

3.- PAPEL DEL MONITOR EN LA FORMACIÓN AJEDRECÍSTICA

ESQUEMA

1. **Requerimientos de personalidad**
2. **Tareas y actividades de los monitores**
 - **Implementar un plan de formación ajedrecística**
 - **Organizar actividades de juego práctico**
 - **Orientar el autoentrenamiento y el estudio sistemático**
 - **Estimular la ambición**
 - **Educar en una forma de vida sana**
 - **Preparar para competiciones**
 - **Difundir el ajedrez y captar alumnos**
 - **Detectar talentos y crear programas especiales**
 - **Captar talentos para la enseñanza**
 - **Perfeccionar constantemente sus capacidades y actitudes**
3. **Espejo al que mirarse como monitor**

REQUERIMIENTOS DE PERSONALIDAD

A menudo la tarea de monitor de ajedrez se percibe como una actividad fascinante que genera una fuerza de atracción mágica.

El radio de acción de un monitor requiere una importante **movilidad y flexibilidad horaria**.

Para conseguir el éxito, un monitor necesita ejercer su actividad con **fundados conocimientos** sobre los problemas que plantea la formación en ajedrez, en particular **sobre como desarrollar las capacidades de sus alumnos de forma metódica y también sobre como desarrollar sus cualidades ajedrecísticas**.

En cada momento debe desarrollar sus propios modelos, inculcar en el alumno sus principios de comportamiento y cualidades psíquicas y hábitos deportivos, para ejercer una influencia perceptible en su formación integral.

Para ello se requiere:

- una cierta inteligencia emocional,
- que ejerza una sana influencia en su autoconciencia,
- su intuición,
- su motivación,
- su compromiso,
- su sociabilidad,
- su capacidad de imponerse,
- alto nivel de comunicación,
- su tolerancia,
- su equidad, y
- sus buenas cualidades retóricas.

3.- PAPEL DEL MONITOR EN LA FORMACIÓN AJEDRECÍSTICA

La capacidad comunicativa sirve para retener la atención de los oyentes y hacer que la explicación de un tema sea clara y atractiva.

En el deporte a alto nivel, el entrenador se ve expuesto a tener que salir a la luz (o no) de los comentarios públicos y las críticas, esto hace que sus capacidades de desenvolverse socialmente adquieran relevancia. Además las circunstancias pueden requerir que se comunique con los jugadores a título individual o colectivo, ya sea durante los entrenamientos o durante la competición. La exigencia de sociabilidad o competencia social tiene también que ver con el comportamiento de sus pupilos y con saber frenar en estos sus ansias desmedidas de éxito, frecuentes en las jóvenes generaciones y el deporte de alto nivel.

El entrenador o monitor experimentado, debe tomar a su cargo la dirección del comportamiento de los jóvenes jugadores, preparándoles también en el aspecto psicológico para la alta competición. Es preciso que despliegue una permanente atención, instrucción y calor emocional. Debe conducirse con confianza y autoridad, a fin de que los niños y sus padres lo acepten y apoyen totalmente.

También hay que ocuparse de deportistas que tengan especial talento.

Esto requerirá del instructor una alta competencia profesional de igual valor que la de un entrenador personal, considerando que el nivel competitivo del deportista está en ascenso y el del entrenador puede estar estancado, porque la motivación disminuye con la edad.

Además dispone de más experiencias con jugadores jóvenes al término de su profesión, tanto en formación convencional como en formación superior.

No es conveniente un comportamiento autoritario con sus interlocutores. Sus consejos deben estar orientados a desarrollar las capacidades y la adquisición de conocimientos a través del entrenamiento. La mano del entrenador debe ser diestra en dirigir y corregir el carácter de sus pupilos siempre en un tono de camaradería, pero no por eso menos responsable.

El entrenador debe ser para todos una persona que ayuda y que inspira confianza, que además de asumir todo el proceso de formación y entrenamiento, examina a fondo, sistematiza y exige. Plantea posiciones y ejercicios para resolver a título individual, enseña el proceso de ejercicios y de preparación para las competiciones y luego cada jugador debe seguir su camino por su propia cuenta.

La influencia pedagógica en deportistas mayores corresponde a una relación de intercambio, aunque no es un proceso unilateral y por tanto prosigue de una forma interactiva.

A menudo se plantea la pregunta ¿qué puede hacer un entrenador para agudizar el juego de un ajedrecista experimentado? Una respuesta la tenemos en la opinión del mejor jugador del mundo según muchos, Gari Kasparov, acerca de su mucho más flojo entrenador Yuri Dojoian: *"En 1994 tuve la gran fortuna de que Yuri aceptase ser mi entrenador. Se trata de alguien extremadamente productivo como asistente. Nos concentramos entre 6 y 7 horas diarias para trabajar juntos. Y todavía más. Mi confianza en él es decisiva para mi actuación en torneos. Puedo pedirle en cada momento que verifique tal o cual jugada. Y lo hace minuciosamente, con ayuda del ordenador, diseccionando todas las variantes, hasta que consigue una buena idea. Esta colaboración resulta muy importante para mí. La primera vez que trabajé con él fue a finales de los setenta, cuando por entonces trabajaba con Nikitin, y me alegré mucho de poder contratarlo más tarde como entrenador. Trabajar con entrenadores interinos es menos satisfactorio, porque no siempre pueden aportarte la necesaria ayuda psicológica. Debo decir que yo cuento por completo con mi entrenador para que me alivie las preocupaciones. Yuri me da todo su apoyo y formamos un buen equipo. He sido afortunado."* (Poldauf, en Schach 03/99, pág.33)

3.- PAPEL DEL MONITOR EN LA FORMACIÓN AJEDRECÍSTICA

Naturalmente, la dedicación a una actividad pedagógica deportiva no requiere un grado perfecto de formación, y depende de las condiciones de la propia personalidad. El marco pedagógico del profesor se moldea con años de trabajo y de experiencia. A lo largo de años de actividad y de práctica continuada y de formación cíclica avanzada.

En el proceso de enseñanza general, la instrucción y el trabajo pedagógico operan de forma similar al proceso de actividad y modelos de comportamiento, de modo que la empresa del monitor es relativamente menor que la enseñanza en la escuela.

Hay que decir que los jóvenes pedagogos de ajedrez imparten conocimientos según la tradicional pedagogía escolar y método de enseñanza.

Instruir, entrenar y educar forman un proceso comunicativo en el que el profesor reivindica una forma de comunicar esos contenidos.

Hay dos tendencias imperantes en el método de enseñanza, que a continuación se describen en cuadro aparte: el **estilo sociointegrador** y el **estilo autoritario**.

En el estilo sociointegrador la enseñanza se impartiría con ejercicios y un programa de entrenamiento cuyo requisito indispensable es la libre voluntad del alumno a diferencia del estilo autoritario donde el alumno se ve obligado por el programa y los ejercicios que el profesor impone.

