

UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR
FACULTAD DE HUMANIDADES
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA

**"PERCEPCIÓN DE UN GRUPO DE PADRES SOBRE LA PRÁCTICA DEL KARATE EN LA
AUTORREGULACIÓN DE SUS HIJOS."**

TESIS DE GRADO

PAOLA BEATRIZ BARRIOS BARRIOS

CARNET 10160-05

GUATEMALA DE LA ASUNCIÓN, NOVIEMBRE DE 2017
CAMPUS CENTRAL

UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR
FACULTAD DE HUMANIDADES
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA

**"PERCEPCIÓN DE UN GRUPO DE PADRES SOBRE LA PRÁCTICA DEL KARATE EN LA
AUTORREGULACIÓN DE SUS HIJOS."**

TESIS DE GRADO

TRABAJO PRESENTADO AL CONSEJO DE LA FACULTAD DE
HUMANIDADES

POR
PAOLA BEATRIZ BARRIOS BARRIOS

PREVIO A CONFERÍRSELE
EL TÍTULO DE PSICÓLOGA CLÍNICA EN EL GRADO ACADÉMICO DE LICENCIADA

GUATEMALA DE LA ASUNCIÓN, NOVIEMBRE DE 2017
CAMPUS CENTRAL

AUTORIDADES DE LA UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR

RECTOR: P. MARCO TULIO MARTINEZ SALAZAR, S. J.
VICERRECTORA ACADÉMICA: DRA. MARTA LUCRECIA MÉNDEZ GONZÁLEZ DE PENEDO
VICERRECTOR DE INVESTIGACIÓN Y PROYECCIÓN: ING. JOSÉ JUVENTINO GÁLVEZ RUANO
VICERRECTOR DE INTEGRACIÓN UNIVERSITARIA: P. JULIO ENRIQUE MOREIRA CHAVARRÍA, S. J.
VICERRECTOR ADMINISTRATIVO: LIC. ARIEL RIVERA IRÍAS
SECRETARIA GENERAL: LIC. FABIOLA DE LA LUZ PADILLA BELTRANENA DE LORENZANA

AUTORIDADES DE LA FACULTAD DE HUMANIDADES

DECANO: MGTR. HÉCTOR ANTONIO ESTRELLA LÓPEZ, S. J.
VICEDECANO: DR. JUAN PABLO ESCOBAR GALO
SECRETARIA: MGTR. ROMELIA IRENE RUIZ GODOY

NOMBRE DEL ASESOR DE TRABAJO DE GRADUACIÓN

MGTR. GLORIA PATRICIA SAMAYOA AZMITIA

REVISOR QUE PRACTICÓ LA EVALUACIÓN

MGTR. MARÍA HILDA CABALLEROS ALVARADO DE MAZARIEGOS

Guatemala 9 de noviembre de 2017

Señores
Facultad de Humanidades
Universidad Rafael Landívar
Ciudad

Respetables Señores:

Tengo el agrado de dirigirme a Ustedes para someter a su consideración la tesis de la estudiante **PAOLA BEATRIZ BARRIOS BARRIOS**, , con carnet # 1016005, titulado **“Percepción de un grupo de padres sobre la práctica del karate en la autorregulación de sus hijos”** previo a optar al grado académico de Licenciatura en Psicología Clínica.

Asimismo, por haber tenido la oportunidad de dar seguimiento a la investigación y revisar el informe final, me permito manifestarles que la misma reúne las condiciones exigidas por la Universidad Rafael Landívar y la Facultad de Humanidades para trabajos de esta naturaleza, por lo que me permito someterla a su consideración para que sea nombrado el revisor respectivo.

Atentamente,


Mgtr. Gloria Patricia Samayoa Azmitia
Asesora



Orden de Impresión

De acuerdo a la aprobación de la Evaluación del Trabajo de Graduación en la variante Tesis de Grado de la estudiante PAOLA BEATRIZ BARRIOS BARRIOS, Carnet 10160-05 en la carrera LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA, del Campus Central, que consta en el Acta No. 051420-2017 de fecha 21 de noviembre de 2017, se autoriza la impresión digital del trabajo titulado:

"PERCEPCIÓN DE UN GRUPO DE PADRES SOBRE LA PRÁCTICA DEL KARATE EN LA AUTORREGULACIÓN DE SUS HIJOS."

Previo a conferírsele el título de PSICÓLOGA CLÍNICA en el grado académico de LICENCIADA.

Dado en la ciudad de Guatemala de la Asunción, a los 22 días del mes de noviembre del año 2017.

Irene Ruiz Godoy.

**MGTR. ROMELIA IRENE RUIZ GODOY, SECRETARIA
HUMANIDADES**

Universidad Rafael Landívar



AGRADECIMIENTOS

A la Universidad Rafael Landívar:

Por ser mi casa de estudios y la institución que me formó como profesional.

A mi asesora Mgtr. Gloria Samayoa:

Por el gran apoyo y disposición siempre hacia mi persona. Por su acompañamiento a lo largo de la carrera y principalmente durante la tesis.

A mis catedráticos:

Porque con cada una de sus enseñanzas me dieron la mejor formación académica.

A la Academia de Karate Cosenza:

Por haberme abierto las puertas para poder realizar este estudio.

DEDICATORIA

A Dios:

Por darme la sabiduría, la gracia e inteligencia y permitirme culminar con éxito mis estudios.

A mi esposo:

Porque desde un principio creyó en mí y en que lo lograría. Me dio ánimos cuando lo necesité, fue comprensivo, y celebró cada uno de mis logros. Mi mejor amigo y mi gran apoyo a lo largo de la carrera y de mi vida.

A mis hijos:

Porque ambos son el motor de mi vida y me impulsan a ser una mejor persona. Fueron mi inspiración y la razón por estudiar esta carrera. Por su paciencia y comprensión.

A mi madre:

Porque su apoyo incondicional fue fundamental para poder estudiar esta carrera. Por ser mi ejemplo de esfuerzo, responsabilidad, perseverancia y tenacidad. Es la mujer que más admiro en mi vida.

A mi padre:

Por apoyar mis decisiones y celebrar mis triunfos. Por siempre estar dispuesto a ayudarme cuando lo necesito. Por ser un ejemplo para mi vida como padre y como profesional.

A Tete:

Por estar a mi lado en todos los momentos de mi vida. Siempre una persona dispuesta a ayudarme y por los ánimos e interés a lo largo de la carrera.

A mis suegros:

Extraordinarias personas que Dios puso en mi vida, con un gran corazón.

INDICE

I.	INTRODUCCIÓN	1
	1.1 Autorregulación	13
	1.1.1 Desarrollo socio emocional de la Autorregulación	16
	a. Autorregulación socioemocional en la infancia	18
	b. Autorregulación socioemocional en la niñez temprana	20
	1.1.2 Autocontrol	27
	1.1.3 Manejo de frustración	28
	1.1.4 Impulsividad	28
	1.1.5 Seguimiento de instrucciones	29
	1.1.6 Manejo de recompensas	30
	1.2 Deporte	32
	1.3 Karate	33
	1.3.1 ¿Qué es el karate?	34
	1.3.2 Beneficios de la práctica del karate	35
II.	PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	40
	2.1 Objetivo general	41
	2.2 Objetivos específicos	41
	2.3 Variables	42
	2.4 Definición conceptual de variables	42
	2.5 Definición operacional de variables	43
	2.6 Alcances y límites	43

2.7 Aporte	43
III. MÉTODO	45
3.1 Sujetos	45
3.2 Instrumento	47
3.3 Procedimiento	48
3.4 Tipo de investigación, diseño y metodología estadística	48
IV. PRESENTACIÓN DE RESULTADOS	50
V. DISCUSIÓN DE RESULTADOS	57
VI. CONCLUSIONES	62
VII. RECOMENDACIONES	63
VIII. REFERENCIAS	65
ANEXO	70

RESUMEN

El objetivo del presente estudio fue establecer la percepción de un grupo de padres sobre la práctica del karate en la autorregulación de sus hijos, luego de 6 meses de practicar dicho deporte.

Los sujetos estuvieron formados por una muestra de 30 padres o madres de familia, residentes en la ciudad de Guatemala, entre las edades de 20 a 65 años, cuyos hijos asisten a una academia privada, practicando el deporte del karate por un tiempo mayor de 6 meses, quienes proporcionaron información acerca de la conducta de sus hijos respecto al autocontrol adquirido durante la práctica de este deporte.

El instrumento utilizado fue una escala tipo likert formado por 15 preguntas las cuales evaluaron cinco (5) conductas de autorregulación, tales como: autocontrol, manejo de frustración, impulsividad, seguimiento de instrucciones y manejo de recompensas.

Se concluye que el karate ha influido de manera positiva en los niños, según la percepción de sus padres. Asimismo que a través de la práctica de dicho deporte han logrado alcanzar actitudes esperadas y valoradas para alcanzar la autorregulación, logrando un esfuerzo voluntario con el objeto de controlar sus emociones, mejorar significativamente la atención y manejar adecuadamente su conducta.

Se recomienda a los padres de familia, que dentro de las actividades extraescolares de sus hijos, puedan tomar en cuenta el karate desde temprana edad; ya que favorece a la autorregulación, siendo un deporte completo que promueve un desarrollo integral para el niño.

I. INTRODUCCIÓN

La autorregulación es una competencia que todos los seres humanos deben llegar a dominar, debido a que permite el logro de un equilibrio espontáneo en todas las actividades que se realizan (Papalia, Feldman y Martorell, 2012). Actualmente ha tomado auge, y ha sido de suma importancia principalmente en los niños, pues el poseer la misma permite que tengan un desenvolvimiento adecuado desde el punto de vista cognoscitivo, académico y social.

Por su parte Barrios y Vence (2008), establecen que la familia es clave en este proceso, juega un papel trascendental por ser el primer agente socializador en la vida de los niños, siendo los padres o cuidadores los primeros en fomentar las competencias de autorregulación en sus hijos.

El desarrollo de la autorregulación emocional ha sido caracterizado como la transición de una regulación externa dirigida por los padres o por las características del entorno, a una regulación interna caracterizada por una mayor autonomía e independencia, en la que el niño interioriza y asume los mecanismos de control que le son necesarios para desenvolverse en su contexto.

Se ha podido observar que una autorregulación escasa del comportamiento de los niños, demora el proceso de respuesta del menor hacia alguna acción específica sin depender de los demás, por ello es importante que toda habilidad además de ser adquirida y entrenada, pueda ser estimulada, para que la evolución de la autonomía y el control de los niños avance de acuerdo a su desarrollo esperado.

Otro elemento importante de resaltar es que durante todas las épocas el deporte ha estado presente, sin embargo actualmente posee un enfoque no sólo competitivo sino formativo, planteando nuevas estrategias y medios de aprendizajes que a su vez brinden procesos de formación a nivel motriz, psicológico y emocional. Cabe resaltar que cada deporte permite desarrollar ciertas habilidades y competencias en los niños que los ayudan a desenvolverse de mejor forma, dentro de los más destacados por su filosofía de trabajo es el karate, el cual además de ayudar al desarrollo y adaptación de

las habilidades físico motrices, favorece la formación de las habilidades y competencias de la inteligencia y autorregulación emocional.

Debido a lo anterior se hace necesario profundizar en la forma en que la autorregulación influye y aporta al desarrollo de las diferentes competencias en los niños. Por lo que el objetivo del presente estudio es establecer la percepción que tiene un grupo de padres sobre la práctica del karate en la autorregulación de sus hijos, luego de 6 meses de practicar dicho deporte.

A continuación se presentan una serie de investigaciones nacionales que se han llevado a cabo y que vienen a fundamentar la importancia del tema de investigación.

Ruiz (2015), llevó a cabo un estudio cuyo objetivo fue establecer la relación entre autorregulación y rendimiento académico de los alumnos de cuarto bachillerato del colegio San Francisco Javier de Huehuetenango. La muestra estuvo conformada por 32 estudiantes, de ambos sexos comprendidos entre las edades de 16 y 18 años. El instrumento utilizado fue el cuestionario de autorregulación para el aprendizaje académico elaborado por Juan Carlos Torre Puente (2007), el cual mide la conciencia meta-cognitiva activa, el control y la verificación, el esfuerzo diario en la realización de tareas y el procesamiento activo durante la clase. Dentro de los resultados obtenidos se encontró que si existe correlación significativa entre la autorregulación y el rendimiento académico de los estudiantes, encontrando que quienes obtienen mejores resultados y son más autorreguladas en su proceso de formación son las mujeres, la probabilidad de que la diferencia sea aleatoria (esté dentro de lo normal) es del 2.6% (inferior el 5%); con un nivel de confianza de 0.05 es muy clara la diferencia. Además la diferencia puede considerarse grande; un tamaño del efecto de 0.83 quiere decir que la mujer media que en su grupo superaría al 50%, supera al 80% de los varones. Asimismo se determinó que la autorregulación es un elemento actual que los alumnos están adquiriendo de forma personal y poniendo en práctica para mejorar su propio proceso educativo sin mayor injerencia de los docentes. El autor recomendó estrategias y procesos que los orienten hacia un aprendizaje significativo y para lograrlo es importante incrementar programas o talleres donde los alumnos aprendan estrategias de autorregulación.

Dardón (2014) realizó una investigación sobre el nivel de agresividad en deportistas que practican taekwondo, el objetivo de dicho estudio señala la relación que existe entre la agresividad y el taekwondo que manejan los deportistas que practican este deporte, debido a que es común relacionar este deporte con niveles significativos de agresividad. Este se realizó en la Asociación de taekwondo de Quetzaltenango y para ello se trabajó con 40 jóvenes deportistas comprendidos entre las edades de 13 a 20 años que practican taekwondo en dicha asociación. Como instrumento se utilizó el test psicológico INAS-87, el cual cuenta con 39 ítems que sirven para medir tres aspectos, agresividad, pasividad y asertividad, pero para efectos del estudio solo se tomó en cuenta la agresividad. Los resultados proporcionados por el test indicaron que con el 92% de los sujetos, casi la totalidad de los deportistas de la Asociación de taekwondo de Quetzaltenango presentan niveles bajos de agresividad, mientras que solo el 8% presentan un nivel medio y ninguno lo hace en un nivel alto. Como aporte se elaboró una propuesta que tiene un enfoque preventivo debido a que ninguno de los sujetos presentó un nivel alto de agresividad y está encaminada a la identificación y manejo de la misma al momento de presentarse, en ella se resalta la comunicación asertiva para la resolución de conflictos.

Por su parte Jiménez (2014) elaboró un estudio descriptivo realizado con el objetivo de determinar los perfiles de agresividad de los preadolescentes y adolescentes practicantes de karate en la Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala, en el departamento de Sacatepéquez. Considerando este deporte como alternativa de prevención de agresividad en dicha etapa del desarrollo. Para este propósito, se aplicó como instrumento el Cuestionario de agresividad premeditada e impulsiva CAPI-A a la población, constituida por 22 preadolescentes y adolescentes practicantes del deporte. Los resultados reflejaron que el perfil de agresividad impulsivo se presenta en un 86% durante la pre adolescencia y en un 14% en la adolescencia, del total de hombres participantes presenta agresividad impulsiva un 29% y del total de mujeres el 38%, demostrando mayor incidencia de casos de agresividad en el grupo femenino. Se concluyó que los preadolescentes y adolescentes que practican karate presentan perfiles bajos de agresividad y la recomendación principal es dar a conocer a

los padres de familia, maestros y responsables de preadolescentes y adolescentes, el beneficio que tiene la práctica del karate.

