



CENTRO UNIVERSITÁRIO FAMETRO  
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA

**Carlos Diogo Silva Amaro**

O DESENVOLVIMENTO DAS COMPETENCIAS SOCIOEMOCIONAIS  
ATRAVÉS DA PRÁTICA DO KARATE EM ESCOLARES

**FORTALEZA**

**2020**

**Carlos Diogo Silva Amaro**

**O DESENVOLVIMENTO DAS COMPETENCIAS SOCIOEMOCIONAS  
ATRAVÉS DA PRÁTICA DO KARATE EM ESCOLARES**

Trabalho de conclusão de curso apresentado ao curso de Licenciatura em Educação Física da Centro Universitário Fametro - UNIFAMETRO sob orientação da Professor Me. Bruno Feitosa Policarpo como parte dos requisitos para a conclusão do curso.

FORTALEZA

2020

**Carlos Diogo Silva Amaro**

O DESENVOLVIMENTO DAS COMPETENCIAS SOCIOEMOCIONAS  
ATRAVÉS DA PRÁTICA DO KARATE EM ESCOLARES

Este artigo foi apresentado no dia 08 de junho de 2020 como requisito para obtenção do grau de licenciado do Centro Universitário Fametro - UniFametro, tendo sido aprovada pela banca examinadora composta pelos professores

BANCA EXAMINADORA

---

Prof. Me. Bruno Feitosa Policarpo  
Orientador - UNIFAMETRO

---

Prof. Me. Jose Ribamar Ferreira Junior  
Membro - UNIFAMETRO

---

Prof. Me. Dr. Rubens Porto Guilhon  
Membro - SEDUC

# O DESENVOLVIMENTO DAS COMPETÊNCIAS SOCIOEMOCIONAIS ATRAVÉS DA PRÁTICA DO KARATE EM ESCOLARES

Carlos Diogo Silva Amaro<sup>1</sup>

Bruno Feitosa Policarpo<sup>2</sup>

## RESUMO

Devido a vida moderna muito agitada e acelerada, as vezes esquecemos de observar a importância da socialização e as condições emocionais dos que estão ao nosso redor, e esses aspectos sociais e emocionais são importantes principalmente em quem ainda está em formação, como nossas crianças e adolescentes. Tendo isso em vista vamos analisar nesse trabalho o desenvolvimento de tais aspectos através da prática de karate. A pesquisa se caracteriza como um estudo direto descritivo, transversal com uma abordagem predominantemente quantitativa. Os cenários dessa pesquisa foram escolas públicas e privadas onde aconteçam aulas de karate. Participaram dessa pesquisa 9 professores de educação física que atuam em escolas ministrando aulas de karate para alunos em idade escolar. Para obter as informações foi aplicado um questionário através do Google formulários, onde os principais resultados obtidos apontam que 100% dos professores consideram que a prática de karate desenvolve as competências socioemocionais. 30% ressaltam a melhoria da disciplina dos praticantes, 30% relataram um aumento na autoconfiança da turma, 100% dos entrevistados já testemunhou alguma mudança comportamental em relacionadas a socialização com relação as práticas do karate. Conclui-se que o karate por ser um esporte de contato requer por parte dos seus praticantes o respeito as limitações físicas do adversário, deste modo desenvolvendo no seu meio uma habilidade social chamada de empatia. Conclui-se também que a prática de karate desenvolve a capacidade de cada um de lidar com suas próprias emoções, desenvolver autoconhecimento, se relacionar com os outros, de ser capaz de colaborar, mediar conflitos e solucionar problemas.

**Palavras-chave; Karate, escolares, aspectos socioemocionais.**

## ABSTRACT

Due to the very hectic and fast-paced modern life, we sometimes forget to observe the importance of socialization and the emotional conditions of those around us, and these social and emotional aspects are important especially in those who are still in training, such as our children and adolescents. With this in mind, we will analyze this work the development of such aspects through the practice of karate. The research is characterized as a direct descriptive, cross-sectional study with a predominantly quantitative approach. The scenarios of this research were public and private schools where karate classes take place. 9 physical education teachers who work in schools teaching karate classes to school-age students participated in this research. To obtain the information, a questionnaire was applied through Google forms, where the main results obtained indicate that 100% of the teachers consider that the practice of karate develops socioemotional skills. 30% emphasize the improvement of the practitioners' discipline, 30% reported an increase in the class's self-confidence, 100% of the interviewees have already witnessed some behavioral change related to socialization in relation to karate practices. We conclude that karate, as a contact sport, requires that its practitioners respect the physical limitations of the opponent, thus developing in their environment a social skill called empathy. It is also concluded that the practice of karate develops the ability of each one to deal with their own emotions, develop self-knowledge, relate to others, to be able to collaborate, mediate conflicts and solve problems.