INDICADORES DEL MÉTODO DE ENSEÑANZA

A) ESTILO SOCIO-INTEGRADOR

- Actuar por motivación propia
- Sopesar propuestas
- Aportar alternativas propias
- Inquietud por la iniciativa
- Ayuda y contribución
- Aceptación de la crítica
- Grupos de trabajo
- Armonizar antes de seguir adelante
- Argumentar los principios y las máximas
- Plantear preguntas
- Disposición a realizar tareas
- Realizar trabajo independiente en el tiempo libre
- Cada escolar tiene el mismo derecho a manifestarse
- Reconocer los límites de la propia competencia
- Explicar las propias concepciones, pero no justificarlas
- Estar siempre dispuesto a prestar ayuda
- Disposición al apoyo emocional
- Evitar los climas de tensión
- Impedir la ansiedad por el rendimiento
- Facilitar el éxito
- Tratar de convertir los conflictos en compromisos

3.- PAPEL DEL MONITOR EN LA FORMACIÓN AJEDRECÍSTICA

INDICADORES DEL MÉTODO DE ENSEÑANZA

B) ESTILO AUTORITARIO

- Anotación de todo el contenido
- Órdenes constantes
- Principios y máximas no argumentados
- Amenaza con castigos
- Coacción
- Rechazo de la crítica
- No permitir la iniciativa del alumno
- Dejar que se ejecuten órdenes
- Dejar que el trabajo sea individual
- Amenazar con sentencias
- Poco espacio para el trabajo independiente
- Convertir al alumno en un ser sumiso
- No permitir que se planteen preguntas
- Impedir la corrección de las propias concepciones
- Mala influencia
- Crítica dura y destructiva
- Conciencia del miedo del escolar
- Exigir resultados ilimitados
- No despertar expectativas de éxito
- Reaccionar de manera intransigente

TAREAS Y ACTIVIDADES DE LOS MONITORES

En cuanto a la influencia del entrenador sobre sus pupilos, he aquí las palabras del campeón mundial de la FIDE Alexander Jalifman acerca de su entrenador Genadi Nesis: *"Siempre ha tenido una gran importancia para mí. En efecto todo ha cambiado debido a las características de su actividad. Por ejemplo, no ha habido partida aplazada en la que no haya intervenido, con el análisis nocturno de la posición correspondiente. Además de la intervención de los ordenadores y sus bases de datos, hasta hoy en día la mayoría de los análisis son suyos."*(1999)

A la pregunta de si a veces puede resultar superfluo el entrenador, Nesis responde: *"No. El hombre que se ocupa del trabajo de su pupilo es irremplazable. Es tan importante como en cualquier otra actividad deportiva, porque aporta su experiencia y atención psicológica, y porque sabe encontrar el consejo oportuno en el momento preciso. Como ejemplo puedo mencionar el caso frecuente en que el pupilo debe decidir entre aceptar tablas o jugar a ganar, decisión que a menudo depende de la situación de la clasificación. Generalmente, el entrenador está en condiciones de evaluar mejor que el jugador qué es lo que le conviene"*.

3.- PAPEL DEL MONITOR EN LA FORMACIÓN AJEDRECÍSTICA

A continuación se muestran (de forma resumida) aquellas tareas especiales que según su respectivo perfil deben asumir los monitores:

- Proporcionar una formación ajedrecística específica, científicamente fundada y garantizar de antemano un entrenamiento óptimo.
- Organizar regularmente actividades de juego práctico.
- Orientar al deportista para el propio entrenamiento individual (autoentrenamiento y estudio particular).
- Estimular la ambición de obtener mejores resultados deportivos.
- Educar en una forma de vida sana para una carrera deportiva.
- Preparación sistemática del deportista para la competición.
- Atender a los jugadores en los torneos individuales y por equipos.
- Difusión del ajedrez y aconsejar a los niños que se inscriban en los clubes de ajedrez.
- Planificación y seguimiento de jóvenes talentos y adopción de las medidas necesarias para iniciarlos.
- Conducir la formación de los jóvenes con ejercicios dirigidos.
- Desarrollo constante de sus capacidades y cualidades.

Muchos de estos aspectos requieren colaboración por parte de padres, profesores y clubes de ajedrez. Sobre todo en lo que concierne a abarcar las situaciones educativas especiales debido a los diferentes niveles.

Un aspecto importante es la anotación por parte del monitor de sus conocimientos, experiencias y conclusiones sobre el proceso formativo de los alumnos, siendo interesante el llevar anotado un "diario pedagógico" para que en cualquier momento pueda disponer y revisar los datos de su actividad y valorarlos para adoptar las medidas correctoras oportunas. Así como tomar decisiones difíciles como la conformación de equipos para la competición, etc..

1. IMPLEMENTAR UN PLAN DE FORMACIÓN AJEDRECISTICA

En la primera fase del proceso de formación ajedrecística, predomina la labor del monitor para inculcar a los niños los rudimentos elementales del ajedrez. Esta "escuela básica" debe centrarse especialmente en las aperturas, el medio juego y los finales. El contenido básico de esta instrucción debe constar de temas específicos orientados en grado creciente de dificultad. Consideraremos un grupo de niños de edad promedio de 10-12 años, utilizando (siempre que se disponga de los medios adecuados) ordenadores, bases de datos electrónicas y programas especiales de juego como medios auxiliares de aprendizaje y entrenamiento.

Son objetivos de esta faceta de monitor:

A) ENSEÑANZA DE LAS APERTURAS

- Familiarización con los temas estratégicos de una partida de ajedrez (desarrollo rápido y fundado de piezas, lucha por el centro, enroque o seguridad del rey)
- Familiarización con las aperturas y defensas más importantes, así como sus características más peculiares, estudiando en particular las aperturas abiertas
- Asesoramiento individual para que el alumno tenga una primera especialización en aperturas.
- Ayuda para la elaboración sistemática de un fichero de aperturas, mostrando las variantes principales.
- Entrenamiento de aperturas, analizando en el tablero mural las variantes principales, que luego los alumnos deberán reproducir de memoria.
- Implementar un plan de estudio regular para la creación de un repertorio especial de aperturas, consultando las publicaciones teóricas.

3.- PAPEL DEL MONITOR EN LA FORMACIÓN AJEDRECÍSTICA

B) ENSEÑANZA DEL MEDIO JUEGO

- Orientar al alumno hacia la conducción ofensiva del juego, aunque sobre fundados principios posicionales. Estudio de las estratagemas del medio juego, sobre el valor relativo de las piezas, significado de la lucha por el centro, relación entre espacio y tiempo, etc..
- Estudio y práctica de los trucos combinativos a partir de las típicas combinaciones de mate, continuaciones tácticas de ataque contra el rey enemigo y familiarización con los motivos de combinaciones decisivas.
- Examen y análisis de las partidas más destacadas de las revistas de ajedrez, monografías, boletines, bases de datos y otras fuentes habituales.
- Solución regular de posiciones tácticas en el tablero mural, hojas de trabajo, ordenador o en el tablero convencional (sin mover las piezas).

C) ENSEÑANZA DEL FINAL

- Estudio consciente de los finales, cuyo conocimiento técnico es imprescindible para una comprensión general del ajedrez.
- Implementar un plan regular de estudio de los temas más importantes del final, incluida la reproducción de los finales más importantes de la práctica de torneo. Es esencial analizar los propios finales y renovar periódicamente los conocimientos de esta fase.
- Dominar en la práctica las formas más importantes de los finales de peones, torres, piezas menores y damas.
- Incluir estudios en el plan de entrenamiento, incrementando progresivamente el nivel de dificultad.

2. ORGANIZAR ACTIVIDADES DE JUEGO PRÁCTICO

En cooperación con las escuelas, clubes y familiares, debería facilitarse a los niños la posibilidad de que jueguen partidas. De este modo, además de estimular su interés por el ajedrez, se les da la oportunidad de disfrutar de nuevas experiencias, en forma de aventura deportiva.

