

TRABAJO DE FIN DE GRADO



**PRÁCTICA DE KÁRATE: BENEFICIOS EN ALUMNOS DE
EDAD ESCOLAR CON Y SIN NECESIDADES ESPECÍFICAS
DE APOYO EDUCATIVO**

**FACULTAD CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
GRADO EN EDUCACIÓN PRIMARIA**

Autora: Ana Isabel Gandul Pérez

Tutor: Moisés Ríos Bermúdez

Departamento: Psicología Evolutiva y de la Educación

Tipología de TFG: Investigación en el ámbito de la educación y/o formación

Resumen

Esta investigación pretende comprobar si verdaderamente el deporte de contacto y las artes marciales, concretamente el kárate, aportan beneficios a los alumnos en etapa escolar, independientemente de si presentan alguna necesidad especial o no. Para ello, se ha preguntado a familiares de niños que practican dicho arte marcial y a monitores con diferentes periodos de experiencia en la docencia de esta disciplina. Se comprobará si se encuentran mejoras en: la coordinación y control postural, autoestima, motivación, control emocional, habilidades sociales, nivel de atención, responsabilidad y calificaciones escolares. Además de, a nivel particular, conocer de mano de los propios monitores su grado de competencia para tratar con los alumnos que presentan Necesidades Específicas de Apoyo Educativo y si consideran que la práctica de este deporte puede resultarles útil. Por otro lado, se pretende contrastar la información obtenida en esta investigación con otros estudios previos a este.

Palabras clave: arte marcial, kárate, Necesidades Específicas de Apoyo Educativo (NEAE), beneficios, educación.

Abstrac

This research aims to check if contact sports and martial arts, specifically karate, really bring benefits to students in school years, regardless of whether they have any special needs or not. For this purpose, we have asked relatives of children who practice this martial art and instructors with different periods of experience in teaching this discipline. Will be checked to see if improvements are found in: coordination and postural control, self-esteem, motivation, emotional control, social skills, attention span, responsibility and school grades. In addition, on a personal level, to find out from the monitors themselves how competent they are in dealing with pupils with Specific Education Needs and whether they consider that the practice of this sport can be useful for these children. On the other hand, we intend to contrast the information obtained in this research with other studies previous to this one.

Key words: martial art, karate, Specific Education Needs (SEN), benefits, education.

Índice de Contenidos

1. Introducción y justificación	4
2. Marco teórico	5
3. Objetivos del TFG	9
4. Metodología de la investigación	10
4.1. Diseño de la investigación	10
4.2. Procedimiento para la selección de la muestra	12
4.3. Procedimiento para la recogida de información.....	12
4.4. Procedimiento para el análisis de resultados	14
4.5. Procedimiento de discusión de hallazgos.....	15
4.6. Procedimiento de conclusión	16
5. Resultados	16
a) Padres y madres.....	16
b) Monitores de kárate.	24
6. Discusión	31
7. Conclusiones	33
8. Referencias bibliográficas.....	34

Índice de Tablas

Tabla 1. Edades de los alumnos.	17
Tabla 2. Presencia de NEAE en los alumnos.	17
Tabla 3. Tipo de NEAE en los alumnos.....	18
Tabla 4. Tiempo de práctica de kárate.....	18
Tabla 5. Causa de inicio en la actividad.	19
Tabla 6. Percepción de aumento de autoestima.....	19
Tabla 7. Percepción de la motivación para otras tareas.	20
Tabla 8. Percepción de la motivación ante la tarea escolar.	21
Tabla 9. Percepción de la gestión emocional.....	21
Tabla 10. Apreciación de la mejora en las habilidades sociales.	22
Tabla 11. Gusto por el kárate.....	22
Tabla 12. Compromiso entre padres e hijos.	22

Tabla 13. Mejora en las calificaciones escolares.....	23
Tabla 14. Mejora en la habilidad psicomotriz.....	23
Tabla 15. Mejora en el nivel de atención.....	24
Tabla 16. Aumento del nivel de responsabilidad.....	24
Tabla 17. Periodo de docencia de la actividad.....	25
Tabla 18. Edades en las que se imparte docencia.....	25
Tabla 19. Grupos más complejos para la docencia.....	26
Tabla 20. Tipo de alumnado NEAE.....	26
Tabla 21. Estructura fija en clase.....	27
Tabla 22. Percepción de aumento de la autoestima.....	28
Tabla 23. Percepción del aumento de atención.....	28
Tabla 24. Percepción de mejora en gestión emocional.....	29
Tabla 25. Percepción de mejora en destrezas sociales.....	29
Tabla 26. Percepción de adquisición de valores.....	30
Tabla 27. Percepción de motivación en otros ámbitos.....	30
Tabla 28. Opinión kárate como terapia.....	31

1. Introducción y justificación

Es muy complejo situar el origen de las artes marciales. Hay indicios de técnicas de lucha sin armas en todas las culturas. En el caso del kárate se tiende a pensar que este tiene su origen en Japón, pero lo cierto es que surgió en la isla de Okinawa, una nación independiente, que era conocida como el reino Ryu-kyu (Tejeiro, 1988).

La isla de Okinawa fue un territorio muy codiciado, por lo que tuvo diversos invasores. Según Ochoa y Díaz (2005), estos invasores prohibieron a los okinawenses aprender algún método de defensa, por lo que se vieron obligados a aprender un arte de lucha sin armas llamado “*te*” (cuyo significado en japonés es “mano”) u “*Okinawa-te*” (cuyo significado es “la mano de Okinawa”) y otro utilizando las propias herramientas con las que contaban, el cual recibió el nombre de “*kobudo*”.

Con el paso del tiempo el Okinawa-te se vio enriquecido con el Kempo chino, pasando a llamarse a este arte “*To-Te*” que significaba “mano china”. Por ese entonces en Okinawa había tres ciudades importantes: Shuri, Naha y Tomari. Como en cada una de ellas el desarrollo del arte marcial fue distinto, cada uno de los estilos que se practicaban recibió el nombre de la ciudad terminado en “*te*”.

Los estilos creados en estas ciudades (Shuri-te, Naha-te y Tomari-te) fueron denominados en el conjunto como “*Karate-jutsu*”, cuyo significado es “arte de la mano china”, por ser el origen de este arte, se fueron diferenciando cada vez más hasta que a comienzos del siglo XX, los alumnos del primer linaje generaron los principales estilos de “*karate-do*” moderno que conocemos en la actualidad.

Finalmente, en 1933, se ratifica la propuesta de sustitución del ideograma “*Kara*” como “China”, por “*Kara*” como “Vacío”, incorporándose el sufijo “*Do*” como “camino”. De forma que el “*Karate-Do*” posee el significado que se extiende entre sus practicantes en la actualidad, el cual es “el camino de las manos vacías”.

Aunque en este trabajo se buscará conocer los beneficios que se observan en niños practicantes de kárate, cabe destacar que las artes marciales en general tienen bastantes aspectos en común. Medina (2021) indica que dependiendo de la modalidad primará más el trabajo individual o en equipo, pero es importante saber que ambas estarán presentes siempre. También es importante destacar sobre todas las artes marciales que estas se encuentran vinculadas a la mejora de la autoestima, concentración, la coordinación cuerpo-mente o control de la propia ira (Medina, 2021).

Según Bouzina (2015) los valores que más se transmiten en el deporte son: la cooperación, el diálogo, el respeto, la responsabilidad, la creatividad, la sinceridad, entre otros. Dentro de las artes marciales podemos encontrar valores parecidos, como son la disciplina, el esfuerzo, la concentración, el compañerismo, el respeto, etc. (Medina, 2021).

El motivo de selección de este tema es que se tiende a pensar que las artes marciales pueden avivar comportamientos agresivos y fomentar la violencia. Ante esto debo afirmar que he conocido a muchas personas que han iniciado la práctica de este arte marcial incitados por profesionales de la salud, principalmente, con el fin de trabajar con las necesidades especiales que presentaban. Cabe destacar que la mayoría de estas personas presentaban problemas de hiperactividad o déficit de atención y, ellos personalmente, me han indicado que realmente, en sus casos particulares, les ha ayudado.

Por esto, he querido comprobar si realmente los padres y madres de los alumnos observan verdaderos beneficios en sus hijos e hijas, independientemente de si presentan alguna necesidad específica de apoyo educativo, a partir de ahora NEAE. Además, he querido comprobar si los monitores de karate encuentran indicios de estos beneficios en sus alumnos, especialmente en aquellos con NEAE, y si se sienten preparados para atenderlos correctamente.

2. Marco teórico

Medina (2021) afirma que las artes marciales se suelen vincular a la defensa personal, aunque cabe destacar que estas son disciplinas con múltiples beneficios. “En general las artes marciales promueven la coordinación cuerpo-mente, donde se realizan entrenamientos ligados con la respiración y concentración. Además, fortalecen el desarrollo individual y social, así como la disciplina y el desarrollo de la autoconfianza” (Toscano, 2011).

El kárate es un arte marcial que se puede practicar desde edades muy tempranas hasta edades muy avanzadas. Este deporte nos ayuda a mantener nuestro cuerpo saludable y con mejores condiciones físicas. Según Sarco (2014), el mejor momento para practicarlo y ver beneficios, desde el punto de vista biológico, es en la preadolescencia, justo antes de iniciar la pubertad. Esto se debe a que a los 9 años “el sistema nervioso central llega a su 95% de maduración total, que permite que haya mayor sinapsis nervio musculares y mielinización de las fibras nerviosas”, lo cual permite apreciar la mejora de la coordinación intramuscular.