**Key words; Karate, schoolchildren, socioemotional aspects**

<sup>1</sup>Graduando No Curso De Educação Física Do Centro Universitário Fametro – UNIFAMETRO

<sup>2</sup> Mestre em Ensino na Saúde. Professor Adjunto Do Centro Universitário Fametro - UNIFAMETRO

## 1 INTRODUÇÃO

A sociedade vem perdendo valores importantíssimos como o respeito ao próximo. Essa falta de respeito e a competição do dia a dia faz com que enfraqueça o caráter do ser humano.

O karate com sua filosofia milenar tem como objetivo principal atingir o equilíbrio físico e emocional em busca da perfeição do caráter do indivíduo. De acordo com Guimarães e Guimarães (2002, p.41) os sete princípios do Bushi-dô (o caminho do guerreiro) são: a verdade, a atitude justa, a bravura, o amor incondicional ou amor universal, o comportamento justo, à cortesia (ocupar harmoniosamente o espaço onde você está), a sinceridade, a honra (consciência real do que se possui), devoção e lealdade.

Para Funakoshi (2005 p. 5) aqueles que ambicionam exercitar-se no Caminho do Karate não devem se preocupar apenas com os aspectos técnicos; precisam também procurar cultivar os aspectos espirituais do “Caminho”, uma vez que o verdadeiro karatê-do instrui tanto a mente quanto o corpo.

Desta feita, formulou-se a seguinte questão da atividade investigativa: quais são as competências socioemocionais desenvolvidas através da prática de karate em escolares?

Pensando de forma hipotética e puramente baseada no conhecimento empírico do pesquisador, pode-se supor que a prática de karate por escolar ajuda no desenvolvimento das competências socioemocionais, através da socialização entre praticantes, apoio mútuo nas atividades propostas nas aulas, trabalho em equipe e filosofia empregada nas aulas.

Assim sendo, os objetos de estudo desta pesquisa são: karate, escolares e competências socioemocionais, logo o objetivo da pesquisa é verificar se as competências socioemocionais são desenvolvidas em escolares com a prática do karate.

Em uma busca no sítio eletrônico da Google Acadêmico foram verificados 96 estudos sobre o tema proposto, todavia, nenhum foi ambientado no município de Fortaleza e nem no estado do Ceará, tal fato também justifica esta pesquisa.

De acordo com Eisenberg(2006) e Bradshaw, (2008). A pesquisa sobre as competências socioemocionais se torna relevante pois com o resultado de uma série

de estudos, conduzidos pelas mais diferentes áreas de conhecimento, têm demonstrado que indivíduos com altos níveis de desenvolvimento socioemocional apresentam, dentre outros resultados, maiores indicadores de bem-estar, menor prevalência de sintomas depressivos e maiores índices de satisfação nos relacionamentos interpessoais.

O estudo pode vir a ser importante para professores de karate, profissionais de Educação Física, para praticantes de karate em geral e gestores escolares, pois não foram encontrados outros estudos com esse tema, foi realizada uma pesquisa de campo onde foram coletados diversos dados de extrema relevância.

## **2 REFERÊNCIAL TEÓRICO**

### **2.1 Karate**

O Karate é uma das artes marciais mais antigas e praticadas no mundo. Há diversas versões quanto à origem das artes marciais, dentre essas versões, a que é mais comentada por estudiosos no assunto e que existem relatos que afirmam que as artes marciais tiveram origem pelas mãos de um monge hindu Dodhidarma ou Daruma. De acordo com Guimarães e Guimarães (2002), o karate com sua filosofia milenar tem como objetivo principal atingir o equilíbrio físico e emocional em busca da perfeição do caráter do indivíduo.

Tan (2004, p. 172, *apud* MARTINS e KANASHIRO, 2010), defendem que, muitos relatos que envolvem a história do karate baseiam-se em lendas e mitos, dificultando precisar sua origem. A rigor, devemos falar de origens, uma vez que diversos fatores concorreram para o seu surgimento. Uma das versões mais aceitas é que o desenvolvimento do karate ocorreu na ilha de Okinawa, através de muitos mestres de artes marciais típicas da ilha, conhecidas como Naha-te, Shuri-te e Tomari-te, respectivamente praticadas nas cidades de Naha, Shuri e Tomari.

Segundo Guimarães e Guimarães (2002, p. 44 e 45), Funakoshi dava ênfase ao fato de que sua metodologia proporcionava a oportunidade de chegar à verdade filosófica. Não somente pelos seus atos, mas pelo que diziam os seus alunos “dotado de uma tremenda força interior”. Sua técnica era tão apurada, seus golpes e bloqueios vigorosos e violentos, que poucos alunos ousavam treinar com ele. Até em idade avançada Funakoshi executava os katas (luta imaginária), com a perfeição ímpar do

seu estilo. Ele foi intitulado como pai do Karate-dô moderno. Os seus métodos eram notáveis e sua técnica avançada, baseando o seu método na arte da defesa, como ele próprio dizia “karate ni sente nashi” (no karate não existe atitude ofensiva).