Por otra parte, luchar por los puntos, ya sea en competiciones locales, comarcales o regionales, aprovechando las mejores oportunidades que se presenten, por ejemplo, competiciones por equipos de chicos y chicas, torneos de la localidad, copas escolares o de institutos, etc..

Al margen de los campeonatos escolares oficiales que regularmente se organizan (individuales y por categorías), pueden organizarse torneos de entrenamiento o amistosos contra otros centros escolares, o torneos entre profesores y alumnos, simultáneas, partidas con desventaja, partidas en consulta contra los jugadores más destacados o de "ajedrez viviente". También puede recomendarse a los alumnos que disputen partidas de entrenamiento contra oponentes electrónicos (programas de juego), utilizando sus funciones como "partidas con desventaja y de entretenimiento", amistosas, entrenamiento, de torneo y partida de evaluación, entre otras.

3. ORIENTAR EL AUTOENTRENAMIENTO Y EL ESTUDIO SISTEMÁTICO

Una temprana iniciación en el continuo estudio y entrenamiento independiente favorece la progresiva consecución de resultados en la trayectoria del jugador.

Hay dos aspectos centrales:

- El estudio particular, y
- El aprovechamiento de las propias partidas.

En la sección de entrenamiento hicimos hincapié en la conveniencia del estudio particular para el propio perfeccionamiento y una mejor interpretación del juego.

3.- PAPEL DEL MONITOR EN LA FORMACIÓN AJEDRECÍSTICA

Durante la primera fase de aprendizaje puede dispensarse a los niños deberes para casa en forma de ejercicios para su tiempo libre. A medida que van progresando en su comprensión del ajedrez, se les debe familiarizar con la reproducción de partidas de revistas o libros y también con el manejo del software específico (ordenadores, bases de datos, etc..) La adopción de un libro de torneos es un buen complemento para progresar, recomendable entre los 10-12 años.

A partir de esa edad, el niño puede registrar sus propias partidas con sentido.

A medida que va creciendo, su interpretación de las propias partidas le resultará cada vez más útil. Las anotaciones se harán cada vez más sistemáticas, y los análisis de las partidas más fundados y autocríticos. Como ya hemos advertido, es conveniente que el jugador guarde y numere adecuadamente todas y cada una de las planillas de sus partidas.

4. ESTIMULAR LA AMBICIÓN

La ambición por obtener buenos resultados tiene numerosas justificaciones. Además de:

- la afirmación del propio ego,
- el deseo de alcanzar el propio perfeccionamiento y
- la posibilidad de alcanzar objetivos extraordinarios,

se tiene el placer de contrastar el propio juego, y de mejorar o superar al adversario.

Este componente deportivo es el principio que rige en toda competición y que mueve a todo jugador. En ajedrez intervienen algunos factores como la solución de problemas, el dilema entre llevar a cabo un plan estratégico u optar por combinaciones tácticas.

La extraordinaria atracción que, como juego milenario, ejerce el ajedrez prende en los niños y les hace sumergirse de buen grado en lo que para ellos es una nueva aventura mental.

Ya en la edad infantil conviene que se cuide la práctica deportiva, observando su evolución en el entrenamiento y en los torneos. El proverbio "¡El éxito es el padre del éxito!" tiene un profundo contenido psicológico, que no debe dejar impasible al monitor o al entrenador. Lo cierto es que todo entrenamiento orientado a obtener logros deportivos debe estar motivado por la búsqueda del éxito.

Las medidas que deben implementarse para una orientación ambiciosa de niños y jóvenes son las siguientes:

- Pronunciar alabanzas sobre las nuevas perspectivas que abren los conocimientos que se imparten en clase.
- Informar al centro escolar de los resultados deportivos logrados por el niño en competiciones.
- Informar a los padres del comportamiento ejemplar de su hijo en las clases y torneos.
- Implicar a los padres y familiares en las actividades ajedrecísticas del niño.
- Difundir el éxito deportivo en los medios de comunicación locales (prensa, radio, periódico escolar, etc..)
- Satisfacer las necesidades personales de recreo mediante la organización de interesantes competiciones en el tiempo libre, favoreciendo las relaciones entre colegios vecinos o clubes.
- Homenajear a los vencedores en las fiestas a base de títulos, medallas, copas, premios utilitarios(libros, software, juegos de ajedrez, relojes...), premios honoríficos, etc...
- Captación y utilización de patrocinadores para el entrenamiento y participación en torneos de jugadores excepcionalmente dotados.

3.- PAPEL DEL MONITOR EN LA FORMACIÓN AJEDRECÍSTICA

La ambición por lograr resultados importantes en competiciones de alto nivel requiere someterse a un intenso entrenamiento. En cuanto a la estructuración de resultados e implementación de un plan de entrenamiento, se deben adoptar unos compromisos determinados, adaptados a los requerimientos específicos del ajedrez de competición. En cada disciplina deportiva es preciso endurecerse con un entrenamiento perseverante. De ese modo, el jugador no sólo podrá alcanzar un nivel óptimo de resultados, susceptible de situarle en la clase mundial, sino que su talento experimentará un extraordinario desarrollo.

Una de las tareas del entrenador consiste en activar el proceso psíquico de su pupilo.

"Cuando alguien se encuentra en la cúspide de algún deporte, debe dedicarse todos los días a practicar su actividad. Esto es algo que puede aplicarse tanto al fútbol como al ajedrez. Esta "hambre canina" hay que educarla, inculcarla en los jugadores, porque ese espíritu de sacrificio es característico de todas las disciplinas deportivas." Estas son las palabras del futbolista y seleccionador alemán Felix Magath, en una entrevista acerca del papel de un entrenador duro.

5. EDUCAR EN UNA FORMA DE VIDA SANA

El significado de la estabilidad psíquica para el aprendizaje del rendimiento deportivo es un capital que los pedagogos de ajedrez deben administrar al establecer un adecuado régimen de vida para los jóvenes deportistas.

Los monitores además de los padres están naturalmente implicados. Sus desvelos cotidianos resultan fundamentales en el proceso educativo y el comportamiento de niños y jóvenes. Según el profesor Jerusalem y el doctor Mittag, *"el éxito de una educación homogénea no una tiene importancia secundaria, y no debe confiarse exclusivamente al profesor, pues habría que decidir hasta qué punto, como ser humano y personalidad respetada por los escolares, es un modelo saludable y un ejemplo a seguir (p.ej. Fumadores y no fumadores). Además de la ayuda, cuando tiene éxito, en las sociedades recreativas el escolar puede encontrar incentivos y también puede encontrar otros modelos de comportamiento en el ámbito familiar o del vecindario. Si esto no fuera posible, se debe poner a disposición de los jóvenes otros modelos que puedan convertirse en figuras a imitar como por ejemplo personalidades relevantes del mundo del cine, el deporte o la música"*.

El el monitor, en virtud de su autoridad didáctica y su grado de solidaridad social, puede desarrollar un compromiso intensivo de su pupilo, con la colaboración de sus padres o de sus profesores, y una de sus responsabilidades esenciales es explicarle los efectos negativos derivados consumo, nicotina y drogas. Siempre debe destacarse la posible influencia del alcohol, que durante una partida inhibe la capacidad de reacción y por supuesto la capacidad de calcular con exactitud.

Además el gusto por el alcohol no encaja con las normas que deben regir la vida y la conducta de un deportista. Con la misma energía debe lucharse desde el principio contra el hábito de fumar y otras toxicomanías. Los niños y los jóvenes deben ser advertidos en particular contra los perjuicios que puede ocasionarles el consumo de nicotina.

