



*Asesorías y Tutorías para la Investigación Científica en la Educación Puig-Salabarría S.C.
José María Pino Suárez 400-2 esq a Lerdo de Tejada, Toluca, Estado de México. 7223898475*

RFC: ATII20618V12

Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores.

<http://www.dilemascontemporaneoseduccionpoliticaervalores.com/>

Año: IX

Número: 2.

Artículo no.:29

Período: 1ro de enero al 30 de abril del 2022.

TÍTULO: La práctica del ajedrez en línea, como alternativa para disminuir los niveles de estrés, en tiempos de COVID-19, en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Pública John F. Kennedy de Ica, Perú.

AUTORES:

1. Máster. Hober Livio Huaranga Toledo.
2. Máster. Ana Luisa Bravo Quintana.

RESUMEN: El presente artículo muestra el análisis de la práctica del juego del ajedrez en línea, como una alternativa útil y beneficiosa, para disminuir los niveles de estrés, en los estudiantes del quinto grado del nivel secundario de la Institución Educativa Pública John F. Kennedy de Ica, Perú, teniendo en cuenta el enclaustramiento domiciliario que viven actualmente, debido a la problemática sanitaria a raíz de la pandemia del COVID-19, que viene atravesando la población mundial desde principios del año 2020.

PALABRAS CLAVES: ajedrez, estudiantes, educación, estrés, pandemia.

TITLE: The practice of online chess, as an alternative to reduce stress levels, in times of COVID-19, in fifth grade high school students of the John F. Kennedy Public Educational Institution in Ica, Peru.

AUTHORS:

1. Master. Hober Livio Huaranga Toledo.
2. Master. Ana Luisa Bravo Quintana

ABSTRACT: This article shows the analysis of the practice of the game of online chess, as a useful and beneficial alternative, to reduce stress levels, in the fifth grade students of the secondary level of the John F. Kennedy Public Educational Institution of Ica , Peru, taking into account the home confinement they currently live, due to the health problems caused by the COVID-19 pandemic, which has been affecting the world population since the beginning of 2020.

KEY WORDS: chess, students, education, stress, pandemic.

INTRODUCCIÓN.

Para muchos analistas y estudiosos, el ajedrez es considerado como un deporte ciencia; en el presente artículo intentaremos enfocarlo desde un punto de vista de la dimensión social, educativa y terapéutica, considerando el enclaustramiento en la que se encuentran los jóvenes escolares a consecuencia de las restricciones sanitarias por el COVID-19.

En ese sentido, en el marco de dicha restricción sanitaria, el ajedrez por su versatilidad para desarrollar las partidas en línea, sin necesidad de mayores recursos tecnológicos, que la sola conexión a Internet, desde cualquier dispositivo electrónico (computadora, celular, tableta o similares), se constituye en una herramienta educativa y terapéutica, que de manera lúdica puede ayudar a disminuir los niveles de estrés de los escolares que lo practican; en ello radica la importancia del tema abordado en el presente trabajo académico.

El ajedrez es un juego desarrollado en un tablero de 64 casillas alternadas, donde 32 son blancas y 32 negras. Tal como se visualiza en la figura 1, para iniciar el juego, cada contrincante inicia con ocho peones, dos torres, dos caballos, dos alfiles, una dama y un rey; es decir, dieciséis piezas. La meta del

juego consiste en “capturar” al rey del contrincante, y ello significa, el “jaque mate” al rey del oponente, y consecuentemente, el fin de la partida (Vicente, 2013). En ese sentido, el ajedrez es básicamente un juego interesante, en el cual participan dos personas, las cuales plantean sobre un tablero estrategias y tácticas con el objeto de eliminar las fichas del oponente.



Figura 1. Tablero de ajedrez.

Es importante mencionar, que cada 20 de julio se conmemora el Día Mundial del Ajedrez, según lo estipulado por la Organización de las Naciones Unidas (Pfeiffer, 2021), lo cual es una evidencia simbólica que este deporte es un valioso aporte para una cultura de diálogo y paz en el mundo, así como para la mejora de la salud mental.

La figura 2 muestra que la práctica del ajedrez beneficia en varias dimensiones a los individuos que desarrollan este deporte intelectual.

