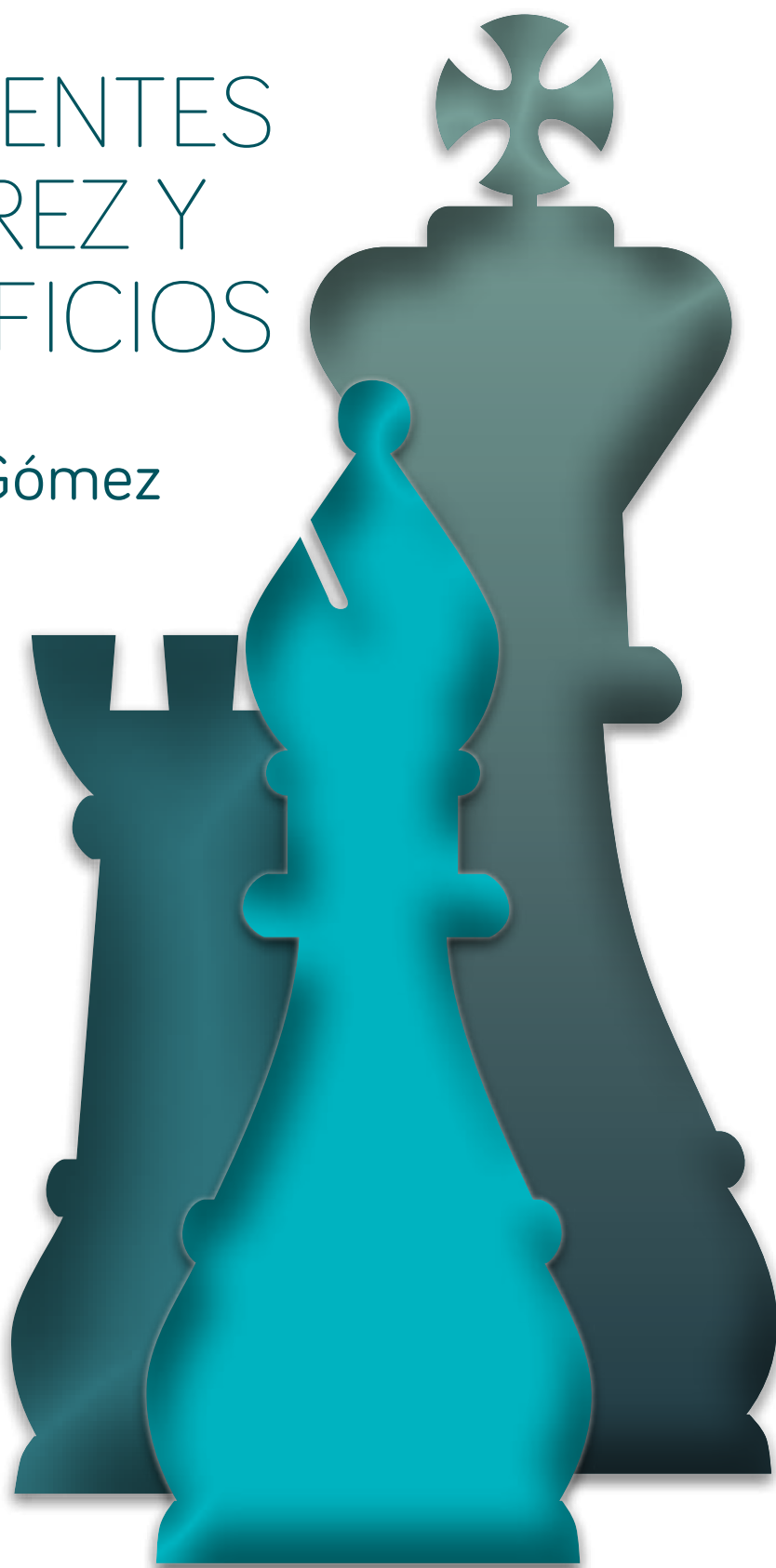


LAS VERTIENTES DEL AJEDREZ Y SUS BENEFICIOS

Rubén Crespo Gómez





LAS VERTIENTES DEL AJEDREZ Y SUS BENEFICIOS

Desde mi corta pero intensa experiencia acumulada en la enseñanza del ajedrez a niños en dos municipios de la provincia de Toledo, me he animado a escribir el presente artículo, cuyo propósito es, por un lado, exponer algunas observaciones interesantes sobre cómo los niños se introducen en el maravilloso mundo del ajedrez y, por otro, hacer un breve repaso de lo mucho escrito sobre las vertientes del ajedrez y sus beneficios. Entiéndase aquí por “vertientes” todos los ámbitos donde el ajedrez extiende sus potencialidades: aparte de los tradicionales y más conocidos del ocio y el deportivo, el educativo, el social y el de la salud mental.