Desde el punto de vista psicosocial, Sarco (2014), destaca que los alumnos seguirán al “*sensei*” (en japonés, maestro) como su ejemplo a seguir. De este modo el “*sensei*” debe ser un buen ejemplo. El kárate tradicional contiene elementos de la filosofía oriental, la meditación, la disciplina y el comportamiento ético. Estos elementos deben ser trasladados por el alumno a los diferentes ámbitos en los que se desenvuelve.

Según Orozco (2015), se puede observar diferencias en el volumen cerebral de personas que practican artes marciales en comparación con personas sedentarias. En el caso de practicantes de judo, kárate, kickboxing y tang-soodoka se produce un aumento en el volumen de sustancia gris en áreas cerebrales relacionadas con las habilidades motoras y con el metabolismo aeróbico (Schlaffke et al, 2014).

Realizar actividades deportivas requiere de flexibilidad en la conducta adaptativa, pues el medio es variable y cambiante (Orozco, 2015). Haciendo referencia a esto, Nakata et al. (2010), dicen que estas adaptaciones estimulan áreas cerebrales que se encargan de actividades como la percepción, la discriminación de estímulos, la toma de decisiones, la integración multimodal, el proceso de atención, la preparación y la ejecución del movimiento, siendo esto descrito, en muchas ocasiones, en relación con estas áreas en función de si es una práctica experta o no.

Algunos de los beneficios físicos que se pueden encontrar en la práctica de artes marciales, según Bu et al. (2010), son: tonificación muscular, postura, flexibilidad, fuerza, equilibrio y sistemas cardiovascular y respiratorio. En el caso de los beneficios psicológicos son: la mejora de habilidades motrices, la salud física, psicológica, social; promueve la autodefensa, la autoconfianza, la autodisciplina, el ejercicio, la autoconciencia, motivación, pertenencia; enfatizan la filosofía de resolución de conflictos sin el uso de la violencia, mejorando el manejo emocional, disminución o prevención de la depresión y ansiedad (Reid-Arndt, Matsuda y Cox, 2012; Sharpe et al., 2007; Woodward, 2009; Vertonghen y Theeboom, 2010).

En cuanto a los beneficios neuropsicológicos que se perciben son: mejoras en la atención, memoria, habilidades motoras, visoespaciales y resolución de problemas (Del Percio et al., 2009; Vargas, Umaña y rojas, 2002; Muiños y Ballesteros, 2013). Atendiendo a estos efectos positivos, Lakes et al. (2013), afirman que en escuelas públicas de Norteamérica existen programas para la práctica de las artes marciales.

Evidencias científicas afirman que cuando se prohíbe a karatekas expertos la práctica habitual se observan en ellos alteraciones psicológicas en su estado de ánimo y emociones (Szabo y Parkin, 2001). Kalivas y Volkov (2005) relacionan lo gratificante que es para las personas la

práctica de artes marciales con el reflejo que ocurre en el cerebro al realizar lo que nos hace sentir bien activando nuestro sistema de recompensas cerebral. Esto vincula la práctica de artes marciales, en concreto, y el deporte, en general, con sensaciones de bienestar en áreas cerebrales que se encuentran implicadas con la obtención de recompensas (Orozco, 2015).

En estudios sobre los efectos de las artes marciales como alternativa a la intervención neuropsicológica, Orozco (2015) citando a Alesi et al. (2014), afirma que se observa en niños sanos que la práctica de kárate mejora sus tiempos de reacción y sus habilidades de coordinación, además de mejores puntuaciones en la memoria de trabajo, la atención visual selectiva y las funciones ejecutivas. Por otra parte, Diamond (2012) y Diamond y Lee (2011) proponen la práctica de artes marciales tradicionales como método de intervención para niños de entre 4 y 12 años con deterioro en sus funciones ejecutivas, pues estas acentúan el autocontrol, la disciplina, el desarrollo del carácter, automonitoreo, planeación y memoria de trabajo.

Según Angulo et al. (2008), el concepto de necesidades educativas especiales (NEE) es muy dinámico. El concepto de NEE surge en 1978 tras la publicación del Informe Warnock. Su principal función fue derribar la creencia de que la limitación y discapacidad se encuentra en el niño que se mantenía con el antiguo modelo de déficit, consiguiendo centrar que el problema se encuentra en el contexto y no en el propio niño.

Desde el punto de vista de la LOE (2006), el concepto de NEAE engloba a los alumnos con NEE derivadas de discapacidad o trastornos graves de conducta, alumnado con altas capacidades intelectuales, de incorporación tardía en el Sistema Educativo Español, con dificultades específicas de aprendizaje o al alumnado con condiciones personales o de historia escolar compleja. La LEA (2007) a todos los casos anteriores añade la compensación de desigualdades sociales.

La Organización de las Naciones Unidas (ONU, 2018) indica que la discapacidad “incluyen a aquellas personas que tengan deficiencias físicas, mentales, intelectuales o sensoriales a largo plazo que, al interactuar con diversas barreras, puedan impedir su participación plena y efectiva en la sociedad, en igualdad de condiciones con las demás”.

La definición de inclusión dada por la UNESCO (2006) indica que es “un proceso de abordaje y respuesta a la diversidad de las necesidades de todos los alumnos a través de la creciente participación en el aprendizaje, las culturas y las comunidades, y de la reducción de la exclusión dentro y desde la educación. Implica cambios y modificaciones en los enfoques, las estructuras,

las estrategias, con una visión común que incluye a todos los niños de la franja etaria adecuada y la convicción de que es responsabilidad del sistema regular, educar a todos los niños”.

Cuando se excluye o se reduce la participación de un niño en clases de Educación Física se le niega una fuente de relación y formación (Ríos, 2001). El kárate es un deporte que puede ser practicado por todos a pesar de tener unas condiciones especiales o diferentes. Según Suescún (2020), el kárate ayuda a personas a desarrollar facultades físicas y mentales, logrando alcanzar el equilibrio personal y profesional.

En kárate, a nivel de competición, se pueden encontrar diferentes categorías acorde a la edad y el peso, pero también se cuenta con una modalidad de para-kárate. Dentro de esta categoría hay una división según la discapacidad presentada. La primera es para deportistas en silla de ruedas y con discapacidad física, entre las cuales se encuentran deficiencia en la potencia muscular, deficiencia en el rango de movimiento pasivo, deficiencia en las extremidades, deficiencia en la longitud de las piernas, baja estatura, hipertoniá, ataxia y atetosis. La siguiente relacionada con la discapacidad visual en la que se encuentran englobados personas con visión reducida o nula. Y, la última, deportistas con discapacidad intelectual (Real Federación Española de Kárate y Disciplinas Asociadas, 2021).

En un estudio llevado a cabo por Montesdeoca et al. (2015), para conocer si el patrón comportamental de los alumnos con TDAH mejora con la práctica de deportes de lucha. Las conclusiones obtenidas de este indican que se puede observar que la práctica de diferentes deportes de lucha y juegos de oposición ayudan a mejorar aspectos que se consideran negativos de la conducta y personalidad en niños y adolescentes con TDAH. Los aspectos que consiguen una mejora son la agresividad, problemas de conducta, problemas en habilidades sociales y autoestima. Cuanto mayores son los problemas de baja autoestima son más frecuentes. Los sujetos no medicados tienen un grado de mejoría menor. La hiperactividad y los problemas de atención han mejorado durante el desarrollo de la actividad y en un tiempo breve tras las sesiones.

El Centro de Desarrollo Integral El Niño se encuentra integrado por niños con diversas capacidades. En este centro se da atención pedagógica con la intención de integrar e incluir a la diversidad de los niños, teniendo en cuenta incluir las características y potencialidades de niños y familias. En un estudio elaborado por Cuzco, Rodríguez y Caicedo (2021), se pretende demostrar la importancia de la práctica de kárate como medio de mejora de las capacidades

motrices en niños con discapacidad intelectual, centrándose más específicamente en niños con Síndrome de Down.

Cuzco, Rodríguez y Caicedo (2021) afirman que “el kárate se considera más que un deporte, una disciplina donde las personas que lo practican no solo descargan adrenalina sino más bien existe una fundamentación fisiológica que se encuentra basada en la enseñanza de valores como, por ejemplo, el respeto mutuo, el honor, solidaridad, autocontrol, responsabilidad, puntualidad y el control de sus emociones”, valores que son muy importantes y necesarios en la infancia. El hecho del trabajarse la disciplina permite que personas que cuentan con un grado de discapacidad, como en el caso de la discapacidad intelectual, permite la adaptación a un entorno disciplinario y que favorecerá un mayor desarrollo de las habilidades motrices más fácilmente.

Una de las principales conclusiones obtenidas de dicho estudio fue que quedó demostrada la mejora significativa en el desarrollo de habilidades, concretamente en la coordinación dinámica general, coordinación óculo manual, control postural y equilibrio en niños con discapacidad intelectual (Cuzco, Rodríguez y Caicedo, 2021).