Para Funakoshi (2005 p. 5) aqueles que ambicionam exercitar-se no “caminho” do Karatê não devem se preocupar apenas com os aspectos técnicos, precisam também procurar cultivar os aspectos espirituais do “caminho”, uma vez que o verdadeiro karatê-do instrui tanto a mente quanto o corpo. Os vinte princípios de Gichin Funakoshi propiciam aos que se iniciam no karatê-do um meio de acesso ao lado espiritual da arte marcial. Para os que já estão se adestrando nessa arte, os princípios funcionam como um recurso fecundo e proveitoso para o desenvolvimento espiritual.

De acordo com Cardoso e Negreiros (2005, p. 15) na sabedoria oriental não existe má energia e sim, energia mal direcionada, é como alguém que sofre um ataque do oponente e confronta apenas com força, ocasionando lesões para si ou para ambos, quando poderia projetar o golpe ao vazio, apenas usando uma técnica de defesa ou esquiva.

Nesse contexto, Funakoshi (2005 p. 8) assevera que os seres humanos são mais fortes quando acreditam que estão certos. A força derivada da confiança de alguém que sabe que está certo se expressa pelo ditado: "Quando me analiso e vejo que estou do lado certo, então não importa que eu tenha de lutar contra mil ou contra dez mil adversários, devo ir em frente". Evitar ação quando a justiça está em jogo demonstra falta de coragem.

Segundo Cardoso e Negreiros (2005, pág. 11) o intuito de esforço é um elemento fundamental para vencer obstáculos encontrados em nosso caminho e nenhum esforço físico acontecerá sem fé. Portanto, a determinação é fator primordial para um vencedor.

## **2.2 O karate na escola.**

Segundo Darido e Souza Junior (2010, p. 200) há milhares de anos as lutas vêm sendo praticadas por milhões de pessoas em todo o mundo. A verdade é que o homem passou a ter conhecimento de que com suas habilidades poderia vencer adversários na luta pela própria sobrevivência, a humanidade passou a desenvolver

técnicas de caça com a utilização do próprio corpo, baseadas em observação aos animais predadores no ataque às suas presas.

Simões (2006, p. 37) relata que as lutas devem servir como instrumento de auxílio pedagógico ao Profissional de Educação Física: “o ato de lutar deve ser incluído dentro do contexto histórico-sócio-cultural do homem, já que o ser humano luta, desde a pré-história, pela sua sobrevivência”.

As lutas são disputas em que o(s) oponente(s) deve(m) ser subjugado(s), mediante técnicas e estratégias de desequilíbrio, contusão, imobilização ou exclusão de um determinado espaço na combinação de ações de ataque e defesa. (BRASIL, 2001).

A prática das lutas nas aulas de Educação Física deve ser considerada, uma vez que estão inclusas no bloco de conteúdos da disciplina, exposto nos PCN's:

Os conteúdos estão organizados em três blocos, que deverão ser desenvolvidos ao longo de todo o ensino fundamental. A distribuição e o desenvolvimento dos conteúdos estão relacionados com o projeto pedagógico de cada escola e a especificidade de cada grupo, assim, não se trata de uma estrutura estática ou inflexível, mas sim de uma forma de organizar o conjunto de conhecimentos abordados, segundo enfoques que podem ser dados: esportes, jogos lutas e ginástica; atividades rítmicas e corporais e conhecimentos sobre o corpo (BRASIL, 2001).

Segundo Simões (2006, p. 39) a prática das lutas pode trazer inúmeros benefícios ao indivíduo, destacando-se o desenvolvimento motor, o cognitivo e o afetivo-social.

### **2.3 Os Aspectos socioemocionais relacionados ao karate.**

Tais competências vêm sendo classificadas em duas vertentes: as reconhecidas e mensuradas pelos sistemas educativos, chamadas de competências cognitivas (relacionadas às disciplinas curriculares e aspectos cognitivos), bem como aquelas que não fazem parte do currículo, porém tão importantes quanto, chamadas de competências socioemocionais (SANTOS & PRIMMI, 2014).



Segundo Durlak, Weissberg, Dymnicki, Taylor & Schellinger, (2011). Chamadas como competências para o século XXI, as competências socioemocionais têm sido, cada vez mais, destacadas na literatura científica internacional. Isso porque o resultado de uma série de pesquisas, conduzidas pelas mais diversas áreas de conhecimento, têm demonstrado que indivíduos com altos níveis de desenvolvimento socioemocional apresentam, dentre outros resultados, maiores indicadores de bem-estar, menor prevalência de sintomas depressivos e maiores índices de satisfação nos relacionamentos interpessoais, assim como em indicadores do funcionamento da vida em geral.

