES	5	3%
TOTAL	143	100%

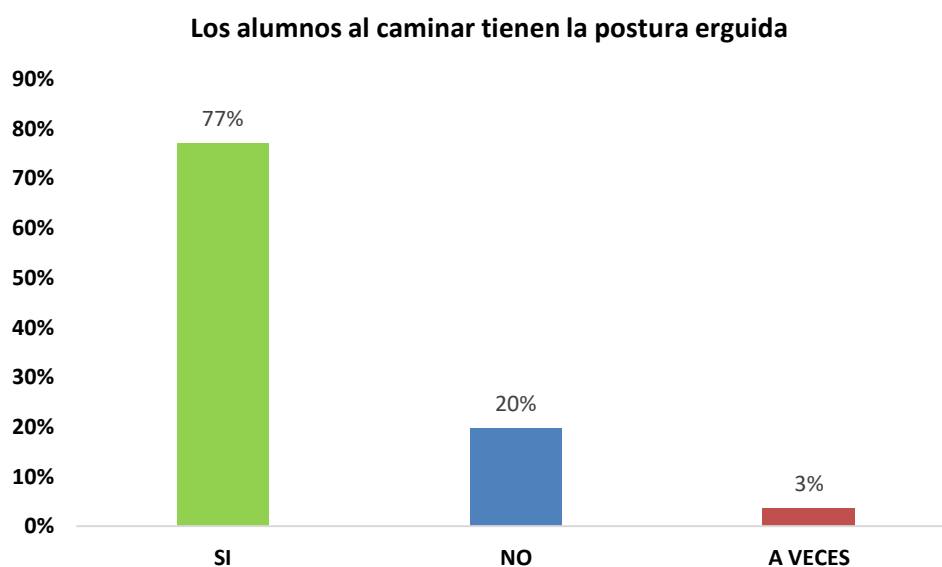


Figura 11 Los alumnos al caminar tienen la postura erguida

De la tabla 11 y figura 11, se observa que de un total de 143 alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015. El 77% manifiesta que al caminar si tienen la postura erguida, mientras que un 20% manifiesta que al caminar no tienen la postura erguida, y un 3% manifiesta que al caminar a veces tienen la postura erguida.

Tabla 12

Los alumnos al cargar objetos, lo realizan de la forma correcta.

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	97	68%
NO	43	30%
A VECES	3	2%
TOTAL	143	100%

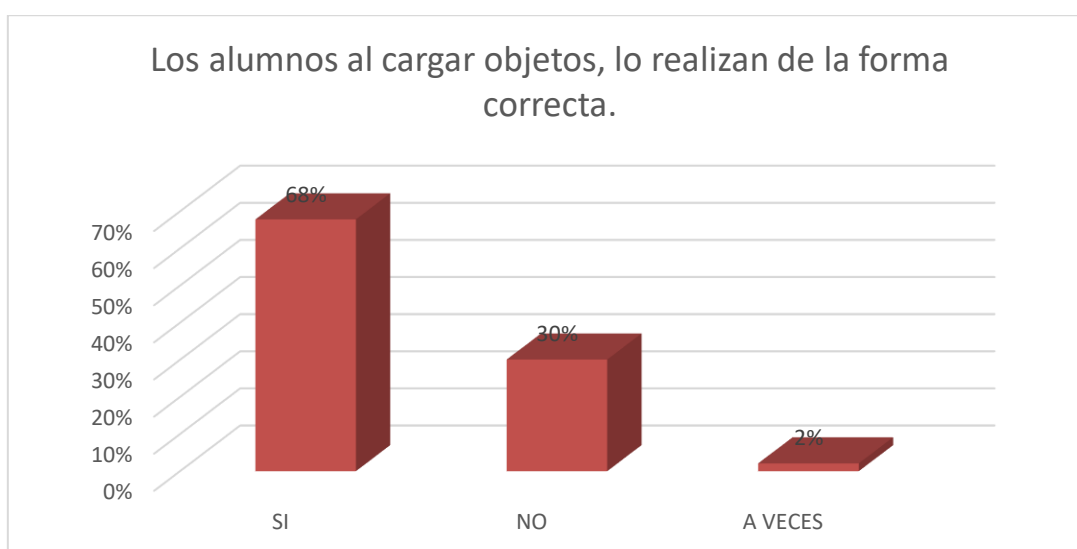


Figura 12 Los alumnos al cargar objetos, lo realizan de la forma correcta.

