



A PRÁTICA DE KARATÊ E O DESENVOLVIMENTO DE FUNÇÕES EXECUTIVAS EM ALUNOS DO ENSINO FUNDAMENTAL

Loreci Santos Endres¹

Cármem Marilei Gomes²

Faculdades Integradas de Taquara - FACCAT

RESUMO

Sabe-se que a prática de artes marciais pode influenciar no desenvolvimento das funções executivas. Assim, é capaz de estimular a concentração e de aprimorar o comportamento social, melhorando o convívio com os colegas, familiares e sociedade. Especificamente a arte marcial denominada de Karatê permite, ao praticante, conhecer melhor suas emoções, e, por meio dessa informação, procurar o autodomínio/autorregulação sobre si mesmo. Assim, o presente estudo teve o objetivo de verificar as percepções de pais e educadores, em relação aos efeitos da prática de Karatê no desenvolvimento de componentes das funções executivas em crianças. Trata-se de uma abordagem quantitativa, na qual foram aplicados questionários para oito pais e oito professores de crianças que participavam de aulas de karatê há pelo menos um ano. A análise dos resultados demonstrou que os construtos relacionados às funções executivas que obtiveram melhora pela percepção dos pais foram: autoestima, capacidade de controle e cuidados pessoais. Já a avaliação dos professores demonstrou que os construtos administração do tempo, relacionamento, desempenho escolar e planejamento foram os que apresentaram melhora, após a prática do karatê. Desse modo, conclui-se que determinados componentes das funções executivas podem ser estimulados pela prática de arte marcial como o karatê, segundo os pais e professores de crianças praticantes.

¹Acadêmica do Curso de Psicologia das Faculdades Integradas de Taquara - FACCAT. E-mail: loreciendres@soufaccat.br

²Bióloga (UFRGS), Mestre e Doutora em Neurociências (UFRGS), Pós-Doutora em Fisiologia (USP) e docente do Curso de Psicologia das Faculdades Integradas de Taquara - FACCAT. E-mail: cmarilei@sou.faccat.br