3. Objetivos del TFG

El principal objetivo de este trabajo es conocer los beneficios reales que aporta el kárate a los niños que lo practican. Todo esto desde las percepciones de padres, madres y monitores de kárate.

De manera más específica el estudio se centrará en las mejoras observadas en: la coordinación y control corporal, autoestima, motivación, control emocional, habilidades sociales, nivel de atención, responsabilidad y calificaciones escolares.

Por otro lado, se quiere conocer la percepción de los monitores de kárate acorde a su competencia en el trato con niños con NEAE. Por último, se pretende conocer si los monitores de kárate aprecian la práctica de este arte marcial como terapia para trabajar las NEAE.

4. Metodología de la investigación

4.1. Diseño de la investigación

La metodología seguida para este estudio está basada en la psicología interconductual o el modelo de campo psicológico. Este modelo toma la perspectiva teórica de Jacob R. Kantor que, a lo largo de sus trabajos desarrollados en el siglo XX, “desarrolla un programa metateórico sobre cómo debería trabajar la Psicología para constituirse en ciencia natural, tal como hicieron en su día la Física, la Química o la Biología” (Moreno, 2004).

Con este modelo se pretende evitar todo dualismo, por lo que implica “una metateoría conductista sobre cómo entender la psicología” (Moreno, 2004). Para Kantor el objeto de estudio debe ser una unidad inseparable de los componentes del campo psicológico en toda su diversidad. Estos componentes son: las relaciones entre los elementos del medio y el organismo, las relaciones siempre se dan gracias a un medio de contacto (por ejemplo, el aire que permite oír) (Moreno, 2004).

Kantor y Smith (1975) proponen un modelo de campo para explicar fenómenos psicológicos. Teniendo en cuenta esto, dicha explicación precisa de la descripción de la relación entre el estado de algunas de las propiedades del fenómeno y de diversos fenómenos que pueden ser antecedentes y/o simultáneos.

Según Ribes, Fernández, Rueda, Talento y López (1980) lo indicado anteriormente pretende expresar que existe una relación funcional, pues se incide en que el estado de las propiedades de un evento está relacionado con el estado de las propiedades de otro. Esta relación no puede aislarse del contexto en el que se desarrolla, por lo que se puede entender que en dicha explicación ha de incluirse los elementos circundantes y las variables en interacción directa. Siendo así, todos los elementos son interdependientes y el evento que se produce no corresponde a una variable, sino que a una interacción compleja entre las variables.

Según Kantor (1975), para describir la interacción producida, hay que tener en cuenta una serie de conceptos:

- Objetos de estímulos, función de estímulo, organismo y función de respuesta: el objeto de estímulo corresponde a un complejo ambiental concreto que varía dependiendo del segmento interconductual considerado. La estimulación es la acción del objeto de estímulo sobre el organismo. La función de estímulo se refiere a la interacción que se

produce entre el objeto y el organismo. Generalmente, se habla de la función estímulo-respuesta como una sola, en lugar de hablar de ellas por separado.

- Medio de contacto: es el conjunto de circunstancias que permiten la relación necesaria en la función estímulo-respuesta, sin formar parte de ella estrictamente.
- La historia interconductual: implica los segmentos de interacción que previamente el organismo ha establecido con su entorno en su periodo de desarrollo, encontrándose compuesta por la evolución de los estímulos y la biografía reactiva.
- Factores disposicionales: son las variables o condiciones que facilitan o dificultan el establecimiento de una función tanto de estímulo como de respuesta. Estas variables pueden ser dependientes del organismo, dependientes del medio o dependientes de la historia de interacción entre el organismo y el medio.

Siguiendo este método se quiere comprobar los beneficios que produce el kárate en alumnos en edad escolar. Para ello se tendrán en cuenta la percepción de las familias y monitores de algunos alumnos de esta disciplina. Se pretende observar la aparición de dichos beneficios en el niño teniendo en cuenta las diferentes variables que se creen interaccionan en la adquisición de los mismos. Por esto, los diferentes agentes implicados que se consideran tienen importancia en la adquisición son: el propio alumno, el monitor y las habilidades, tanto adquiridas como a adquirir por el alumno.

Para poder analizar correctamente los resultados, atendiendo a esta perspectiva, es necesario conocer los factores disposicionales de cada uno de los elementos participantes. En el caso del medio habrá que tener en cuenta recursos humanos como el número de alumnos que hay en la clase o el número de monitores encargados en la impartición de la actividad. Además de otros factores no humanos como puede ser la aparición de ruidos externos o distractores que dificulten la práctica de la actividad.

Por otro lado, factores a tener en cuenta desde la perspectiva del niño son: la edad que tiene el alumno, si tiene algún tipo de NEAE y en caso afirmativo de que tipo, el tiempo que lleva practicando la actividad, la motivación que le hizo iniciar en la actividad, si las habilidades y destrezas que se pueden conseguir con la práctica las había desarrollado previamente o la implicación familiar en la actividad.

Los factores a tener a observar en el caso de los monitores son: el tiempo de enseñanza o experiencia en la docencia de esta disciplina, la competencia que creen tener para trabajar con

alumnado NEAE y la estructuración del tiempo seguida durante la clase, si esta estructura es fija o varía en función del contenido a trabajar en la sesión.

4.2. Procedimiento para la selección de la muestra

La selección de la muestra, tanto en el caso de los padres y madres como en el de los monitores de kárate, se ha realizado atendiendo a que estos vivan y practiquen este arte marcial en la provincia de Sevilla.

En el caso de las familias se ha buscado cercar la muestra en padres que tengan hijos en edades comprendidas entre los 5 y 12 años. A pesar de cercar las edades se ha obtenido las respuestas sobre un alumno de 15 años que puede resultar interesante a la hora de comparar con edades más tempranas y menor tiempo de práctica. Se ha contado con la participación de treinta familias cuyos hijos practican kárate en diferentes zonas de la provincia.

En el caso de los monitores se ha preguntado a diez personas que imparten clases de este arte marcial en diferentes clubes federados de la provincia. Se ha intentado que los monitores llevaran tiempos de enseñanza diferentes para poder realizar una comparación acorde a la experiencia.

Para acceder a los participantes se contó con la ayuda de uno de los monitores participantes para acceder a los demás monitores y, con ello, a las familias de los alumnos de los diferentes centros federados.

4.3. Procedimiento para la recogida de información

Para el desarrollo de los materiales para esta investigación se ha empleado el método descriptivo. Según Abreu (2014), este método expone de manera narrativa, numérica y/o gráfica, detallada y exhaustivamente la realidad a estudiar. Se busca un conocimiento inicial desde la observación directa del investigador y el conocimiento obtenido en la búsqueda y estudio de bibliografía relacionada con el tema. “Se refiere a un método cuyo objetivo es exponer con el mayor rigor metodológico, información significativa sobre la realidad en estudio con los criterios establecidos por la academia” (Abreu, 2014). Siguiendo a este mismo autor, el método empleado implica la interpretación de la información recabada, es decir, la “interpretación es subjetiva, pero no arbitraria” (Abreu, 2014), pues esta es coherente con los hechos y la información es consistente.

Este estudio sigue una metodología mixta, ya que cuenta tanto con preguntas de carácter cualitativo como cuantitativo, es decir, con algunas preguntas se busca conocer el porcentaje y con otras conocer la percepción más elaborada por parte de los participantes. Los instrumentos elaborados son dos cuestionarios diferentes, pero con ítems en común, ya que se pretende conocer una información similar desde dos enfoques diferentes, el primero desde la percepción de la familia del alumno y el segundo desde la percepción del propio monitor.

Se consideró el cuestionario como herramienta para la obtención de información, ya que la muestra era grande y era complicado conseguir entrevistar tanto a familiares como monitores, pues esta herramienta requiere de mayor tiempo, además de precisarse de un entrevistador que realice las preguntas, por lo que tendría que ser presencial u online, lo cual dificultaba la participación de algunos miembros de la muestra al tener que reducirse el perímetro de alcance, en caso de tener que hacer la entrevista de forma presencial.

La herramienta para la elaboración de estos cuestionarios permitía que cada uno de los participantes respondiese a las preguntas con tranquilidad y en el momento del día que tuviese disponible. La herramienta empleada para la elaboración de ambos cuestionarios fue “*Google Forms*”, la cual permite la formulación de diferentes tipos de pregunta en un mismo cuestionario, además de elaborar diagramas con los porcentajes de las respuestas obtenidas en cierto tipo de preguntas. También permite dividir en secciones diferentes y establecer algunas preguntas como obligatorias antes de poder pasar a la siguiente sección.

El primer cuestionario es el dirigido a las familias de los alumnos practicantes de kárate, la cual cuenta con los siguientes ítems: información general para conocer la edad del alumno, si presenta algún tipo de NEAE y cuánto tiempo de práctica lleva; cómo y por qué comenzó la práctica de este arte marcial; autoestima y motivación; control emocional y relaciones sociales; interés por la práctica de kárate; y, mejoras que se han observado.

El segundo cuestionario es el que está dirigido a los monitores de kárate, este cuenta con los siguientes ítems: información general, al igual que en el de los padres este busca conocer algunos datos como el tiempo de docencia, las edades a las que imparte clase, en qué clases encuentra mayor dificultad y por qué, si conoce casos de alumnos con NEAE y sabe cuáles son y si se siente preparado para atender debidamente a este alumnado; el siguiente es sobre información general en la estructura de las clases; los beneficios y mejoras que ellos observan en el alumnado; y, por último, los efectos reales, es decir que beneficios observan ellos para los

alumnos en edad escolar y si consideran que la práctica de este arte marcial realmente ayuda a modo de terapia para los niños con NEAE.