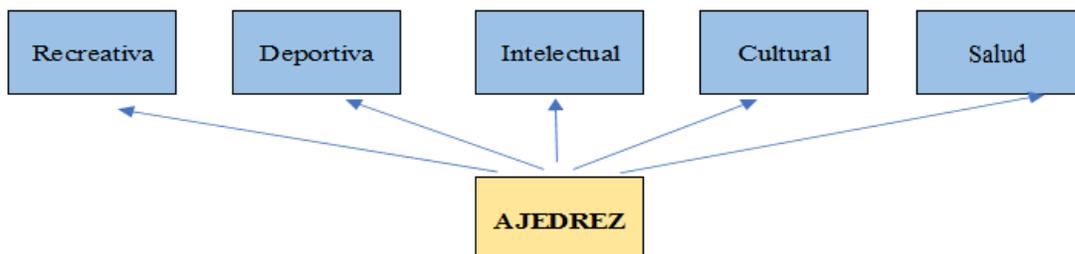


Figura 2. Beneficios de la utilización del ajedrez. Fuente: El autor.

Desde principios del año 2020, el mundo atraviesa por una emergencia sanitaria a raíz de la pandemia del COVID-19, la cual ha obligado a las personas a adaptarse a múltiples cambios, ya sea de tipo social, por el aislamiento; económico, por la quiebra de muchos negocios; cultural, debido a la comunicación en otros idiomas, términos e ideologías respecto a épocas anteriores; tecnológico, esto último requiere la utilización de nuevas tecnologías, plataformas, accesorios y demás equipos que en estos días se hace cada vez más necesaria.

De manera similar, a gran parte del mundo, el sistema educativo peruano dio un giro de 360° grados, debido a que al no poder brindarse un servicio educativo presencial, tuvo que optar por brindar una educación remota o virtual, siendo esto una situación que marca un hito no solo en la educación sino también en la interacción, puesto que en la vida cotidiana las personas han vivido en sociedad y en contacto con otros. En ese sentido, podemos afirmar, que al estar aislados de socializar, en cumplimiento de las medidas de bioseguridad ante la pandemia del Covid-19, se ha generado el enclaustramiento de las personas, esto en muchos casos provoca problemas en las relaciones interpersonales, puesto que no es lo mismo conversar o charlar de manera presencial y compartir las emociones con los demás, sino que por el contrario esta situación genera en la población, situaciones de estrés, angustia, depresión o similares; en ese escenario, una alternativa para hacer llevadera dichos momentos, de manera lúdica, sería la práctica del ajedrez en línea, como un juego o una actividad deportiva desde casa, que aporta muchos beneficios tanto a los adultos, como también a los niños, así como a los adolescentes que actualmente estudian desde casa.

También, resulta de importancia mencionar, que en el último trimestre del año 2020 fue lanzada la miniserie “Gambito de Dama”, una de las últimas producciones de la plataforma Netflix, que se volvió popular de manera rápida, en ella se muestra la carrera de grandes maestros internacionales del ajedrez, jugadas históricas desarrolladas, de partidas (apertura, desarrollo y final) de ajedrez memorables, y se muestra especial énfasis en las aperturas, de allí el nombre de la referida miniserie.

Por otro lado, hasta la fecha existen muchas definiciones y estudios sobre el estrés, para el presente artículo la entenderemos como aquella respuesta física y emocional que se produce a consecuencia de estar sometido a exigencias de nuevos escenarios y ambientes que experimentamos de manera constante y por periodos largos, lo cual afecta el aspecto mental y la calidad de vida los seres humanos (Phinder, Sánchez, Romero, Vizcarra, y Sánchez, 2014).

En ese sentido, dependiendo de la forma, el sentido, la relevancia, las estrategias para afrontarlos, la vulnerabilidad o la amenaza, que sentimos los seres humanos para abordar a dichos eventos, se genera lo que se conoce como el eustrés: estado de respuestas positivas del ser humano para afrontar dichos eventos, o distrés: sensaciones desagradables a causa de la carencia de respuestas, afectando con ello el bienestar psicosomático de la persona; evidentemente, las respuestas físicas y mentales se manifiestan de manera diferente de persona a persona; a nivel físico puede desencadenar en aumentos de presión arterial, contracciones musculares, males estomacales, problemas con el sistema inmunitario o infecciones virales; a nivel mental, puede producirse ansiedad, frustración, irritabilidad, falta de concentración, insomnio o desgano; lo antes detallado, afecta el rendimiento de los estudiantes y eventualmente desencadenar en deserción escolar (Subramani y Kadiravan, 2017).