Además, Azurdia (2013), realizó un estudio para elaborar un Programa de autorregulación para la resolución de conflictos de los niños de 3ro y 4to primaria de un colegio privado de Santiago Sacatepéquez. El objetivo de la investigación fue identificar qué indicadores de la autorregulación se necesitan para elaborar un programa de resolución de conflictos. La muestra estuvo conformada por 50 niños y niñas, 21 de tercero primaria y 29 de cuarto primaria; comprendidos entre las edades de 9 a 11 años. Los participantes de la investigación se seleccionaron por medio de un muestreo probabilístico. Para la recaudación de la información se utilizó como instrumento un cuestionario elaborado específicamente para identificar el grado de autorregulación y los indicadores que poseen los niños para la resolución de conflictos. Los resultados obtenidos se analizaron por medio de tablas de descriptores de medias y desviaciones típicas y por medio de correlaciones. Se concluyó que los indicadores con los que debería contar un programa de resolución de conflictos son la confiabilidad, la adaptabilidad y la innovación. Asimismo se encontró que los indicadores más altos de la autorregulación que reflejaron los participantes fueron el autocontrol, conciencia y resolución de conflictos, y se pudo establecer que a mayor intensidad en los sentimientos y actitudes positivas, mayor es la relación con los indicadores de la autorregulación, principalmente con la conciencia y la resolución de conflictos. En el indicador de autocontrol, los participantes reflejan que un 62% se calma antes de reaccionar, mientras que un 14% nunca se calma. Al presentárseles un problema el 52% nunca reacciona con agresividad física, por el contrario un 2% sí lo hace. Un 30% pocas veces lo hace, pero lo han hecho en algún momento. Asimismo, un 44% nunca reacciona con agresividad verbal al tener un problema y contrariamente un 22% siempre lo hace. Manteniéndose con un 32% los que pocas veces han reaccionado con un agresividad verbal. Y un 22% a veces reacciona con gritos e insultos al tener un problema. Se recomendó crear una propuesta de un programa de autorregulación, enfatizando en la confiabilidad, la adaptabilidad y la innovación, trabajando con los sentimientos y actitudes positivas e incrementar los niveles de autorregulación en los niños del Colegio Privado de Santiago Sacatepéquez. Se recomendó crear una

propuesta de un programa de autorregulación, enfatizando en la confiabilidad, la adaptabilidad y la innovación, para incrementar los niveles de autorregulación en los niños del Colegio Privado de Santiago Sacatepéquez.

Sandoval (2009), mediante una investigación buscó establecer si el programa Little Ninja influye en el comportamiento (control, disciplina, orden, atención y habilidades físicas) de un grupo de 24 niños/as entre las edades de 3 a 7 años que asisten al Kenpo Karate Castillo Team ubicado en el Centro Comercial San Jorge zona 11. Asimismo se buscó observar el desarrollo del comportamiento con las conductas a trabajar, establecer las diferencias de los niños participantes al iniciar el programa y al finalizar el mismo. Para poder llevarlo a cabo se utilizó una guía de observación formada por 21 incisos. Por las características de la población y del estudio, el diseño de la investigación fue "antes y después" con un solo grupo, esto indica que se compararan los resultados de la muestra dos veces, en dos puntos diferentes de tiempo. El tipo de investigación fue cuasi experimental. Concluyó que el Programa Little Ninja influye positivamente en el comportamiento (control, disciplina, orden, atención y habilidades físicas) de un grupo de niños comprendidos entre las edades de 3 a 7 años que asistieron a Kenpo Karate Castillo Team con un confiabilidad del 95%. Se recomendó fomentar el deporte en equipo análogo como parte importante del ocio activo en el tiempo extra escolar de los niños.

De acuerdo con los estudios anteriores se puede observar que la autorregulación es una competencia importante para el desarrollo adecuado de los niños, la cual debe ser fortalecida desde que son pequeños para tener un desenvolvimiento adecuado dentro de su contexto.

A nivel internacional también se han realizado estudios sobre autorregulación, que permiten profundizar en la temática y resaltar la importancia que esta competencia tiene en la vida de los niños y de las personas en general.

En ese sentido, Whitebread y Basilio (2012) en un artículo sobre "Emergencia y desarrollo temprano de la autorregulación en niños preescolares" realizado en la

Universidad de Granada, establecieron que la autorregulación contribuye en forma importante en el aprendizaje, la investigación en niños pequeños ha demostrado que las funciones ejecutivas y las habilidades de autorregulación tempranas en niños preescolares predicen una adaptación positiva a la escuela y el desarrollo de otras habilidades académicas, específicamente las habilidades tempranas de autorregulación emocional se han asociado a la capacidad de los niños de seguir instrucciones, enfocar la atención y cooperar con profesores y pares. Estudios recientes han demostrado que las habilidades metacognitivas y de autorregulación son aprendidas y altamente enseñables y han identificado una serie de dimensiones, características y comportamientos parentales que se han relacionado consistentemente a aspectos metacognitivos y motivacionales del aprendizaje autorregulado. Una extensa gama de procesos cognitivos básicos como las funciones ejecutivas concluyeron que los procesos clave parecen ser los que están relacionados con la atención (concentrarse en la información relevante en lugar de la irrelevante), la memoria de trabajo (mantener la información en mente mientras se actualiza o manipula), el control inhibitorio (detener una respuesta inicialmente preponderante, automática, o perceptualmente atractiva y reemplazarla por otra) y la flexibilidad cognitiva (frecuentemente conocida como “modulación de cambios” o la habilidad de cambiar de un estado mental o de un conjunto de reglas de una tarea por otro). Los autores concluyeron que en los últimos años se ha desarrollado un conjunto creciente de baterías de ingeniosas tareas, en un esfuerzo por medir de manera válida y confiable las habilidades de los niños en cada uno de estos procesos, los cuales se llevan por medio de una progresión evolutiva de tareas que podrían ser llevadas a cabo exitosamente por niños de cada grupo de edad.

Belando, Ferriz-Morell y Moreno-Murcia (2012), realizaron una investigación en la Universidad Miguel Hernández de Elche, España, cuyo objetivo fue analizar la mejora personal y social a través de la promoción y desarrollo de la responsabilidad en el ámbito de la actividad físico-deportiva, así como trabajar una propuesta de intervención para promover en los practicantes la responsabilidad personal y social, y lograr consecuencias positivas para su desarrollo moral, psicosocial y para una educación en valores. El desarrollo personal y social en jóvenes con problemas de conducta ha preocupado a numerosos investigadores en el ámbito educativo, social y

psicológico, por lo que proponen diferentes programas de intervención basados en la responsabilidad desarrollada a través de la actividad física y el deporte para la transmisión de valores morales como el autocontrol, respeto, autonomía, liderazgo, pertenencia a un grupo, etc. Examinaron la importancia de la responsabilidad en jóvenes con conductas violentas con el objetivo de erradicar dichas conductas, proponiendo el modelo de responsabilidad personal y social (TPSR) que emplea la actividad físico-deportiva como herramienta psico-pedagógica para fomentar el desarrollo integral en éstos. El programa se puso en marcha en deportes como baloncesto, fútbol y karate, que formaban parte del entretenimiento diario de esta población objeto del estudio. El modelo se fundamenta en la idea de que los jóvenes, por medio de la práctica de actividad físico-deportiva, asuman la responsabilidad personal de su propio desarrollo y un comportamiento social deseable. Se estructura en cinco niveles por los que el participante debe transitar, sin ser condición necesaria superar un nivel para pasar al siguiente. Se trata de un modelo gradual y flexible que permite la reminiscencia de algún nivel superado, si así lo considera el profesional que lo ponga en práctica. Los cinco niveles son: Nivel 1, autocontrol y respeto por los derechos y sentimientos de los demás; Nivel 2, la participación, el esfuerzo, y la auto-motivación; Nivel 3, la auto-gestión; Nivel 4, ayuda a los demás y el liderazgo; Nivel 5, transferencia de lo aprendido a otros contextos de la vida. Los resultados demostraron la eficacia y relevancia del programa de responsabilidad personal y social para promover el desarrollo de valores personales y sociales tales como la superación personal, la autogestión de las actividades, el respeto a los iguales, la eficacia percibida, la auto-aceptación, la reflexión de los problemas, la compasión y la resiliencia. Concluyen que la responsabilidad personal y social en la actividad físico-deportiva permite desarrollar en los participantes conductas autónomas, posibilitar la elección y toma de decisiones en su práctica deportiva, generar una orientación a la tarea que propicie una mayor motivación intrínseca, una percepción de competencia, auto-eficacia, experimentar situaciones de éxito en sus acciones y percibir una relación positiva con sus compañeros y con el profesional de la actividad física.

Vallotton (2008), en diferentes estudios que ha realizado, ha observado niños pequeños en una guardería que utilizaba activamente una serie de gestos simbólicos

diariamente y también promovía su uso en el hogar. Se presentó evidencia que los niños podían utilizar estos gestos con el fin de comprender y regular sus emociones. Por ejemplo, un niño pequeño podía ser calmado con mayor facilidad, cuando un padre se iba, mediante el uso de los gestos de "mamá" y "después", o un niño podía hacer comentarios acerca de un compañero de clase que estaba llorando, utilizando los gestos para "llorar" y "botella". De los participantes, 20 de 22 niños utilizaban gestos simbólicos; de estos, 6 utilizaron gestos emocionales, y 5 utilizaron gestos de sentimientos. Dichos gestos no fueron imitaciones de adultos. Por lo tanto se concluyó que se ha podido aportar evidencia a partir de una amplia muestra de niños, que el repertorio de vocabulario (incluyendo gestos) a los 14 meses de edad, predice la autorregulación posterior, a los 24 y 36 meses.

Barrios y Vence, (2008), realizaron un estudio sobre la importancia de la familia y la escuela para el desarrollo de competencias psicosociales en niños, en Bogotá. El objetivo de dicho estudio fue realizar un análisis sobre el conflicto marital, las prácticas educativas de padres y profesores y el desarrollo de competencias psicosociales, como la autonomía, autorregulación y el comportamiento pro-social. El trabajo se realizó partiendo de una situación particular de un conflicto marital entre los padres y una alumna de un colegio privado de la ciudad de Bogotá. Las personas involucradas fueron los padres de familia y la hija de 7 años, el equipo docente del colegio formado por profesores, psicóloga, coordinadora de preescolar y la directora de grupo. En la metodología del trabajo se estableció que se estaba presentando una situación de un conflicto marital grave entre los padres de la niña del colegio, la cual estaba manifestando problemas de conducta como agresividad, hostilidad y dificultades académicas. Después del estudio del caso, se concluyó con los padres y el equipo del colegio que es fundamental que los mismos hagan uso de estrategias adecuadas para solucionar sus conflictos de forma armoniosa para un óptimo desarrollo de competencias psicosociales en su hija, y de la misma forma los profesores desde su actividad educativa pueden ayudar a fortalecer y afianzar estas competencias. Se resaltó que es importante trabajar conjuntamente desde el hogar y colegio pues se

consideran los dos ámbitos más importantes para el desarrollo psicosocial de cualquier niño.

Velásquez y Guillén (2007), realizaron un estudio sobre regulación emocional en nadadores en proceso de formación deportiva, categoría infantil, su objetivo fue conocer la influencia que ejerce sobre diversas áreas del desarrollo del individuo, especialmente sobre su funcionamiento social durante la infancia. El trabajo de regulación emocional para los nadadores de categoría menores (6 a 12 años) de la Academia COMPENSAR de Bogotá, se realiza bajo la modalidad de talleres lúdico-pedagógicos que intentan que el joven deportista adquiera la capacidad de anticipar y evaluar los resultados de sus reacciones de emociones negativas y positivas producto de encuentros deportivos, como victorias, pérdidas, lesiones propias del proceso deportivo. Este programa permite a los participantes que comprendan el origen y las repercusiones de hábitos o conductas inadecuados que se dan como respuesta a estresores identificables, además de brindar los conocimientos y las habilidades necesarias para afrontar dichas dificultades. El objetivo de realizar los talleres consiste en que los participantes puedan evaluar las consecuencias de la aplicación de una estrategia adecuada ante determinados contextos, su efectividad y su uso en posteriores situaciones. Los temas de los talleres no son los mismos para todos los grupos porque no todos los niños tienen las mismas necesidades, características, ni período de aprendizaje. Por lo que se concluyó que al finalizar el bloque de talleres con los niños se espera encontrar una reducción de las reacciones emocionales negativas ante estresores identificables, además de que logren comprender que su valor como personas no depende exclusivamente de sus logros o derrotas en el deporte, que puedan mejorar su autoconfianza, su autoestima, y adquieran mejores habilidades para la resolución de problemas, incrementando la confianza que tienen sus propias ejecuciones y que consigan utilizar estrategias de autocontrol y autorregulación en los aspectos involucrados en el ámbito deportivo.

Fraile y De Diego (2006), realizaron un estudio sobre las motivaciones de los escolares europeos para la práctica del deporte escolar, cuyo objetivo fue identificar los motivos que determinan que los escolares participen en el deporte escolar, dentro del ámbito europeo: español, italiano, francés y portugués. La población de interés en este estudio estuvo formada por mil alumnos y alumnas del primer curso de la educación secundaria obligatoria de los municipios de Valladolid (España), Oporto (Portugal), Roma (Italia) y Tarbes-Pau (Francia), todos ellos vinculados a la práctica deportiva escolar. Los instrumentos utilizados fueron, un cuestionario, escala Likert, un conjunto de entrevistas grupales, así como la organización de varios grupos de discusión. A partir de los resultados del estudio se analizaron los siguientes motivos para realizar deporte: mejorar la salud, competir, obtener éxitos deportivos, mejorar las habilidades motrices, estar con los amigos y compañeros. Se concluyó que la actividad física como una práctica saludable, es considerada por la mayor parte de los escolares y entrenadores de las cuatro ciudades objeto de estudio la motivación más importante para realizar deporte escolar. Los escolares portugueses y los españoles son los participantes que están más de acuerdo en valorar el deporte escolar como una práctica saludable, mientras que los franceses e italianos lo tienen algo menos en cuenta. Competir, ganar y ser famosos como finalidad del deporte escolar tiene escasa importancia para los escolares y entrenadores de los cuatro países europeos. La valoración de hacer deporte para estar con los amigos es positiva para todos los escolares, aunque son las niñas francesas y los niños italianos quienes lo reconocen como principal justificación, mientras que para los niños portugueses y españoles este motivo no es muy tomado en cuenta. Las actividades jugadas en las que puedan intervenir todos independientemente de sus capacidades son más valoradas por los escolares y entrenadores, que las prácticas deportivas de competición tradicionales. Por tanto, entre las motivaciones que destacan los escolares para participar en el deporte escolar se encuentran: la mejora de la salud, estar con los amigos y desarrollarse como persona. La competición en el deporte escolar representa más un medio que un fin, destacando un tipo de práctica recreativa. Por último, valoran que los profesores de educación física les animan a participar en el deporte escolar; entre ellos los profesores portugueses y españoles destacan en dicha labor de motivación.

Aunque el conjunto de los encuestados no muestra interés por ganar en las competiciones deportivas, si hay diferencias entre géneros, de forma que las chicas se reconocen menos competitivas que los chicos. Así, éstas prefieren un tipo de práctica deportiva recreativa y el aprendizaje de las técnicas sobre la consecución de resultados.

Lozano, González y Carranza (2004), publicaron en España un artículo titulado “Aspectos evolutivos de la autorregulación emocional en la infancia”, el cual tuvo como objetivo principal, conocer la evolución de la autorregulación en los niños. Los autores realizaron una aproximación teórica al estudio de la autorregulación, en la que la definen como la capacidad de las personas para modificar sus conductas ante situaciones específicas. Por lo que mencionan que la regulación emocional infantil tiene influencia en su funcionamiento social. Se identificaron factores endógenos, haciendo énfasis en la maduración de las redes atencionales como factores exógenos, a los padres que otorgan un papel importante como guías del desarrollo de la regulación emocional. Según refieren los autores la autorregulación podría tener un origen temperamental. Por lo que concluyeron que la autorregulación emocional a una edad temprana como la infancia resulta relevante a la hora de explicar el ajuste social de etapas posteriores. De manera que bajos niveles de autorregulación en la infancia se asocian a una mala competencia emocional, al contrario de una óptima regulación emocional que se relaciona con un adecuado funcionamiento social.