No es mucho el tiempo que llevan aprendiendo los niños a los que doy clases de iniciación al ajedrez en la Escuela Municipal de Ajedrez Torrijos y en el programa de Ajedrez Educativo Areté en Fuensalida. Las dos escuelas han tenido su inicio en el presente curso escolar, y cada una de ellas reúne a una decena de niños, con edades comprendidas entre 7 y 11 años, que asisten a clases de ajedrez dos horas a la semana.

Reconozco que al principio tenía miedo de fracasar ante el reto de desempeñar una actividad docente en la que no tenía ningún tipo de experiencia. Sin embargo, y a pesar de su complejidad, el oficio de enseñar a niños hasta ahora me ha producido más satisfacciones que decepciones. Aparte de que a día de hoy siguen todos los niños que empezaron, una de las cosas que más me ha asombrado es la gran capacidad que tienen en esas edades para aprender cosas nuevas. A poco que prestan un mínimo de atención son verdaderas esponjas. Así, en poco menos de tres meses he sido testigo de cómo estos niños, que apenas sabían nada o muy poco de ajedrez, han obtenido un buen número de notables progresos.

EL AJEDREZ EMPIEZA PRONTO A ENSEÑARNOS COSAS INTERESANTES

El primero de estos progresos es que ya saben jugar al ajedrez según las normas establecidas por la Federación Internacional de Ajedrez ([FIDE](#)). Digamos de manera simple que a partir de aquí todo lo que viene es aprender a jugar mejor. En este sentido, el aprendizaje del ajedrez es infinito. Ni el mejor jugador de ajedrez del mundo lo sabe todo sobre este fascinante juego que lleva ya bastante tiempo en el punto de mira de la ciencia. Por ejemplo, para la neurociencia el ajedrez es un interesante campo de estudio y experimentación en sus pesquisas sobre cómo funciona nuestro cerebro. El aprendizaje del ajedrez no tiene fin para los humanos, pero tampoco parece que haya llegado a ese fin la Inteligencia Artificial (IA) de las computadoras más modernas de nuestro tiempo. A día de hoy todavía no existe ningún motor de ajedrez (programa informático que sabe jugar ajedrez) que juegue perfectamente al ajedrez. Todo ello porque el número de partidas posibles en el ajedrez es mucho mayor que el número de átomos que existen en el universo. Para que el lector se haga una idea, tras sólo cuatro movimientos completos en una partida de ajedrez existen 318.979,5 millones de posibilidades de continuar.

Pero aparte del movimiento de cada pieza y sus singularidades, los movimientos especiales del enroque y captura al paso, el jaque y el jaque mate, etc., los niños han aprendido una de las cosas más importantes del ajedrez: que no es aburrido como algunos piensan. Por complejo que pueda resultarles al principio, los niños descubren enseguida que casi nunca hay una partida igual a otra. Por ello, los niños no tardan mucho en poner en funcionamiento uno de nuestros mecanismos más ancestrales que tenemos para aprender: el “ensayo y error”. Partida tras partida exploran las múltiples opciones que tienen para realizar una jugada que les ponga en ventaja frente a su oponente. Naturalmente se equivocan, como casi todos cuando empezamos aprender algo, pero ya sea de manera consciente o inconsciente, esos errores van registrándose en su memoria y son los responsables de que en las siguientes partidas investiguen otras posibilidades para ver si les va mejor. Y aquí es donde surge la *magia del ajedrez*.

LA MAGIA DEL AJEDREZ

Cuando un niño descubre el “arte de pensar” y de enfrentarse a la complejidad sin miedo, cuando el problema de encontrar la mejor jugada posible se lo toma un reto que le estimula, cuando vence a esa gran enemiga que es la pereza mental y le produce una gran satisfacción encontrar la solución sobre el tablero, y si no la ha encontrado y su jugada ha sido errónea, no se reprime fácilmente e intenta superarse en la siguiente jugada o partida, empieza a descubrir la *magia del ajedrez*.

Se puede decir, entonces, que cuando un niño adquiere este estimulante hábito de pensar sobre el tablero de ajedrez y disfrutar con ello, ese niño tendrá el ajedrez como un deporte para toda su vida. Para estos niños el ajedrez no será nunca aburrido, sino todo lo contrario, será una actividad divertida porque les motiva mucho pensar en el gran abanico de posibilidades que les da una partida de ajedrez.