Al respecto, existen evidencias que se puede lograr disminuir los niveles de estrés a través de la meditación, de la práctica del yoga, técnicas de relajación, masajes, terapia floral, la música, la acupuntura, el baile y la práctica de deportes. Asimismo, muchos estudios a lo largo del tiempo han afirmado que los juegos ayudan en gran manera a disminuir los niveles de estrés ya sea de las rutinas diarias, de las situaciones repetitivas, los momentos de tensión.

El presente trabajo se enmarca dentro de la posibilidad de aprovechar la naturaleza lúdica del ajedrez para coadyuvar a la disminución del estrés de los estudiantes escolares, ello sin dejar de lado la importancia en otras dimensiones, al jugar este deporte intelectual.

La educación en el Perú.

El desarrollo de las clases escolares se mantiene con un plan educativo acorde, dictaminado por el Ministerio de Educación, el cual es el ente encargado de dar, entre otras actividades, parámetros adecuados para una correcta educación de los alumnos, con un plan curricular anual el cual incluye ciencias, matemáticas, educación física, lenguaje, entre otros, que son base principal para los estudiantes de inicial, primaria y secundaria. Por otro lado, la constante capacitación de los docentes es fundamental para el desarrollo de las clases tanto en las zonas más accesibles del país como a las zonas de difícil acceso.

Tal como podemos entender la educación en el Perú está en un proceso de mejora continua, el cual mantiene una diversidad cultural y lingüística, teniendo como protagonistas también a los padres, quienes deben colaborar al desarrollo de los estudiantes y priorizar el apoyo de su potenciamiento para el desarrollo sostenible del país.

Aplicación del ajedrez en la educación en los tiempos del COVID-19.

Una manera típica de ver las cosas en estos tiempos para los estudiantes de hoy en día, es decir, no tengo nada que hacer, no tengo con quien conversar, no puedo salir a ninguna parte. Esta realidad, pudo ser verdad hace 10 o 20 años atrás, pero en la actualidad llena de redes sociales, juegos en línea, aplicaciones y teléfonos inteligentes, sería imposible no darse cuenta del universo de posibilidades que se tiene para explotar.

La práctica del ajedrez en línea es una de ellas, hasta se podría llegar a establecer torneos de este deporte intelectual, en el cual no solo se premia la habilidad sino la cooperación y la interacción entre los escolares participantes, puesto que frente a muchas estrategias y juegos se puede desarrollar una suerte de colectivo que aprende y se nutre en grupo. En ese sentido, podemos afirmar, que este “deporte ciencia” y la Internet son una dupla perfecta, una herramienta para explotar la inteligencia emocional de los jóvenes estudiantes de manera lúdica, pues para dar inicio a cada partida, estas

plataformas de ajedrez en línea emparejan de manera automática a los oponentes de acuerdo a su ELO (puntuación para calcular la habilidad del jugador); ello significa, que las personas juegan con alguien relativamente de su mismo nivel de conocimiento y destreza en el juego del ajedrez. En la tabla 1, se muestra un resumen sobre tres plataformas que actualmente resultan ser las más populares para jugar el ajedrez en línea.

Tabla 1. Plataformas más populares para jugar el ajedrez en línea.