Por otro lado, también en España, González-Pienda, Núñez, Álvarez y González (2002), realizaron una investigación cuyo objetivo era la contrastación de un modelo teórico que postula las conductas de inducción a la autorregulación académica y autoconcepto realizada por los padres de familia en el hogar y cómo inciden significativa y positivamente sobre la percepción de competencia como estudiantes y sobre el rendimiento académico obtenido en las áreas curriculares. El estudio se llevó a cabo con 226 estudiantes de educación secundaria, compuesto por 116 varones y 110 mujeres; utilizaron como instrumentos de medida el Cuestionario de Evaluación de la Inducción Parental a la Autorregulación y el Cuestionario de Autoconcepto SDQ-II,

como también el rendimiento obtenido al final del curso en las áreas académicas. Fue posible identificar tres patrones de implicación de los padres a la hora de facilitar y promover el proceso de autorregulación de los hijos en el estudio y el aprendizaje. El 54,66% de los padres son percibidos por sus hijos con un grado importante en cuanto a su implicación en mostrarse como modelos autorregulatorios, estimular su interés por la autorregulación a la hora del estudio, facilitar todo tipo de material y/o ayuda para que este proceso sea posible y en reforzar diferencialmente las conductas características de un comportamiento autorregulado. El 36,44% de los padres son percibidos mostrando una implicación baja en las cuatro áreas de la autorregulación ya referidas anteriormente. A juicio de los hijos, 20 familias apenas muestran ninguna conducta propia de las cuatro áreas indicadas. En síntesis, se han identificado tres patrones de comportamiento autorregulatorio de los padres (percibido por los hijos): medio-alto, medio-bajo y muy bajo. Los resultados obtenidos confirman la hipótesis de que los estudiantes que mayor comportamiento autorregulado perciben en sus padres creen más en sí mismos como estudiantes y obtienen un mayor rendimiento en las diferentes áreas académicas.

En síntesis, las investigaciones demostraron la importancia de las capacidades de autorregulación, al permitir que de forma espontánea los niños puedan desenvolverse adecuadamente, con autonomía, teniendo control de sus emociones y permitiéndole abordar tareas de regulación del esfuerzo y persistencia, lo que incide de forma directa y positiva en él, los niños necesitan espacios para aprender a autorregularse y es aquí donde el deporte como el karate juega un papel importante, ya que puede contribuir a través de las diferentes actividades y rutinas que se llevan a cabo a que los niños puedan llegar a ser competentes, ejerzan control sobre lo que hacen, e inicie su propio proceso de autodirección.

En el presente estudio se tomaron en cuenta las percepciones de un grupo de padres de familia sobre la autorregulación de sus hijos que practican el deporte del karate, debido a ello se considera importante conocer y describir en qué consiste dicho termino.

Morris y Maisto (2005) definen la percepción como el proceso mental de crear patrones significativos a partir de la información sensorial pura.

De igual forma Lilienfeld, Lynn, Nanny y Woolf (2011) mencionan a la percepción como la interpretación que el cerebro realiza sobre la información sensorial.

Por otro lado, desde una perspectiva de desarrollo de funciones básicas para el aprendizaje, Condemarín, Chadwick y Millicic (1986) definen la percepción como “una respuesta a una estimulación físicamente definida. Implica un proceso constructivo mediante el cual un individuo organiza datos que le entregan sus modalidades sensoriales y los interpreta y completa a través de sus recuerdos, es decir sobre la base de sus experiencias previas”. (p. 237) Continúan resaltando que el proceso total de percibir es una conducta psicológica que abarca ciertos elementos como la atención, discriminación, organización, selección y la cual se expresa por medio de respuestas verbales, motrices y gráficas.

Desde una perspectiva teórica, a continuación se presentan diferentes puntos de vista que establecen diferentes autores en relación a la autorregulación y los elementos que la componen.

1.1 Autorregulación

Actualmente la autorregulación se ha convertido en un elemento fundamental en el diario vivir; siendo un principio que se busca alcanzar desde temprana edad con el fin de generar un equilibrio propio.

Papalia, Wenkdos y Duskin (2005) definen autorregulación al “control independiente de la conducta del niño para cumplir con las expectativas sociales comprendidas” (p.232).

Por su parte Torre (2007), indica que la autorregulación humana y académica, es la capacidad que tienen las personas para establecer objetivos respecto a sus actuaciones, determinar estrategias que mejor conduzcan a determinado objetivo, para evaluar en qué medida las metas han sido conseguidas y para tomar, en consecuencia, decisiones para el futuro.

En ese sentido, Papalia, Feldman y Martorell (2012), indican que la autorregulación es el control independiente que un niño ejerce sobre su conducta para adaptarse a expectativas sociales establecidas. Es la base de la socialización y se relaciona con todos los dominios del desarrollo físico, cognoscitivo, emocional y social. La autorregulación emocional implica un esfuerzo, voluntario, por controlar las emociones, la atención y la conducta.

González-Pianda y Núñez (citados por Ruiz, 2009) afirman que la autorregulación de la cognición implica el conocer y manejar adecuada y efectivamente una serie de estrategias cognitivas y metacognitivas, para llevar a cabo tareas de estudio, conocerse a sí mismo como procesador de la información y conocer los requerimientos de cada tarea para ser capaces de planificar, fijarse metas, organizarse, auto controlarse y realizar autoevaluaciones durante el aprendizaje.

Investigadores de diferentes enfoques teóricos postulan que la autorregulación implica el hecho de tener una meta o propósito definido, utilizar acciones dirigidas a metas, así como supervisar y ajustar las habilidades y acciones para garantizar el éxito, sustenta Schunk (2012).

Según Fernández (2013), implica darle al cerebro racional la posibilidad de poder decidir y así frenar ciertos impulsos, lo cual implica lograr una armonía entre el cerebro y la emoción.

De acuerdo a las definiciones anteriores se puede sintetizar que la autorregulación comprende una serie de procesos internos que permiten al niño poder controlar sus emociones y conducta y de esta forma manejarse adecuadamente en el contexto en que se desenvuelve.

Asimismo Quesada (2002), establece que la autorregulación permite al ser humano tener el control de sí mismo en el proceso de aprendizaje y en cualquier otra área de la vida; es por ello que elabora 4 pasos para autorregular el aprendizaje:

- a) *Establecer objetivos*: el mentor pretende que la persona aprenda algo y es por ello que realiza diferentes actividades para consolidar el

aprendizaje. No obstante es importante que se tracen objetivos propios o personales para cada actividad y así establecer el camino y el esfuerzo que conllevará a alcanzarlos.

b) *Seleccionar el camino para alcanzar los objetivos*: una vez definidos los objetivos, es importante seleccionar la forma idónea para alcanzarlos. Es importante considerar:

- Características personales
- Demandas de la actividad
- Estrategias de aprendizaje

c) *Supervisar el proceso*: cuando ya se define la manera de realizar la actividad para alcanzar el objetivo personal, es el momento para empezar. Durante la ejecución corresponde supervisar, modificar lo planeado, en caso fuera necesario y pedir ayuda cuando se requiera. Supervisar requiere estar atento a lo que se hace y a los resultados inmediatos que se obtienen

d) *Evaluar resultados*: la última fase de la autorregulación consiste en evaluarse a sí mismo para corroborar si se ha logrado el objetivo propuesto para dicha actividad. Si los resultados son positivos es importante considerar hacer lo mismo en una situación futura similar, si por el contrario no se obtuvieron los resultados deseados, es necesario analizar desde el principio, para conocer la causa o en lo que se falló; dicha revisión permite a la persona superarse.

González (1998), sostiene que el ser humano en su propia naturaleza establece una dinámica de continuo equilibrio, de un autocontrol que apunta a procesos mentales internos y que repercute en las relaciones sociales. En el desarrollo y a lo largo de la vida, el ser humano debe ir estableciendo un continuo equilibrio en todos los aspectos de su vida, lo cual supone llevar una vida sana y de calidad en todos los sentidos.

Los niños que poseen un elevado control voluntario pueden contener el impulso a mostrar emociones negativas en momentos inapropiados, refieren Papalia, Feldman y Martorell (2012).

La autorregulación para Papalia, Wenkdos y Duskin (2005) “es el control de los propios impulsos conductuales para cumplir con las expectativas del cuidador, en la ausencia de control externo e inmediato” (p.232). Asimismo establecen que la autorregulación constituye el fundamento de la socialización la cual se vincula a todas las áreas del desarrollo humano tales como: físico, cognoscitivo, social emocional.

Vygotsky (citado por Wood, 2005) sostiene que la actividad mental requiere autorregulación adaptativa, la cual se desarrolla por medio de la interacción social, lo cual desde este punto de vista la instrucción y la escolaridad desempeñan un papel importante en cuanto a ayudar a los niños a descubrir el cómo prestar atención, concentrarse y aprender de manera eficaz.

Por el contrario Halgin y Whitbourne (2009), mencionan que una autorregulación deteriorada produce una manifestación de emociones aparentemente sin censura, siendo al mismo tiempo incapaz de autorregular la pulsión y motivación, generando una capacidad limitada en la persona para resolver problemas.

González (1998) sustenta la teoría antes mencionada señalando que cuando el ser humano vive situaciones que le generan frustración, se generan muchas expectativas de carácter agresivo, y por ende un resultado de desequilibrio.

1.1.1 Desarrollo socio emocional de la Autorregulación

Bronson (2000), señala que el aspecto socioemocional de la autorregulación se refiere, en términos generales, a la habilidad de controlar y modificar las expresiones emocionales, tanto positivas como negativas y de interactuar con otros de maneras cada vez más complejas de acuerdo a las diferentes reglas sociales que existen en cada contexto.

También se refiere a la habilidad de adaptarse a situaciones emocionalmente desafiantes, inhibir comportamientos percibidos como inapropiados en un contexto

dado y privilegiar comportamientos que son percibidos como socialmente esperados, incluso cuando no corresponden con la primera respuesta del individuo o pueden resultar desagradables de llevar a cabo.

A continuación se presenta una tabla que contiene las características del desarrollo temprano de la regulación social y emocional, adaptada por Bronson (2000)

Tabla 1

<p>De los 0 a los 12 meses</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Regulación de ciclos de excitación y de sueño - vigilia • Interactúa más sensible y responsivamente con los demás • Intenta influir en los demás • Comienza a anticipar y participar en las rutinas simples • Capaz de respuesta a las expresiones emocionales de los demás
<p>De los 12 a los 36 meses</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Mejora el control voluntario y la autorregulación voluntaria • Creciente capacidad para cumplir con las demandas externas y conocimiento de las demandas situacionales • Aumento de la asertividad y el deseo de actuar independientemente • Aumento de la conciencia sobre los demás y de los sentimientos de los demás (empatía) • Algunos comportamientos espontáneos de ayudar, compartir y consolar • Aumento de la conciencia sobre las normas sociales y las sanciones • Mayor capacidad para inhibir las actividades prohibidas y demorarlas según se le pide
<p>De los 3 a los 6 años</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Capaz de controlar las emociones, cumplir reglas y abstenerse de comportamientos prohibidos • Capaz de utilizar el lenguaje para regular la conducta propia e influenciar a otros • Mayor interés en sus compañeros y aceptación de los pares, por lo que es más propenso a autorregularse en relación con sus compañeros • Puede aprender las estrategias de interacción más eficaces • Puede participar en juego dramático con roles y reglas • Empieza a hablar de los estados mentales de sí mismo y los demás

	<ul style="list-style-type: none"> • Mejor comprensión de cómo los demás pueden sentirse • Puede participar conductas deliberadas de ayudar, compartir y consolar • Internalización de las normas de comportamiento • Desarrollo más estable de actitudes y comportamientos prosociales (o antisociales)
--	--

Tomada de Bronson, (2000)

El mismo autor indica que la investigación en este campo se ha difundido principalmente desde el año 2000, especialmente en el período desde el nacimiento hasta los 3 años de edad, dentro del cual existe nueva evidencia que ha desafiado las teorías sostenidas por décadas acerca del desarrollo tardío de ciertos aspectos de la autorregulación emocional. Debido a lo anterior, es importante poner especial atención en los períodos de la infancia, del nacimiento al 1er año, y de la niñez temprana de 1 a 3 años.

a) Autorregulación socioemocional en la infancia

Bronson (2000) señala que los primeros 3-4 meses de edad están caracterizados por la dependencia del niño de los cuidadores para modificar sus estados emocionales y adaptarse a las nuevas y cambiantes circunstancias del ambiente. La organización de las rutinas relacionadas al cuidado diario y las respuestas de los cuidadores a las señales de los bebés (p.ej. malestar, aflicción, llanto) facilitan el desarrollo de la anticipación a eventos y transforman los patrones de sueño-vigilia. Esto promueve la habilidad de modular las respuestas emocionales de maneras cada vez más efectivas, lo que hace que los niños sean más fáciles de calmar y consolar, y disminuye la posibilidad de que los niños sufran aflicción emocional. La adquisición de los patrones de sueño-vigilia ayuda a los bebés a mantener un balance emocional entre los cambios de los estados desde estar alerta, a la somnolencia y el sueño y viceversa. Esto ha sido recientemente asociado al temperamento y a las habilidades de autorregulación posteriores.

Trevarthen y Aitken (2001), mencionan que los movimientos de los bebés durante interacciones cara a cara, incluso días después del nacimiento, son organizadas y sensibles a las expresiones emocionales de los adultos, el rápido desarrollo de las habilidades perceptivas en los repetidos “juegos” y “conversaciones” cara a cara ayudan al niño a mantener la atención por períodos más largos de tiempo, de maneras más responsivas y armonizadas. La conocida “sonrisa social” aparece por primera vez en esta etapa y se vuelve más regular como respuesta a los esfuerzos de los cuidadores durante los intercambios de comunicación. Los bebés son muy sensibles y tienen una particular preferencia por la manera en que los adultos les hablan, la que se conoce como “habla dirigida a los niños” o “habla materna”, junto con exageradas expresiones faciales y emocionales. Se puede concluir entonces que la interacción que tienen los cuidadores con los bebés es indispensable como fuente de aprendizaje y de regulación temprana.

En los primeros meses, los encuentros que tiene el bebé y su entorno están basados en aplicar y ejercitar los reflejos innatos, por ejemplo, girar la cabeza hacia algo que roza la mejilla y succionar, o agarrar objetos que están cerca. Hacia el cuarto o quinto mes de vida, sin embargo, en el punto en que algunos autores ubican la capacidad de diferenciar ente el yo, el mundo y los otros, la habilidad de interactuar con objetos y otras personas cambia cualitativamente. A partir de esta edad los niños se dan cuenta que sus acciones tienen un efecto en el mundo real y tratan de repetir una y otra vez los eventos interesantes. Comienzan a intentar alcanzar y a aceptar objetos que otros les muestran y ofrecen. Durante la interacción que llevan a cabo con otros, comienzan a jugar y anticipar las respuestas de los otros, llegando a participar en patrones alternados de interacción a los que se refiere como “protoconversaciones”. (Trevarthen y Aitken, 2001).

Asimismo Lewis y Granic (2010), se refieren a esta fase como la de “expectativas interpersonales” es decir, el efecto emocional de esperar cierta respuesta de los otros. En esta etapa es más probable que el romper una interacción lúdica de este tipo ocasione aflicción emocional, haciendo de esta fase un período vulnerable para los

bebés. En el período entre los 5 y los 8 meses los bebés siguen mejorando sus habilidades con los objetos y participan más de los juegos. La siguiente fase es la que está entre los 8 y los 12 meses, la cual está muy enriquecida con características esenciales para el desarrollo del aspecto socioemocional de la autorregulación. En esta fase, los niños muestran primero la habilidad de referencia social, por ejemplo, usando señales de los adultos para decidir cómo actuar en situaciones que perciben como peligrosas. Estudios que han usado el procedimiento de “abismo visual” muestran que los bebés evalúan la situación, dirigen la mirada a la cara del adulto y de acuerdo con su interpretación de la expresión positiva o negativa, deciden si seguir gateando hacia el abismo o no.