De la tabla 12 y figura 12, se observa que de un total de 143 alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015. El 68% manifiesta que, al cargar objetos, si lo realizan de la forma correcta, mientras que un 30% manifiesta que, al cargar objetos, no lo realizan de la forma correcta, y un 2% manifiesta que, al cargar objetos, a veces lo realizan de la forma correcta.

CAPÍTULO V: DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5. 1. DISCUSIÓN

En la investigación, al interpretar los resultados obtenidos, se evidencia que la mayoría conocen la postura corporal correcta, pero cuando se sientan, mueven y transportan objetos se olvidan, encontramos la falta de refuerzo, coincidimos con el autor Pérez Arencibia & Suárez León, la postura corporal es muy importante para la salud de los niños. Indíqueles que carguen correctamente las mochilas, que se inclinen para recoger objetos caídos y que caminen erguidos. Estas sugerencias deben ser aplicadas en las instituciones educativas.

Según (Pérez Arencibia y Suárez León, 2018), en el artículo “Acciones de mejoramiento de la postura docente para niños de educación primaria”, “La postura correcta es un aspecto importante de salud y calidad de vida de los niños más pequeños de las escuelas cubanas. En el proceso de investigación, se utilizó la observación científica y el examen estereoscópico. Además, se encuestó a 27 docentes del centro. Con base en las deficiencias y debilidades descubiertas, se formularon una serie de acciones para capacitar a los docentes en los centros recomendados para un desarrollo efectivo en Educación física para niños hasta 12 años. La implementación de estas medidas en la práctica docente permite al docente profundizar en los aspectos teóricos, prácticos y metodológicos, fundamentales para lograr un correcto desarrollo postural del infante” (p, 120).

5. 2. CONCLUSIONES

En primer lugar: el deporte está relacionado con la postura corporal en alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015.

Segundo: hay evidencia de que los estudiantes rara vez lo hacen en la postura correcta cuando se sientan y cargan objetos.

Tercero: una mala postura corporal puede causar dificultades para respirar, causar problemas en la columna y también afectar los órganos y causar malestar.

Cuarto: una postura corporal correcta es beneficiosa para la salud y la belleza de las personas.

Quinto: El cuerpo debe adoptar una buena postura para que pueda desempeñarse mejor al realizar actividades deportivas, bailar, hacer ejercicio, estar de pie o sentado.

5. 3. RECOMENDACIONES

Primero: Al inicio del año escolar, los maestros deben evaluar la postura corporal y enseñarles la postura correcta en base a los resultados para prevenir defectos posturales y permitir que los niños desarrollen buenos hábitos posturales, que se verán reflejados en su salud.

Segundo: Los profesores de aula y educación física deben identificar a los estudiantes con defectos posturales y realizar ejercicios físicos para mejorar la postura.

Tercero: Los padres deben realizar exámenes de columna y de pies para que el médico les diga si todo es normal o si necesitan tratamiento o ayuda para mejorar su postura.

Cuarto: Ugel debe capacitar a los docentes en postura corporal a través de un convenio con el MINSA, a fin de comprender la importancia de una postura corporal correcta para la salud física y estética de los estudiantes.

Quinto: Todos debemos desarrollar el hábito de caminar, sentarse y llevar objetos en la postura correcta (todas las partes del cuerpo están dispuestas simétricamente con el eje de gravedad), para evitar lesiones musculares.

Sexto: Combine actividades flexibles para aprovechar al máximo la buena alineación y estructura del sistema musculoesquelético.

CAPÍTULO V: FUENTES DE INFORMACIÓN

6. 1. Fuentes Bibliográficas

Pérez Arencibia, J. E., & Suárez León, J. L. (2018). Acciones para la superación de los maestros sobre la postura corporal correcta en los niños de la Educación Primaria.

Podium, 120-127.

Pérez Porto , J., & Merino, M. (2009). *Definicion.de*. Obtenido de Definicion.de:

<https://definicion.de>

Cadavid, L. , E. G. (2007). *Cuatro hermenéuticas de la educación física en Colombia.*

Aproximaciones epistemológicas y pedagógicas a la Educación Física. Un campo en construcción, 1, 45.

Carlos Sanchez, B. S. (2018). *Enseñanza de la educación física con enfoque interdisciplinar*

en la formación integral de los estudiantes del 6º grado de educación primaria de la

Institución Educativa Pública N° 1137 José Antonio Encinas de Santa Anita región

Lima. Lima: UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN Enrique Guzmán y

Valle .