Plataforma	Detalle
<p data-bbox="289 646 435 674">Chess.com</p>  <p data-bbox="191 831 526 858">https://www.chess.com/es</p>	<p data-bbox="553 646 1466 1885">Las funciones básicas de esta plataforma son gratuitas; también tiene planes con costo (oro, platino y diamante), estos últimos cuentan con opciones a capacitaciones, vídeos, análisis de estadísticas de las partidas de ajedrez, y entrenamiento táctico. La interfaz es muy amigable y divertida por la forma de su diseño y construcción, debido a ello es uno de los lugares que atrae a millones de jugadores; ofrece diversas variantes de juego en línea; tenemos a los más populares: 4 Player Chess (juego de cuatro jugadores al mismo tiempo), Doubles-Bughouse (intercambio de las piezas capturadas de tus amigos), Fog of War (solo se puede ver las casillas a donde se moverán las piezas), Automate (la computadora juega por el usuario), Atomic (las piezas capturadas explotan y afectan a los vecinos), Giveaway (para ganar la partida, se debe regala las piezas o quedar atascado), Horde (las negras juegan contra 36 peones blancos), Custom (el jugador personaliza y crea su propia variante); los más comunes: Ches960 (las piezas se alternan en cada inicio de juego), King of the Hill (gana el primero que lleva al rey al centro del tablero), 3 Check (gana el primero que hace tres jaques), Blindfold (se juega sin poder ver ninguna pieza), Capture Anything (capturar cualquier pieza, incluyendo las de uno mismo), Torpedo (los peones siempre pueden avanzar una a dos casillas), Sideways Pawns (los peones pueden moverse hacia los lados de las casillas), Opposite-Side Castling (no es posible el enroque en el mismo lado), No Castling (no se permite los enroques): los históricos (modalidades antiguas de</p>

	<p>ajedrez); las mezclas (combinación de las variantes anteriores); y, se puede jugar también contra la computadora; todo ello ofrece mucha diversión de entrenamiento y juego de ajedrez en línea. También, se tiene una alta probabilidad de encontrar a grandes maestros internacionales de la talla de Magnus Carlsen o Hikaru Nakamura. Por otro lado, tiene un módulo especialmente para niños (ChessKid), lo cual es muy llamativo y divertido; a través del ambiente ChessTV, se puede registrar comentarios en vivo y directo, en cualquier momento del día.</p>
<p>Chess24.com</p>  <p>https://chess24.com/es</p>	<p>Esta plataforma de juego de ajedrez en línea cuenta con una versión gratuita con acceso a funciones básicas; también ofrece con planes con costo (denominado planes premium) que brinda una gran cantidad de documentos para capacitación, material de video, entrenamiento táctico y libros electrónicos; en este ambiente premium, los usuarios pueden inclusive retar a grandes maestros internacionales. Esta plataforma tiene una buena cobertura de torneos en directo y en tiempo real. Una de las características de este portal consiste, que luego que un usuario termina de jugar una partida tiene la opción de visualizar una lección de vídeo animado para que pueda aprender y mejorar su nivel de juego. En esta plataforma solo se puede encontrar la modalidad de ajedrez clásico, además de un número limitado de controles de tiempo, al momento de iniciar una partida en línea. Lo interesante de esta plataforma es que permite participar en grandes torneos. Uno de los aspectos muy importantes de esta plataforma son la serie de videos de ajedrez, videos gratuitos de entrenamiento, libros, entrenamiento táctico, análisis de bases de datos ajedrecístico. Cuenta con una secuencia noticiosa con información de lo acontecido en el ambiente del ajedrez mundial, se puede leer la biografía de los grandes maestros internacionales.</p>
<p>Lichess.org</p> 	<p>Esta plataforma de ajedrez en línea es libre y gratuito en todas las opciones que dispone (videos, análisis de jugadas, capacitación, entrenamiento, ejercicios, fundamentos de ajedrez, Liches TV, emisión de torneos en directo). Es probable, que debido a su gratuidad, es muy</p>

<p>https://www.lichess.org</p>	<p>popular en su uso por millones de usuarios. Cabe mencionar, que resultan muy amenas las opciones de entrenamiento de estrategias y tácticas para un aprendizaje lúdico e intuitivo del ajedrez; tiene las modalidades de juego en modo: bala, relámpago, rápido y ajedrez clásico, en diferentes modos de controles de tiempo, inclusive con incremento por cada movimiento; se pueden jugar partidas en línea tanto a nivel individual, crear y gestionar en torneos de ajedrez en línea; asimismo, esta plataforma tiene nueve variantes del juego de ajedrez en línea: el estándar o clásico; el Crazyhouse (el jugador puede colocar en las casillas libres, las piezas capturadas del contrincante); el Chess960 (incentiva la creatividad); el King of the Hill (gana el primero que lleva al rey a cualquiera de las casillas centrales); el Three-check (ganar la partida al hacer tres jaques); el Antichess (gana el que pierde todas sus piezas); el Atomic (las piezas explotan al momento de la captura); el Horde (las negras con todas sus piezas deben destruir a los 36 peones, para ganar la partida); el Racing Kings (gana el que primero lograr trasladar al rey al lado contrario del tablero); y la opción de jugar contra la computadora. Tiene tres ambientes interesantes: el emparejamiento rápido (aquí hay jugadores de un mismo nivel de destreza en el juego); la sala de espera (aquí se puede encontrar jugadores de diferentes niveles de destreza de juego); y el ajedrez por correspondencia, el cual otorga hasta 14 días para realizar un movimiento. Un aspecto muy valorado de esta plataforma tiene la opción para interactuar entre jugadores a través del chat y llamadas de voz en línea; todo ello permite combinar de manera lúdica la diversión con la práctica de este deporte intelectual. En suma, esta plataforma tiene ambientes gratuitos muy recomendables para aprender de modo divertido y lúdico el ajedrez.</p>
--	--