AJEDREZ Y LAS FUNCIONES EJECUTIVAS DEL CEREBRO

Pero en el ajedrez, como en muchos otros ámbitos de la vida, no todo tiene que ser “ensayo y error”. El monitor, aparte de enseñarles las reglas, conceptos teóricos, técnicas, incluso “trucos”, está ahí para hacerles ver el error en sus partidas y darles pistas para que exploren mejores alternativas en sus jugadas. Sin embargo, de una manera u otra, los niños tienen que ir asimilando que los últimos responsables de sus jugadas son ellos, esto es, deben aprender a pensar por sí mismos sobre el tablero de ajedrez en sus partidas: pensar en las múltiples opciones de jugada que tienen e identificar cuáles pueden ser las más favorables y elegir una (filtrar y seleccionar); ponerse en el lugar del otro y pensar en cómo le responderán a una u otra jugada (prever), pensar en algún plan para ganar o revertir una situación desfavorable en la partida (planificar); pensar en las amenazas del contrario sobre el tablero (prevención), etc.

Aunque no sean conscientes de ello, con todo esto los niños están poniendo en marcha procesos cognitivos vitales no sólo para ganar una partida de ajedrez, sino para tener éxito en otros ámbitos de su vida. Estamos hablando de las *funciones ejecutivas* del cerebro, es decir, aquellas capacidades cognitivas internas y auto-dirigidas de las que disponemos para orientarnos hacia una meta a través de conductas adaptadas para conseguirla (*Inhibición, memoria de trabajo verbal, lenguaje interior autodirigido, control de las emociones y de la motivación, planificación y resolución de problemas, y control motor*). Se podría hablar de ellas como “habilidades autorreguladoras”, y en ellas parece estar la clave del porqué el ajedrez produce notables beneficios cuando se aplica como terapia en niños diagnosticados con TDAH (trastorno por déficit de atención e hiperactividad).

El filósofo y pedagogo José Antonio Marina lleva un tiempo investigando sobre la “inteligencia ejecutiva” y reconoce que el ajedrez es una herramienta idónea para la estimulación de dichas funciones. Estaremos atentos a su línea de investigación [“El ajedrez y las funciones ejecutivas del cerebro”](#) que dirige junto al periodista de ajedrez Leontxo García.

JAQUE AL TDAH

Existen ya diversos estudios científicos y proyectos que han demostrado los avances que el ajedrez produce en la atención y la concentración en niños con TDAH. En España uno de los estudios más pioneros fue “Jaque Mate al TDAH”, programa piloto que se inició en 2012 en el Centro de Salud Mental de Villalba (Madrid), dirigido por el psiquiatra Hilario Blasco-Fontecilla, y en el que participaron 44 niños con edades comprendidas entre 6 y 17 años, con diagnóstico primario de TDAH. Los resultados y conclusiones de este estudio pueden leerse en la *Revista de Psiquiatría y Salud Mental* ([Vol. 9. Nº. 1. pp. 13-21](#)).

Otro proyecto que ha obtenido también muy buenos resultados es [AJEDREZYTDAH.COM](#), dirigido por Luis Blasco de la Cruz. Se trata de un programa específico de trabajo orientado a niños y adultos con TDAH que utiliza el ajedrez como herramienta de trabajo. Este programa inició su andadura en octubre de 2013 en el seno del [Club Ajedrez 64 Villalba](#).

En la provincia de Toledo, los pioneros en este ámbito han sido los psicólogos Jaime Toledano e Isabel García que, en colaboración con la Asociación TDAH de Toledo y el asesoramiento de la [Delegación Provincial de Ajedrez Toledo](#) y del monitor de ajedrez Ramón Cid (campeón provincial de Ajedrez en 2015), pusieron en marcha la primera experiencia piloto en la ciudad de Toledo empleando el ajedrez dentro de su programa de tratamiento multimodal para el TDAH.

LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN EL AJEDREZ

Aparte de muchas otras cualidades, para tener éxito en el ajedrez se necesita a esa inteligencia que parece que siempre está por descubrir: la *inteligencia emocional*. Al igual que en otros deportes individuales, en el ajedrez necesitamos grandes dosis de autoestima, sobre todo para no amedrentarnos fácilmente ante las derrotas y ser conscientes de nuestras propias fortalezas y debilidades.