El monitor debe alertar a sus pupilos además de las advertencias habituales en el mundo del deporte, sobre el comportamiento concreto que deben observar durante torneos y competiciones, es decir, las reglas higiénicas necesarias para el cuidado personal.

De lo que se trata es de mejorar la capacidad de rendimiento del jugado, orientada tanto de forma general como particular, es decir, la preparación para enfrentarse al próximo contrincante. Cuanto más sano sea su organismo, tanto mejor disputará cada partida. ¿Acaso existe hasta ahora algún otro equivalente de una actividad competitiva que produzca una fatiga tan acusada y que se realiza en un espacio tan restringido?

3.- PAPEL DEL MONITOR EN LA FORMACIÓN AJEDRECÍSTICA

El joven ajedrecista debería seguir estas recomendaciones:

1. Muchos ejercicios al aire libre, aun cuando no haya sol, el día esté gris y lluvioso. Un paseo ayuda a combatir la tensión, reactiva nuevas energías, oxigena. Hay que buscar la luz natural para la buena salud. Las caminatas y el atletismo ejercen un efecto positivo sobre los problemas psíquicos, las depresiones o sentimientos de angustia y tienden a reforzar la autoestima.
2. Toda posibilidad de realizar deporte equilibrado favorece la condición física, de modo que el cuerpo puede mantenerse forma practicando, por ejemplo diversos juegos competitivos, natación, tenis de mesa, tenis, atletismo, excursionismo, esquí, etc. Un programa absolutamente mínimo para realizar gimnásticos en casa, a diario, puede ser muy útil para desentumecer las piernas.
3. Hay que fortalecer el sistema inmunológico del organismo. En las estaciones de tiempo frío y húmedo existe el peligro para todos de contraer enfermedades, por la acción de bacterias, virus y otros elementos nocivos, de modo que deben tomarse precauciones, a base de sesiones de sauna, abundantes luchas, alimentos ricos en vitamina(fruta fresca, verduras, comprimidos vitamínicos) además de beber abundantes zumos naturales y agua mineral.
4. Hay que procurar dormir de forma satisfactoria. Para estar en la mejor forma posible en un torneo es imprescindible tener más horas regulares de sueño, a fin de que el sistema nervioso pueda regenerarse. Hay que evitar una alta temperatura o fuerte ruido en la habitación, como también incidentes excesivamente emotivos, las prolongadas conversaciones y la pantalla encendida el televisor durante mucho tiempo, pero sobre todo, el jugador debe procurar acostarse temprano. Beber un vaso de leche puede ayudar a conciliar el sueño, así como también un pequeño paseo, una lectura ligera o una infusión de plantas medicinales (valeriana, melisa, lúpulo, etc.). El déficit de sueño altera el metabolismo y el funcionamiento de las glándulas suprarrenales, desarrollando excesivamente la hormona de la ansiedad.
5. Vigile la cantidad de sus comidas. No hay que subestimar el influjo de los alimentos sobre el propio rendimiento y sobre la salud. El consumo de hidratos de carbono y proteínas mejora la salud corporal y constituye una excelente alimentación. También son muy saludables los plátanos y el chocolate, productores de serotonina, sustancia que favorece el metabolismo y la energía cerebral. El polvo de cacao y sus derivados tienen el efecto de producir feniletilamina, teobromina y cafeína, sustancias excitantes. También hay que procurar consumir la clorofila en las ensaladas e infusiones, porque activa la oxigenación del cerebro. En las nueces, calabazas y pipas de girasol se encuentra la colina, sustancia que beneficia el proceso de pensamiento.
6. Puede tomarse café en dosis razonables, pues se ha demostrado que resulta eficaz tanto personal como socialmente. El gusto por el café tiene efectos positivos y negativos. La cafeína reactiva y estimula la concentración. Según nuevas investigaciones, la cafeína incluso hace crecer y multiplicar las células cerebrales. Sin embargo, afecta demasiado el sistema nervioso, reduciendo la atención y una asimilación adecuada de la información. Un elevado consumo de café sube la tasa de colesterol y puede producir una desagradable excitación de las mucosas estomacales, además de una aceleración del ritmo cardiaco. Por otra parte, puede llevar a una crónica dificultad para conciliar el sueño.
7. Hay que cuidar la irrigación sanguínea del cerebro. Molestias derivadas de este problema pueden aparecer a partir de los cinco años de edad. Los vasos se estrechan y se llega menos oxígeno a nuestro órgano del pensamiento, el cerebro, que contiene más de 100,000 millones de células nerviosas que abastecen la memoria de corta y larga duración, y que impiden la falta de concentración, la excitabilidad, la tendencia al cansancio, así como

3.- PAPEL DEL MONITOR EN LA FORMACIÓN AJEDRECÍSTICA

también el desánimo y los trastornos del sueño. Cuanto mejor sea el flujo sanguíneo, tanto mejor será la irrigación de oxígeno en el cerebro. Los ejercicios físicos, preferiblemente al aire libre, una alimentación saludable, además de abstenerse de placeres insanos, activan y estabilizan la sangre permiten un buen suministro de oxígeno al sistema nervioso central. Los fallos de concentración y la fatiga se combaten con aportaciones de hierro y magnesio. El magnesio cumple en el organismo importantes funciones, como el abastecimiento de energía, favoreciendo un buen rendimiento nervioso. Los minerales que necesitamos se encuentran en los cereales, los productos lácteos, en las hierbas medicinales, y en el agua mineral. En el crecimiento, sobre todo chicos y chicas en la pubertad, es fundamental una alimentación rica en hierro y minerales(carne, aves, pescado, verdura fresca).

8. A los jugadores jóvenes que se entrenen con otros de mayor edad conviene darles explicaciones psicológicas acerca de las transformaciones derivadas de la edad, así como la forma de proceder a un entrenamiento autónomo, para un progresivo desarrollo muscular, técnicas de relajación musical y programación neurolingüística.

6. PREPARAR PARA COMPETICIONES

Teniendo en cuenta el alto significado de la competición para mejorar el rendimiento, conviene poner de relieve las cualidades psico morales del jugador, y para la consecución del éxito es muy importante planificar una preparación adecuada para la competición. Además de la pertinente instrucción ajedrecística y de una forma psicofísica saludable, se debe prestar una atención especial a la carga intelectual y emocional que debe soportar el jugador a la competición. Cuando la constitución o el sistema nervioso del jugador son débiles, afrontar una partida de torneo que normalmente dura entre 5 y 6 horas, tanto un resfriado como un dolor de cabeza o de muelas pueden afectar sus sensaciones, con efectos negativos, como distracciones, malhumor, cansancio, mala concentración, etc. A la larga, eso vuelve al jugador vulnerable, con tendencia al pacifismo es decir jugar a tablas, además de hacer cálculos erróneos y jugadas flojas cuando hay mejores opciones. Este tema se desarrolla más ampliamente en los siguientes capítulos.

Mediante la preparación a largo plazo el jugador se dispone a afrontar las fases más activas de la lucha. Desde el punto de vista psicológico, el entrenamiento puede dividirse en tres fases:

1. para soportar la tensión largo plazo
2. para la tensión antes del comienzo, y
3. para la atención del comienzo.

La primera fase se inicia con la decisión de tomar parte en un torneo, cuya regla básica es la necesidad de adquirir una alta motivación, sobre todo tras una larga inactividad. Si se pretende tener éxito, eso requiere muchas horas de preparación y estudio.