Los logros cognitivos de comprender la permanencia de los objetos y de las personas brota en este período y tiene un gran impacto en el desarrollo socioemocional. Ahora el bebé entiende que los padres no desaparecen cuando no están visibles, y tratan de buscarles. En esta etapa los niños son considerablemente más sensibles a la ubicación de los cuidadores y pueden experimentar angustia emocional al separarse de ellos.

b) Autorregulación socioemocional en la niñez temprana

Continúa Lewis y Granic (2010), señalando que la siguiente fase, de los 12 a los 18 meses, también se distingue por grandes avances en el área socioemocional. La habilidad de caminar permite a los niños una perspectiva completamente nueva del mundo y de ellos mismos como seres independientes y autónomos. Esto da a los niños amplias oportunidades de explorar, buscar interacciones personales y aprender nuevos aspectos de todo aquello que lo rodea. Sus primeras palabras expanden las posibilidades de interacción social más allá de las que tenían a través de la comunicación pre-verbal. También pueden establecer interacciones con un mayor grado de acuerdo con los otros, pueden comentar los eventos o estados del mundo y decirle a la gente qué hacer utilizando imperativos de una forma más elaborada.

Uno de los aspectos en los que la investigación reciente ha cambiado las suposiciones previas sobre el desarrollo temprano es la evidencia reciente de la comprensión de las "falsas creencias", o la capacidad de asumir que otras personas pueden tener creencias que pueden no corresponder a la realidad, lo que puede inducirlos a cometer algún error en la conducta. Por ejemplo, un niño que calladamente se comió la última galleta de una caja y se ríe al observar a su hermana alcanzar la caja de galletas, entiende que ella tenía la falsa creencia de que todavía quedaban galletas en la caja. Las tareas estándar que miden esta habilidad utilizan personajes y guiones específicos en los que el entender que la falsa creencia es necesaria para responder correctamente a las preguntas del experimentador. Sin embargo, en las tareas de este tipo, no sólo la comprensión de creencias falsas es necesaria para responder adecuadamente, sino que también se requieren complejas habilidades verbales y de procesamiento.

La fase entre los 17 y 22 meses es llamada por Lewis y Granic (2010) la de "negociación social", porque la comprensión de los objetivos e intenciones de los demás en contraste a los propios, y el progresivo incremento de las habilidades comunicativas, dan a los niños la posibilidad de negarse a actuar de acuerdo a las expectativas de otros y desafiar sus propósitos. La palabra "¡no!" puede convertirse en una de las favoritas en el vocabulario de los niños pequeños, y la firme determinación de llevar a cabo sus propios objetivos "ahora", con poca comprensión de nociones temporales, como la de "más tarde", ha dado a esta etapa y parte de la siguiente la reputación como de "los terribles dos años". Las reacciones de los cuidadores a estas negativas y las negociaciones constantes pueden llevar al niño a un estado de ansiedad y vulnerabilidad emocional.

De los 22 a los 28 meses, los niños continúan mejorando sus habilidades comunicativas y simbólicas. El aumento del vocabulario les ayuda a tener un mejor entendimiento con los demás, a expresar y hacer frente a sus propias emociones. Son más capaces de cooperar con otros, además de sus cuidadores, y esto les ayuda a reducir la ansiedad causada por la separación. Un importante desafío emocional en la

etapa siguiente, de los 28 a los 36 meses, es la nueva capacidad de sentir celos. Entender que sus cuidadores pueden ayudar a otras personas a satisfacer sus necesidades o expresar emociones positivas hacia ellos, puede llevar al niño a reaccionar de forma agresiva. Alrededor de los 30 meses, las diferencias individuales son más importantes. En general, los niños de esta edad saben más sobre sus propias emociones y las de los demás y son más capaces de comunicarlas y controlarlas de acuerdo al contexto que les rodea y al estímulo que reciben (Lewis y Granic, 2010).

De acuerdo a lo anterior, Bronson (2000) señala que al estudiar sobre la autorregulación temprana, se han dado cuenta que el área de las herramientas de comunicación auto-dirigidas, estaba relativamente poco investigada. Sin embargo, en la última década ha habido una evolución considerable en este campo, cuyos puntos clave son abordados a continuación en la tabla No. 2; en ella se resumen las características más importantes en el desarrollo gestual y lingüístico desde la infancia a la niñez. El rol de estos signos verbales y no-verbales tempranos en el desarrollo temprano de la autorregulación es reconocido cada vez más, por lo que es necesario darle la importancia debida.

Tabla 2
Desarrollo gestual y lingüístico

6 - 8 meses	<ul style="list-style-type: none"> • Balbuceo canónico (apropiado) • Movimientos rítmicos de las manos
8 - 10 meses	<ul style="list-style-type: none"> • Gestos deícticos (como señalar) • El reconocimiento de algunas palabras conocidas • Rutinas gestuales (como las llevadas a cabo con canciones)
10 - 13 meses	<ul style="list-style-type: none"> • Comprensión y producción de gestos como mostrar, dar, señalar y peticiones ritualizadas. • Otros comportamientos pre-lingüísticos incluyen el contacto visual, la atención conjunta y la toma de turnos • Pedir la ayuda de otros para lograr los objetivos propios
12 - 13 meses	<ul style="list-style-type: none"> • Gestos de representación, icónicos y arbitrarios (gestos icónicos son aquellos que tienen alguna similitud con lo que representan, y arbitrarios son los gestos que no guardan ninguna similitud con lo que representan, y por lo general son convencionales, como agitar adiós, o extender el pulgar hacia

	<p>arriba)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aparecen las primeras palabras • Gestos de reconocimiento de las funciones de los objetos o "esquemas de juego" (un tipo de gesto que los niños realizan muy brevemente es la función de un objeto conocido, como utilizar un cepillo en el pelo o beber de una taza) • Los gestos sirven como una función complementaria a la lengua
14 - 17 meses	<ul style="list-style-type: none"> • Preferencia vocal o gestual para la comunicación
18 - 24 meses	<ul style="list-style-type: none"> • Preferencia por el lenguaje hablado • Combinaciones de gestos-palabras • Aumento significativo de las palabras producidas y el vocabulario • 50 palabras a los 20 meses, 300 palabras hacia los 24 meses • Transición a los esquemas de juego con las manos vacías (simbólicos)
2 - 5 Años	<ul style="list-style-type: none"> • Gramatización (aprender a transformar las palabras de acuerdo a las reglas gramaticales, por ejemplo, conjugar los verbos) • Integración del habla y los gestos • Emergen los gestos que acompañan el ritmo de los enunciados (por ejemplo para dar énfasis en un punto de una frase) • Los gestos andamian la comprensión y la expresión oral (distancia de lo el niño puede resolver por sí solo y lo que podría realizar con ayuda de un adulto)
Edad escolar	<ul style="list-style-type: none"> • Las combinaciones discrepantes entre el lenguaje hablado y los gestos en relación a tareas • Pueden proveer información acerca del conocimiento del niño que aún no es declarativo • Los gestos ayudan en la transición de la adquisición de conceptos.

Tomada de Bronson, (2000)

El autor anteriormente mencionado indica que es común observar a niños de 3 y 4 años de edad jugando juntos, muy involucrados en su actividad y hablando en voz

alta al mismo tiempo, realizando comentarios autodirigidos o monólogos, más que en un verdadero diálogo social o discusión.

En conclusión se puede observar que en la búsqueda del conocimiento del desarrollo de la autorregulación en los niños pequeños, el habla de los mismos durante el juego, es una actividad importante que se ha usado como una forma para poder conocer el avance hacia sus procesos cognitivos.

Dentro de los autores que han trabajado la autorregulación en niños, se encuentra a Vygotsky (1978), quien revolucionó la forma en que los psicólogos del desarrollo conciben la relación entre el lenguaje y el pensamiento mediante una reinterpretación de la función de este tipo de habla autodirigida que los niños producen acompañando sus acciones.

Desde el punto de vista de Vygotsky (1978), los niños se hablan a sí mismos durante el juego, o cuando se enfrentan a situaciones retadoras o desafiantes, porque eso les ayuda a guiar y ordenar sus acciones y sus procesos cognitivos. Por ejemplo, un niño jugando con un rompecabezas puede murmurar para sí mismo algo así como: "¿Dónde están las esquinas?", mientras que busca una pieza o "esta no encaja aquí" cuando trata de encajar una pieza en el tablero. Esta capacidad de utilizar el lenguaje como una herramienta semiótica convencional, para controlar intencionadamente los propios pensamientos y comportamientos representa el surgimiento de lo que Vygotsky denomina "funciones psicológicas superiores". En sus palabras: "El momento más significativo en el curso del desarrollo intelectual, que da a luz a las formas puramente humanas de inteligencia práctica y abstracta, ocurre cuando el discurso y la actividad práctica, dos líneas del desarrollo completamente independientes, convergen" (Vygotsky, 1978, p. 24).

Según la perspectiva sociocultural de Vygotsky (1978), las funciones psicológicas superiores son producto de la interacción social y no meramente el resultado de la maduración del niño o sólo una construcción a partir de sus experiencias. Su "ley de la

doble formación" establece que las funciones psicológicas superiores aparecen siempre dos veces, primero en un nivel "intermental", en interacción con otras personas a través de medios semióticos de comunicación, y sólo después, como producto de la internalización, en un nivel "intramental", cuando el niño regula sus propios pensamientos y acciones a través del uso de herramientas semióticas aprendidas previamente en contextos comunicativos.

Por lo tanto, los padres y las personas encargadas de cuidar a los niños, juegan un papel fundamental en el desarrollo cognitivo y de la autorregulación de los mismos. Ellos primero tienen la responsabilidad total de regular las acciones de los niños a través del lenguaje y otras herramientas, dándoles el seguimiento o andamiaje que necesitan durante este proceso. Los adultos progresivamente permiten que los niños tomen el control de la tarea en la medida que adquieren la práctica o dominio en ella (Vygotsky, 1978).

Durante la última década, se le ha dado mucho énfasis al habla privada, en diferentes grupos de edad, tareas y contextos. Estos trabajos han establecido que el habla privada está ligada a un mejor desempeño en tareas específicas, que es más frecuente en función del nivel de dificultad de la tarea y que el contenido del discurso privado se relaciona con el input que los padres/profesores han hecho durante la instrucción previa a la ejecución de una tarea similar. Es interesante que en un contexto de juego simbólico, los niños pequeños que primero jugaron con sus padres y después fueron observados jugando solos con los mismos juguetes, no solamente repitieron las mismas acciones realizadas previamente por el adulto, sino que también desarrollaron nuevos escenarios simbólicos creativos en mayor medida que los niños que no jugaron con un adulto previamente. (Vygotsky, 1978)

En síntesis se puede señalar que los comportamientos no conscientes y no verbales son una parte importante en los procesos metacognitivos de los niños y de los adultos, y que es un recurso con el que se cuenta para investigar el desarrollo de la autorregulación en niños antes del desarrollo del lenguaje y en su adquisición. Es

importante hacer notar que los estudios en el desarrollo de la autorregulación cognitiva antes de cumplir los 2 años son escasos, y tanto la teoría como las investigaciones recientes sugieren que los niños podrían ser capaces de utilizar los gestos y las vocalizaciones como herramientas de autorregulación.

Es importante señalar que la autorregulación abarca ciertos elementos que la complementan, dentro de estos, la autoestima juega un papel fundamental en el desarrollo de los niños. Feldman (2010), define que “La autoestima es el componente de la personalidad que abarca nuestras valoraciones personales positivas y negativas.” (p.397). En ese sentido Fernández (2003) refiere que el deseo de aprender es una de las condiciones indispensables para lograr el aprendizaje, sin embargo refiere que la motivación intrínseca es el verdadero motor que sostiene un esfuerzo continuado en el estudio y que impulsa a superar los problemas. Continúa indicando que la motivación intrínseca y la autoestima están íntimamente relacionadas, ya que las aspiraciones y metas giran en función de la confianza propia, de aquí que el éxito se construye sobre y desde la autoestima.

De igual forma el autoconocimiento resulta ser un aspecto fundamental para alcanzar la autorregulación. Coon (2005) indica que el autoconcepto es el conocimiento propio de los rasgos de personalidad, conjunto de creencias, ideas y sentimientos respecto a la identidad personal. Por otra parte Calhoun y Solomon (1989), hacen referencia que el conocimiento propio hace posible cambiar o en su defecto dominar las emociones. Cuanto mayor autoconocimiento haya mayor es la posibilidad que exista autorregulación.

Por otra parte Papalia, Wenkdos y Duskin (2005) definen autoeficacia como “sentido de la capacidad para enfrentar desafíos y alcanzar metas”. (p.330) Refieren que las relaciones con hermanos y compañeros constituyen un parámetro de la autoeficacia, ya que al competir y compararse con otros niños, miden sus competencias físicas, sociales, cognoscitivas y lingüísticas, lo cual les genera una idea más real de ellos mismos.

De acuerdo a lo anterior, es necesario señalar que la autoestima, el autoconcepto y la autoeficacia, son elementos claves que vienen a complementar el desarrollo adecuado de la autorregulación en los niños desde que son pequeños. Los padres y cuidadores juegan un papel importante en este proceso, pues son ellos quienes por medio de la relación afectiva, facilitan u obstaculizan en sus hijos estos componentes.

También existen otros elementos que están relacionados con la autorregulación y que para fines del presente estudio, se utilizaran como indicadores para su medición, los cuales se presentan a continuación:

1.1.2 Autocontrol

Erickson (citado por Papalia, Feldman y Martorell; 2012), identificó el periodo entre los 18 meses y los 3 años como la segunda etapa del desarrollo de la personalidad, siendo ésta la autonomía frente a vergüenza y duda. Dicha etapa se caracteriza por un cambio del control externo al autocontrol. Asimismo recalca la importancia de que los adultos establezcan límites apropiados a los niños y así la vergüenza y la duda los ayuden a reconocer la necesidad de dichos límites.

Fernández (2013), define el autocontrol como el saber manejar adecuadamente los impulsos y las emociones que puedan ser perjudiciales; asimismo refiere que el autocontrol es una habilidad que conlleva una secuencia lógica por lo que es importante como primer punto conocerse a sí mismo, tomando conciencia de cada estado y emoción, así como los posibles efectos que éstos puedan ocasionar, para así lograr controlarse a sí mismo.

Asimismo Gluck, Mercado y Myers (2009) indican que “la demora entre respuesta y consecuencia también es un factor importante para comprender el autocontrol, es decir, la disposición de un organismo a renunciar a una recompensa pequeña e inmediata, a cambio de una recompensa mayor en el futuro”. (p. 307) Es por ello que la habilidad para esperar por un reforzador deseado demorado difiere entre los individuos a lo largo del ciclo de la vida.

1.1.3 Manejo de frustración

Coon (2005) define frustración como el estado emocional interno provocado por la interferencia con la satisfacción de un motivo o bien como un bloqueo de una conducta en particular hacia la realización de una meta.

González (1998) señala que cuando el ser humano vive situaciones que le generan frustración, se generan muchas expectativas de carácter agresivo, y por ende un resultado de desequilibrio. Se hace alusión a la psicología experimental “a toda frustración corresponde una agresión”. Continúa indicando que cuando la persona en su vida experimenta mayor cantidad de frustración que situaciones placenteras genera un desequilibrio emocional.

Craig (2001) refiere que existe una relación directa entre frustración y agresión. Hace mención a la hipótesis de frustración-agresión de Dollard y colaboradores los cuales establecieron que toda agresión surge de una frustración que la genera. Y asimismo que toda frustración en algún momento deriva en alguna forma directa o encubierta de agresión. Continúa mencionando que la frustración da origen a sentimientos de ira que participan en la agresión, la cual podrá desplazarse hacia dos vías: hacia la fuente de frustración o hacia otra persona u objeto.

1.1.4 Impulsividad

Según Feldman (2010) es “un impulso, es una tensión o excitación motivacional que activa el comportamiento para satisfacer una necesidad. Muchos impulsos básicos, como el hambre, la sed, el sueño se relacionan con necesidades biológicas del cuerpo o de la especie en su conjunto. Estos se denominan impulsos primarios, y contrastan con los impulsos secundarios, en los cuales el comportamiento no satisface una necesidad biológica obvia” (p.290).