En el ajedrez se trabaja mucho “el conocimiento de uno mismo”, el tema central al que Garry Kasparov dedica su estupendo libro *Cómo la vida imita al ajedrez* (Debate, 2016). Sin duda, las emociones tienen mucho que ver en las decisiones que tomamos, decisiones que unas veces nos conducen al éxito y otras al fracaso. Como dice Kasparov, “el método del éxito es un secreto, porque sólo se puede descubrir analizando nuestras propias decisiones. No se puede enseñar a tomar mejores decisiones, pero se puede aprender de uno mismo”.

Es ejercicio obligado analizar nuestras propias partidas si se quiere progresar en el ajedrez, sobre todo las que se pierden. Tenemos que descubrir cuáles fueron nuestros errores y qué fue lo que nos llevó a tomar esa decisión errónea. Y esto nos lleva al “autoanálisis”. Entonces, como dice Kasparov, “empezamos a ver la influencia de la psicología individual y cómo nuestras decisiones expresan nuestra estructura emocional”. Se trata pues de que cada uno encuentre su propio estilo de juego. Para ello tenemos que identificar nuestras fortalezas y debilidades mencionadas antes, e ir construyendo el sistema de juego que más nos convenga.

En el mundo del ajedrez se suele decir con mucha frecuencia que se aprende más de las derrotas que de las partidas que se ganan. Es muy cierto, pero antes de nada debemos aprender a gestionar nuestras emociones ante la derrota.

El psicólogo Carlos Martínez, en su artículo “Inteligencia emocional en el ajedrez” publicado en la *Revista Ajedrez Social y Terapéutico*, ([Nº 11. pp. 6-7](#)), señala con acierto una de las situaciones que se produce con mucha frecuencia en clases de ajedrez para niños y en las competiciones infantiles de ajedrez. Hablamos del enfado o las dificultades para tolerar la frustración que tienen algunos niños ante la derrota en una partida de ajedrez. Desde luego, como monitor de ajedrez, es una de las situaciones que más me incomoda y para la que todavía no he encontrado la metodología más idónea para hacerla frente. Pero, como dice Carlos Martínez, este tipo de situación es una magnífica oportunidad para trabajar desde la inteligencia emocional. El problema es que en los cursos de formación para los monitores de ajedrez que se ofrecen a través de las federaciones de ajedrez, no tienen mucha presencia contenidos sobre cómo trabajar la inteligencia emocional en el ajedrez. Sería muy provechoso que en lo sucesivo los programas de cursos para monitores tengan más en cuenta el trabajo de la autoestima a través del ajedrez.



AJEDREZ PARA TODOS

Otra de las cosas que aprenden los niños pronto es que el ajedrez no es un juego exclusivo para niños inteligentes superiores a la media en el que sólo destacan aquellos que tienen altas capacidades (la denominación más aceptada ahora de “superdotados”). Nada más lejos de la realidad; hay un buen número de estudios que confirman lo contrario, pero tal vez nos baste decir que la mayoría de los campeones mundiales de ajedrez que ha habido en la historia no tenían un “cociente intelectual” (según el clásico Test del CI) especialmente superior a la media, salvo contadas excepciones.

No se trata de examinar aquí qué entendemos por inteligencia, o si hay una o múltiples como las de Howard Gardner. Tan sólo basta con saber que a la hora de jugar al ajedrez concurren muchos procesos cognitivos de diferente naturaleza. Por tanto, el ajedrez no es un juego sólo para niños que han obtenido una valoración muy alta en el Test del CI. Hay que desterrar de una vez por todas el tópico de que el ajedrez discrimina entre inteligentes y no inteligentes. Más bien, el ajedrez puede hacer más inteligentes a los niños que lo practican, pero esta correlación no tiene por qué ser siempre así y se trata de una afirmación que peca de simplista. Sería más correcto decir que el ajedrez estimula y enriquece una gran diversidad de habilidades mentales, y aporta a los niños conocimientos que pueden extrapolar a otros dominios como la escuela u otras facetas de la vida cotidiana.