La segunda fase comienza unos días antes del inicio del torneo y se caracteriza por un repentino incremento de la curva de activación (tensión), reduciéndose la intensidad del entrenamiento deportivo específico.

La tercera fase dispone al jugador para un inmediato inicio de la partida y comporta un alto grado de tensión, así como también un particular estado de ánimo (los clásicos nervios del comienzo).

Estas fases de tensión que varían entre deportista y deportista conllevan una disposición psicovolitiva. Aparecen acusadas diferencias que el entrenador debe mantener a raya, tratando de apaciguar sus efectos con discreción. El mejor jugador del mundo Gary Kasparov, describió así para una revista de psicología sus sensaciones cuando alcanzaba su máximo nivel de excitación psíquica, durante los torneos en sus años jóvenes: " *Con un entrenamiento autónomo, aprendí a tomar decisiones instantáneas no demasiado pronto, sino de forma gradual, para no alterarme innecesariamente. Yo lo llamo la capacidad de conservar la energía nerviosa... He colaborado con un psicólogo en la Unión Soviética. Cuando un ser humano pierde mucha fuerza corporal, puede*

3.- PAPEL DEL MONITOR EN LA FORMACIÓN AJEDRECÍSTICA

recuperarla con relativa rapidez, ya sea alimentándose, ya sea mediante ejercicios adecuados. Pero la pérdida de energía nerviosa acarrea un desgaste físico y psíquico de larga duración, y en estos casos es muy difícil regenerarla. Por lo tanto, es fundamental saber conservarla y dosificarla adecuadamente (algo que, por supuesto, vale igualmente para ajedrez) durante una partida; durante todo el torneo, durante todo el espacio de tiempo, durante toda la vida del hombre".

En lo que se refiere al monitor es de su incumbencia planificar un plan de entrenamiento progresivo que comprenda educación e instrucción, ocupándose periódicamente de plantear temas y posiciones, ya se trate de sesiones de preparación colectiva o individual. Los largos años de experiencia de los autores pueden concretarse en los siguientes consejos para el entrenador:

Tareas fundamentales del entrenador y consejos para la fase de preparación:

- Influir sobre el alumno, tanto en cada torneo como en cada partida, con una preparación específica. Evaluar la posible repercusión de cada torneo a efectos del rendimiento deportivo.
- Indagar sobre las posibles debilidades ajedrecísticas de cada oponente, por ejemplo investigar sus repertorio de aperturas, si es que tienen alguna predilección clara por una apertura o defensa, con ayuda de boletines de torneo, revistas, planillas y bases de datos (utilizando la máscara de búsqueda); investigar su estilo de juego, su comportamiento psicomoral, eventual tendencia al riesgo, determinación (propensión a los apuros de tiempo), voluntad de victoria, habilidad defensiva, tendencia al compromiso (inclinación a las tablas) y grado de confianza en sí mismo (sobreevaluación de las propias posibilidades).
- Determinar las armas de apertura del próximo y siguientes adversarios, teniendo cuenta los aspectos psicológicos, y buscar soluciones a problemas de apertura relacionados con la especialización temporal.
- Entrenamiento de cara a situaciones competitivas típicas como por ejemplo platicar con el tiempo de reflexión establecido para el torneo, práctica temática de partidas rápidas, relámpago y también partidas normales.
- Atención al ejercicio físico regular, como gimnasia, practicar algún deporte, etc. para mejorar la condición física.
- Tomar medidas saludables, siguiendo la máxima de Goethe: ¡para un espíritu fuerte, hay que cuidar el cuerpo! Esto puede resumirse en ocho horas de sueño regular, vitaminas suficientes, zumos naturales y aire libre.
- Influencia psicológica para reforzar el jugador su autoconfianza, la moral competitiva y atenuar la fiebre del comienzo, a base de ejercicios contra la tensión y entrenamiento autógeno. Programación neuro lingüística. La música es buena para activar y regenerar la capacidad de rendimiento. Contrariamente a lo que por lo general se piensa, la función heurística(acopio de conocimientos) de emociones para que el jugador de ajedrez descubra sus indispensables. La música es el lenguaje específico de las sensaciones y los problemas con ellas relacionados. El efecto de sus sonidos estimulan el rendimiento y combate las fases psíquicas de saturación en el entrenamiento, así como la depresión tras una derrota, y es un buen regulador de las sensaciones (por ejemplo euforia tras una victoria fácil).

3.- PAPEL DEL MONITOR EN LA FORMACIÓN AJEDRECÍSTICA

Tareas especiales y entrenamiento apropiado para los campeonatos por equipos:

- El monitor debe seguir el principio necesario de la eficacia colectiva, a saber, que el éxito de un equipo es más importante que el éxito individual (aun cuando eso suponga que algunos de los componentes del equipo pierdan puntos ELO).
- Evaluación objetiva del resultado previsible contra el equipo contrario.
- Aconsejar y determinar los posibles objetivos individuales.
- Determinar la cohesión del equipo y el orden de fuerza individual, a fin de conseguir un efecto sinérgico de equipo. Estimular una ayuda recíproca en la preparación de aperturas (asesoramiento, material teórico, intercambiar experiencias, etc.).
- Debates de equipo ante cada confrontación, utilización y fijación de una alineación satisfactoria para todos.
- Mejora de los contactos y relaciones sociales de los jugadores durante las variadas actividades ajedrecísticas, mediante las charlas comunes, comidas, excursiones, paseos al aire libre, práctica de deportes, y tertulias habituales.
- Crear una atmósfera optimista de lucha en camaradería.
- Establecer un comportamiento psico regulado, a base de entrenamiento autógeno, ejercicios de relajación, programas de relajación musical y neuro lingüística durante las sesiones de preparación.
- Utilidad del entrenador. Funciones del entrenador acerca de los recursos especiales y capacidades del jugador, y coordinarlos en beneficio del equipo.
- Emplear como símbolo algún tipo de emblema visual o escudo de equipo por ejemplo una mascota para aprovechar su efecto psicológico.

Tareas de ocupación y educación para los torneos individuales y por equipos:

las tareas del entrenador están en gran medida relacionadas con la madurez, edad y fuerza de juego del pupilo. Así la influencia pedagógica es mayor en niños de entre 10 y 14 años. Generalmente es válido que cuanto más joven es el niño tanta más capacidad tiene de absorber y aprender las enseñanzas, pero en cuanto a la responsabilidad de conseguir resultados, necesita más ayuda. Por otra parte, los niños mayores de 10 años saben prestar atención al reloj (hora de levantarse, hora de la comida, tiempo de descanso, tiempo de preparación, etc.) y la influencia pedagógica aumenta año tras año. En el ámbito de los niños sub12 y sub14 se desarrollan las experiencias e inquietudes en distintas actividades de forma independiente. En sub16 se consolida el proceso de madurez, cuando el chico no sólo está dispuesto a recibir una orientación psicológica, sino que también aprende a iniciarse en una especialización de aperturas (preparación individual contra un determinado oponente). Cuando se trata de acompañar a jugadores con títulos internacionales, que acuden a los torneos de Europa o del mundo, olimpiadas, etc., el entrenador siempre debe desempeñar el papel de segundo, es decir de coordinador. Jóvenes de mayor edad deben plantearse resultados ambiciosos, inculcándoles la conveniencia del estudio particular y el auto entrenamiento y destacando la necesidad de crearse un repertorio de aperturas propio, con el correspondiente esquema de variantes, etc. En todas las edades existe un tipo de jugador nervioso perfectamente diferenciado, de modo que procede revestir los nervios del jugador o alumno. Igualmente los jugadores miedosos requieren mayores consejos, más apoyo, ayuda, estímulos y elogios.