CASTRO CASTRO , I. Z. (11 de setiembre de 2012). *Scribd*. Obtenido de Scribd:

<https://es.scribd.com>

DePeru.com. (s.f.). Obtenido de *DePeru.com*:

<https://www.deperu.com/calendario/1677/dia-de-la-educacion-fisica-en-el-peru>

Diccionario de la lengua española. (1992). Madrid: Española, R. A.

Educación Física. (18 de agosto de 2016). Obtenido de Educación Física:
<https://cristobaleducacionfisicaprimary.blogspot.com>

Educación física plus. (6 de octubre de 2013). Obtenido de Educación física plus:
<https://educacionfisicaplus.wordpress.com>

Espinoza Castillo, A. (2018). ALTERACIONES POSTURALES Y FACTORES DE RIESGO EN ESCOLARES DE 8 A 13 AÑOS DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, AÑO 2016. *Revista Conrado*, 53-57.

Espinoza, O., Valle, S., Berrios, G., Horta, J., Rodriguez, H., & Rodriguez, M. (2009). Prevalence of postural alterations and effects of a program to improve the posture in children from Arica-Chile. *Scielo*, 25-30.

Gerena, L. (2010). *sites.ggoogle*. Obtenido de
<https://sites.google.com/site/fiorellavinvestigacionaplicada/definicion-de-autores>

Hernandez, R., Fernandez, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación* (6° ed.). Mexxico: McGraw Hill.

Mendieta Delgado, D. E. (2016). *GIMNASIA AERÓBICA Y SU INFLUENCIA EN LA POSTURA CORPORAL DE LOS ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN SECUNDARIA – UNA EXPERIENCIA PEDAGÓGICA CON ESTUDIANTES DEL 5° GRADO DE EDUCACIÓN SECUNDARIA, INSTITUCIÓN EDUCATIVA 'MARIANO DÁMASO BERAUN' DE PAUCARBAMBA - AMARILIS*. Huanuco: Universidad Nacional Hermilio Valdizán.

Nadal, J. S. (octubre de 2005). *Ministerio de educación*. Obtenido de Ministerio de educación:
<http://www.minedu.gob.pe/institucional/xtras/ComisionJuventudyDeporte.pdf>

Rojas Cotrina, J. A. (2016). *Efectos de un programa de promoción de la postura corporal adecuada en estudiantes de secundaria de la I.E San Juan Bautista - Huariaca*. Huánuco: Universidad Nacional Hermilio Valdizán.

Salud y medicina. (5 de mayo de 2016). Obtenido de Salud y medicina: <https://www.saludymedicina.org/post/la-postura-bipeda-y-sus-afecciones>

SITUA. (1995). Obtenido de SITUA: <http://sisbib.unmsm.edu.pe>

Uribe, D., & Pareja, I. (2007). *Aproximaciones Epistemológicas y Pedagógicas a la Educación Física un campo en construcción (Vol. 1)*. . Funámbulos Editores.

Vidal Oltra , A. (2016). LA POSTURA CORPORAL Y EL DOLOR ESPALDA EN ALUMNOS DE EDUCACIÓN PRIMARIA. UNA REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA. *Revista digital de Educación física*, 60-72.

Webconsultas. (2019). Obtenido de Webconsultas: <https://www.webconsultas.com/ejercicio-y-deporte/vida-activa/beneficios-del-ejercicio-fisico-869>

Wikipedia. (21 de febrero de 2019). Obtenido de Wikipedia: <https://es.wikipedia.org>

ANEXOS

Anexo

Matriz de consistencia

TÍTULO: LA EDUCACIÓN Y LA POSTURA CORPORAL EN ALUMNOS DE PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA 20354

MANUEL EMILIO ESCORZA TORRES PROVINCIA DE HUAURA, AÑO 2015.