En cuanto los niños han aprendido las reglas básicas y algunos conceptos fundamentales de ajedrez, intentan ponerse a prueba enseguida. No sólo con sus compañeros de clase. También buscan al padre, a la madre, al hermano o hermana mayor, a cualquier otro familiar o conocido de su entorno que sepan algo de ajedrez, les retan a jugar una partida para demostrarles lo que han aprendido. En muchos casos estos retos se convierten en una costumbre en las que se aprende otra de las virtudes que tiene el ajedrez: que no hay barreras de edad. Casi sin querer, en torno a estas costumbres se generan nuevas formas de interacción social y el fortalecimiento de lazos intergeneracionales, por ejemplo: el niño que quiere estar

más con su abuelo porque juega al ajedrez con él, la niña que quiere enseñar a su hermano pequeño cómo se mueven las piezas, los padres y las madres que un día tienen que acompañar a sus hijos porque quieren jugar su primer torneo de ajedrez y luego, casi sin darse cuenta, se vuelven incondicionales de sus hijos en todos los torneos que pueden, porque no hay mayor disfrute que el de ver disfrutar a tus hijos, sobre todo cuando lo hacen con algo sano y noble como el ajedrez. Precisamente, a este tipo de lazos paternofiliales en torno al ajedrez como centro de interés está dirigida la revista y la Web [CapaKhine](#), la revista de ajedrez para los niños y sus padres.

Como vemos, el ajedrez es para todos, sin barreras intergeneracionales, pero también sin barreras de clases sociales, ni etnias, ni si quiera de género, aunque a día de hoy todavía sigan siendo mayoría los participantes del género masculino. Esto no se explica porque las mujeres tengan menos capacidades para jugar bien al ajedrez. Una explicación más plausible es que ambos sexos parten con el mismo potencial intelectual, sin embargo, parece que las niñas son más proclives a perder el interés por el ajedrez, sobre todo en la etapa de la pubertad, por diversos factores socioculturales. Con todo, parece que la tendencia de participantes femeninas en competiciones de ajedrez está sigue en alza.

LAS CUALIDADES QUE FAVORECE EL AJEDREZ

El periodista de ajedrez Leontxo García, en su libro *Ajedrez y ciencia, pasiones mezcladas* (Crítica, 2013) basándose en los trabajos científicos más importantes de las últimas décadas sobre los beneficios físicos y psíquicos del ajedrez, recoge una lista con 24 cualidades que favorece el ajedrez: “concentración, memoria, razonamiento lógico, pensamiento científico, autocrítica, responsabilidad personal, motivación, autoestima, planificación, previsión de consecuencias, capacidad de cálculo, imaginación, creatividad, paciencia, disciplina, tenacidad, atención a varias cosas a la vez, cálculo de riesgos, deportividad, sangre fría, cumplimiento de las reglas, respeto al adversario, visión espacial y combatividad”.

Hay ya mucho escrito sobre los beneficios que produce el ajedrez en los niños que empiezan a practicarlo, pero para hacernos una idea un poco más amplia quizás baste con echar una ojeada a los siguientes enlaces del Blog de CapaKhine:

Por qué los niños que juegan al ajedrez mejoran su rendimiento escolar

<https://capakhine.es/index.php/blog-capakhine/32-por-que-los-ninos-que-juegan-al-ajedrez-mejoran-su-rendimiento-escolar>

7 razones por las que todos los niños deberían conocer el ajedrez

<https://capakhine.es/index.php/blog-capakhine/114-7-razones-por-las-que-todos-los-ninos-deberian-conocer-el-ajedrez>

Cómo el ajedrez ayudará a los niños en su futuro

<https://capakhine.es/index.php/blog-capakhine/66-como-el-ajedrez-ayudara-a-los-ninos-en-su-futuro>



AJEDREZ EN LA ESCUELA

Sobre el desarrollo que el ajedrez fomenta en todas estas cualidades comentadas arriba se dirige la vertiente que el ajedrez tiene en el ámbito educativo, esto es, no sólo aprender ajedrez por el ajedrez, sino aprender a través del ajedrez también. En este sentido es interesante saber que tanto el Parlamento Europeo en 2012 como la Comisión de Educación del Congreso de los diputados en España en 2015 apoyaron la recomendación de introducir el ajedrez como materia curricular en todos los colegios.

En España ya se han puesto en marcha múltiples proyectos en colegios en los que se imparte ajedrez en horario lectivo. Es decir, el ajedrez no sólo como actividad extraescolar que ofrecen por ejemplo las AMPAs, sino más bien como una asignatura transversal. Estos colegios han apostado en el importante papel que el ajedrez puede jugar en “un sistema educativo que tiene a evolucionar hacia la capacitación del alumno para resolver diferentes tareas y la adquisición de habilidades y competencias”. Para profundizar más sobre las aplicaciones transversales del ajedrez recomiendo el útilísimo libro [Las transversalidades del ajedrez](#) (Balàgim, 2016) de Joaquín Fernández Amigo, experto en educación y creador de la línea de investigación [ajEdu](#) (ajedrez y educación) en la Universidad Autónoma de Barcelona.