A menudo resulta conveniente que el entrenador le pregunte al alumno acerca de sus sensaciones contra tal o cual rival anterior, aunque no debe hacerse de forma insistente, para no alterar la necesaria armonía y relación amistosa entre ambos.

3.- PAPEL DEL MONITOR EN LA FORMACIÓN AJEDRECÍSTICA

Conocer estos sentimientos permitirá reorientar un escaso espíritu de lucha, aunque por otra parte no es necesario llegar al extremo de Bobby Fischer: "*¡tienes que odiar a tu adversario!*". Un moderado y correcto enfoque lo tenemos en Vladimir Kramnik, según sus declaraciones tras su victoria en el torneo de Wijk aan Zee: "*Es ridículo que nos ignoremos mutuamente después de la partida. A veces, como a mediodía con algún jugador, o me reúno con mi oponente para comentar la partida. A mí esto me parece muy bien, porque me da la oportunidad de comprobar que mi preparación es buena, de que mis ideas dan resultado, de que entiende el ajedrez*" (1998).

Hay que ocuparse además de las chicas con la delicadeza que se requiere. Aquí no sólo se trata de las partidas perdidas, sino de la confianza en sí mismas que necesitan para afrontar con decisión el torneo. Hacer hincapié en los errores cometidos no es pedagógicamente adecuado, y no deben censurarse con especial dureza. ¡Todo el mundo pierde y perderá muchas partidas! Mediante estímulos y el refuerzo de la autoconfianza, las jugadoras pueden sobreponerse psíquicamente, extrayendo nuevas fuerzas para la siguiente ronda. Vincular los resultados obtenidos con eventuales éxitos anteriores contra el mismo adversario coloca al entrenador en una situación crítica, en la que debe armarse de valor y esperar acontecimientos. Las jugadoras tienen tendencia a no asumir un papel de insolencia, como algunos jóvenes. La necesidad femenina de armonía está a veces en contradicción con el espíritu de lucha y es preciso contrarrestarla con recomendaciones oportunas. Pero eso no siempre contribuye a agotar las posibilidades de buen rendimiento, de forma que se refleje rápidamente en los puntos conseguidos. Hay que extraer las experiencias de torneos y entrenamiento para luchar contra una posible desmotivación, a fin de que puedan seguir en ajedrez su camino hacia el éxito. Para todos los consejos pedagógicos que pueda dar, el entrenador ha de armarse de paciencia. En todas las situaciones conflictivas jamás está autorizado a precipitarse en juicios o sentencias que no tienen viaje de vuelta.

Un entrenador que trabaja a título individual debe seguir los siguientes criterios:

- Preparación teórica de aperturas habitual contra un oponente dado.
- Influencia psicológica para la ronda siguiente en cuanto a los puntos fuertes y débiles del oponente, su control de las emociones y su comportamiento durante el torneo.
- Amortiguar la fiebre del comienzo con medidas para combatir la distracción en la inminente fase del inicio de la partida, como un paso al aire libre, una conversación o relajación musical.
- Disponer de un detallado plan de lucha para cada torneo individual, por ejemplo consideraciones acerca de los colores, establecimiento de objetivos y orientación del juego contra los oponentes de turno.
- Utilización debida de los colores. El jugador debe tratar de emplear su preparación de aperturas en los torneos por equipos y eliminatorias por KO, aunque siempre dando prioridad al resultado del equipo sobre el suyo propio.
- Para partidas de larga duración, hay que estar pendiente del descenso de azúcar en la sangre. Conviene ingerir durante la sesión alguna fruta fresca (plátano, manzana), una barrita de chocolate, zumo de uva o cualquier otra bebida adecuada (tes, zumos de frutas, agua mineral, cocaola, café, etc.).
- Velar por el contenido de un ser vivo durante el tiempo libre de los jugadores, procurando que puedan disfrutar de uso adecuado para regenerar el sistema nervioso.
- Aconsejar a los jugadores contra un eventual fracaso en la fase de apuros de tiempo, o el estrés de una concentración extrema, en la que puede producirse el bloqueo del pensamiento, recomendándoles, por ejemplo, el método 888: 8 segundos para inhalar, ocho segundos para retener el aire, y 8 segundos para exhalar. Entonces el cerebro estará oxigenado durante la sobreactividad estresante. La psique se normalizará debidamente.

3.- PAPEL DEL MONITOR EN LA FORMACIÓN AJEDRECÍSTICA

- Observaciones y preguntas que deberían plantearse durante el torneo:
 - ¿Administra el jugador bien o mal el tiempo de reflexión (precipitación, escasez, apuros de tiempo)?
 - ¿Realizar de inmediato las jugadas evidentes? (Kasparov: "la indecisión es el mayor enemigo de muchos jugadores. Mi consejo es que las 15 primeras jugadas deberían realizarse en media hora".)
 - ¿Suele flojear su nivel de concentración?
 - ¿Lucha en posiciones en que las posibilidades están igualadas?
 - ¿Cuando su rival está apurado de tiempo, realizar rápidamente sus jugadas?
 - ¿Al efectuar cada jugada presiona normalmente el reloj?
 - ¿Aún en los momentos de mayor anota debidamente las jugadas?
 - ¿La conducta del jugador es correcta ante el tablero?(por ejemplo:¿se presenta puntualmente a la hora del comienzo?, ¿coloca bien la pieza que juega?,¿no habla durante la partida?,¿felicit a su oponente cuando pierde?)
 - ¿Tiene seguridad en los problemas que plantean las reglas técnicas, como por ejemplo la triple repetición de posiciones, la regla de las 50 jugadas, toma nota de las propuestas de tablas?
 - ¿Declina su fuerza de juego (cálculos imprecisos, mayor consumo de tiempo de reflexión en las posibles continuaciones) en las últimas horas de juego, aumentando en consecuencia la cuota de errores?
- Aquellos casos en que el jugador pierde (o hacer tablas) partidas ganadas, por efecto psicológico, deben examinarse con especial cuidado (palabras estimulantes para reforzar su confianza, nada de insultos ni de palabras reprobatorias: los reproches anulan la capacidad de reacción psicológica ante las derrotas).
- El posterior examen habitual de la partida debe concederle prioridad a un primer análisis de los errores, junto con una breve interpretación del jugador, como forma de relajación y de reacción.
- El ruedo de los torneos y la preparación diaria para las partidas con el hormigueo de la atmósfera competitiva y el análisis conjunto de la partida, provoca una descomunal tensión y el consiguiente ajeteo para el organismo. Las reservas de energía se consumen y deben ser regeneradas lo antes posible.¿Cuáles son los mecanismos que intervienen en nuestro sistema nervioso? El cuadro de mando que rige las maniobras de esfuerzo y descanso reside en el sistema neurovegetativo (compuesto por los sistemas simpático y parasimpático). Mediante el sistema simpático se activa la capacidad de rendimiento, mientras que el sistema parasimpático permite la desactivación y el descanso. Hay que mantener activo el propio cuerpo a fin de propiciar la recuperación. La hiperactividad puede dar lugar a variaciones de peso, de ahí que sea importante vigilar como también evitar el nerviosismo y la irritabilidad. Si el jugador no consigue desengancharse de los errores cometidos se produce una alteración vegetativa. En casos de disposición nerviosa al error se deben adoptar formas de descanso psicofísico, así como técnicas de relajamiento, por ejemplo clases de respiración, yoga, meditación, y entrenamiento autógeno. El descanso y la forma física se consigue mediante ejercicios como la gimnasia, métodos específicos de fitness, caminar, excursiones, correr, ciclismo, natación, esquí, estiramientos y baile. El descanso corporal también requiere agua y calor, a base de baños, duchas, sauna y masajes. Después de partidas especialmente dramáticas (con sacrificios de material, variantes de largo alcance, apuros de tiempo, derrota, etc.) se requiere incluir algún descanso regenerativo, como la música. Además de piezas de música clásica, puede optarse por algún tipo de música que el jugador le resulte especialmente efectiva, para procurar el descanso y movilizar nuevas energías psico físicas para la ronda siguiente.

