

# Ventajas del ajedrez

## Ámbitos

Intelectual

De la  
Personalidad

Social

Deportivo

De la  
Salud

El ajedrez es un instrumento pedagógico y lúdico de primer orden gracias a las ventajas que conlleva el aprendizaje y la práctica de este juego en la formación integral de las personas.

A continuación, se expondrán, breve y esquemáticamente, las capacidades intelectuales que se potencian, los valores que se enseñan y los hábitos que se adquieren con el estudio y la práctica de este juego.

Las ventajas pueden agruparse en cinco ámbitos: intelectual, de la personalidad, deportivo, de la salud y social.

## Ámbito Intelectual

Dentro del ámbito intelectual, es necesario destacar principalmente que el aumento de la capacidad de atención y concentración, la mejora del razonamiento lógico y de la memoria, y el hecho de aprender a estar en silencio sirven para fomentar y reforzar la adquisición de los hábitos de estudio y, en consecuencia, inciden positivamente en la mejora del rendimiento escolar.

Además, se potencian sustancialmente las capacidades de cálculo, de análisis y de síntesis; se mejora la percepción, la discriminación, la creatividad, la imaginación y la intuición; se trabaja la orientación espacio tiempo y se mejora la expresión verbal.

El ajedrez, en definitiva, es importante para la estimulación del pensamiento, puesto que su práctica engloba dos tipos de razonamiento: el convergente, que consiste en saber aplicar los procedimientos y los razonamientos lógicos adecuados para encontrar soluciones correctas (este razonamiento convergente se puede enseñar y aprender), y el divergente o creativo, donde en función de los conocimientos y/o experiencias previas se halla una u otra respuesta (creaciones), diferentes según la persona y las circunstancias del momento (esta capacidad de creación se puede potenciar pero es muy difícil enseñarla porque se basa en la intuición).

En la resolución de problemas es muy importante, en primer lugar, tener la capacidad de reconocerlos; en segundo lugar, poder seleccionar los elementos importantes y discriminar los que no lo son. Y, en tercer lugar, poder comparar diferentes situaciones y realizar los cálculos mentales necesarios para encontrar las soluciones más idóneas.

## Ámbito de la Personalidad

Respecto al ámbito de la personalidad, se estimula la iniciativa, el autocontrol, la autodisciplina, el esfuerzo, la reflexión, el pensamiento crítico y la responsabilidad; se mejora la organización y la planificación y se potencia la autoestima y la autonomía.

En una partida de ajedrez los jugadores constantemente están tomando decisiones, sin ninguna ayuda externa, para conseguir una estrategia ganadora y así superar las dificultades que los adversarios plantean durante las partidas. Estas decisiones requieren una reflexión y unos análisis previos para poder encontrar la mejor solución en cada momento y, a la vez, poder prevenir las futuras respuestas del contrincante.

El jugador, a medida que mejora su capacidad de autocontrol y aumenta el esfuerzo y la tenacidad en los procesos de análisis, síntesis, reflexión y valoración de las situaciones, irá consiguiendo mejores resultados. Por lo tanto, el jugador será responsable de sus propias decisiones, porque en el juego del ajedrez el azar no tiene ninguna influencia.

Independientemente de si se gana o se pierde, el ajedrecista aumenta la autoestima, ya que va constatando que mejoran sus capacidades intelectuales y el autocontrol emocional. Es decir, no solamente se valora el hecho de ganar o perder, sino también la capacidad de realizar combinaciones artísticas y brillantes la mejora en el nivel de juego. Además, al progresar, ser reconocido y valorado dentro del grupo contribuye a mejorar la autoestima del que juega.

Las personas que aprenden a escoger la mejor solución delante de un problema serán más autónomas y responsables.

## Ámbito Social

Dentro del ámbito social, el ajedrez puede ayudar a la integración de los inmigrantes en las sociedades receptoras y a luchar contra el racismo y la discriminación de género, como ya se ha citado en el ámbito deportivo.

Y, todo ello, como consecuencia de ser un juego o un deporte que permite competir en igualdad de condiciones personas de todas las edades, tanto hombres como mujeres.

Al ser el ajedrez un deporte no elitista, familiar y con prestigio social, favorece la relación personal entre individuos de diferentes países y niveles sociales. Además, el gran componente lúdico de este deporte lo convierte en una opción ideal para el buen uso del tiempo libre y de ocio.

## Ámbito Deportivo

Dentro del ámbito deportivo, el ajedrez fomenta el respeto por las reglas del juego, la aceptación del resultado de las partidas, la solidaridad, la tolerancia y el respeto para las personas y la cooperación. Es decir, el ajedrez es un instrumento que puede ayudar en la socialización de las personas.

En el ajedrez, además de estar penalizado el incumplimiento de las normas y reglas del juego, se considera una falta grave intentar hacer trampas, con diferencia de otros deportes, en los que cometer faltas tácticas, simularlas o intentar engañar a los árbitros forma parte del juego.

Normalmente, ganar y perder partidas ayuda a asumir los propios éxitos y fracasos durante el transcurso de la vida.

El ajedrez es uno de los pocos deportes en los que, después de finalizar una partida, los jugadores se comentan las distintas estrategias y las posibles soluciones en las jugadas erróneas, para que el jugador de menos nivel pueda aprender y superarse.

Por ser uno de los tres deportes con más participación en el mundo, con figuras mundiales de todos los lugares, donde no predomina la fuerza y sí las capacidades mentales posibilita la lucha contra la discriminación racial, social y de género. Por otra parte, el ajedrez es compatible con la práctica de otras modalidades deportivas.

En este deporte, independientemente de si se compite de modo individual o en equipo, el jugador tiene que aprender que las piezas deben moverse de forma armónica, para poder actuar en equipo y ganar una partida.

## Ámbito de la Salud

Dentro del ámbito de la salud, el ajedrez fomenta el desarrollo y el mantenimiento de las capacidades intelectuales y, a la vez, ayuda a encontrar un equilibrio emocional que aporte bienestar y felicidad a las personas y a aprender a convivir.

A través del ajedrez, se puede incidir en la educación emocional de los pequeños y adolescentes, afín de evitar o reconducir muchas de las conductas antisociales y agresivas presentes en nuestra sociedad.

Para los niños y las niñas, la estimulación de estas capacidades es necesaria para conseguir desarrollar su inteligencia, y también, para ayudarlos a ser mejores personas.

Por otra parte, para las personas mayores es imprescindible realizar gimnasia mental, afín de conservar sus capacidades intelectuales, reforzar su memoria y, en consecuencia, para disfrutar de un mayor bienestar personal.