Muy recomendable también es la visualización del capítulo [“Ajedrez, herramienta educativa”](#) del programa “Héroes Anónimos” que se emitió el pasado mes de octubre de 2016 en CMM Castilla-La Mancha Media. Un buen material visual para saber más sobre los beneficios del ajedrez, entre ellos los pedagógicos.

LOS BENEFICIOS SOCIALES Y TERAPÉUTICOS DEL AJEDREZ

Por supuesto, los beneficios del ajedrez se extienden a muchas otras áreas como la social (ajedrez en centros de día con personas mayores, ajedrez en centros penitenciarios, ajedrez estratégico para desempleados, ajedrez para la igualdad de

género, etc.) y la de la salud (ajedrez terapéutico en TDAH, autismo y asperger, ajedrez terapéutico en adicciones, prevención del envejecimiento mental prematuro a través del ajedrez, entrenamiento y rehabilitación cognitivas a través del ajedrez, ajedrez en los hospitales para niños con cáncer, etc.). Sobre estas dos grandes vertientes que tiene el ajedrez no se puede pasar sin destacar la encomiable labor que realiza el [Club de Ajedrez Magic](#) de Extremadura, especialmente a través de la [Revista Ajedrez Social y Terapéutico](#) que se publica de forma digital y gratuita cada dos meses; y de los cursos que ofrece para formación específica en estas áreas en relación con el ajedrez.

EL AJEDREZ, EL DEPORTE MENTAL POR EXCELENCIA

Desde 1999 la [FIDE](#) está reconocida por el COI (Comité Olímpico Internacional) y para muchos “el ajedrez es el deporte mental por excelencia”. Y es que el ajedrez está organizado como muchos otros deportes en todo el mundo. A día de hoy la FIDE reúne en su seno a 158 federaciones nacionales. Muy pocos deportes tienen más. Parece que sólo el fútbol y el atletismo superan a la FIDE en número de afiliados. Y aunque parezca difícil de creer, en el ajedrez existen normas contra el dopaje, como en la mayoría de los deportes.

No faltará todavía quien, con gracia, argumente que el ajedrez solo podría ser un deporte como modalidad de la halterofilia si las piezas pesaran más de lo habitual. Error. Una cosa es practicar el ajedrez como ocio o pasatiempo, y otra es el que practican los jugadores profesionales en la alta competición. Si tenemos en cuenta que en los campeonatos clásicos oficiales las partidas pueden durar entre 4 y 6 horas, resulta obvio que la tensión emocional acumulada durante todo ese tiempo requiere un importante esfuerzo físico que protege al organismo del estrés que provoca. Anatoli Kárpov llegó a perder 10 kilos durante su tenso enfrentamiento frente a Garry Kasparov por el título del Campeonato Mundial de Ajedrez celebrado en Moscú en 1984. Tal y como comenta Leontxo García en su libro anteriormente mencionado, “el sistema nervioso y el cardiovascular sufren un serio desgaste en los torneos de élite”.

Sin duda, en alta competición, el jugador de ajedrez necesita una excelente preparación física y un riguroso entrenamiento. Con esto bastaría para destruir el tópico de que el ajedrez es “un juego sedentario que fomenta la obesidad”. Pero, no hace falta llegar a esos extremos para saber que la práctica del ajedrez no es sinónimo de sedentarismo. Sólo hay que pasarse por algún centro escolar que celebre un campeonato de ajedrez en categoría infantil, y se podrá comprobar que los niños que asisten son normales, como los que practican otras actividades deportivas. La mayoría de estos niños no han renunciado a otros deportes más físicos como el fútbol, el balonmano, o el baloncesto, han elegido el ajedrez como su actividad deportiva preferente, y entre partida y partida están deseando salir al patio a corretear o jugar con una pelota si se lo conceden.

Pero lo más importante es que los niños que consigan ilusionarse y motivarse por esa misteriosa magia que produce el ajedrez, lo practiquen como un pasatiempo o a nivel de competición, tendrán el ajedrez como un deporte para toda la vida. Podrán llegar a una etapa de su vida en la que lo practiquen menos, pero es muy probable que de mayores deseen volver a los círculos del ajedrez para volver a disfrutarlo con la misma ilusión que cuando empezaron.



METODOLOGÍA QUE SIGO EN MIS CLASES DE AJEDREZ

En el presente curso (2016-2017), tanto en la Escuela Municipal de Ajedrez Torrijos y como en el programa de Ajedrez Educativo Areté de Fuensalida, el programa de contenidos está centrado en un nivel de iniciación. En clase trabajamos con una metodología de tres secciones: una teórica, otra práctica y otra de juego. No tienen por qué darse las tres dentro de la hora que dura cada clase, vamos alternando estas secciones entre clase y clase.