3.- PAPEL DEL MONITOR EN LA FORMACIÓN AJEDRECÍSTICA

7. DIFUNDIR EL AJEDREZ Y CAPTAR ALUMNOS

La difusión y propagación del ajedrez deportivo exige del monitor conocimientos básicos y criterio acerca de la utilidad social del ajedrez. Llegado el caso, debe ser convincente en la exposición de valor intelectual y educativo del juego en el desarrollo personal de los niños y jóvenes. Debe subrayar también el alto valor añadido que significa el que haya numerosas personalidades que se hayan manifestado, en discursos y escritos, acerca del ajedrez, como por ejemplo: el ajedrez es una forma de educar el espíritu, que forja simultáneamente la memoria, la voluntad, la atención, la constancia y el pensamiento lógico.

En las distintas investigaciones científicas queda igualmente constancia de que el ajedrez es una magnífica escuela para el desarrollo de las mejores capacidades y cualidades personales.

El ajedrez es, además, una escuela de pensamiento lógico coherente, que enseña el rigor del cálculo estratégico-táctico anticipado, de capacidad analítica y de representación. El ajedrez hace más fuerte al jugador en virtud de la práctica de las propias cualidades como son la voluntad, el valor, la determinación, la paciencia, la aplicación a un objetivo, la perseverancia, y el establecimiento de metas ambiciosas. El ajedrez educa las cualidades vinculadas a la atención, como son la capacidad de concentración, y la autocrítica. Así como también incide en la puesta en práctica de la economía de fuerzas, el dominio de sí mismo y la asimilación y maduración de los fracasos (disciplina de las emociones y los afectos). El ajedrez a través de su componente artístico, estimula la fantasía creadora y la intuición, y despierta un sentido estético de la experiencia.

El monitor le proporciona a sus alumnos los pertinentes conocimientos acerca del significado del ajedrez, y debe tratar de difundirlo entre los niños y sus padres (mediante reuniones y entrevistas con éstos) a fin de que el entusiasmo por el ajedrez se propague. Es conveniente que los niños a partir de la segunda o tercera clase participen en demostraciones y actos colectivos de ajedrez.

8. DETECTAR TALENTOS Y CREAR PROGRAMAS ESPECIALES

Además de la formación y educación sistemática de todos los jóvenes jugadores, es tarea del entrenador escrutar y evaluar las cualidades ajedrecísticas de sus pupilos. La búsqueda de jóvenes talentos en los clubes locales, con el fin de fomentar su rendimiento, no debería plantear mayores dificultades. Hay que tener en cuenta que el desarrollo de un joven talento prestigia a las asociaciones ajedrecísticas locales. Para los talentos de primer orden debe establecerse un plan absolutamente prioritario. A continuación se indican los criterios especiales a aplicar para el rendimiento óptimo de un talento según la concepción de la Federación Alemana:

FASES	CRITERIOS DE DESARROLLO
1	Búsqueda de talentos en clubes, observando sus conceptos. Torneos de observación sub-9. Seguimiento en escuelas de ajedrez.
2	Logro y asignación de una clasificación de ELO. Éxito en torneos nacionales. Participación en cursos de entrenamiento de la asociación regional.
3	Consecución de una clasificación de ELO internacional. Mejora de la clasificación nacional. Éxito en eventos nacionales e internacionales. Participación en cursos de entrenamiento de la Federación Alemana.
4	Mejorar la valoración ELO hasta 2350 (2150 para chicas). Éxito en campeonatos nacionales y en torneos internacionales válidos para normas.
5	Inclusión en la categoría C de talentos de la Federación Alemana
6	Especial atención a los talentos sobresalientes que hayan merecido el diagnóstico "nivel mundial" dentro del programa de la Federación Alemana.

3.- PAPEL DEL MONITOR EN LA FORMACIÓN AJEDRECÍSTICA

Categoría	Jugadores	Jugadoras
TALENTOS C	Nuevo ingreso con un ELO mínimo de 2350, o bien que el jugador sea muy joven y con un talento especial	Nuevo ingreso con un ELO mínimo de 2150, o bien que la jugadora sea muy joven y con un talento especial
TALENTOS B	Nuevo ingreso con un ELO mínimo de 2525, o bien que el jugador sea muy joven y con un talento especial	Nuevo ingreso con un ELO mínimo de 2250, o bien que la jugadora sea muy joven y con un talento especial
TALENTOS A	ELO superior a 2575	ELO superior a 2350

El monitor debe juzgar los jóvenes talentos basándose en los siguientes criterios establecidos:

- Alto coeficiente intelectual, según el promedio de notas en las distintas materias de la formación general (sobre todo en matemáticas).
- Notable capacidad mental, en particular un pensamiento creativo especialmente desarrollado, a juzgar por medios especiales de observación y pruebas psicológicas (Raven, Torrance, etc..)
- Desarrollo global armónico.
- Buena salud general y buen funcionamiento del sistema neurovegetativo.
- Sana ambición y objetivos de rendimiento ambiciosos.
- Disfrute del juego instintivo, alegre, a cara o cruz, con soluciones a los problemas competitivos.
- Voluntad y aplicación orientadas hacia objetivos (perseverancia en las tareas caseras y solución a los ejercicios).
- Atención permanente durante la instrucción ajedrecística y entrenamiento, así como evidente capacidad de concentración en la solución de los ejercicios y disputa de partidas.
- Despreocupación y sana confianza en sí mismo (asimilación rápida de reveses competitivos), valor y determinación.
- Memoria con capacidad de almacenaje, capacidad de percepción en variantes de apertura y reproducción de las partidas propias una vez concluidas.
- Inventiva y fantasía creadora (rápida solución a las tareas ajedrecísticas).

No es imprescindible por supuesto, que todos estos criterios coincidan en un mismo jugador.

Un monitor con experiencia sabrá fundamentar sus conocimientos, en relación con otros niños de capacidad y cualidades positivas, reconociendo fácilmente la valía del jugador.

(Ver diagrama en la siguiente página)

9. CAPTAR TALENTOS PARA LA ENSEÑANZA

Una de las tareas más importantes es transmitirle a los jóvenes jugadores la responsabilidad en la utilización de su tiempo. El monitor experimentado debe asistir a los jóvenes en la elaboración de sus planes, preparación y organización del trabajo en su círculo. Además debe inculcarseles la necesidad de una enseñanza metódico-psicológica, con un eficaz enfoque de los ejercicios de entrenamiento, sobre todo en lo que concierne a las nuevas generaciones, a fin de que puedan llevar a cabo su formación con una perspectiva orientada hacia el rendimiento deportivo.