Saarni (1999, p. 57) defende que a competência emocional como a “demonstração da eficácia pessoal nos relacionamentos sociais que evocam emoção”. Esta definição explica a complexidade da competência emocional, e fala da eficácia pessoal aplicada aos relacionamentos sociais, como sendo a capacidade de alcançar um resultado desejado. Quando a eficácia pessoal é aplicada aos relacionamentos sociais, a pessoa ao mesmo tempo que reage emocionalmente, aplica os seus conhecimentos e a sua significação sobre as emoções. Fica assim implícito que as reações emocionais estão imbuídas de um significado social: “a competência emocional é inseparável do contexto cultural” (Saarni, op. cit, p. 58). Nossa relação social influencia as nossas emoções e, por sua vez, as nossas emoções influenciam os nossos relacionamentos. Saarni defende ainda que a competência emocional está diretamente ligada a conceitos como compaixão, autocontrole, justiça e senso de reciprocidade, e que não se pode separar competência emocional do senso moral.

Observando alguns dos autores dedicados à educação socio-emocional (Bisquerra, 2000; Goleman, 1997; Vallés & Vallés, 2000) encontramos objetivos gerais recorrentes que separamos em 5 grupos:

1. Gestão das emoções: Ter habilidades para controlar as próprias emoções, prevenir os efeitos prejudiciais das emoções negativas, desenvolver habilidades de resistência à frustração, desenvolver habilidades para gerar emoções positivas.

2. Controlar as emoções: Desenvolver habilidades de automotivação, maior capacidade de concentração nas tarefas e maiores responsabilidades, desenvolver a capacidade de saber esperar por recompensas a longo prazo em.

3. Gerir relacionamentos: Desenvolver capacidade de cooperação e de competências para resolver conflitos, negociar acordos, partilha e de ajuda.

4. Empatia: Desenvolver a capacidade de aceitar a perspectiva do outro, desenvolver sentimentos de empatia e sensibilidade com os outros, e desenvolver a capacidade de escuta.

5. Autoconsciência emocional: Desenvolver um melhor conhecimento das próprias emoções, reconhecer as diferenças entre sentimentos e ações, e compreender as causas dos sentimentos.

### **3 MATERIAIS E MÉTODOS**

#### **3.1 Tipo de Estudo**

A pesquisa se classifica como um estudo direto, descritivo transversal com uma abordagem qualitativa predominante.

Segundo Rouquayrol (1994), assim define a pesquisa **transversal**: é o **estudo** no qual fator e efeito são observados num mesmo momento histórico e, atualmente, tem sido o mais empregado.

De acordo com Marketing e Calder (1977) concluiu que, a pesquisa qualitativa proporciona um conhecimento mais profundo e subjetivo do cliente e, na prática, tem se tornado quase sinônimo de entrevista de grupo focal.

#### **3.2 Período e local da pesquisa**

A pesquisa teve cenário indefinido, os dados foram coletados através de um link do Google formulário que foi enviado para os professores. No período de fevereiro a junho de 2020.

### **3.3 Amostra**

O universo da pesquisa, são profissionais de Educação Física que ministram aulas de karate em escolas.

A amostra foi composta por 9 indivíduos com mais de anos de experiência no ensino de karate em escolas, formados em Educação Física.

### **3.4 Sujeito da Pesquisa**

Os indivíduos participantes da amostra foram convidados a participar da pesquisa pelo autor do estudo através da ferramenta Google formulário, depois de devida autorização através do Termo de Anuência.

#### **3.4.1 Critérios de Inclusão / Exclusão**

Foram incluídos na amostra: professores de Educação Física que ministram aulas de karate nas escolas com no mínimo 1 ano de experiência.

Foram excluídos da amostra todos aqueles participantes que suje o link foi enviado e não houve retorno ou por ventura não assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido - TCLE.

### **3.5 Coleta de dado e Instrumento de Coleta**

Os dados foram coletados através da plataforma Google formulários, que é uma ferramenta de pesquisa através de quis, onde podemos aplicar uma pesquisa a distancia.

Foi realizada uma breve explicação de como seria aplicado o questionário. Os indivíduos tiveram o tempo que consideraram necessário para responder as perguntas, tendo apenas que responder individualmente.

### **3.6 Aspecto Ético.**

Todas as informações necessárias sobre a pesquisa estavam presentes no TCLE que foram devidamente assinados por todos os pesquisados de forma espontânea e voluntária. Para que o pesquisador pudesse realizar a coleta de dados,

foi solicitada autorização dos responsáveis por meio da assinatura no Termo de Anuência.