Ambos cuestionarios han sido elaborados de manera que no se recogiese ningún dato que permitiese la identificación de los encuestados, es decir, manteniendo en todo momento su anonimato. Esto se debe a que se pretendía que los encuestados pudiesen dar su punto de vista sin sentirse juzgados ni presionados en todo momento. Según Santi (2016), los términos “anonimato” y “confidencialidad” son excluyentes entre sí. Se entiende anonimato por aquella adquisición de información sin requerir de los datos identificatorios de las personas encuestadas, de manera que los investigadores quedan eximidos de la responsabilidad de mantener la confidencialidad de la información recolectada, pues no se puede establecer una relación con las personas que proporcionaron dicha información.

Para seleccionar las preguntas de cada cuestionario se investigó primeramente para saber qué información se necesitaba conocer. Además de seleccionar las variables que se tendrían en cuenta a la hora de analizar los resultados. Una vez realizada la investigación se elaboraron los ítems de cada uno de los cuestionarios y, a partir de estos, se elaboraron las preguntas específicas de cada ítem. Para comprobar la validez de las preguntas y que se entendiesen correctamente se probó con varias personas externas a la investigación, pero que se encuentran relacionadas con el ámbito concerniente a la investigación. Una vez seleccionadas y reestructuradas las preguntas se volvió a probar la nueva versión con los mismos participantes. Tras estas dos pruebas se elaboraron los dos cuestionarios finales que fueron pasados a los participantes.

4.4. Procedimiento para el análisis de resultados

El procedimiento seguido ha sido dividido en tres fases. Una primera fase dedicada a la lectura de todas las respuestas de manera global, una segunda para la lectura global de las respuestas de cada una de las preguntas y una tercera dedicada a la elaboración de tablas en las que se registraba la información dada por los participantes. Estas tres fases se han repetido con ambos tipos de cuestionarios, primero el destinado a las familias y segundo el destinado a los monitores de la actividad.

Para analizar los resultados se han elaborado una serie de variables que se consideran importantes para la observación de los beneficios adquiridos. Las variables a tener en cuenta en el cuestionario de los familiares son: la edad, la presencia de NEAE, el tipo de NEAE, el tiempo

de práctica, el motivo de inicio en este arte marcial, sentimiento de satisfacción al salir de las clases de kárate, motivación para hacer otras tareas (por ejemplo, ayudar en las tareas de casa o hacer sus tareas de la escuela), la existencia previa y correcto uso de autoestima, control emocional y habilidades sociales, interés en la práctica de kárate, existencia de algún tipo de compromiso entre padres e hijo, además de la propia percepción del familiar que responde.

Por otro lado, en el caso de los monitores se tiene en cuenta: el tiempo de enseñanza, los grupos de edades entre los que imparte clase, cuál de estos grupos se les dificulta más, si son conocedores de alumnos con NEAE y su tipo, si se sienten competentes para atender a estos alumnos y si mantienen una estructura fija durante las clases.

En la primera fase, en el caso de las familias, se realizó una lectura individual de cada cuestionario. De esta forma se pudo iniciar el agrupamiento de algunas respuestas similares. Por otra parte, en el caso de los monitores, se realizó una tarea similar.

En la segunda fase se volvió a hacer una lectura global, en esta ocasión de cada pregunta en particular anotando la información proporcionada y si se encontraban respuestas similares agruparlas, además de anotar el número de veces que se repetía el mismo argumento.

En la tercera fase se realizaron tablas con los datos obtenidos de las dos lecturas anteriores. Colocando en las tablas el número de repeticiones de los argumentos dados, de esta manera los datos cuantitativos se encuentran reflejados en tablas y los cualitativos se encuentran explicados posteriormente a dichas tablas.

4.5. Procedimiento de discusión de hallazgos

Para la discusión de los hallazgos se realizó previamente una investigación de bibliografía previa relacionada con este mismo tema que se encuentra detallada en el marco teórico de este trabajo.

Se tuvo en cuenta los beneficios que se mencionan en la bibliografía previa y se comparó con los datos obtenidos a través de las respuestas otorgadas por los participantes de la muestra. Gracias a la comparación de ambas informaciones se puede comprobar las similitudes y discrepancias encontradas entre las investigaciones previas y la que acontece.

4.6. Procedimiento de conclusión

El procedimiento seguido para la elaboración de las conclusiones obtenidas de esta investigación es el que se detalla a continuación. Se han tenido en cuenta los datos más significativos encontrados, partiendo del análisis de la información obtenida de los participantes y la discusión previamente realizada de esta información con la encontrada en estudios anteriores a este.

También se ha reflexionado acerca del efecto que puede tener la práctica de este arte marcial en las escuelas.

5. Resultados

a) Padres y madres.

Las respuestas obtenidas por parte de las familias de los alumnos fueron un total de 30, la mayoría englobadas desde los 5 hasta los 12 años, aunque se obtuvo la respuesta de la familia de un niño de 15 años. Se decidió no descartar esta respuesta, pues puede otorgar información interesante a la hora de comparar diferencias entre edades y tiempo de práctica de este arte marcial.

Ítem 1: información general

El grupo mayoritario de edad se encuentra en los 8 años, ya que respondieron siete familias, seguido de los grupos de 6 y 7 años que contaron con seis respuestas cada uno, después el grupo de 12 años con cuatro respuestas, los grupos de 9, 10 y 11 años tienen dos respuestas cada uno de ellos y, por último, los grupos de 5 y 15 años que cuentan con una respuesta cada uno. Al hacer la suma total de las respuestas da un total de 31 respuestas al cuestionario, aunque solo se recibieron 30, esto se debe a que una familia contestó la encuesta haciendo referencia a sus dos hijos.

Edad	Número de respuestas	Porcentaje (%)
5	1	3,23
6	6	19,35
7	6	19,35
8	7	22,58
9	2	6,45
10	2	6,45
11	2	6,45
12	4	12,9
15	1	3,23

Tabla 1. Edades de los alumnos.

La siguiente pregunta hacía referencia a si los hijos presentaban algún tipo de NEAE. Del total de encuestados solo el 20% afirmó que su hijo presentaba alguna NEAE y un 3,3% dijo no ser consciente de ello. El 76,7% restante contestó negativamente a esta pregunta afirmando que sus hijos no presentaban ninguna NEAE.

Presencia de NEAE	Número de respuestas	Porcentaje (%)
Sí	6	20
No	23	76,7
No sé	1	3,3

Tabla 2. Presencia de NEAE en los alumnos.

Del total de niños que presentaban algún tipo de NEAE, es decir, seis casos, nos encontramos con que el 50% de las respuestas atienden al grupo de Trastornos por Déficit de Atención con o sin Hiperactividad. Por otro lado, el 16,7% presenta dificultades en el ámbito de la comunicación y el lenguaje, otro 16,7% trastorno de conducta y el 16,7% restante señaló la casilla de otro indicando que su hijo había sufrido “*bullying*” en el colegio y parte de los dos primeros cursos de educación secundaria. En sí el “*bullying*” no es considerado una NEAE, pero sí puede producir que el alumno, después de sufrir acoso durante un tiempo, desarrolle una de las NEAE recogidas en la LOE (2006).

Tipo de NEAE	Número de respuestas	Porcentaje (%)
Trastornos por Déficit de Atención con o sin Hiperactividad (TDA/TDAH)	3	50
Dificultades en el ámbito de la comunicación y el lenguaje	1	16,7
Trastorno de conducta	1	16,7
“Bulling”	1	16,7

Tabla 3. Tipo de NEAE en los alumnos.

En cuanto al tiempo de práctica de los alumnos el grupo mayoritario, 43,3%, llevan entre 1 y 3 años de práctica. El 30% llevan menos de un año de práctica, por lo que se deduce que comenzaron este mismo curso. El 13,3% lleva entre 5 y 7 años. El 10% entre 3 y 5 años. Y, por último, solo el 3,3% lleva más de 7 años practicándolo.

Tiempo de práctica	Número de respuestas	Porcentaje (%)
Menos de 1 año	9	30
Entre 1 y 3 años	13	43,3
Entre 3 y 5 años	3	10
Entre 5 y 7 años	4	23,3
Más de 7 años	1	3,3

Tabla 4. Tiempo de práctica de kárate.

Ítem 2: comienzos en la práctica de kárate.

Para este ítem se quería conocer el motivo de inicio en la práctica de este arte marcial. En una primera pregunta se cuestionó a las familias si habían decidido que su hijo comenzase por recomendación de un especialista, por parte del propio niño, por parte de los padres o por algún otro motivo. El 46,7% respondió que fue por iniciativa del propio niño, el 43,3% por parte de los padres, el 6,6% fue por acuerdo entre todos, mientras que solo el 3,3% fue por recomendación de un especialista.

Causa de inicio	Número de respuestas	Porcentaje (%)
Propio niño	14	46,7
Padres	13	43,3
Acuerdo entre todos	2	6,6
Especialista	1	3,3

Tabla 5. Causa de inicio en la actividad.