En ocasiones las personas pueden perder el control de sus impulsos en forma reiterada; es decir los impulsos generan comportamientos o conductas potencialmente no aceptables. Se crea el sentimiento de incapacidad de detenerse y se experimenta

una sensación de desesperación, causando así frustración y reiteradamente actuando impulsivamente indican Halgin y Whitbourne (2009). Por lo general los actos impulsivos no tienen efectos dañinos, pero en ciertos casos pueden conllevar un riesgo.

Stenberg y Grigorenko (citados por Shunk, 2012) expresan que los niños impulsivos suelen prestar menos atención y generalmente interrumpen más que otros niños, asimismo están orientados al éxito rápido y demuestran estándares bajos de desempeño y motivación de dominio.

1.1.5 Seguimiento de instrucciones

De acuerdo a lo establecido por González (2015) las funciones ejecutivas son un constructo teórico que ha permitido hacer referencias a ciertas funciones cognitivas. Lezak (citado por González; 2015) fue la primera en acuñar el término “funciones ejecutivas” y las definió como las capacidades para formular objetivos, planear y realizar los planes de manera efectiva. Indica de igual manera que dicho término se refiere a un conjunto de capacidades que no sólo abarcan los procesos cognitivos sino también las respuestas afectivas que permiten la actividad dirigida a la resolución de problemas, en situaciones nuevas y complejas; asimismo facilitan la adaptación a situaciones nuevas.

Continúa mencionando González (2015) que la edad preescolar es un período fundamental y crítico de transición y de cambios rápidos en capacidades verbales, pensamiento simbólico, mejorías en autorregulación y dirección de objetivos e instrucciones. Es por ello que es una etapa en la que se adquieren competencias ejecutivas con rapidez y que se relacionan con la maduración de estructuras prefrontales.

Woolfolk (2006) resalta que durante las décadas de 1970 y 1980 hubo un auge de investigaciones enfocadas en la enseñanza eficaz, identificando un modelo de enseñanza que estaba relacionado con un mayor aprendizaje por parte de los estudiantes. Rosenshine (citado por Woolfolk; 2006) denomina a dicho método instrucción directa o enseñanza explícita que consiste en la instrucción sistemática para el dominio de habilidades, hechos e información básica.

La misma autora indica que Rosenshine y colaboradores (1988) identificaron seis funciones de la enseñanza basadas en investigaciones sobre la instrucción eficaz las cuales son de utilidad como marco de referencia para la enseñanza de habilidades básicas:

1. Repasar y verificar el trabajo del día anterior: lo cual conlleva a enseñar el tema nuevamente si no fue comprendido por los estudiantes.
2. Presentar material nuevo: se aclaran los propósitos y se enseña en pasos breves dando múltiples ejemplos y contraejemplos.
3. Proporcionar práctica guiada: se plantean preguntas a los estudiantes, asimismo se asignan problemas prácticos y se escuchan las ideas. En este si es necesario se vuelve a enseñar o bien se continúa la práctica guiada hasta que los alumnos reaccionen o respondan de manera correcta.
4. Dar retroalimentación y corrección con base en las respuestas de los estudiantes: si es necesario se debe enseñar nuevamente.
5. Dar práctica independiente: se debe permitir que los estudiantes apliquen el aprendizaje nuevo por su propia cuenta en trabajos individuales, grupos o tareas en casa. Lo importante es que los estudiantes practiquen hasta que las habilidades se sobre aprendan y se vuelvan automáticos, lo cual permitirá al estudiante sentirse confiado. Un aspecto importante es responsabilizar al alumno por el trabajo que realiza y debe ser supervisado.
6. Repasar cada semana y cada mes para consolidar el aprendizaje: es necesario incluir ejercicios de repaso, se debe evaluar con frecuencia.

Por consiguiente se resalta la importancia de la instrucción directa, la cual cuando es aplicada correctamente, una lección por instrucción directa se convierte en un recurso de suma importancia que los estudiantes utilizan para comprender y que a su vez ayuda a consolidar el aprendizaje

1.1.6 Manejo de recompensas

Schunk (2012) sustentado por la teoría de Skinner, indica que las respuestas deben ocurrir primero y luego ser reforzadas. La teoría conductista resalta que el aprendizaje proviene del refuerzo que se realice en la conducta. No obstante hace

referencia al aprendizaje observacional o vicario de Bandura, el cual se refiere a que este tipo de aprendizaje se produce como consecuencia de observar la conducta de otros y sus consecuencias de refuerzo. Se recibe refuerzos indirectos siempre que se observa que alguien recibe ciertas recompensas por su conducta.

Coon (2005), establece que la recompensa es todo aquello que produce placer o satisfacción en una persona, puede llamarse también premio y funciona como un reforzador positivo.

En este sentido Feldman (2010) menciona los enfoques de la motivación basados en la activación, el cual define que es la idea según la cual se trata de mantener cierto nivel de estimulación y actividad, ya sea aumentándolo o disminuyéndolo según sea necesario. De igual forma hace referencia a los enfoques de la motivación basados en los incentivos los cuales señalan que la motivación se deriva del deseo de obtener metas valiosas, incentivos o recompensas. El enfoque cognitivo de la motivación señala que la motivación es producto de los pensamientos, expectativas y metas de cada persona.

Feldman (2010) realiza una distinción entre dos tipos de motivación:

- *Intrínseca*: es aquella que mueve a práctica en una actividad por motivo de placer y no por alguna posible recompensa concreta y tangible.
- *Extrínseca*: es aquella que mueve a que se realice algo por dinero, una calificación o bien alguna otra recompensa tangible y concreta.

Weinberg y Gould (1996) refieren que las recompensas deberían satisfacer las necesidades de los que las reciben, así como la elección de la frecuencia y el momento adecuado de brindarlas aseguran la eficacia de las mismas.

De acuerdo a lo anterior es importante señalar que la autorregulación es una competencia necesaria e indispensable para el progreso cognitivo, emocional y social de los niños. La autorregulación no se limita a situaciones socioemocionales como el autocontrol, sino también abarca el área cognitiva como la habilidad para poner atención y recordar. Esto es importante debido a que permite y ayuda en cada etapa

de desarrollo a tener éxito, al detener o contener algún comportamiento en el momento indicado, ya que el niño puede reflexionar sobre las diferentes estrategias que utilizara para resolver algún problema. Todas las actividades que el niño realiza para su formación integral como practicar un deporte, pueden ser un apoyo o estímulo para su desarrollo, por ello es primordial para fines de este estudio conocer de qué forma la práctica de un deporte como el karate puede ayudar a un niño a desarrollar habilidades y competencias de autorregulación.

1.2 Deporte

Sonsotroem (citado por Weinberg y Gould; 1996) indica que el ejercicio físico tiene una relación positiva con el autoconcepto y la vez indica que los programas de ejercicio parecen conducir a incrementos significativos en la autoestima de las personas.

Asimismo los autores mencionados hacen hincapié que un fuerte autoconcepto es fundamental para el sano desarrollo psicológico y una adecuada adaptación de los niños. El ejercicio es un elemento importante para generar un bienestar además que puede influir en la autoestima mediante agentes como:

- Aumento de la forma física
- Logro de objetivos
- Sensaciones de bienestar somático
- Adopción de conductas saludables
- Generan experiencias sociales
- Brindan atención experimental
- Promueven el refuerzo por medio de personas significativas.

Asimismo se continúa mencionando que el deporte promueve la resistencia, siendo ésta un estilo de personalidad que permite a una persona afrontar situaciones estresantes, lo cual a su vez reduce los efectos negativos del estrés.

Se cita a Piaget, el cual indica que para el desarrollo de la inteligencia en los niños el desarrollo motor es importante, siendo sustentado por estudios, los cuales

afirman que el ejercicio físico o deporte facilita las capacidades cognitivas durante y después de ejercitar el mismo.

Por lo tanto es importante resaltar que la práctica del deporte genera una mejora en el bienestar integral de la persona. Resulta ser un impacto positivo en una diversidad de áreas tales como: fortalecer la autoestima, aumentar el autoconcepto, mejora la autoconfianza, favorece a la salud y beneficia el funcionamiento mental, entre otros.

1.3 Karate

Según Sho Dan (1991) los documentos más antiguos relacionados con el enfrentamiento hombre con hombre proceden de Egipto. Asimismo existen antecedentes en Europa donde siempre ha habido rivalidades personales o bien batallas multitudinarias.

La historia inicia en el Takanogavi, un manuscrito antiguo japonés, el cual se halló en un monasterio del Tíbet, y contenía narraciones sobre enfrentamientos entre dos hombres. Se hace referencia de que los dioses Kadori y Kashima conocían recursos o estrategias de combate para utilizarse cuando fuera necesario.

Sho Dan (1991) continúa relatando y cita a Funakoshi, quien presentó y codificó al karate, queriendo incluirlo en las artes marciales que se estaban encauzando. Funakoshi, nació en la localidad de Shuri, en la isla de Okinawa, en el año de 1870 y falleció en 1959. Se consideró un hombre ilustrado y de mente recta que cambió un arte temido de combate en una vía para el perfeccionamiento de la propia persona en cuerpo y espíritu. Se menciona que en el año de 1922, Funakoshi fue enviado a Tokio por la Asociación de Educación Física de Okinawa, para realizar una demostración de Okinawa-Te, como entonces se le llamaba al karate. Dicha demostración causó una gran impresión por lo más altos grados del arte, hasta el punto de solicitarle a Funakoshi que les enseñara técnicas, las cuales más adelante fueron desarrolladas y perfeccionadas pasando a formar parte de la Técnica de los Golpes. En 1930 con un deseo de instalarse de un modo definitivo, fue introduciendo modificaciones al Okinawa-

Te empezando por cambiarle el nombre. Así nació el Kara-Te, es decir la Mano Vacía, iluminado por la espiritualidad de las Artes Marciales.

Sho Dan (1991) indica que las escuelas más importantes de karate-do son las siguientes:

- Shotokan: posturas bajas, pocos saltos y ataques largos.
- Gojuryu: Posturas altas, paradas cortas para contraataque, pocos saltos, kata de fuerza.
- Wadoryu: posturas altas y ligeras, contraataque rápido, pocos saltos, kata estilo antiguo.
- Shitoryu: algunos golpes en salto, y suele ser una mezcla entre el Shotokan y el Wadoryu.

“Estudiad de qué modo pueden venceros, y siempre resultaréis victoriosos. Pero victoriosos sobre sí mismos, que es la más hermosa de las victorias. Y no siempre fácil”: (Proverbio antiguo en Sho Dan p.141)

1.3.1 ¿Qué es el karate?

Bisso (2007), menciona que el karate es un arte marcial japonés que combina el desarrollo físico y la búsqueda de beneficios mentales y espirituales, por medio de un entrenamiento especial. Asimismo es una actividad educativa orientada a desarrollar la personalidad, la habilidad y la destreza física, además de un efectivo y práctico sistema de defensa personal. El karate es un ejercicio físico, una disciplina educativa, un arte marcial, actividad social, un deporte completo, un método de defensa personal, un juego instructivo y una actividad psicomotora. Los objetivos que persigue esta disciplina es educar, mejorar físicamente y socializar.

Bisso (2007) continúa mencionando que el karate tiene mucho en común con otras actividades físicas como el aumento de fitness, adquisición de habilidades, actividades sociales, etc. Pero se distingue en algo muy importante: muchos deportes orientales potencian la competición y el afán de ganar, mientras que este arte marcial

asiático tradicionalmente ponen su acento en el conocimiento, mejoramiento y control de sí mismo. Combina aspectos psicológicos, filosóficos e incluso espirituales, que benefician al niño en este proceso de transición, desde la niñez hasta la adultez.

1.3.2 Beneficios de la práctica del karate

Bisso (2007) presenta una serie de beneficios que aporta el karate en la persona desde tres diferentes perspectivas:

- Desde el punto de vista cronológico: el karate puede comenzar a practicarse desde edades muy tempranas. Y beneficia tanto a niños, adolescentes y adultos en su desarrollo integral, con su práctica puede evitar conductas y actitudes que los hacen vulnerables a problemas como la drogadicción, el pandillaje, el embarazo no deseado, y el abandono escolar entre otros.
- Desde el punto de vista biológico: las clases de karate son beneficiosas para mejorar, acompañar o ayudar en el desarrollo biológico de las personas. Se realizan ejercicios acordes a las edades de los alumnos, desarrollando capacidades coordinativas, flexibilidad, fuerza, velocidad y resistencia. Se realizan trabajos coordinativos básicos, más que los específicos de la disciplina porque a los 9 años el sistema nervioso central llega a su 95 % de su maduración total, eso permite que haya mayor sinapsis nervio muscular y mielinización de las fibras nerviosas, esto llevado al campo de trabajo, si existe estímulo se empezará a notar una gran mejora de la coordinación intramuscular.
- Desde el punto de vista psicosocial: la práctica de este deporte le permite realizar diferentes actividades físicas conformadas en grupos con niños con características y edades similares. Esta relación le ayuda a respetar reglas y

normas y a tener una competitividad positiva, que le permite el respeto a los demás, la honradez, el amor al prójimo, lealtad, humildad, etcétera. El maestro o “sensei” juega un papel fundamental pues los alumnos lo ven o eligen como un líder o ejemplo a seguir, debido a ello las actitudes y las palabras que les comparta son fundamentales para el niño.

Para Bisso (2007) las cinco máximas del karate, son las siguientes:

- 1) perfeccionar el carácter
- 2) ser correcto y leal
- 3) tratar de superarse
- 4) respetar a los demás
- 5) no tener actos violentos

Se puede concluir que es un deporte completo que ayuda al desarrollo integral de la persona, psicosocialmente lo ayuda a buscar identificaciones positivas, en este caso el sensei. El karate lo ayuda en su formación, en su autoestima. No es un deporte violento, puesto que justamente es lo que trata de evitar. Su práctica regular permite llevar a la persona a un autoconocimiento y un autocontrol, conceptos muy importantes para la toma de decisiones en la vida.

Asimismo Gualpa (2015) señala que la práctica del karate es una disciplina que eleva el espíritu, donde el hombre se potencializa desde su interior con el conocimiento propio y la utilización adecuada de su propia energía. Hablar de karate es hablar de una filosofía de vida, de una manera de afrontar los retos diarios.

La práctica del karate, faculta en los estudiantes el aprendizaje de actitudes y valores, que dan como resultado aprender aceptar la derrota y a disfrutar del triunfo con humildad, estas actitudes ayudan a enfrentar de una mejor forma la vida diaria de los alumnos.

Gualpa (2015), indica que el karate se puede ver desde tres puntos de vista:

- Desde el punto de vista **epistemológico**, el niño busca nuevas amistades, para lograr su superación a través de experiencias compartidas con sus compañeros, por lo cual la práctica del karate le resulta agradable, para poner a prueba su carácter social el cual evolucionara de una manera positiva, al estar rodeado de amigos de la misma edad y la superación del desarrollo motriz se le vera día a día mediante un entrenamiento científico que lo lleve al autocontrol, formar su carácter y personalidad.
- Desde la parte **ontológica**, se puede decir que el niño mediante el entrenamiento diario podrá ver como su condición física va mejorando a través de la práctica del karate, para lo cual por estar en una edad creativa se le plantearan nuevos retos a superar, los cuales los deberá realizar, de una manera planificada por parte del profesor.
- Y desde la parte **axiológica**, la aplicación de valores es fundamental mediante la práctica constante de esta disciplina, el niño podrá lograr su motivación personal, ya que se volverá responsable, ordenado, cumplirá sus tareas y deberes, de acuerdo a un horario que el mismo establezca para su diario vivir, respetará la forma de vivir del resto de personas, siendo un ejemplo para las personas de la misma edad.