Vale reforçar que os participantes tiveram a identidade preservada, puderam desistir a qualquer momento do estudo e não sofreram nenhum risco ou dano físico, mental ou social.

A pesquisa está de acordo com a resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde (CNS).

### **3.7 Análise dos dados.**

Os resultados, quando se trataram das questões objetivas, foram analisados através da estatística descritiva e apresentados através de gráficos e quadros; e, quando se trataram das questões abertas, por meio da análise de conteúdo das respostas, que foram categorizadas e discutidas a luz da subjetividade. Também foram comparados entre si e confrontados com a literatura específica da área

## **4 RESULTADOS E DISCUSSÃO.**

Neste tópico apresentam-se os resultados coletados e respectivas discussões da pesquisa, teve como base a o desenvolvimento das competências socioemocionais através da pratica do karate em escolares.

Na parte 1 do questionário, buscou-se caracterizar a mostra da pesquisa apresentada no quadro resumo abaixo

### **Quadro 1: Caracterização da amostra**

<b>Sexo</b>	<b>Idade</b>	<b>Tempo de atuação</b>	<b>Formação acadêmica</b>
Homens = 6	18 - 25 = 2	1 - 3 anos= 4	graduado = 7
Mulheres= 3	25 - 35 = 6	3 - 5 anos = 2	Especialista = 1
	Acima de 35=1	5 -10 anos = 1	Mestre = 1
		Acima de 10 anos= 2	

**Fonte: Dados da pesquisa, 2020**

Na parte II do questionário buscamos responder à pergunta norteadora da nossa pesquisa, entrevistando professores de karate que atuem em escolas e tropecem informações que comprovasse a hipótese do nosso estudo.

No primeiro questionamento indagamos: A pratica do karate é importante para desenvolver aspectos sociais e emocional em seus praticantes?

No total de 100% dos entrevistados afirmam que a pratica do karate é importante para desenvolver aspectos sociais e emocionais em seus praticantes.

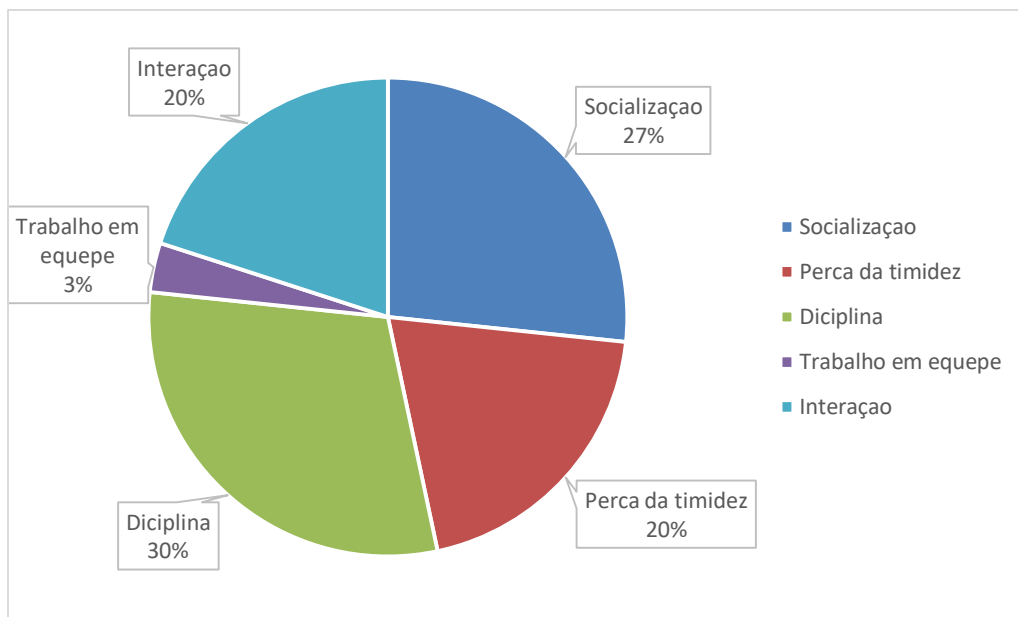
Obtivemos nas respostas dos entrevistados inúmeras semelhanças com relação as competências socioemocionais, os 9 entrevistados ressaltam a importância de tais aspectos e de seus ensinamentos, 3 participantes também relatam que além desse aspectos sociais o karate, e uma arte marcial onde a filosofia oriental e muito marcante.