Problema	Objetivo	Hipótesis	Variables	Definiciones	Dimensiones	Indicadores
<p>PROBLEMA GENERAL ¿De qué manera se relaciona la educación y la postura corporal en alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015?</p> <p>PROBLEMAS ESPECÍFICOS ¿De qué manera se relaciona el juego y la postura corporal en alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015?</p> <p>¿De qué manera se relaciona el deporte y la postura corporal</p>	<p>OBJETIVO GENERAL Determinar la relación de la educación y la postura corporal en alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015</p> <p>OBJETIVOS ESPECÍFICOS Determinar la relación del juego y la postura corporal en alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015.</p> <p>Determinar la relación del deporte y la postura corporal en alumnos de primaria de la</p>	<p>HIPÓTESIS GENERAL La educación física si se relaciona con la postura corporal en alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015</p> <p>HIPÓTESIS ESPECÍFICOS El juego si se relaciona con la postura corporal en alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015.</p> <p>El deporte si se relaciona con la postura corporal en alumnos</p>	<p>VARIABLE INDEPENDIENTE</p> <p>Educación Física</p>	<p>Es la base del rendimiento, el deporte, que permite a las personas realizar diversas acciones, que pueden ser deportivas, profesionales o actividades diarias.</p>	<p>Juego</p> <p>Deporte</p> <p>Ejercicio físico</p>	<p>Motor Recreativo Pre deportivo</p> <p>Individual Colectivo</p> <p>Baile Movimiento</p>

<p>en alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015?</p> <p>¿De qué manera se relaciona el ejercicio físico y la postura corporal en alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015?</p>	<p>Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015.</p> <p>Determinar la relación del ejercicio físico y la postura corporal en alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015</p>	<p>de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015.</p> <p>El ejercicio físico si se relaciona con la postura corporal en alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015</p>	<p>VARIABLE DEPENDIENT E</p> <p>Postura Corporal</p>	<p>Es un deporte entre dos equipos formado por seis jugadores en un campo rectangular. El deporte está separado lateralmente por una red de 2,43 m de altura, el objetivo es golpear la pelota con la mano o el brazo para hacerla cruzar la red y evitar que la pelota salga. en tu propio campo.</p>	<p>Alteraciones Posturales</p> <p>Factores</p>	<p>Trastornos Defectos</p> <p>Internos Externos</p>
---	---	---	---	--	--	---



ENCUESTA

**A LOS ALUMNOS DE PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA 20354
MANUEL EMILIO ESCORZA TORRES PROVINCIA DE HUAURA, AÑO 2015.**

OBJETIVO: Conocer la opinión de los alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015

INSTRUCCIÓN

El suscrito está realizando una investigación sobre la relación de la educación y la postura corporal en alumnos de primaria de la Institución Educativa 20354 Manuel Emilio Escorza Torres provincia de Huaura, año 2015. Para el efecto solicito su pleno apoyo respondiendo a las siguientes preguntas.

1. ¿Participas de los juegos durante las clases de educación física?
 - a) Siempre
 - b) Casi siempre
 - c) A veces
 - d) Nunca

2. ¿Los ejercicios físicos que realizas te ayudan a tener una espalda recta?
 - a) Siempre

- b) Casi siempre
 - c) A veces
 - d) Nunca
3. ¿Practicar deporte en el colegio y fuera de él?
- a) Siempre
 - b) Casi siempre
 - c) A veces
 - d) Nunca
4. ¿Conoces cuál es la postura corporal correcta?
- a) Siempre
 - b) Casi siempre
 - c) A veces
 - d) Nunca
5. ¿Cuándo escribes, te sientas derecho?
- a) Siempre
 - b) Casi siempre
 - c) A veces
 - d) Nunca
6. ¿Para recoger algo del piso, te colocas de cunclillas?
- a) Siempre
 - b) Casi siempre
 - c) A veces
 - d) Nunca
7. ¿Tienes dolor en la espalda y cuello?
- a) Siempre

- b) Casi siempre
 - c) A veces
 - d) Nunca
8. ¿Tus padres te dejan usar celular o tablet?
- a) Siempre
 - b) Casi siempre
 - c) A veces
 - d) Nunca

LISTA DE COTEJO

N°	Item	Si	No	A veces
1	Los alumnos tienen adecuada postura corporal, cuando están parados.			
2	Los alumnos tienen adecuada postura corporal, cuando están sentados.			
3	Los alumnos al caminar tienen la postura erguida.			
4	Los alumnos al cargar objetos, lo realizan de la forma correcta.			

Mg. Jorge Luis Mejía García
ASESOR

Lic. Raúl Eduardo Palacios Serna
PRESIDENTE

Dra. Norvina Marlena Marcelo Angulo
SECRETARIO

Mg. Felicia Antonia Guerrero Hurtado
VOCAL