El autor continúa resaltando que el karate como arte marcial, gira en base a tres beneficios fundamentales:

- **Beneficios físicos:** genera beneficios al cuerpo de las personas, les da fuerza en los músculos, huesos y articulaciones. Les permite tener mejor respiración y sistema inmunológico. También obtienen agilidad y flexibilidad, al igual que mejor agudeza visual.
- **Beneficios mentales:** es relativamente fácil para alguien en particular ganar una pelea en la calle, o defenderse, para esto no hace falta mucho entrenamiento.

Sin embargo una persona que en momentos de estrés pueda calcular, dosificar y manejar a su antojo sus movimientos y pensamientos es lo que logra un artista marcial con mucho entrenamiento. Y esto no es solo para cualquier pelea callejera, sino también para la compleja vida de las personas que deben enfrentar diariamente.

- **Beneficios sociales:** los beneficios de las artes marciales no son solo para el individuo. Al mejorar el individuo, mejora la sociedad. Las personas aprenden autocontrol, disciplina, respeto por los demás, eficiencia y eficacia, trabajo en grupo y liderazgo. Todos estos elementos se forjan en el cuerpo y la mente de los niños, y no solo lo deben dominar dentro de su entrenamiento, sino casi automáticamente en la vida real, haciéndolos más seguros de sí mismos, conscientes de las debilidades y fortalezas propias y de otros, y de su papel dentro de la vida misma.

En síntesis la práctica del karate pretende transmitir, una muestra de total respeto hacia todo cuanto le rodea al niño. Los valores humanos son fundamentales, así como la salud física, emocional, mental y espiritual. Este deporte pretende formar en los niños principios básicos como las disciplina, orden, constancia, tolerancia, respeto, humildad, autoconfianza y seguridad, entre otros, tiene un trasfondo de superación personal y desarrollo integral del ser humano.

De acuerdo a las teorías presentadas por los diferentes autores, se puede sintetizar que la autorregulación consiste en saber regular los pensamientos, sentimientos y acciones para poder alcanzar los objetivos propuestos o una meta determinada. En los niños se refiere a que puedan ser capaces de regular lo que piensan y lo que sienten, para que puedan manejar sus acciones de forma adecuada y responder ante cualquier situación que se les presente en la vida, de una manera positiva, productiva, y que sea de beneficio para ellos mismos y para los demás.

Los padres juegan el papel más importante, pues son ellos quienes con el ejemplo enseñan a sus hijos desde temprana edad. Un adulto regulado podrá enseñar a su hijo cómo responder ante situaciones difíciles, como un enojo, tristeza, temor, etc.

Cada oportunidad que se presente para enseñarle al niño habilidades de autorregulación deben ser aprovechadas, ya sea desde el hogar, la escuela o durante las actividades que realizan fuera de casa como practicando algún deporte. El karate es uno de los deportes que da mucha importancia a las actitudes y comportamiento del niño dentro de la clase, como fuera de ella. Además de ser un práctico sistema de defensa personal, se enfocan en desarrollar en los niños, la habilidad y la destreza física, así como la disciplina, la autoestima, el autocontrol, la seguridad y la autoconfianza, elementos importantes dentro de la autorregulación.

Finalmente, se considera que es necesario tener presente que los niños con competencias de autorregulación tienen destrezas emocionales, sociales y morales fuertes y tienden a ser sanos y a tener éxito a lo largo de su vida, ya que estas permiten planear, razonar, prestar atención y realizar múltiples tareas necesarias en la vida diaria.

II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

A medida que los niños van creciendo, van enfrentando diversas experiencias que les permite tomar mayor conciencia de sus sentimientos y de los de otras personas, llegan a tener un mayor control de sus emociones y responder de mejor forma ante la interacción con otros niños de su edad. Asimismo logran comprender las diferentes reglas que tanto la familia como la sociedad consideran aceptables.

Schunk (2012) define la autorregulación como el proceso por el cual las personas activan y mantienen conductas, cogniciones y afectos orientados sistemáticamente a la obtención de metas.

La autorregulación implica el esfuerzo del niño de controlar sus emociones, atención y conducta, por el contrario los niños con poco control personal tienden a mostrarse irritados, frustrados e impulsivos cuando no se les permite realizar lo que ellos desean, teniendo como consecuencia conductas inadecuadas.

Para que los niños puedan desarrollar una autorregulación adecuada, es necesario que los padres brinden las herramientas específicas que satisfagan sus necesidades, que estén atentos a las mismas y que les ofrezcan un entorno físico y emocional que les permita desenvolverse de forma integral.

De manera simultánea, los padres se preocupan por brindar a sus hijos actividades que les permita integrarse a la sociedad y a la vez que fortalezcan los valores adquiridos en el seno familiar. Dentro de estas actividades la mayoría de padres prefieren la práctica de algún deporte ya que además de favorecer el desarrollo físico y mental de los niños, brinda también una estabilidad emocional que les permite desenvolverse en su medio de forma adecuada.

Uno de los deportes más completos tanto a nivel físico como emocional es el karate, el cual además de mejorar la coordinación psicomotriz y desarrollar las destrezas y reflejos, favorece el aumento de la concentración, ayudando a los niños a conocerse y controlarse a sí mismo, generando confianza y responsabilidad desde temprana edad.

De acuerdo a lo anterior, se plantea la siguiente pregunta de investigación:

¿Qué percepción tiene un grupo de padres sobre la práctica del karate en la autorregulación de sus hijos, luego de 6 meses de practicar dicho deporte?

2.1 Objetivos

2.1.1 Objetivo General:

Establecer la percepción que tiene un grupo de padres sobre la práctica del karate en la autorregulación de sus hijos, luego de 6 meses de practicar dicho deporte.

2.1.2 Objetivos Específicos:

- Identificar la percepción de un grupo de padres respecto al autocontrol de sus hijos, después de practicar el karate por más de 6 meses.
- Describir la percepción de un grupo de padres acerca del manejo de frustración de sus hijos, después de practicar el karate por más de 6 meses.
- Establecer la percepción de un grupo de padres sobre la impulsividad de sus hijos, después de practicar el karate por más de 6 meses.
- Identificar la percepción de un grupo de padres con relación al seguimiento de instrucciones de sus hijos, después de practicar el karate por más de 6 meses.
- Describir la percepción de un grupo de padres ante el manejo de recompensas de sus hijos, después de practicar el karate por más de 6 meses.
- Determinar si existe correlación entre sexo, escolaridad de los padres, edad del niño y tiempo de práctica de karate, después de practicar dicho deporte por más de 6 meses.

2.3 Variables

2.3.1 Variable de estudio

- Percepción de la autorregulación

2.3.2 Variables moderadoras

- Sexo
- Escolaridad de los padres
- Tiempo de practicar karate
- Edad del niño

2.4 Definición conceptual de variables

- **Percepción**

Según Schunk (2012), la percepción es el proceso de reconocimiento y asignación de significado a una entrada sensorial. El procesamiento de la información comienza cuando uno o más sentidos perciben un estímulo, sea éste visual o auditivo. El registro sensorial recibe la información y la mantiene un instante en forma sensorial; es en este momento cuando ocurre la percepción (reconocimiento de patrones), dando un significado a un estímulo determinado.

- **Autorregulación**

Según Papalia, Feldman y Martorell (2012), la autorregulación es el control independiente que un niño ejerce sobre su conducta para adaptarse a expectativas sociales establecidas. Es la base de la socialización y se relaciona con todos los dominios del desarrollo físico, cognoscitivo, emocional y social.

2.5. Definición operacional de variables

- **Percepción de la autorregulación**

Para fines de este estudio, se midió por medio de una escala Likert, la opinión que tengan los padres de familia, en relación al impacto que la práctica del karate por más de seis (6) meses, ha tenido en la autorregulación de sus hijos, la cual fue medida por medio de un instrumento dirigido a los padres de familia, a través de los siguientes indicadores:

- Autocontrol
- Manejo de frustración
- Impulsividad
- Seguimiento de instrucciones
- Manejo de recompensas

2.6 Alcances y límites

El alcance de este estudio fue conocer la percepción de un grupo de padres, con relación a la experiencia en la práctica de un deporte como lo es el karate en la autorregulación de sus hijos, con un tiempo mínimo de seis (6) meses.

Este estudio se limitó a trabajar con padres de familia que tienen a sus hijos practicando el deporte del karate por más de 6 meses y los resultados obtenidos son válidos únicamente para la población evaluada.

2.7 Aporte

Se considera que el presente estudio puede ser de beneficio para los padres de familia en general, ya que los resultados de la misma pueden ser un insumo para que ellos reconozcan la importancia de la práctica de un deporte para sus hijos y en este caso específicamente del karate.

Asimismo, es importante señalar que el karate además de ser un deporte que contribuye a mejorar la salud física de los niños, podría beneficiar también el desarrollo en diferentes áreas de la vida diaria, tal como la autorregulación, que permitiría

transformar capacidades mentales en habilidades y conductas dirigidas a alcanzar metas; dando como posible resultado una formación integral que brinda seguridad en sí mismo y en las actividades que realicen.

Igualmente los colegios pueden beneficiarse de los resultados de esta investigación, incorporando en sus actividades extracurriculares el karate como una práctica sistemática para los niños.

De la misma forma las academias de karate también se pueden beneficiar al tener conocimiento sobre los beneficios que este deporte provoca en la autorregulación del niño y su entorno.

Por último puede servir como aporte para futuros estudios académicos o trabajos de investigación tomando en cuenta que a la fecha no existen estudios sobre esta temática.

III. METODO

3.1 Sujetos

Para la realización del presente estudio, los sujetos estuvieron formados por padres de familia, residentes en la ciudad de Guatemala, cuyos hijos asisten a una academia privada, practicando el deporte del karate por un tiempo mayor de 6 meses. La población total de niños inscritos en la academia privada, asciende a 90 alumnos, y se seleccionó una muestra de 30 padres o madres de familia, quienes proporcionaron información acerca de la conducta de sus hijos respecto al autocontrol adquirido durante la práctica de este deporte. Para ello se utilizó una muestra no probabilística, que desde la visión cuantitativa, Hernández, Fernández y Baptista (2010), señalan que implica una cuidadosa y controlada elección de sujetos con ciertas características especificadas previamente en el planteamiento del problema, empleando asimismo la técnica de muestreo por conveniencia en la que se seleccionará una muestra de la población por el hecho de ser accesible para los fines del presente estudio.

La muestra de padres de familia estuvo comprendida entre las edades de 25 a 65 años, de ambos sexos, de cualquier nivel socioeconómico y escolaridad.

A continuación se presentan las características que se tomaran en cuenta en los sujetos de estudio:

Sexo

Sexo	Cantidad
Masculino	19
Femenino	11

Edad

Edad	Cantidad
20 – 35 años	4
26 – 50 años	25
51 años o más	1

Estado Civil

Estado Civil	Cantidad
Soltero	2
Casado	28

Escolaridad

Escolaridad	Cantidad
Estudiante, Educación Media	6
Licenciatura, Maestría u otro.	24

Edad del niño

Edad del niño	Cantidad
4 años	2
5 años	5
6 años	5
7 años	3
8 años	3
9 años	4
10 años	7
12 años	1

Tiempo de practicar karate

Tiempo	Cantidad
1 año	8
2 años	7
3 años	6
4 años	4
5 años	2
6 años	1
7 años	1
8 años	1

3.2 Instrumento

El instrumento que se utilizó en el presente estudio, fue una escala tipo Likert cuyo objetivo fue establecer qué percepción tiene un grupo de padres de familia sobre la práctica del karate en la autorregulación de sus hijos, luego de 6 meses de practicar dicho deporte.

Hernández, Fernández y Baptista (2010), definen la escala de Likert como el conjunto de ítems que se presentan en forma de afirmaciones que permiten medir la reacción del sujeto en tres, cinco o siete categorías.

Dicho cuestionario está formado por 15 preguntas las cuales evalúan algunas conductas de autorregulación, que de acuerdo con Morales (2011), permiten obtener información sobre aspectos distintos, que pueden ser muchos, de la misma situación o de la misma población. El cuestionario se desarrolló en función de los siguientes indicadores:

Indicadores	Ítems
Autocontrol	1, 2 y 3
Manejo de frustración	4, 5 y 6
Impulsividad	7, 8 y 9
Seguimiento de Instrucciones	10, 11 y 12
Manejo de recompensas	13, 14 y 15

Dicho instrumento incluyó una sección inicial en la cual se recolectaron los datos generales de los participantes como la edad, sexo, nivel socioeconómico y escolaridad; la segunda parte estuvo conformada por 15 preguntas con opción de respuesta como se describe a continuación:

Siempre	Con frecuencia	Ocasionalmente	Nunca
---------	----------------	----------------	-------

La validación del instrumento se realizó por medio de juicio de expertos, en la cual se consultaron tres profesionales con amplio conocimiento sobre el tema.

3.3 Procedimiento

Al finalizar el anteproyecto, fue entregado a las autoridades del Departamento de Psicología y luego de ser revisado y aprobado se inició a trabajar en el estudio de campo, de la siguiente forma:

- Se validó el instrumento, por medio de juicio de expertos, de acuerdo a los indicadores establecidos en las variables del estudio.
- Se solicitó apoyo y autorización a los dueños de una academia privada de karate, para poder realizar el estudio dentro de la misma.
- Se seleccionó y se aplicó el instrumento a los padres de familia, sujetos del estudio.
- Se tabularon los resultados del instrumento y se analizaron los datos para realizar la presentación de resultados a través de estadística descriptiva.
- Se procedió a elaborar la discusión de resultados en donde se contrastaron los mismos, con la fundamentación teórica.
- Tomando como base la discusión de resultados, se desarrollaron las conclusiones y recomendaciones para el presente trabajo.
- Finalmente se integró el informe final de investigación para la revisión final correspondiente.

3.4 Tipo de investigación, diseño y metodología estadística

La presente investigación es de carácter descriptivo, de acuerdo con Hernández, Fernández y Baptista (2010) buscan especificar las propiedades, las características, los perfiles de las personas, grupos o comunidades. Estos estudios pretenden recoger

información de manera independiente, a partir de unas variables y conceptos previamente definidos por el investigador y sobre quiénes se recolectarán los datos.

El enfoque del estudio es cuantitativo, ya que se basa en la medición numérica y el análisis estadístico que permite establecer patrones de comportamiento y probar teorías (Hernández et al. 2010). Para el análisis y presentación de los resultados, se utilizó la estadística descriptiva con base en frecuencias, porcentajes, medias y desviaciones. Asimismo se realizó una correlación entre los indicadores del instrumento y algunas variables demográficas. Los datos fueron procesados y codificados en el programa Excel y el programa estadístico para las ciencias sociales IBM-SPSS, versión 24 para Windows.

Para la presentación de resultados, se utilizaron tablas que permitieran una adecuada visualización de los porcentajes, medias y desviaciones.

IV. PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

A continuación se presentan los resultados obtenidos del presente estudio cuyo objetivo fue establecer la percepción que tiene un grupo de padres sobre la práctica del karate en la autorregulación de sus hijos, luego de 6 meses de practicar dicho deporte.

Inicialmente se presentan las tablas descriptivas que corresponden a cada uno de los indicadores y posteriormente se muestra la tabla de correlaciones de indicadores del instrumento y variables demográficas

Tabla 4.1 Descriptivos Autocontrol

No.	Pregunta	Nunca 1	Ocasionalmente 2	Con frecuencia 3	Siempre 4	\bar{X} (σ)
1	Actúa de acuerdo a sus deseos inmediatos, es decir actúa por impulso.	1 3.30%	12 40%	16 53.30%	1 3.30%	2.57 .63
2	Obedece ante un, "no lo hagas" por parte de una figura de autoridad.	0	4 13.30%	15 50%	11 36.70%	3.23 .68
3	Es capaz de esperar su turno en una fila.	0	2 6.70%	8 26.70%	20 66.70%	3.60 .62

En términos generales se puede apreciar que en el tema del autocontrol los padres valoran de forma adecuada el comportamiento de sus hijos. Lo anterior se

puede notar dado que en las preguntas 2 y 3 el mayor porcentaje corresponde a con frecuencia y siempre.