En cuanto al motivo que originó esencialmente el interés de que el niño practicase este deporte en casi su totalidad, las familias afirmaron que buscaban que sus hijos hiciesen deporte. Por otro lado, algunos matices que encontramos pueden ser: que habían visto a alguien de su núcleo cercano practicándolo, por ejemplo, progenitores, hermanos mayores o amigos. Aunque también se puede observar que algunos padres buscaban que sus hijos aprendiesen la disciplina de este arte marcial, lo cual ellos consideran que puede ayudarles a desarrollar otro tipo de destrezas y habilidades, como en el caso de niños más introvertidos, al estar en relación con otros niños de su edad durante las clases, pueden desarrollar sus habilidades sociales y con ello sentirse más seguros de sí mismos.

Ítem 3: autoestima y motivación.

Se les preguntó a las familias de los alumnos si observaban algún aumento en la autoestima de sus hijos. A esto el 73,3% aseguró que sí observaban que esta había aumentado desde que inició la práctica de esta disciplina. El 20% dijo no saber si había aumentado o no. mientras que solo el 6,7% dijo que no habían observado ningún tipo de aumento.

Aumento de autoestima	Número de respuestas	Porcentaje (%)
Sí	22	73,3
No	2	6,7
No sé	6	20

Tabla 6. Percepción de aumento de autoestima.

En el caso de las familias que respondieron que sí habían visto dicho aumento aseguraron que los observaban más seguros de sí mismos, que se relacionaban más fácilmente con sus iguales, además que ha mejorado su comunicación con los demás y en caso de necesitarlo piden ayuda. Por otro lado, el hecho de conseguir un nuevo cinturón y con ello demostrar que tienen más conocimientos hace que algunos alumnos se sientan más importantes y se tengan una mejor consideración hacia sí mismos como consecuencia. En el caso de las familias que respondieron

que no observaron ningún cambio en la autoestima de sus hijos fue debido a que estos niños ya contaban con una buena autoestima antes de comenzar la práctica.

En cuanto a la satisfacción en los alumnos cuando salen de las clases la respuesta fue unánime, el 100% de los encuestados dijeron que sus hijos se sentían muy satisfechos cuando salen de estas.

Algunos de sus comentarios hacen referencia a que cada vez les gusta más practicar este deporte, lo bien que lo pasan y comentan los ejercicios realizados durante la clase, cuando hay actividades competitivas que les motivan a esforzarse para superarse, además de que llegado determinado grado pueden comenzar a competir y probarse con niños de otras escuelas de la provincia pudiéndose llegar a competiciones oficiales a nivel autonómico y nacional. También hacen referencia a que durante las clases siempre se respeta a los demás, es decir, nadie se burla de nadie, porque todos están allí para aprender, lo cual puede motivar bastante y crear un clima seguro.

Se les preguntó si la práctica de kárate les hace sentirse motivados para hacer otro tipo de tareas como los deberes del colegio o ayudar en las tareas de casa. El 63,3% afirmó que veían a sus hijos más motivados, el 20% dijo que no observó ningún aumento en su motivación para este tipo de tareas, mientras que el 16,7% dijo que no lo sabía.

Motivación para tareas	Número de respuestas	Porcentaje (%)
Sí	19	63,3
No	6	16,7
No sé	5	20

Tabla 7. Percepción de la motivación para otras tareas.

Algunos de los comentarios realizados por las familias fueron que se ponen como objetivo hacer los deberes antes de ir a clase de kárate o que se sienten mucho más seguros en todas las tareas que hacen. Por otro lado, las familias que dijeron no observar ningún aumento es debido a que ya antes de comenzar en kárate estos niños eran muy responsables con sus tareas. Además, en algunos casos, las familias dijeron que los niños son conscientes de que si van mal en el colegio la consecuencia sería tener que quitarse de las clases de kárate para poder dedicar más tiempo a sus tareas escolares y, con ello, mejorar su rendimiento académico.

También haciendo referencia a la motivación se les preguntó cuando estaban más motivados para hacer la tarea escolar. A esto el 43,3% respondió que los días que tienen clase de kárate,

el 36,7% no observa que su motivación aumente, el 3,3% cuando no tiene clase de kárate, el 6,6% indicó que todavía no tiene tareas escolares y el 9,9% restante indicó que se siente motivado a hacer todos los días la tarea independientemente de si tiene o no clase de kárate.

Motivación por tarea escolar	Número de respuestas	Porcentaje (%)
Con clase de kárate	13	43,3
Sin clase de kárate	1	3,3
No se observa	11	36,7
Independientemente	3	9,9
No tiene tarea escolar	2	6,6

Tabla 8. Percepción de la motivación ante la tarea escolar.

En el caso de las familias que dijeron que sus hijos no tenían tarea es porque se encuentran en etapa infantil. Mientras que las familias que dijeron que se sentían con mayor motivación era debido a que sí hacen los deberes antes de ir a clases de kárate cuando salen tienen el tiempo libre y pueden hacer otro tipo de actividades que les gusten o descansar. En otros casos, el hecho de no finalizar las tareas puede ser sinónimo de no poder ir a entrenar, por lo que intentan terminirlas antes de que sea el momento de la clase. Hay algunos niños que tienen el hábito de hacer los deberes todos los días después de comer y descansar un poco, aunque hay otros que les cuesta y según sus familias son “muy vagos” para estudiar y hacer las tareas independientemente del día que sea.

Ítem 4: control emocional y relaciones sociales.

En lo referente al control emocional, el 73,3% afirmó que observaron una mejora en la comprensión de las emociones de sus hijos, mientras que el 16,7% dijo que no lo percibía y el 10% dijo no saberlo.

Gestión emocional	Número de respuestas	Porcentaje (%)
Sí	22	73,3
No	5	16,7
No sé	3	10

Tabla 9. Percepción de la gestión emocional.

Algunos comentarios realizados por las familias fueron que se expresaban mejor cuando tenían un problema, una mayor tolerancia a la frustración, en algunos casos haciendo uso de mensajes de automotivación, más autocontrol, más reflexión, mejor control de la impulsividad, comportamientos más empáticos con los demás. En el caso de los más pequeños los propios

padres comprenden que aún es muy pronto para que aprendan a gestionarlas. Mientras que otros padres no perciben relación o cambios en este aspecto en relación con la práctica de kárate.

En referencia a la pregunta respecto a la mejora a la hora de emplear sus habilidades sociales encontramos el mismo porcentaje que en la cuestión anterior, es decir, 73,3% afirma mejoras, el 10% no y el 16,7% no saben si hay o no mejoras en este aspecto.

Mejora habilidades sociales	Número de respuestas	Porcentaje (%)
Sí	22	73,3
No	3	10
No sé	5	16,7

Tabla 10. Apreciación de la mejora en las habilidades sociales.

En torno a esta pregunta se han recabado comentarios referentes a la forma de relacionarse o el aumento de las interacciones con otros niños. Algunas familias hacen referencia a que sus hijos eran muy introvertidos y/o tímidos antes de comenzar la práctica de este arte marcial, pero afirman que después de un tiempo y viendo el buen entorno les hace sentir seguros. En el caso de otros niños sus familias afirman que desde antes de comenzar ya eran bastante sociables, por lo que no perciben un cambio notable en este aspecto.

Ítem 5: interés por el kárate.

La primera pregunta de este bloque hace referencia a si a los niños les gusta ir a clases de kárate. En este caso el 96,7% ha afirmado que a sus hijos les gusta, mientras que el 3,3% niega que a su hijo le guste ir.

¿Le gusta el kárate?	Número de respuestas	Porcentaje (%)
Sí	29	96,7
No	1	3,3

Tabla 11. Gusto por el kárate.

Se les preguntó si habían realizado algún tipo de compromiso con sus hijos, se puso a modo de ejemplo “si no haces los deberes no vas a clase de kárate”. El 76,7% negó haber hecho algún acuerdo de este tipo con su hijo, mientras que el 23,3% afirmó haberlo realizado.

Compromiso	Número de respuestas	Porcentaje (%)
Sí	7	23,3
No	23	76,7

Tabla 12. Compromiso entre padres e hijos.

Algunas de las justificaciones dadas fueron todas relacionadas con el ejemplo dado, pues, en definitiva, la mayoría de las respuestas dadas hacen referencia a si no hacen la tarea ese día se tienen que quedar haciéndola y faltan a la clase. Solo en el caso de una familia se asegura que nunca se reprende negándole la asistencia a las clases de kárate.

Ítem 6: mejoras observadas.

Con este ítem se pretende conocer las mejoras generales tanto en rendimiento académico como en relación con otras habilidades que no se han mencionado en los ítems anteriores.

La primera pregunta fue en relación con la mejora de las calificaciones escolares. El 46,7% negó haber observado una mejora en las calificaciones de sus hijos después de empezar la práctica de kárate. El 20% afirmó haber notado un aumento en las calificaciones de sus hijos, mientras que el 33,3% dijo no saber si había mejora o no.

Mejora de calificaciones	Número de respuestas	Porcentaje (%)
Sí	6	20
No	14	46,7
No sé	10	33,3

Tabla 13. Mejora en las calificaciones escolares.