Dentre as respostas encontramos várias semelhanças, e em um contexto geral os entrevistados afirmam que O karate por ser um esporte de contato requer por parte dos seus praticantes o respeito as limitações físicas do adversário, deste modo desenvolvendo no seu meio uma habilidade social chamada de empatia. Esta habilidade é usada quando nos colocamos na situação do outro para compreendermos quando a luta chegou ao fim. Além de aprender técnicas de ataque e defesa. Aluno de karate, aprende valores, e a se relacionar com os colegas, também passado para o aluno, a importância da humildade e disciplina, esses valores são preceitos filosóficos dessa arte marcial que tem como eixo central a introspecção, a auto avaliação de suas ações como pessoas responsáveis na melhoria de nossa sociedade.

Essas ados estão em consonância com Simões (2006, pag.40), quando menciona que nos aspectos afetivo e social, pode-se observa nos alunos alguns fatos importantes, como a reação de determinadas atitudes, a postura social, a socialização, perseverança, o respeito e a determinação com a pratica das lutas na escola.

No segundo questionamento foi perguntado: Quais aspectos sociais a pratica do kararte desenvolve em seus praticantes?

**Gráfico 1- Aspectos sociais desenvolvidos com o karate.**



**Fonte:**

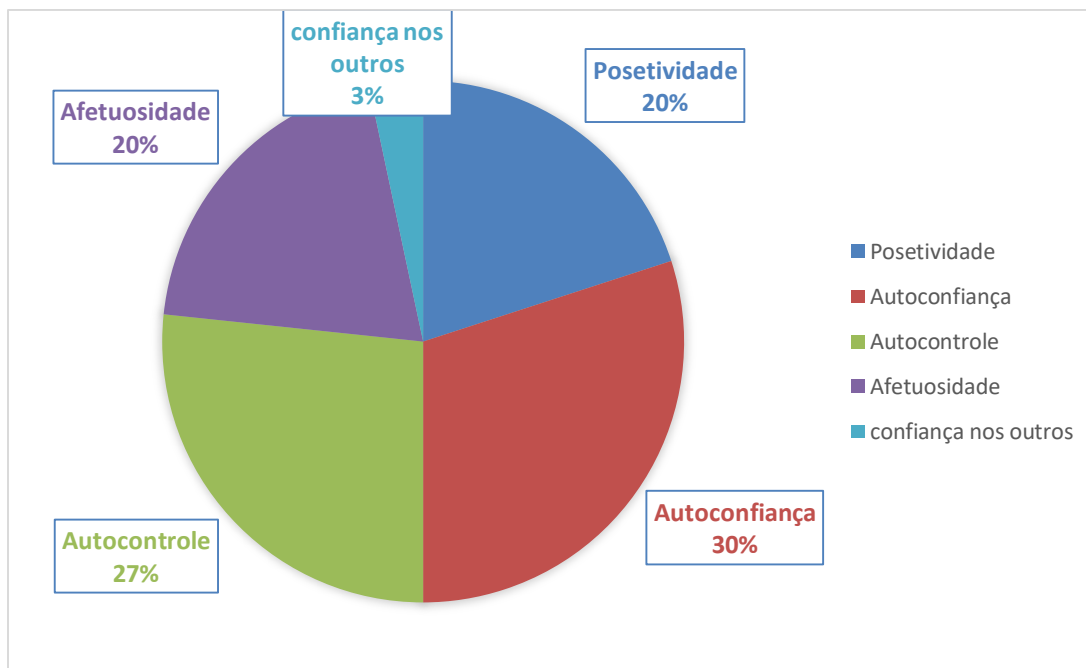
### **Dados da pesquisa, 2020**

Como podemos observar no gráfico acima 27% dos entrevistados afirmam que há uma maior socialização entre escolares que pratiquem karate; 20% dos entrevistados acreditam que há uma perda de timidez; 30% ressaltam a melhoria da disciplina dos praticantes; 3% observam também a melhoria do trabalho em equipe; e 20% notaram que a interação entre os praticantes foi otimizada.

Esses resultados estão de acordo com as concepções de Cardoso e Negreiros (2005) quando declaram que antes de qualquer expressão, olhar, comentário ou ação, devemos entender que estes deverão seguir de respeito, pois só assim o ser humano poderá viver de forma harmoniosa. O respeito deverá estar acima de qualquer coisa e iniciar dentro de nós mesmos. Um carateca deve dirigir-se respeitosamente a quem quer que seja, não importando a sua nacionalidade, raça, credo ou posição social.

No terceiro questionamento indagamos- Quais aspectos emocionais a prática do karate desenvolve em seus praticantes?

### **Gráfico 2- Aspectos emocionais relacionados ao karate**



**Fonte: Dados da pesquisa, 2020**

Como podemos observa no quadro acima 20% dos entrevistados percebeu uma positividade nos alunos;30% relataram um aumento na autoconfiança da turma;27% notou um maior autocontrole de seus alunos;20% notaram uma maior afetuosidade nos praticantes;3%afirma que os alunos passaram a ter uma maior confiança nos outros após começar a praticar karate.