Tabla 4.2 Descriptivos Manejo de Frustración

No.	Pregunta	Nunca 1	Ocasionalmente 2	Con frecuencia 3	Siempre 4	\bar{X} (σ)
4	Cuando no logra algo que desea, recurre al llanto o berrinche.	11 36.70%	17 56.70%	2 6.70%	0	1.70 .60
5	Exige algo que quiere, en el momento que desea, sin poder esperar.	8 26.70%	18 60%	4 13.30%	0	1.87 .63
6	Tiende a escoger situaciones fáciles o cómodas, ante aquellas que requieran cierto grado de esfuerzo o dedicación.	5 16.70%	18 60%	6 20%	1 3.30%	2.10 .71

De acuerdo a lo anterior se puede considerar que en el indicador en cuanto a manejo de frustración, los padres perciben que sus hijos manejan de manera adecuada la frustración. Esto se evidencia en que el mayor porcentaje en las tres preguntas enfatiza en nunca u ocasionalmente, indicando con esto que la conducta no se presenta, por lo que los niños logran manejar la frustración.

Tabla 4.3 Descriptivos Impulsividad

No.	Pregunta	Nunca 1	Ocasionalmente 2	Con frecuencia 3	Siempre 4	\bar{X} (σ)
7	Cuando corre o camina ve su camino.	0	1 3.30%	15 50%	14 46.70%	3.43 .57
8	Tiende a pasar de una actividad a otra sin terminarla.	5 16.70%	25 83.30%	0	0	1.83 .38
9	Habla sin pensar en las consecuencias de lo que dice.	8 26.70%	19 63.30%	3 10%	0	1.83 .59

La tabla anterior refleja los resultados que los padres perciben de sus hijos en cuanto al indicador de impulsividad, lo cual se evidencia que los niños logran controlar su impulsividad de forma aceptable. Se puede evidenciar en el porcentaje de la pregunta 7 que en su mayoría respondieron con frecuencia y siempre. Por lo contrario en los resultados de la pregunta 8 y 9 el porcentaje destaca ocasionalmente, que debido a su orientación deberían ser respondidas de este modo.

Tabla 4.4 Descriptivos Seguimiento de Instrucciones

No.	Pregunta	Nunca 1	Ocasionalmente 2	Con frecuencia 3	Siempre 4	\bar{X} (σ)
10	Cuestiona las instrucciones que se le dan.	5 16.70%	16 53.30%	8 26.70%	1 3.30%	2.17 .75
11	Generalmente se le tiene que repetir más de dos veces una instrucción para que pueda realizarla.	4 13.30%	18 60%	8 26.70%	0	2.13 .63
12	Se distrae cuando se le explica lo que tiene que hacer.	5 16.70%	22 73.30%	3 10%	0	1.93 .52

Con base en lo anterior se puede apreciar que el tema de seguimiento de instrucciones los padres perciben un aceptable seguimiento de instrucciones por parte de sus hijos. Esto obedece a que en las preguntas 10, 11 y 12 la suma del porcentaje incurre en ocasionalmente, indicando con ello que si logran comprender y seguir instrucciones, ya que debido a la orientación de estas preguntas es la forma en que deberían ser contestadas.

Tabla 4.5 Descriptivos Manejo de Recompensas

No.	Pregunta	Nunca 1	Ocasionalmente 2	Con frecuencia 3	Siempre 4	\bar{X} (σ)
13	Obedece ante cierta actividad sólo si sabe que recibirá un premio	7 23.30%	17 56.70%	5 16.70%	1 3.30%	2.00 .74
14	Constantemente suele pedir premios por los logros que obtiene.	8 26.70%	13 43.30%	6 20%	3 10%	2.13 .94
15	Si realiza alguna actividad, lo hace con el único objetivo de recibir un premio, sin tener motivación o interés en la actividad misma.	16 53.30%	13 43.30%	1 3.30%	0	1.50 .57

La tabla anterior muestra los resultados con base al indicador de manejo de recompensa. Los resultados reflejan que los padres consideran que sus hijos logran tener un balance en cuanto a las recompensas que obtienen y el interés por las actividades mismas que realizan. Lo anterior puede verse representado en las interrogantes cuya suma de los porcentajes ocasionalmente y nunca lo evidencia.

Tabla 4.6. Correlaciones indicadores del instrumento y variables demográficas

N = 30		Sexo	Escolaridad	Edad niño	Tiempo karate
Autocontrol	Correlación de Pearson	.102	-.200	-.162	-.215
	Sig. (bilateral)	.591	.289	.394	.254
Manejo frustración	Correlación de Pearson	.292	.151	-.065	-.214
	Sig. (bilateral)	.117	.426	.734	.256
Impulsividad	Correlación de Pearson	.287	.071	.031	-.122
	Sig. (bilateral)	.125	.708	.872	.520
Seguimiento de instrucciones	Correlación de Pearson	.293	.026	.075	-.316
	Sig. (bilateral)	.116	.892	.694	.089
Manejo de recompensas	Correlación de Pearson	.240	.278	-.010	-.262
	Sig. (bilateral)	.202	.138	.958	.162
Total de Autorregulación	Correlación de Pearson	.416	.151	-.043	-.413
	Sig. (bilateral)	.022	.427	.823	.023

La matriz de correlaciones muestra únicamente relación entre el total, sexo y tiempo de realizar karate. Lo anterior indica que en el caso del sexo (mujeres 0 hombres 1) por ser positiva la relación la autorregulación tiene más que ver con ser hombre que con ser mujer. En el caso de tiempo de hacer karate indica que a mayor tiempo de karate mayor autorregulación. Estas relaciones con un nivel de confianza del 95%. El resto no muestra ningún tipo de relación.

En síntesis podría decirse que del total de 15 preguntas todas ellas tienen una tendencia a que la percepción de los padres es favorable a que sus hijos tienen conductas apropiadas, lo que hace pensar en los beneficios del karate. Basado en los resultados de los indicadores evaluados, los niños que practican karate son capaces de controlar sus propios impulsos teniendo en su mayoría autocontrol sobre ellos mismos, de igual forma pareciera que logran manejar adecuadamente su comportamiento, controlando su impulsividad. En el mismo sentido los padres cuyos hijos practican karate perciben que sus hijos presentan una adecuada concentración para seguir las instrucciones que se le indican y a la vez poseen motivación en cuanto a las actividades que realizan, ya que no es la recompensa lo que los motiva sino más bien la actividad misma que realizan.

V. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

De acuerdo a los resultados obtenidos en la presente investigación con un grupo de padres sobre la práctica del karate en la autorregulación de sus hijos, se pudo observar que existe una percepción favorable respecto a que sus hijos tienen conductas apropiadas, lo cual genera beneficios a nivel físico, mental y social.

Se realizó el análisis descriptivo tomando como base cada uno de los indicadores establecidos en el estudio, y en relación al Autocontrol, se observó que el mayor porcentaje de respuestas de los padres se ubicaron entre “frecuente y siempre”, esto significa que los padres valoran de forma adecuada el comportamiento de sus hijos, los cuales tienen un manejo adecuado de sus emociones y de sus impulsos en distintas áreas de su vida. Para Papalia, Feldman y Martorell (2012), la autorregulación es el control independiente que un niño ejerce sobre su conducta para adaptarse a expectativas sociales establecidas. Es la base de la socialización y se relaciona con todos los dominios del desarrollo físico, cognoscitivo, emocional y social. La autorregulación emocional implica un esfuerzo, voluntario, por controlar las emociones, la atención y la conducta.

De acuerdo a los resultados anteriores sobre el autocontrol, se observa que existe una relación con el estudio de Sandoval (2009), quien buscó establecer si el programa Little Ninja influye en el comportamiento (control, disciplina, orden, atención y habilidades físicas) de un grupo de 24 niños/as entre las edades de 3 a 7 años que asisten al Kenpo Karate Castillo Team ubicado en la zona 11. Asimismo se buscó observar el desarrollo del comportamiento con las conductas a trabajar, establecer las diferencias de los niños participantes al iniciar el programa y al finalizar el mismo. Concluyó que el Programa Little Ninja influye positivamente en el comportamiento (control, disciplina, orden, atención y habilidades físicas) de un grupo de niños que asistieron a Kenpo Karate Castillo Team con una confiabilidad del 95%.

El autocontrol es una competencia importante y necesaria de dominar en el desarrollo de los niños y muchas veces esta se logra a través de la práctica de algún deporte como lo es el karate.

El segundo indicador fue el manejo de la frustración, es importante considerar que es un estado emocional interno que a veces provoca un bloqueo en los niños de una conducta en particular hacia la realización de una meta. Para este estudio en particular los resultados reflejan que el mayor porcentaje en las tres preguntas enfatiza en “nunca o algunas veces”, esto quiere decir que los padres manifestaron percibir que sus hijos a través de la práctica del karate han aprendido a manejar de manera adecuada la frustración, es decir, cuando no logran algo que desean, ya no recurren al llanto o a los berrinches, ya no exigen algo que quieren en el momento que desean sin poder esperar o ya no escogen situaciones fáciles o cómodas, ante aquellas que requieran cierto grado de esfuerzo o dedicación. El manejo adecuado de la frustración es importante y es un elemento que complementa la autorregulación de los niños. De acuerdo a lo anterior González (1998) señala que cuando el ser humano vive situaciones que le generan frustración, se generan muchas expectativas de carácter agresivo, y por ende un resultado de desequilibrio. Se hace alusión a la psicología experimental “a toda frustración corresponde una agresión”. Indica que cuando la persona en su vida experimenta mayor cantidad de frustración que situaciones placenteras genera un desequilibrio emocional. Asimismo Dardón (2014) realizó una investigación sobre el nivel de agresividad en deportistas que practican taekwondo, el objetivo de dicho estudio señala la relación que existe entre la agresividad y el taekwondo que manejan los deportistas que practican este deporte, debido a que es común relacionar este deporte con niveles significativos de agresividad. Los resultados indicaron que con el 92% de los sujetos, casi la totalidad de los deportistas de la Asociación de Taekwondo de Quetzaltenango presentan niveles bajos de agresividad, mientras que solo el 8% presentan un nivel medio y ninguno lo hace en un nivel alto. Como aporte se elaboró una propuesta que tiene un enfoque preventivo debido a que ninguno de los sujetos presentó un nivel alto de agresividad y está encaminada a la identificación y manejo de la misma al momento de presentarse, en ella se resalta la comunicación asertiva para la resolución de conflictos.

En relación a la impulsividad los padres opinan que durante el tiempo que sus hijos llevan de practicar karate han logrado un manejo adecuado de la impulsividad, esto se pudo comprobar ya que las respuestas de dicho indicador en su mayoría son

favorables. Feldman (2010) señala que la impulsividad es un impulso que activa el comportamiento para satisfacer una necesidad, es decir que cuando los niños no poseen regulación emocional, sus impulsos generan comportamientos o conductas no aceptables. De acuerdo a ello Velásquez y Guillén (2007), en su estudio sobre regulación emocional en nadadores en proceso de formación deportiva, categoría infantil, cuyo objetivo fue conocer la influencia que ejerce sobre diversas áreas del desarrollo del individuo, encontraron que luego de recibir un bloque de talleres con los niños, hay una mejora en su autoconfianza, su autoestima, y adquiriendo mejores habilidades para la resolución de problemas, incrementando la confianza que tienen sus propias ejecuciones y utilizar estrategias de autocontrol y autorregulación en los aspectos involucrados en el ámbito deportivo. Asimismo se evidenció una reducción de las reacciones emocionales negativas en los niños. Por lo que se puede entender que el deporte no sólo promueve una mejora a nivel físico sino también es fundamental para el sano desarrollo psicológico de los niños. Con base en lo anterior, los niños al practicar karate generan un equilibrio emocional, desarrollando habilidades para resolver conflictos y por ende reduciendo significativamente los niveles de agresividad, promoviendo un manejo adecuado de la misma.

Por otro lado, en cuanto al seguimiento de instrucciones, el cuarto indicador, el cual se refiere al conjunto de normas o reglas que una figura de autoridad establece con el fin de generar cierto aprendizaje, y cuyo éxito radica en la capacidad que se tenga para seguir dicha instrucción. El presente estudio refleja que la percepción de los padres, respecto a sus hijos en esta área, se encuentra de manera aceptable, pues responden en su mayoría, que “algunas veces” sus hijos tienen dificultad en seguir instrucciones; siendo capaces en la mayoría de las ocasiones de no cuestionar las instrucciones que se les dan, pueden obedecer a una instrucción, sin que deba ser repetida por más de 2 veces, y logran mantener su atención cuando se les explica lo que deben de realizar. González (2010), refiere que la edad preescolar, es una etapa donde se adquieren competencias ejecutivas, siendo un período fundamental y de cambios, respecto a capacidades verbales, avances en la autorregulación, establecimiento de objetivos y seguimiento de instrucciones. En el mismo sentido, Whitebread y Basilio (2012) en un artículo sobre “Emergencia y desarrollo temprano de

la autorregulación en niños preescolares” establecieron que la autorregulación contribuye en forma importante en el aprendizaje, demostrando que las funciones ejecutivas y las habilidades de autorregulación tempranas en niños preescolares genera el desarrollo de habilidades tempranas de autorregulación emocional, asociadas a la capacidad de los niños de seguir instrucciones, enfocar la atención y cooperar con profesores y pares. Los mismos autores señalan que estudios recientes han demostrado que las habilidades metacognitivas y de autorregulación son aprendidas y altamente enseñables, concluyendo que los procesos clave parecen ser los que están relacionados con la atención, la memoria de trabajo, el control inhibitorio y la flexibilidad cognitiva. Por lo que se evidencia la importancia de potenciar competencias ejecutivas que conlleven al aprendizaje de seguimiento de instrucciones en los niños desde temprana edad; dicha situación es percibida de manera positiva por los padres, cuyos hijos practican el deporte del karate, ya que desarrollan una enseñanza basada en el seguimiento de instrucciones.

Con base en el indicador de manejo de recompensas, se entiende que son aquellos refuerzos otorgados como consecuencia a una conducta esperada o deseada, produciendo un estímulo, que genera la motivación de alcanzar cierta meta. En el presente estudio se observó que la suma de los porcentajes recae en “algunas veces y nunca”, lo cual indica que los padres perciben que a través de la práctica del karate sus hijos han logrado un balance en cuanto a las recompensas que reciben, obedeciendo ante cierta actividad independientemente si recibirá un premio, no suelen pedir premios constantemente por sus logros, y logran mantener motivación en la actividad misma que realizan, sin tener como objetivo recibir un premio a cambio. Coon (2005), indica que la recompensa produce placer o satisfacción en una persona y funciona como un reforzador positivo. Los resultados obtenidos en el indicador de manejo de recompensas coincide con el estudio de Fraile y De Diego (2006), sobre las Motivaciones de los escolares europeos para la práctica del deporte escolar, en el que concluyeron que la actividad física como una práctica saludable, es considerada por la mayor parte de los escolares y entrenadores como la motivación más importante para realizar deporte escolar. Entre las motivaciones que destacaron entre los escolares se encuentran: la mejora de la salud, estar con los amigos y desarrollarse como persona;

la competición en el deporte escolar representó más un medio que un fin, destacando un tipo de práctica recreativa.

No existen estudios previos sobre correlación entre sexo, escolaridad de los padres, edad del niño y tiempo de practicar karate, sin embargo en el presente estudio se encontró correlación entre los indicadores del instrumento y algunas variables demográficas; la matriz de correlaciones muestra relación entre el total de sexo y tiempo de realizar karate. Lo anterior indica que en el caso del sexo la autorregulación tiene más que ver con ser hombre que con ser mujer. En el caso de tiempo de hacer karate indica que a mayor tiempo de karate mayor autorregulación. Estas relaciones con un nivel de confianza del 95%. El resto, como escolaridad de los padres y edad del niño no muestra ningún tipo de relación.

De acuerdo a lo anterior, el presente estudio refleja que el karate ha influido de manera positiva en los niños, según la percepción de sus padres. Los niños a través de la práctica de dicho deporte han logrado alcanzar actitudes esperadas y valoradas para alcanzar la autorregulación, logrando un esfuerzo voluntario con el objeto de controlar sus emociones, mejorar significativamente la atención y manejar adecuadamente su conducta.