En la mayoría de los casos las familias justifican el no observar una mejora de estas, ya que desde antes de comenzar la práctica de este deporte eran muy buenos estudiantes y sacaban buenas notas. Aunque en algunos casos, aunque menos, sí observan esa mejora, pues niños a los que les costaba hacer su tarea y sus familias tenían que insistirles para que la hiciesen, ahora son capaces de iniciar sin necesidad de que alguien se lo esté diciendo y recordando continuamente.

También se les preguntó si habían observado alguna mejora en su movilidad. A esta pregunta el 66,7% respondió afirmativamente, el 16,7% lo negó y el 16,7% restante dijo no saber.

Mejora de la movilidad	Número de respuestas	Porcentaje (%)
Sí	20	66,7
No	5	16,7
No sé	5	16,7

Tabla 14. Mejora en la habilidad psicomotriz.

Las justificaciones a sus respuestas fueron en su mayoría haciendo referencia a mejoras tanto en la motricidad fina como gruesa, además de más coordinación, flexibilidad, agilidad y aumento de sus reflejos. En otros casos las familias afirman que sus hijos ya tenían buen control sobre su cuerpo y con ello de su movilidad.

En referencia al aumento de atención, el 53,3% afirma notar mejoras en ese aspecto, el 26,7% lo niega y el 20% dice no saber si hay mejora o no. En algunos casos aseguran que sienten una mayor concentración, sobre todo en clase, además de que cuando explican algo tienen más paciencia y miran a los ojos.

Aumento de atención	Número de respuestas	Porcentaje (%)
Sí	16	53,3
No	8	26,7
No sé	6	20

Tabla 15. Mejora en el nivel de atención.

Las últimas preguntas realizadas son con relación a la responsabilidad. El 73,3% afirmaron que habían observado mejoras en la responsabilidad de sus hijos, el 13,3% que no habían observado dicha mejora y el 13,3% restante dijeron no saber.

Mejoras en responsabilidad	Número de respuestas	Porcentaje (%)
Sí	22	73,3
No	4	13,3
No sé	4	13,3

Tabla 16. Aumento del nivel de responsabilidad.

Algunas de las justificaciones obtenidas se basan en que observan que son más organizados, notan que han madurado, al sentirse más seguros de sí mismos quieren tener más responsabilidades porque se ven capaces de cumplir con las expectativas, se preocupan de sus materiales antes de ir a clase o son capaces de uniformarse ellos solos. En otros casos, las familias que aseguran no notar o no saber si hay alguna mejora se debe a que algunos niños comenzaron a muy temprana edad, por lo que no saben si son responsables debido a la disciplina u otro motivo.

b) Monitores de kárate.

Como se ha dicho anteriormente, las respuestas corresponden a 10 monitores de kárate pertenecientes a escuelas federadas de la provincia de Sevilla.

Ítem 1: información general.

Para comenzar con este ítem se preguntó acerca del tiempo que cada uno llevaba dando clases de kárate. El 50% indicó llevar más de 20 años de docencia, el 30% entre 1 y 5 años, el 10% entre 5 y 10 años y el otro 10% restante indicó entre 15 y 20 años.

Tiempo de enseñanza	Número de respuestas	Porcentaje (%)
Menos de 1 año	0	0
Entre 1 y 5 años	3	30
Entre 5 y 10 años	1	10
Entre 10 y 15 años	0	0
Entre 15 y 20 años	1	10
Más de 20 años	5	50

Tabla 17. Periodo de docencia de la actividad.

Se preguntó también entre que edades daban clases. Para esta pregunta de establecieron diferentes intervalos de edades correspondientes a las diferentes categorías empleadas en las competiciones de este arte marcial. Los grupos marcados con un 100% fueron los comprendidos entre 5 y 7 años y 12 y 13 años. Los siguientes más marcados, con un 90%, fueron el de 8 y 9 años y 10 y 11 años. Continuando con un 80% se encuentran el de 14 y 15 años y entre 18 y 36 años. Los últimos, con un 70%, fueron el de menos de 5 años, 16 y 17 años y más de 36 años.

Edades a las que da clase	Número de respuestas	Porcentaje (%)
Menos de 5 años	7	70
Entre 5 y 7 años	10	100
Entre 8 y 9 años	9	90
Entre 10 y 11 años	9	90
Entre 12 y 13 años	10	100
Entre 14 y 15 años	8	80
Entre 16 y 17 años	7	70
Entre 18 y 36 años	8	80
Más de 36 años	7	70

Tabla 18. Edades en las que se imparte docencia.

En la siguiente pregunta se cuestionaba a los monitores a cuál de los siguientes grupos les suponía mayor dificultad. El 60% indicó que le resultaba más complejo dar clase al grupo referente a los niños, el 30% al referido a los adolescentes y solo el 10% restante indicó que el grupo de los adultos.

Grupo de mayor dificultad	Número de respuestas	Porcentaje (%)
Niños/as	6	60
Adolescentes	3	30
Adultos	1	10

Tabla 19. Grupos más complejos para la docencia.

Las justificaciones obtenidas a esta pregunta fueron que los niños necesitan una mayor variedad de ejercicios y explicaciones para que aprendan correctamente o que mantener la atención de los niños más pequeños es más complejo que con los adolescentes o adultos. Por otro lado, en el caso del monitor que respondió que le resultaba más complejo dar clase con los adultos es debido a que estos son más exigentes que los niños, pero indicó que era la que más disfrutaba, pues es en la que más se enseña el arte marcial como eje central de la sesión.

La siguiente pregunta hace referencia a si son conscientes de tener alumnos con NEAE a lo que el 100% afirmó ser conocedor de ello. En la siguiente pregunta se les pedía si podían indicar las NEAE de las que son conocedores. El 80% respondió que eran conocedores de alumnos con Trastornos por Déficit de Atención con o sin Hiperactividad (TDA y TDAH). Seguido del 60% indicando Altas Capacidades Intelectuales (ACI), dificultades en el ámbito de la comunicación y el lenguaje y Trastorno Generalizado del Desarrollo (TGD y Trastorno del Espectro Autista). Con un 30% Dificultades Específicas de Aprendizaje (DEA) e Integración Tardía al Sistema Educativo. Y, finalmente, el 20% referente a Especiales Condiciones Personales o de Historia Escolar y Trastorno Grave de Conducta (TGC).

Alumnado con NEAE	Número de respuestas	Porcentaje (%)
Dificultades Específicas de Aprendizaje	3	30
Trastornos por Déficit de Atención con o sin hiperactividad	8	80
Especiales Condiciones Personales o de Historia Escolar	2	20
Integración Tardía al Sistema Educativo	3	30
Altas Capacidades Intelectuales	6	60
Dificultades en el ámbito de la comunicación y el lenguaje	6	60
Trastorno Grave de Conducta	2	20
Trastorno Generalizado del Desarrollo	6	60

Tabla 20. Tipo de alumnado NEAE.

Para concluir con este bloque, se les preguntó si se sienten preparados para atender a niños con NEAE. El 80% aseguró sentirse preparado, mientras que el 10% lo negó y el otro 10% restante indicó no saber. En el caso de uno de los encuestados justificó su respuesta diciendo lo siguiente: “A pesar de no tener una preparación específica para ello, creo que con vocación y sentido común es posible atender a cualquier persona”. Otro respondió: “Al tener clases con niños con y sin necesidades especiales, me resulta un poco difícil mantener el enfoque en los alumnos con necesidades especiales sin “olvidarme” un poco del resto”.

Ítem 2: información sobre las clases.

Este bloque busca conocer información sobre las clases y la estructura que siguen durante estas.

En la primera pregunta se les cuestionaba si seguían alguna estructura fija durante las clases. El 90% respondió afirmativamente, mientras que el 10% negó seguir un patrón durante las clases.

Estructura fija de la clase	Número de respuestas	Porcentaje (%)
Sí	9	90
No	1	10

Tabla 21. Estructura fija en clase.

Las estructuras indicadas en su mayoría hacen referencia a una primera parte relacionada con el calentamiento y estiramiento, la parte principal acorde al entrenamiento planeado en el que se pueden incluir algunos juegos de diferente carácter, algún juego para cerrar la clase y la despedida. En algunos casos se trabaja desde la experiencia y conocimientos teóricos de lo que están haciendo.

Acorde a lo respondido a la pregunta anterior se les preguntó el motivo de emplear ese método o patrón durante las clases. Algunos de los monitores aseguraron que seguían esa estructura para que los alumnos se acostumbren y aprendan a seguir un orden o porque creen que es la estructura más completa, además de que reproducen patrones observados en sus propias experiencias como aprendices. Otro monitor aseguró que el calentamiento y estiramiento son partes necesarias en todo entrenamiento para evitar la aparición de lesiones, el hecho de realizar dinámicas relacionadas con el arte marcial y el juego les hace relacionarse mejor con los iguales y el entorno que los rodea, por otra parte en toda clase de kárate deben hacerse ejercicios relacionados con la práctica de este deporte, por lo que se harán adaptándose a las diferentes edades y conocimientos de este, aunque para esta persona no significa que esta parte deba ser

la de mayor duración, por último, como recompensa por el duro trabajo considera que es bueno proponerles algún juego para los últimos minutos de la clase.

Ítem 3: beneficios y mejoras.