Esses resultados estão em sintonia com os sete princípios do Bushi-dô (o caminho do guerreiro) mencionados por Guimarães e Guimarães (2002, pág.41) no livro “O caminho das mãos vazias karate-do”: a verdade; a atitude justa; a bravura; o amor incondicional ou amor universal; o comportamento justo; a cortesia; a sinceridade; a honra; a devoção e a lealdade.

Em minha quarta pergunta indaguei: Em suas experiências como professo de kararte, já testemunho algum indivíduo que apresentasse mudanças comportamentais relacionada a socialização graças ao karate?

Como o resultado de 100% dos entrevistados já testemunhou alguma mudança comportamental relacionadas a socialização com relação as práticas do karate.

Para Funakoshi (2005 p. 5) aqueles que ambicionam exercitar-se no “caminho” do Karatê não devem se preocupar apenas com os aspectos técnicos, precisam

também procurar cultivar os aspectos espirituais do “caminho”, uma vez que o verdadeiro karatê-do instrui tanto a mente quanto o corpo.

E por fim em minha última pergunta questioneei: De acordo com suas experiências, quanto tempo leva em média para que haja alguma mudança socioemocional em praticantes de karate? Justifique sua resposta.

## Quadro 2. Tempo para mudanças sosioemocional através da pretica do kararte

<b>PARTICIPANTES DA PESQUISA</b>	<b>RESPOSTA DOS PARTICIPANTES</b>
<b>SUJEITO 1</b>	Não existe um tempo exato, tudo depende do indivíduo.
<b>SUJEITO 2</b>	Em alguns a mudança é quase imediata, mas em média 6 meses, seria o tempo apropriado pra adquirir a confiança.
<b>SUJEITO 3</b>	Varia muito de praticante para praticante já vi pessoas muito tímidas com três meses terem autoconfiança de falar em público.
<b>SUJEITO 4</b>	2 meses
<b>SUJEITO 5</b>	De 6 meses a um ano, porque nesse período existe uma maior interação entre a turma
<b>SUJEITO 6</b>	Cerca de um ou dois anos, pois o público alvo das aulas de karatê é em sua maioria pré-adolescentes. Quando o mesmo começa a praticar atividades do karatê ele se encontra na consolidação da sua personalidade, sendo eles muito jovens e quando eles deixam de praticar karate já tem se tornado jovens-adultos. É neste momento que a disciplina empregada nas aulas de karate ajudam a amadurecer positivamente sua personalidade. Todavia, a maturação emocional chega com o tempo, mas praticando uma atividade física que tem como um dos seus pilares a disciplina a mesma ajuda a guiar o aluno neste caminho.
<b>SUJEITO 7</b>	Cada indivíduo responde de forma diferenciada aos estímulos que lhes são impostos. Não existe um prazo determinado para vermos mudanças nos alunos. Como essas mudanças percutem também fora da sala de aula. Vai depender do meio que este aluno está inserido, da faixa etária, da forma como ele interpreta.
<b>SUJEITO 8</b>	Não temos como ser preciso sobre o tempo de mudança do aluno, mas podemos afirmar que em sua maioria as famílias dos alunos relatam as



	mudanças positivas ocorridas no meio familiar em torno de seis meses de prática do karatê. Os familiares contam que melhorou a autoestima, o foco, o respeito e o controle da agressividade.
<b>SUJEITO 9</b>	As mudanças são imediatas. Quando se pratica karatê o mundo se abre para novas possibilidades e realizações.

**Fonte: Dados da pesquisa, 2020**

Na pesquisa realizada com a finalidade de realizar esse trabalho, essa foi a única pergunta onde houve uma maior disparidade, pois, um entrevistado ressaltou que as mudanças são imediatas, 3 relatam uma melhoria socioemocionais por volta de 6 meses, em sua maioria 4 entrevistados ressaltam que essas mudanças podem variar de acordo com o praticante.

O karate com sua filosofia milenar tem como objetivo principal atingir o equilíbrio físico e emocional em busca da perfeição do caráter do indivíduo. De acordo com Guimarães e Guimarães (2002, p.41) os sete princípios do Bushi-dô (o caminho do guerreiro) são: a verdade, a atitude justa, a bravura, o amor incondicional ou amor universal, o comportamento justo, à cortesia (ocupar harmoniosamente o espaço onde você está), a sinceridade, a honra (consciência real do que se possui), devoção e lealdade. Se todas as qualidades descritas pelo autor acima referido, forem postas em prática nas aulas, os praticantes iram desenvolver tais aspectos independente do tempo.

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Concluimos com essa pesquisa que as competências socioemocionais pode ser desenvolvida em escolares através da prática de karate. Essa pesquisa foi realizada partindo do ponto de vista de professores de karate que atuem dentro de escolas, as informações foram obtidas por meio da observação desses profissionais a respeito de seus alunos.