En la sección teórica avanzamos progresivamente con conceptos de menor a mayor complejidad. Usamos para ello tablero mural con piezas magnéticas o proyección digital en pizarra y ordenador con pantalla táctil. Por supuesto, en este tiempo considero importante dar la palabra a los niños para que interactúen y podamos resolver las dudas que surgen de forma colectiva.

En la sección práctica se realizan ejercicios de los libros de la colección [Ajedrez para todos](#) de [Educachess](#) con la finalidad de asimilar y reforzar la teoría. Los libros de esta colección están agrupados en tres niveles: iniciación, intermedio y avanzado. Los ejercicios se plantean con dificultad progresiva para cada concepto que explicamos en la primera sección teórica.

En la sección de juegos los niños juegan partidas entre ellos en las que intentan poco a poco aplicar los conceptos teóricos que van aprendiendo, sobre todo cuando nos paramos a analizar y comentar las partidas.

Tanto en la sección teórica como en la práctica, no sólo usamos el material de Educachess, también aprovechamos una gran diversidad de materiales disponibles en Internet, especialmente los de CapaKhine en cuyo [blog](#) hay una gran disponibilidad de recursos gratuitos que aportan muchas ideas y sugerencias para las clases de ajedrez con niños.

CONTINUAMOS CON ILUSIÓN

El balance en estos primeros meses, sin duda, es muy positivo. Hay mucho que aprender, pero mientras la ilusión no decaiga estoy seguro que los progresos seguirán en línea ascendente. A pesar de las dificultades que deberán superar los niños a medida que los conceptos se vayan haciendo más complejos, el objetivo primordial seguirá siendo que sigan divirtiéndose en los tableros. Y es que, como monitor de ajedrez, mi primer propósito será siempre inculcar la pasión del ajedrez a los niños que quieran darse esa oportunidad. Al fin y al cabo, como dice el neurólogo Francisco Mora en su libro *Neuroeducación*: “sólo se puede aprender aquello que se ama”.

Rubén Crespo Gómez

Monitor de ajedrez en la Provincia de Toledo

MARZO 2017

AGRADECIMIENTOS

El que escribe este texto quiere realizar los siguientes agradecimientos:

A CapaKhine, no solo por haber considerado mi texto para su publicación, sino además por el excelente trabajo que realiza para llevar el ajedrez a los niños y a sus familias.

Al Ayuntamiento de Torrijos por haber apostado por el ajedrez y por haberles abierto esa puerta a los niños de la localidad; especialmente al Concejal de Deportes, Félix Bandera, por confiar en mí y porque me ha dado la oportunidad de enseñar ajedrez por primera vez a niños. También a la Coordinadora de Deportes de Torrijos, Alicia Lobato, quien siempre me atiende para todo lo que necesito. Igualmente, por su atención y labor de mantenimiento, a las personas que trabajan en la Piscina Cubierta de Torrijos, donde se encuentra el aula de ajedrez.

A los padres y madres de los niños de las escuelas, que han depositado su confianza en mí y no han escatimado en el esfuerzo de acompañarles a su primer torneo de iniciación en las pasadas jornadas del [Deporte Escolar 2017](#) de Castilla-La Mancha celebradas en Toledo durante los días 21 y 28 de enero y 11 y 18 de febrero.

A Miguel Martín Illescas, quien fue mi primer profesor de ajedrez en mi etapa infantil. Él es el culpable de que el ajedrez esté entre las facetas de mi vida que más quiero.

A la Delegación Provincial de Ajedrez de Toledo y a su presidente, Juan José Sobriño, el gozne que me ha permitido entrar de nuevo en los círculos de ajedrez y conocer a mucha gente que, como a mí, le apasiona el ajedrez. Además de eso, porque está siempre ahí para solventar mis dudas o para asesorarme en lo que le solicito.

Al Club de Ajedrez Coordinadora de Toledo, en el que me acogieron enseguida sin poner reparo a mi humilde nivel de fuerza en el ajedrez, el cual está muy lejos de los geniales jugadores que tiene este club. Me siento afortunado de estar en este club en el que he podido conocer a mucha gente y hacer muy buenos amigos, dentro y fuera de él.

A mi entrenador y gran amigo Ramón Cid, que no sólo me enseña a mejorar mi ajedrez, sino que además me aprovecho de su gran experiencia profesional como monitor de ajedrez, me asesora y me da ideas para mis propias clases de ajedrez.