Para este ítem se pretende conocer la percepción acorde a las mejoras que ellos observan en sus alumnos en aspectos como: la autoestima, grado de atención, comprensión y regulación de sus emociones, habilidades sociales, valores que permitan vivir en la sociedad y motivación y transferencia de esta a otros ámbitos de sus vidas.

En relación con el aumento de la autoestima el 100% afirmó notar una mejora. Algunas de sus respuestas hacen relación a que los alumnos se sienten más seguros de sí mismos, que se sienten más valorados que en otros deportes, los observan más participativos en clases y niños que eran muy tímidos y no hablaban con sus iguales han logrado hablar, relacionarse con sus compañeros y participar.

Aumento de autoestima	Número de respuestas	Porcentaje (%)
Sí	10	100
No	0	0
No sé	0	0

Tabla 22. Percepción de aumento de la autoestima.

En cuanto al aumento en el grado de atención, nuevamente, el 100% aseguró notar un aumento de este tras un tiempo de práctica en los alumnos. Algunas de las justificaciones hacen referencia a que la inquietud por seguir aprendiendo los mantiene atentos, además que la disciplina impartida hace que vayan adquiriendo más atención con el tiempo, siendo perceptible poco a poco mejoras en los alumnos que presentan déficit de atención.

Grado de atención	Número de respuestas	Porcentaje (%)
Sí	10	100
No	0	0
No sé	0	0

Tabla 23. Percepción del aumento de atención.

Cuando se les preguntó sobre si observaban en sus alumnos una mejora en la comprensión y regulación de sus emociones el 70% afirmó notarlo, mientras que el 30% restante indicó no saberlo con certeza. Respondieron a esto diciendo que el kárate otorga mayor control a la hora de gestionar las emociones desde pequeños, además de ser uno de los muchos objetivos a lograr

por parte del profesor, no solo enseñarles a controlar su cuerpo, sino que también su mente. Por otro lado, el hecho de sentirse parte de un grupo en el que prima el respeto influye y ayuda mucho a la consecución de este objetivo.

Regulación emocional	Número de respuestas	Porcentaje (%)
Sí	7	70
No	3	30
No sé	0	0

Tabla 24. Percepción de mejora en gestión emocional.

En el caso de las habilidades sociales se volvió a dar un 100% afirmando la mejora de estas. Algunas de las respuestas dadas implican que el compañerismo que se da en el grupo implica un mayor grado de socialización entre ellos, sobre todo en la etapa adolescente donde la complicidad entre los alumnos aumenta. Otros ejemplo propuestos son los casos de alumnos que son tímidos y no hablaban con sus compañeros y después de un tiempo de práctica han conseguido abrirse y ser ellos mismos los que buscan las interacciones sociales con los demás, superando esa timidez inicial.

Mejora de habilidades sociales	Número de respuestas	Porcentaje (%)
Sí	10	100
No	0	0
No sé	0	0

Tabla 25. Percepción de mejora en destrezas sociales.

Cuando se les preguntó sobre si consideraban que los alumnos aprendían valores para vivir en sociedad respetando a todos las personas con las que conviven, el 90% aseguró notar esa ganancia, mientras que el 10% no lo sabe con certeza. A modo de justificación de sus respuestas, algunos monitores hicieron referencia a que el kárate y el deporte en general aportan valores tanto grupales como personales que con el tiempo forman parte de su personalidad. Otro de los monitores dijo: “Lo normal es que el kárate busque inculcar valores positivos, pero gran parte de esto es por lo que ven en casa y en sus amistades en el colegio. He visto que varios alumnos con un tiempo de entrenamiento similar, los valores son casi diametralmente distintos, teniendo un contexto social muy parecido y el mismo “sensei”, exceptuando amistades y familia”.

Obtención de valores	Número de respuestas	Porcentaje (%)
Sí	9	90
No	0	0
Tal vez	1	10

Tabla 26. Percepción de adquisición de valores.

Para finalizar con este bloque, se preguntó si sienten que sus alumnos están motivados con la práctica de kárate y lo reflejan en otras áreas de su vida. El 80% indicaron que sí lo notaban, mientras que el 20% piensan que sí están motivados, pero no observan que lo reflejen en otros ámbitos de su vida. En el caso de los que dijeron que sí justificaron su respuesta diciendo que intentan inculcar que todos los aspectos tratados en las clases de kárate se pueden implementar en su vida cotidiana y, con ello, en sus estudios y/o trabajos. Por otro lado, los que dijeron no verlo reflejado en otros ámbitos de su vida es debido a que solo tratan con los alumnos dentro del horario de clases y las familias no hacen comentarios referentes a esto con ellos.

Reflejo de motivación en otros ámbitos	Número de respuestas	Porcentaje (%)
Sí	8	80
Sí, pero no lo percibo	2	20
No	0	0
No sé	0	0

Tabla 27. Percepción de motivación en otros ámbitos.

Ítem 4: efectos reales.

En este bloque se les pide a los monitores que indiquen, a su parecer, cuáles son los beneficios reales que tiene el kárate en niños de edad escolar, haciendo un hincapié en aquellos entre los 6 y 12 años, además de preguntarles si consideran que el kárate puede ser una buena forma de terapia para niños con NEAE.

En cuanto a la primera cuestión, la mayoría hace referencia a la disciplina, empatía, seguridad en sí mismos, lateralidad y psicomotricidad, socialización, respeto, educación, gestión emocional, trabajo en equipo y valores. Citando a uno de los monitores: “En primer lugar, disciplina. Es una edad en la que se va adaptando, aunque de manera inconsciente, la personalidad de cada uno, por lo que fomentar el hecho de ser personas responsables, respetuosas tanto con los demás como con uno mismo, y autoestima, me parece esencial en la sociedad que nos movemos hoy en día”.

Finalmente, en relación con la segunda pregunta de este ítem, se les preguntó si consideraban la práctica de kárate como una terapia efectiva para los niños con NEAE. El 90% asegura que sí, mientras que el 10% restante indican que tal vez lo podría ser. Los comentarios obtenidos a esta pregunta indican que sí, pues el kárate da herramientas, aporta un entorno seguro en el que desarrollarse, aporta valores y motivación de superación de las dificultades que se puedan presentar. Por otro lado, también se hace referencia a que dentro de una escuela de kárate hay lugar para todos, no se hacen discriminaciones como en otros deportes. Uno de los monitores dijo: “He visto una gran mejora en alumnos con necesidades especiales, teniendo estos además del kárate otro apoyo/terapia, ya sea psicológica, con caballos, etc., por lo que pienso que el kárate gana gran poder acompañado de otra terapia”.

¿Kárate como terapia?	Número de respuestas	Porcentaje (%)
Sí	9	90
No	0	0
Tal vez	1	10

Tabla 28. Opinión kárate como terapia.

6. Discusión

Algunos estudios, como en el de Montesdeoca, Ruiz, Marchena y Lasso (2015), indican que la práctica de kárate hace que la autoestima de los niños que lo practican aumente, con las respuestas obtenidas, a través de las familias y los monitores de los alumnos, se puede comprobar que esta percepción está presente en los encuestados. Aunque en algunos casos los niños ya eran percibidos como seguros de sí mismos y tenían buena autoestima, otros que se mostraban un poco más tímidos y/o introvertidos tras un tiempo de práctica han conseguido sentirse más seguros de sí mismos y sus capacidades.

Por otro lado, en el estudio de Cuzco, Rodríguez y Saicedo (2021) se afirma que la práctica de esta disciplina aporta una serie de valores y filosofía que se pueden transferir a distintos ámbitos de la vida cotidiana, es decir, no solo en clases de kárate. Más de la mitad de las familias aseguran que observan que sus hijos se sienten con más motivación a la hora de hacer la tarea escolar, con el fin de poder terminar todos sus deberes y poder asistir a las clases de kárate. Aunque esto no implica que tengan un mejor rendimiento en la escuela, puesto que la mayor parte de las familias encuestadas aseguran que sus hijos ya contaban con buenas notas incluso antes de comenzar en este arte marcial.

Teniendo en cuenta lo dicho por Bu et al. (2010), la práctica de artes marciales permite un mejor autoconocimiento y regulación emocional. Con las respuestas obtenidas, en general, se puede observar que esto es cierto, ya que los niños ganan herramientas para poder resolver sus problemas sin hacer uso de la impulsividad o la agresividad, respetando turnos de palabra y explicando sus puntos de vista. Esta mejora se puede observar mejor en los alumnos de más edad y que, a su vez, llevan mayor tiempo de práctica.

En el estudio de Montesdeoca et al. (2015), se concluye que en casos de niños con TDAH hay una mejora en las habilidades sociales. Esto puede no solo ser aplicado a niños con TDAH, sino que también en niños que presenten otro tipo de NEAE o ninguna. Las familias y monitores encuestados aseguran que, sobre todo, en casos de niños introvertidos y/o tímidos hay un aumento de socialización con los iguales. Este hecho se podría deber a la creación de un entorno seguro en el que desarrollarse todos sin tener que enfrentarse a ningún tipo de discriminación.

En referencia a la mejora de la atención, las familias y monitores encuestados afirman notar un aumento de esta, mientras que, en el estudio de Montesdeoca et al. (2015) se afirma que esta mejora es solo durante el tiempo de la práctica y un tiempo breve después de esta. La opinión de los monitores puede afirmar esto, pero la percepción de las familias indicaría que esta mejora de la atención perdura más allá del tiempo de práctica y posterior a las sesiones, ya que puede identificarse en días que no tienen clases de kárate.