VI. CONCLUSIONES

De acuerdo a los objetivos del estudio y a los resultados obtenidos, se presentan las siguientes conclusiones:

- Se estableció por medio de la percepción de los padres que el karate a partir de los 6 meses de práctica, repercute de manera positiva en la autorregulación de los niños que practican dicho deporte.
- Se identificó que los padres valoran de forma adecuada el comportamiento de sus hijos en relación al autocontrol.
- Se identificó de acuerdo a los resultados que los padres perciben que sus hijos manejan la frustración de forma apropiada y correcta debido al reforzamiento que reciben durante la práctica de karate.
- Se estableció que los niños a partir de la práctica del karate logran controlar de manera aceptable la impulsividad.
- Se identificó por medio de la percepción de los padres, que el deporte del karate favorece un adecuado seguimiento de instrucciones en los niños.
- Se estableció que el karate, como deporte, desarrolla un adecuado manejo de recompensas en los niños, de acuerdo a la percepción que los padres han tenido a lo largo de la práctica del mismo.
- Se determinó en la matriz de correlaciones que únicamente existe relación entre sexo y tiempo de practicar karate, evidenciándose una mayor relación de autorregulación en el caso del sexo masculino, así como, que a mayor tiempo de practicar dicho deporte se evidencia mayor autorregulación.

VII. RECOMENDACIONES

De acuerdo a las conclusiones del estudio se recomienda lo siguiente:

- Que dentro de las actividades extraescolares de sus hijos, los padres de familia, puedan tomar en cuenta el karate desde temprana edad; ya que favorece a la autorregulación, siendo un deporte completo que promueve un desarrollo integral para el niño.
- Que las academias de karate, trabajen de forma coordinada con los padres de familia, en el fortalecimiento de autocontrol debido a que éste favorece el establecimiento apropiado de límites en los niños, así como a tomar conciencia de sus emociones obteniendo un beneficio tanto en el ámbito familiar, escolar y social.
- Que las academias de karate, fortalezcan estrategias sobre el manejo de frustración, en donde enfrenten retos o desafíos que generen cierto nivel de esfuerzo en los niños, aprendiendo así a enfrentar la postura de ganar y perder, lo cual favorece al equilibrio emocional en el niño.
- Que las academias de karate continúen trabajando el área de impulsividad, pues la misma ayudará a que los niños logren un autoconocimiento, regulación de sus emociones, tolerancia, resolución de conflictos de manera pacífica, lo cual mantendrá bajo control la impulsividad y será de utilidad para la integración social del niño.
- Una de las áreas que trabaja el karate, es el seguimiento de instrucciones, por lo que es importante que los padres de familia refuercen y den seguimiento al desarrollo de dicha habilidad, debido a que es un elemento importante que repercute a nivel social, promoviendo una adecuada resolución de problemas; y desde el punto de vista escolar generando el éxito de un buen aprendizaje.

- Que los centros educativos, adopten programas de manejo de recompensas que incluyan estímulos y refuerzos positivos para los niños por medio de metas, para promover la responsabilidad, la motivación, el descubrimiento de sus capacidades y el fortalecimiento de su autoestima.
- Que los diferentes centros educativos integren dentro de sus actividades extracurriculares, el deporte del karate, con una constancia de dos o tres veces por semana para fortalecer en los niños la autorregulación, el área motriz, valores positivos, creando un impacto positivo en el área familiar, social y escolar del niño.
- Se sugiere a los estudiantes de la carrera de Licenciatura en Psicología, realizar más investigaciones relacionadas con el tema de autorregulación en niños y determinar asimismo otros factores que puedan beneficiar a la autorregulación desde temprana edad.

VIII. REFERENCIAS

- Azurdia, E. (2013). *Propuesta de un programa de autorregulación para la resolución de conflictos de los niños de 3ro y 4to primaria de un colegio privado de Santiago Sacatepéquez*. (Tesis de licenciatura inédita). Recuperada de <http://bibliod.url.edu.gt/Tesis/2013/05/42/Azurdia-Estefania.pdf> Contenido de Tesis (PDF)
- Barrios, C. y Vence, G. (2008). *Importancia de la familia y la escuela para el desarrollo de competencia psicosociales en niños*. (Tesis de Posgrado). Universidad de la Sabana. Bogotá. Recuperada de <http://hdl.handle.net/10818/2154>
- Belando, N., Ferriz-Morell, R. y Moreno-Murcia, J. (2012). *Mejora personal y social a través de la promoción de la responsabilidad en la actividad físico-deportiva*. Revista Internacional de Ciencias del Deporte. Volumen VIII Páginas 202-222. España Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4248458.pdf>
- Bisso, D. (2007). *Adolescencia y Karate*. Universidad Nacional Lomas de Zamora. Argentina. Revista Digital - Buenos Aires - Año 12 - N° 114 Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd114/adolescencia-y-karate.htm>
- Bronson, M.B. (2000) *Self-regulation in Early Childhood*. New York: The Guilford Press.
- Calhoun, C. y Solomon, R. (1989) *Qué es una emoción, lecturas clásicas de psicología filosófica*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Condemarín, M., Chadwick, M. y Milicic, N. (1986). *Madurez Escolar*. (4ª. Ed.) Chile: Antártica S.A.
- Coon, D. (2005). *Psicología*. (10ed.) México: Thompson.
- Craig, G. (2001). *Desarrollo Psicológico*. (8ª ed.) México: Prentice Hall
- Dardon, S. (2014). *Nivel de agresividad en deportistas que practican taekwondo*. (Tesis de licenciatura inédita). Recuperada de

<http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2014/05/42/Dardon-Silvia2.pdf> Contenido de Tesis (PDF)

Feldman, R. (2010) *Psicología con aplicaciones en países de habla hispana*. (8 ed.) México: McGrawHill

Fernandez, A (2003). *Cómo aprender a estudiar y aprender con eficacia*. (2 ed.) San Salvador: UCA Editores

Fernández, R. (2013). *Cerebrando las emociones. Recursos teórico prácticos para usar nuestras emociones con inteligencia*. Buenos Aires, Argentina: Bonum.

Fraile, A., y De Diego, R. (2006). *Motivaciones de los escolares europeos para la práctica del deporte escolar*. Un estudio realizado en España, Italia, Francia y Portugal. Universidad de Valladolid, España. *Revista internacional de sociología*, 64(44), 85-109.

Gluck, M., Mercado, E. y Myers, C. (2009). *Aprendizaje y memoria, del cerebro al comportamiento*. México: Mc. Graw Hill

González, J. (1998) *Autocontrol. Fórmulas para controlar el estrés*. España: EDIMAT LIBROS, S.A.

González, M. (2015) *Desarrollo neuropsicológico de las funciones ejecutivas en preescolar*. México: Manual Moderno.

González-Pienda, J., Núñez, J., Álvarez, L. y González, S. (2002). *Inducción parental a la autorregulación, autoconcepto y rendimiento académico*. Recuperado de <http://redalyc.uaemex.mx/redalyc/pdf/727/72714424.pdf>

Gualpa, W. (2015). *Fundamentos básicos del karate do estilo shotokan en el desarrollo motriz en niños de 6 a 8 años de la liga cantonal de salcedo*. (Tesis de licenciatura inédita) Recuperada de <http://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/17856>

- Halgin, R. y Whitbourne, S. (2009). *Psicología de la anormalidad*. (5 ed.) México: McGraw Hill.
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación*. (4ª. ed.). México: McGraw-Hill Interamericana.
- Jiménez, A. (2014). *Perfiles de agresividad en preadolescentes y adolescentes que practican karate en la confederación deportiva autónoma de Guatemala, en el departamento de Sacatepéquez*. (Tesis de licenciatura inédita). Recuperada de <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2014/05/42/Jimenez-Alma.pdf> Contenido de Tesis (PDF)
- Lewis, M. D., y Granic, I. (2010). *Phases of Social–Emotional Development from Birth to School Age*. En M. Ferrari y L. Vuletic (Eds.). *The Developmental Relations among Mind, Brain and Education* (pp. 179-212). Dordrecht: Springer Netherlands.
- Lilienfeld, S., Lynn, S., Nammy, L. y Woolf, N. (2011). *Psicología. Una introducción*. México: Pearson Educación S.A.
- Lozano, E., González, C. y Carranza, J. (2004). *Aspectos evolutivos de la autorregulación emocional en la infancia*. España: Revista anales de psicología. Vol. 20,1 Junio, 69-79. Recuperado de http://www.um.es/analesps/v20/v20_1/07-20_1.pdf
- Morales, P. (2011). *Guía para construir cuestionarios y escalas de actitudes*. Guatemala: CINDEG.
- Morris, C. y Maisto, A. (2005). *Psicología*. México: Pearson Educación S.A.
- Papalia, D., Feldman, R. y Martorell, G. (2012). *Desarrollo Humano*. (12a.ed.). Mexico: McGrawHill
- Papalia, D., Wenkdos, S. y Duskin, R. (2005) *Psicología del desarrollo de la infancia a la adolescencia*. (9 Ed.). México: Mc Graw Hill

- Quesada, R. (2002). *Ejercicios para fomentar la autorregulación: guía del estudiante*. México, D.F.: Limusa
- Ruiz, G. (2015). *Relación entre autorregulación y rendimiento académico de los alumnos de cuarto bachillerato del colegio San Francisco Javier de Huehuetenango*. (Tesis de Posgrado). Recuperada de <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjcem/2015/05/83/Ruiz-Guillermo.pdf> Contenido de Tesis (PDF)
- Ruiz, R. (2009). *Correlación entre Autorregulación, Autoeficacia y Rendimiento Académico en las estudiantes de 1ero y 5to año de la Carrera de Educación Inicial y Preprimaria de la Universidad Rafael Landívar*. (Tesis de maestría inédita). Universidad Rafael Landívar, Guatemala.
- Sandoval, M. (2009). *La influencia que tiene el Programa Little Ninja en el comportamiento de niños entre las edades de 3 a 7 años de edad que asisten al Kempo Karate Castillo Team*. (Tesis de licenciatura inédita). Recuperado de: <http://bibliod.url.edu.gt/Tesis/05/41/Sandoval-Ramos-Maria/Sandoval-Ramos-Maria.pdf> Contenido de Tesis (PDF)
- Schunk, D. (2012). *Teorías del Aprendizaje, una perspectiva educativa*. (6ta. edición). México: Pearson.
- Sho Dan, V. (1991). *Zen y artes marciales*. Barcelona: Edicomunicación, S.A.
- Torre, J. (2007). *Una triple alianza para un aprendizaje universitario de calidad*. Madrid, España: Universidad Pontificia Comillas.
- Trevarthen, C., y Aitken, K. J. (2001). *Infant Intersubjectivity: Research, Theory, and Clinical Applications*. *The Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, 42(01), 3-48.
- Vallotton, C. (2008). *Signs of emotion: What can preverbal children "say" about internal states?* *Infant Mental Health Journal*, 29(3), 234-258.

- Velásquez, M., y Guillén, N. (2007). *Regulación emocional en nadadores en proceso de formación deportiva, categoría infantil. Avances en Psicología Latinoamericana*.25 (2), 112-125. Recuperado de http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794-472420070002000008&lng=en&tlng=es
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: the development of higher psychological processes*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Weinberg, R. y Gould, D. (1996) *Fundamentos de psicología del deporte y el ejercicio físico*. Barcelona: Ariel, S.A.
- Whitebread, D. y Basilio, M. (2012). Emergencia y desarrollo temprano de la autorregulación en niños preescolares. *Revista de Currículum y formación del Profesorado*. Vol.16. p. 15-34. Universidad de Granada. Recuperado de <http://hdl.handle.net/10481/23015>
- Wood, D. (2005). *Cómo piensan y aprenden los niños*. (2 ed.) México: Siglo XXI editores, S.A. de C.V.
- Woolfolk, A. (2006). *Psicología Educativa*. (9 ed.) México: Pearson Educación.

ANEXO

Percepción de un grupo de padres sobre la práctica del karate en la autorregulación de sus hijos

Cuestionario

Instrucciones: el siguiente cuestionario es únicamente de uso académico e investigativo, la información recabada será manejada con confidencialidad. Por lo cual, se le solicita responder a una de las cuatro posibles respuestas y seleccionar la que usted considere se ajusta más a su criterio, según la escala presentada a continuación.

Siempre	Con frecuencia	Ocasionalmente	Nunca
Si está completamente de acuerdo en lo que se le plantea	Si generalmente está de acuerdo	Si rara vez está de acuerdo con lo planteado	Si no está de acuerdo

Datos Generales del Padre de Familia:

Edad: 20-35 años: 36 a 50 años: 51 o más:

Género: Femenino: Masculino:

Estado civil: Soltera/o: Casada/o:

Escolaridad: Estudiante: Educación media: Licenciatura:

Maestría: Otro:

Datos Generales del Niño:

Edad: Tiempo de practicar karate:

Es importante que las preguntas se respondan de acuerdo a lo que usted como padre/madre observa o ha observado de su hijo (a) tomando en cuenta los cambios o mejoras que respondan únicamente a la práctica del karate.

Preguntas:

1. Actúa de acuerdo a sus deseos inmediatos, es decir actúa por impulso.

Siempre	Con frecuencia	Ocasionalmente	Nunca
----------------	-----------------------	-----------------------	--------------

2. Obedece ante un, “no lo hagas” por parte de una figura de autoridad.

Siempre	Con frecuencia	Ocasionalmente	Nunca
----------------	-----------------------	-----------------------	--------------

3. Es capaz de esperar su turno en una fila.

Siempre	Con frecuencia	Ocasionalmente	Nunca
----------------	-----------------------	-----------------------	--------------

4. Cuando no logra algo que desea, recurre al llanto o berrinche.

Siempre	Con frecuencia	Ocasionalmente	Nunca
----------------	-----------------------	-----------------------	--------------

5. Exige algo que quiere, en el momento que desea, sin poder esperar.

Siempre	Con frecuencia	Ocasionalmente	Nunca
----------------	-----------------------	-----------------------	--------------

6. Tiende a escoger situaciones fáciles o cómodas, ante aquellas que requieran cierto grado de esfuerzo o dedicación.

Siempre	Con frecuencia	Ocasionalmente	Nunca
----------------	-----------------------	-----------------------	--------------

7. Cuando corre o camina ve su camino.

Siempre	Con frecuencia	Ocasionalmente	Nunca
----------------	-----------------------	-----------------------	--------------

8. Tiende a pasar de una actividad a otra sin terminarla

Siempre	Con frecuencia	Ocasionalmente	Nunca
----------------	-----------------------	-----------------------	--------------

9. Habla sin pensar en las consecuencias de lo que dice.

Siempre	Con frecuencia	Ocasionalmente	Nunca
----------------	-----------------------	-----------------------	--------------

10. Cuestiona las instrucciones que se le dan.

Siempre	Con frecuencia	Ocasionalmente	Nunca
----------------	-----------------------	-----------------------	--------------

11. Generalmente se le tiene que repetir más de dos veces una instrucción para que pueda realizarla.

Siempre	Con frecuencia	Ocasionalmente	Nunca
----------------	-----------------------	-----------------------	--------------

12. Se distrae cuando se le explica lo que tiene que hacer

Siempre	Con frecuencia	Ocasionalmente	Nunca
----------------	-----------------------	-----------------------	--------------

13. Obedece ante cierta actividad sólo si sabe que recibirá un premio.

Siempre	Con frecuencia	Ocasionalmente	Nunca
----------------	-----------------------	-----------------------	--------------

14. Constantemente suele pedir premios por los logros que obtiene.

Siempre	Con frecuencia	Ocasionalmente	Nunca
----------------	-----------------------	-----------------------	--------------

15. Si realiza alguna actividad, lo hace con el único objetivo de recibir un premio, sin tener motivación o interés en la actividad misma.

Siempre	Con frecuencia	Ocasionalmente	Nunca
----------------	-----------------------	-----------------------	--------------