3.- PAPEL DEL MONITOR EN LA FORMACIÓN AJEDRECÍSTICA

Plan individual de entrenamiento y competición para el año...

Apellidos, Nombre	Fecha nacim.	Asociación	Escuela/ Univers.	Elo FIDE/ Nacional	Entrenador
Objetivos previstos					
Entrenamiento: Dimensión Tiempo					
Contenido del entrenamiento:					
Aperturas					
Medio Juego					
Finales					
Otros deportes/ forma física					
Competiciones/ torneos					
Posibilidades de Normas (número de partidas anuales)	Partidas por equipos..... Partidas de torneo..... Total..... Partidas de entrenamiento.....				
Cursillos					
Vacaciones/permisos					

Comentarios:

.....
Entrenador

.....
Jugadora/jugador

Para seleccionar a jóvenes jugadores que puedan desarrollar una labor de entrenamiento, deben plantearse ante todo las siguientes preguntas y criterios:

- ¿Está el joven en condiciones de cumplir adecuadamente con las distintas materias y compromisos escolares y, al mismo tiempo, desarrollar sus cualidades ajedrecísticas?
- ¿Está autorizado para participar en un grupo de entrenamiento en su asociación?
- ¿Qué actividad o característica le hacen válido para conducir los intereses de un grupo o equipo (como capacidad expresiva)?
- ¿Tiene suficientes conocimientos teóricos de ajedrez?

En la primera fase de la enseñanza el instructor prepara a uno de los jóvenes para que actúe como asistente suyo y también como capitán del equipo. En el momento oportuno puede prepararse para que obtenga la licencia de monitor.

3.- PAPEL DEL MONITOR EN LA FORMACIÓN AJEDRECÍSTICA

10. PERFECCIONAR CONSTANTEMENTE SUS CAPACIDADES Y ACTITUDES

El monitor puede plantear, como es lógico, sus propios temas de formación, con la actualización de conocimientos específicos en la forma que considere más adecuada para sus alumnos. También debe prestar atención a las cualidades características de cada joven, para orientar de la forma más efectiva su instrucción ajedrecística y que ésta alcance el más alto nivel posible. El contenido capital para la formación específica de un especialista o entrenador se basa en los siguientes puntos:

- Profundizar y ampliar los principios y conocimientos deportivos, siguiendo las directrices marcadas por la Federación.
- Actualización de los conocimientos deportivos específicos mediante el aprovechamiento regular de las secciones de ejercicios (entrenamiento, posiciones combinativas) de las revistas especializadas, boletines de torneo, columnas de periódico, nuevas partidas de las bases de datos (revistas virtuales), nuevos estudios sobre estrategia y táctica en el medio juego, estudios teóricos sobre finales, etc..
- Perfeccionamiento constante de las propias capacidades y aptitudes, mediante la disputa de partidas amistosas, partidas con tiempo de reflexión corto, partidas rápidas, o también sesiones de simultáneas y partidas con desventaja.
- Conexiones con internet para aprovechar los medios que ofrece la tecnología moderna, y consultar los métodos de entrenamiento sobre aperturas, medio juego y finales, además de revisar las nuevas versiones de los ya conocidos. Utilización de los programas de juego para disputar partidas de entrenamiento con distintos tiempos de reflexión.

Por otra parte, el monitor tiene muchas posibilidades de impartir una formación avanzada sobre distintos temas deportivos, mediante, por ejemplo, formas de aprovechar el autoentrenamiento, según el nivel personal de rendimiento, por medio de la participación y la responsabilidad en el entrenamiento de grupos de jugadores fuertes, tanto de perfeccionamiento como de mantenimiento.

ESPEJO AL QUE MIRARSE COMO MONITOR

En el proceso de formación e instrucción, precisamente por su propia naturaleza, se contrae un claro compromiso de alta efectividad con todo jugador que participa en el mismo.

Hay que tener en cuenta las peculiaridades individuales, prestándoles la máxima atención. Teniendo presente esto, puede efectuarse un resumen del comportamiento pedagogo-psicológico que debe tener un monitor de ajedrez como persona con autoridad, de ahí **la ayuda positiva-negativa-confrontación** que conviene inculcar con claridad.

A menudo las mejores intenciones implican algún tipo de error en la actividad didáctica, y los objetivos de instrucción no se cumplen, o no del todo. No obstante, es preciso tratar de detectar los posibles errores u omisiones cometidos, con la pertinente rectificación y petición de excusas (como declaración de principios), de modo que la relación de confianza con el alumno no se vea afectada, y de esta forma, pueda quizá incluso mejorarse.

3.- PAPEL DEL MONITOR EN LA FORMACIÓN AJEDRECÍSTICA

PEDAGÓGICAMENTE INCORRECTO ES:	CORRECTO Y MODÉLICO ES:
Desarrollo rutinario de las propias obligaciones. Concederle poco valor a la puntualidad.	Una positiva graduación de la propia actividad, para un desempeño puntual y concienzudo de las obligaciones de entrenamiento y preparación para los torneos
Mostrar predilección por un alumno "favorito". Pasar por alto los errores cometidos.	Aplicar las propias cualidades de monitor para transmitir conocimientos por igual (sin considerar discriminación de ningún tipo, ni nivel de resultados, etc..)
Desinteresarse por la evolución del alumno(p.ej. dejar sin respuesta sus preguntas) o burlarse de sus propuestas.	Seguir la evolución de la personalidad del joven alumno, dispensándole la necesaria atención y muestras de afecto.
Consentir la falta de confianza mutua, considerando que el trato habitual bastará para reforzarla.	Tomar las medidas necesarias para acentuar la confianza mutua. No permitir que esa confianza se vea defraudada.
Considerar los problemas e inquietudes personales cuestión sin interés. Rechazar todo tipo de ayuda al respecto.	Estar dispuesto a escuchar, en cualquier momento, los problemas y dificultades personales que pueda tener un alumno. Mostrarse dispuesto a aportar la ayuda requerida.
Prevalecer en su ánimo la censura y la crítica. Inculcar el sentimiento de culpa por resultados deficientes.	Ser partidario de elogios y censuras mesurados, con palabras especialmente elegidas en el caso de las chicas.
Aceptar de mal grado los fracasos del pupilo (p.ej. Acusarlo de no haber seguido los consejos, o de no haber actuado conforme a lo previsto). Reaccionar con pesimismo.	Combatir los fracasos con nuevos estímulos y motivaciones (procurando que el jugador se sienta reforzado). Transmitir una visión optimista.
Ignorar y pasar por alto las peculiaridades y capacidades individuales.	Tener en cuenta las particularidades y capacidades individuales a fin de favorecer un mejor rendimiento (p.ej. Diseñar un plan específico de aperturas)
Insensibilidad ante los distintos requerimientos de nivel y edad.	Asegurarse que la instrucción es correctamente impartida, según los distintos niveles y edades
Despreocuparse por toda actividad o intereses del alumno ajenos a la propia instrucción ajedrecística (tareas para casa, exámenes, final del curso, etc...)	Tratar de ejercer una influencia positiva sobre el alumno para que obtenga el mejor rendimiento posible de sus estudios escolares
Aplicar la misma vara de medir a niños y jóvenes, mostrando mal humor por su comportamiento.	Enseñar a mantener el autocontrol en las situaciones críticas. Corregir los comportamientos burlescos, sobre todo en la pubertad.