Y, sobre todo, a mi mujer, Rosa Elena, que como mujer me anima, pero también tengo la gran suerte de que como pedagoga me asesora profesionalmente en la fascinante, pero a la vez compleja, labor docente.

BIBLIOGRAFÍA

Blasco-Fontecilla, H., Gonzalez-Perez, M., Garcia-Lopez, R., Poza-Cano, B., Perez-Moreno, M. R., de Leon-Martinez, V., & Otero-Perez, J. (2016). "Eficacia del ajedrez en el tratamiento del trastorno por déficit de atención e hiperactividad: un estudio prospectivo abierto". *Revista de Psiquiatría y Salud Mental*, 9 (1), 13-21. Se puede descargar PDF en: <http://www.sepsiq.org/publicaciones/revista>

Fernández, Joaquín. (2016). *Las transversalidades del ajedrez*. Balaguer: Balàgium.

García, Leontxo. (2013). *Ajedrez y ciencia, pasiones mezcladas*. Barcelona: Crítica.

Grupo Cooperativo GSD. (2013). "La inteligencia y el ajedrez". *Cuadernos de GSD*, Nº 41 - Año IX. p. 9. <http://www.gredossandiego.info/cuadernosgsd/41/archivos/assets/downloads/publication.pdf>

Kasparov, Garry (2016). *Cómo la vida imita al ajedrez: el mejor ajedrecista de la historia nos enseña a ver la vida como un juego de estrategia*. Barcelona: Debate.

Marina, José Antonio (2015). "¿Qué son las funciones ejecutivas?" *Cuadernos de pedagogía*, (455), 54-57. Se puede leer el texto del artículo en la página Web del autor: <http://www.joseantoniomarina.net/articulo/que-son-las-funciones-ejecutivas/>

Martínez, Carlos. (2015). "Inteligencia emocional en el ajedrez". *Revista Ajedrez Social y Terapéutico*, 11, 6-7. http://clubdeajedrezmagicdeportivosocial.es/wp-content/uploads/2016/05/Nro_11_Ajedrez_Social_y_Terapeutico_2015_junio.pdf

Mora, Francisco. (2016). *Neuroeducación: sólo se puede aprender aquello que se ama*. Madrid: Alianza Editorial.

WEBGRAFÍA

Ajedrez para tod@s: intervención terapéutica con TDAHs en TOLEDO. (2016). <http://ajedreztoledo.blogspot.com.es/2016/03/ajedrez-para-tods-intervencion.html>

Ajedrez, un deporte con más de 600 millones de aficionados y cada vez mayor presencia en los colegios. (2016, diciembre 2). <http://www.expansion.com/fuerade-serie/cuerpo/2016/12/02/5840095d268e3e46428b489b.html>

ajEdu (ajedrez y educación). (s. f.). <http://ajedu.blogspot.com.es/>

CapaKhine. Revista de ajedrez para niños y sus padres. <https://capakhine.es/>

Club Ajedrez 64 Villalba. <http://www.ajedrez64villalba.com/>

Club de Ajedrez Magic, deportivo y social. <http://clubdeajedrezmagicdeportivosocial.es/>

CMM Castilla-La Mancha Media. (2016). *Héroes Anónimos. Ajedrez, herramienta educativa*. <https://www.youtube.com/watch?v=1NI9Jqbe0T8>

Delegación Provincial de Ajedrez Toledo. <http://ajedreztoledo.blogspot.com.es/>

Educachess. <http://www.educachess.org/>

El Ajedrez y las Funciones Ejecutivas del Cerebro. (Web de José Antonio Marina) <http://www.joseantoniomarina.net/proyecto/el-ajedrez-y-las-funciones-ejecutivas-del-cerebro/>

FACLM - Federación de Ajedrez de Castilla-La Mancha. <http://www.faclm.org/>

FEDA - Federación Española de Ajedrez. <http://feda.org/>

Las funciones ejecutivas | Respuesta educativa para el alumnado con TDAH. http://www.ite.educacion.es/formacion/materiales/186/cd/m1/las_funciones_ejecutivas.html

Proyecto Ajedrez y TDAH. <http://www.ajedreztydah.com/es/>

Revista Ajedrez Social y Terapéutico – Club de Ajedrez Magic, deportivo y social. <http://clubdeajedrezmagicdeportivosocial.es/revista-ajedrez-social-y-terapeutico/>

Capa**Khine**.es
revista de ajedrez para niños y sus padres