Queremos também reforçar que o estudo não se encerra aqui, e que necessita de novas pesquisas relacionadas ao tema visto que nenhum estudo que aborde o mesmo tema foi encontrado, tendo em vista importância de tais estudos.

Sugiro que outros professores de karate que estejam cursando Educação Física assim como eu se interessem por esse tema, pois vivenciamos tais mudanças no nosso dia a dia e muitas vezes nem as percebemos.

## REFERÊNCIAS

BRASIL. **Parâmetros Curriculares Nacionais: Introdução aos Parâmetros Curriculares Nacionais/Ministério da Educação**. Secretaria da Educação Fundamental.- 3. Ed.- Brasília: MEC/SEF, 2001.

Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Ciss Praxis.

CARDOSO, L.C.; NEGREIROS, O. **Programa oficial de exame para kyu de karate-do 1° kyu**. Jaguaribe: FCK, 2005.

CARDOSO, L.C.; NEGREIROS, O. **Programa oficial de exame para kyu de karate-do 2° kyu**. Jaguaribe: FCK, 2005.

CARDOSO, L.C.; NEGREIROS, O **Programa oficial de exame para kyu de karate-do 5° kyu**. Jaguaribe: FCK, 2005.

DARIDO, S.C.; SOUZA JÚNIOR, O.M. **Para ensinar educação física: possibilidade de intervenção na escola**. 2010. São Paulo: Ed Papirus.

Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The impact of Enhancing Student's Social and Emotional Learning: a Meta-Analysis of School-Based Universal Interventions. *Child Development*, 82(1), 405-432.

FUNAKOSHI, G. **Os vinte princípios fundamentais do karate: o legado espiritual do mestre/** Gichin Funakoshi, Genwa Nakasone; tradução Henrique A. Rêgo Monteiro. São Paulo: Cultrix, 2005.

GUIMARÃES, M.A.T. E GUIMARÃES, F.A.T. **O caminho das mãos vazias karate-do**. Belo Horizonte: Copyrigh©, 2002.

Lipnevich, A. A., & Roberts, R. D. (2012). Noncognitive Skills in Education: Emerging Research and Applications in a Variety of International Contexts. *Journal of Psychology and Education*, 2(2), 173-177

MARTINS, J.C; E KANASHIRO C. **Bujutsu, Budô, esporte de luta**; Instituto de Biociências. UNESP - Univ Estadual Paulista. Campus de Rio Claro, Departamento de Educação Física, Rio Claro, SP. 2010. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/motriz/v16n3/a11v16n3>. Acesso em: 20 de Set. 2015.

NEVES, B.F.M; LOZANO, S.A; MANOEL, W; **A importância das técnicas do karate no processo de socialização e motivação nas aulas de Educação Física do EFA/UNISALESIANO**; Centro Universitário Salesiano Auxilium curso de Educação Física.

Lins- SP. 2009. Disponível em; <http://www.unisaesiano.edu.br/biblioteca/monografias/48944.pdf>. Acesso em 27 de Outubro 2015.

Saarni, C. (1999). Competência emocional e autocontrole na infância. In Salovey & Sluter (Eds.), A inteligência emocional da criança. Aplicações na educação e no dia-dia (pp. 54-84). Rio de Janeiro: Editora Campus. <file:///C:/Users/Monique/Downloads/Dialnet-DoTecerAoRemendarOsFiosDaCompetenciaSocioemocional-3398255.pdf>

Santos, D., & Primi, R. (2014). Desenvolvimento socioemocional e aprendizado escolar: Uma proposta de mensuração para apoiar políticas públicas (Relatório de pesquisa/2014), São Paulo, SP: Instituto Ayrton Senna, Secretaria Estadual de Educação do Rio de Janeiro (SEEDUC), Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico (OCDE). Recuperado de <http://educacaosec21.org.br/wp-content/uploads/2013/07/desenvolvimento-socioemocional-e-aprendizado-escolar.pdf>

SIMÕES, H.F.; **As lutas na educação física escolar**. Revista de Educação Física. n.135, p.36-44, 2006. Disponível em: [http://www.fnkp.pt/uploads/writer\\_file/document/352/As\\_lutas\\_na\\_EF\\_escolar.pdf](http://www.fnkp.pt/uploads/writer_file/document/352/As_lutas_na_EF_escolar.pdf). 22 set. 2015.

Vallés, A. & Vallés, C. (2000). Inteligencia emocional. Aplicaciones educativas. Madrid: Editorial EOS <file:///C:/Users/Monique/Downloads/Dialnet-DoTecerAoRemendarOsFiosDaCompetenciaSocioemocional-3398255.pdf>