Cuzco, Rodríguez y Caicedo (2021) aseguran que la práctica de kárate permite el desarrollo de habilidades motrices en niños con Síndrome de Down. La mayoría de las familias encuestadas aseguran haber notado que sus hijos han conseguido un mejor control y uso de su cuerpo, en comparación con otros niños de su misma edad y que no practican esta disciplina. Por otro lado, en Orozco (2015) se habla de mejora de la coordinación y los reflejos. Las familias aseguraron notar a sus hijos más ágiles, con mejor equilibrio, más flexibilidad, a pesar de, en algunos casos, estar por encima del peso correspondiente a su edad, por lo que se puede afirmar que en el caso de los encuestados esto se cumple, aunque sea mínima la mejora en las habilidades motrices en niños que practican kárate es una realidad perceptible por las personas que más tiempo conviven con ellos, es decir, estos beneficios son observables por parte de las familias y de los monitores de kárate.

Se puede ver que la mayoría de las familias aseguran observar un aumento de la responsabilidad desde que los niños iniciaron la práctica de kárate. En Cuzco, Rodríguez y Caicedo (2021) se menciona que uno de los valores que se enseñan en la práctica de esta disciplina es,

precisamente, el desarrollo de la responsabilidad, cuya importancia en la primera infancia es bastante grande. Aunque algunas familias afirman que sus hijos eran responsable incluso antes de comenzar en las clases de kárate, un gran porcentaje asegura que la motivación por no olvidar los materiales o hacer sus deberes para poder ir a clases sin ningún inconveniente ha influido en la adquisición de una mejor organización y responsabilidad.

7. Conclusiones

Como se indica en el apartado de objetivos, el principal objetivo de este trabajo es conocer los beneficios reales que aporta el kárate en los niños de edad escolar que lo practican, desde la perspectiva de sus familias y monitores. En general, se puede afirmar que los beneficios indicados en estudios anteriores a este se cumplen en el caso de los encuestados.

La coordinación y el control corporal, la autoestima, la motivación, el control emocional, las habilidades sociales, el nivel de atención, la responsabilidad y las calificaciones escolares han mejorado en la mayoría de los casos desde el comienzo de la práctica de esta disciplina. En los casos que no ha mejorado alguna de estas es debido a que el niño en cuestión ya tenía adquirida la destreza o el hábito y, en caso de haber mejora, no es lo suficientemente perceptible por parte de los encuestados. Estos beneficios se hacen más notables cuando los niños llevan un tiempo considerable de práctica creando ciertos hábitos que forman parte de su rutina diaria y que, en algunos casos, generan una sensación de madurez en el propio niño y de percepción de dicha madurez en las personas a su alrededor.

Los monitores encuestados para esta investigación indican sentirse preparados para atender a los alumnos con NEAE, a pesar de no tener una formación específica para ello. Explican que con la experiencia y el sentido común han ido aprendiendo a tratar con los diferentes alumnos. Aunque, en algunos casos, la percepción es distinta, ya que el saber que hay un niño con NEAE en la clase puede hacer que la atención del monitor se desvíe más de lo necesario a ese alumno llegando a poder descuidar a los demás.

Por otro lado, todos los monitores muestran su acuerdo a que la práctica de kárate puede ser una buena terapia y ayuda para el alumnado que presenta NEAE. También algunos de ellos inciden en que la utilización del kárate como terapia puede ser mucho más beneficiosa en combinación con otro tipo de terapias muy empleadas, como pueden ser la psicológica o con animales.

En general, se puede observar a través de las respuestas recibidas que la edad y el tiempo de práctica son variables clave en la adquisición de estos beneficios. También que el motivo de inicio, la satisfacción, el interés por la práctica y la motivación en otros ámbitos de su vida diaria, como puede ser la escuela, pueden estar bastante relacionados, pues si fue idea del propio niño iniciar la práctica y esta le gusta es más probable que adquiera estos beneficios.

Ha sido complicado realizar esta investigación, pues para mantener el anonimato de las familias y monitores participantes se han realizado encuestas a través de internet. Al ser de manera escrita algunos participantes no han respondido a todas las preguntas, por lo que, al no justificar todas las respuestas dadas, algunos datos importantes de sus percepciones se han perdido. Aunque es cierto que algunas percepciones, posiblemente muy interesantes, se han perdido con el método de recogida de información empleado, aquellas justificaciones que han llegado han sido bastante sustanciosas.

Finalmente, Lakes et al. (2013) aseguran que existen programas para la práctica de artes marciales en escuelas públicas de Norteamérica. Teniendo en cuenta los beneficios que aporta la práctica de deporte en general, y más concretamente las artes marciales en particular, sería interesante que en las escuelas se trabajasen talleres con expertos en la materia, bien dentro del horario lectivo o bien se propusiese esta disciplina como actividad extraescolar. Ya que, para muchos, el kárate es más que un deporte, pues se convierte en un estilo de vida que se refleja en los diferentes aspectos de su cotidianidad. A diferencia de los que muchos pueden pensar, el kárate, no es un medio para hacer daño a otros, sino un medio de defensa y crecimiento personal.

8. Referencias bibliográficas

Abreu, J. L. (2014). El Método de la Investigación. *Revista Daena: Interbational Journal of Good Conscience*, 9(3), 195-204. [http://www.spentamexico.org/v9-n3/A17.9\(3\)195-204.pdf](http://www.spentamexico.org/v9-n3/A17.9(3)195-204.pdf)

Angulo, M. C., Rodríguez, L., Salvador, M. L., Luna, M. y Prieto, I. (2008). *Manual de Necesidades Específicas de Apoyo Educativo*. Junta de Andalucía. <https://www.juntadeandalucia.es/educacion/portalaverroes/publicaciones/contenido/m-anual-de-necesidades-especificas-de-apoyo-educativo>

- Blasco, T. (1994). La teoría interconductual: ¿una alternativa conceptual para la psicología? *Revista Análisis y Modificación de Conducta*, 20 (69), 58-78.
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7075363.pdf>
- Cuzco, M. A., Rodríguez, S. y Caicedo, J. G. (2021). La práctica de karate-do y la habilidad motriz en niños con discapacidad intelectual. *Revista Explorador Digital*, 5(3), 126-138.
<https://cienciadigital.org/revistacienciadigital2/index.php/exploradordigital/article/view/1791/4447>
- Fernández Tejeiro, C. (1988). *Aproximación a la historia del karate do*. Recuperado el 14 de marzo de 2022, de <https://bunkaisport.com/wp-content/uploads/2019/04/HISTORIA-DEL-KARATE-DO.pdf>
- Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. Boletín Oficial del estado, 106, de 4 de mayo de 2006. <https://www.boe.es/buscar/pdf/2006/BOE-A-2006-7899-consolidado.pdf>
- Ley 17/2007, de 10 de diciembre, de Educación de Andalucía. Boletín Oficial de la junta de Andalucía, 252, de 26 de diciembre de 2007.
<https://www.juntadeandalucia.es/boja/2007/252/boletin.252.pdf>
- Medina Hernández, A. (2021). *Propuesta de innovación: el karate en la asignatura de educación física* [Trabajo de Fin de Grado, Universidad de La Laguna].
<https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/24209/E1%20karate%20en%20la%20asignatura%20de%20Educacion%20Fisica.%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Montesdeoca, R., Ruiz, G., Marchena, R. y Lasso, J. (2014). Alumnado con TDAH y deportes de lucha. *Revista El Guiniguada: Revista de investigaciones y experiencias en Ciencias de la Educación*, 23, 135-148.

<https://accedacris.ulpgc.es/bitstream/10553/14016/11/256-Texto%20del%20art%3%adculo-971-1-10-20150812.pdf>

Moreno, R. (2004). La Psicología interconductual en España: Orígenes y desarrollo. *Revista Acta comportamentalia*, 12(1), 39-51.
https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/17232/file_1.pdf?sequence=1

Orozco Calderón, G. (2015). Cerebro y artes marciales: beneficios, riesgos e intervención neuropsicológica. *Revista Ciencia & Futuro*, 5(4), 142-156.
http://revista.ismm.edu.cu/index.php/revista_estudiantil/article/download/1201/641

Real Federación Española de Kárate y Disciplinas Asociadas (2021). *Normativa de competición para-karate*. Recuperado el 11 de abril de 2022, de <http://www.rfek.es/images/pdf/normativas/NORMATIVA-PARAKARATE-2021.pdf>

Santi, M. F. (2016). Controversias éticas en torno a la privacidad, la confidencialidad y el anonimato en investigación social. *Revista Bioética y Derecho*, 37, 5-21.
https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1886-58872016000200002

Sarco Jiménez, P. J. (2014). *La práctica del karate-Do y su influencia en el desarrollo psicomotriz y conductual en niños y niñas de 8 a 10 años de edad* [Tesis, Universidad de Guayaquil]. <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/19017>

Suescún Jimeno, F. S. (2020). Karate do inclusivo en la ciudad de Barranquilla. *Revista Educación Física, Deporte y Salud*, 3(6), 71-84.
<http://investigaciones.uniatlantico.edu.co/revistas/index.php/REDFIDS/article/view/3175/3969>