Fuente: Elaboración propia.

Como se puede desprender del cuadro anterior, estas plataformas para jugar el ajedrez en línea brindan una serie de opciones para hacer que los jóvenes estudiantes puedan pasar horas de diversión, y coadyuvar a superar los momentos de estrés que vienen viviendo a consecuencia del

enclaustramiento por la pandemia del COVID-19, concomitante a ello todos los beneficios saludables que ofrece la práctica de este juego intelectual.

DESARROLLO.

Metodología.

El presente artículo se desarrolló considerando un enfoque cuantitativo y de alcance descriptivo (Hernández, Fernández y Baptista, 2014). La población y muestra del presente estudio fue de 70 estudiantes del quinto grado de nivel secundario de la Institución Educativa Pública John F. Kennedy de Ica, Perú. Para recopilar los datos, se diseñó un cuestionario de 20 ítems mediante un formulario de la plataforma del Google.

Resultados.

Luego de realizar el procesamiento y análisis de los datos obtenidos, presentamos los siguientes resultados.

Según la tabla 2, podemos observar claramente, que la mayor proporción de estudiantes encuestados tiene 16 años de edad.

Tabla 2. Distribución de las edades.

Edad	Cantidad	%
15	11	15.71%
16	56	80.00%
17	3	4.29%

Fuente: Elaboración propia.

De acuerdo con la tabla 3, se tiene que 40 participantes fueron varones, lo cual representa una mayoría del 57.14%, frente a las mujeres que al ser 30 participantes tiene un porcentaje de 42.86%.

Tabla 3. Distribución por género.

Género	Cantidad	%
---------------	-----------------	----------

Hombre	40	57.14%
Mujer	30	42.86%

Fuente: Elaboración propia.

Asimismo, a continuación, se exponen los gráficos más relevantes con su respectiva interpretación.

La figura 3 muestra que el 98.6% de los encuestados conoce el juego del ajedrez, conocido más popularmente como el “deporte ciencia”.

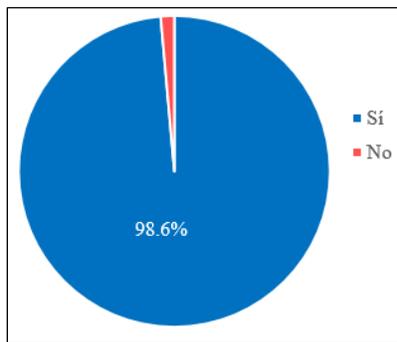


Figura 3. Conocimiento del juego del ajedrez. Fuente: El autor.

Según la figura 4, se colige que el 90% de los estudiantes encuestados cree, que puede lograr una mejor interacción con sus compañeros de clases, mediante los juegos en línea.

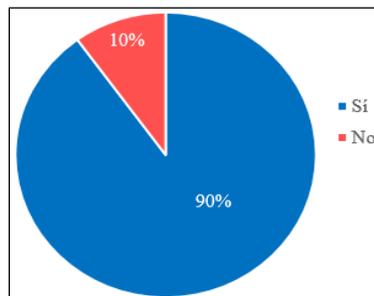


Figura 4. Interacción mediante juegos en línea. Fuente: El autor.

Según los resultados mostrados en la figura 5, el 94.3% de los estudiantes considera que jugar ajedrez en línea puede contribuir a disminuir los niveles de estrés que adquiere en su hogar, puesto que al

interrelacionarse con oponentes, tienen la posibilidad de olvidarse de los problemas y poner interés en este juego intelectual.

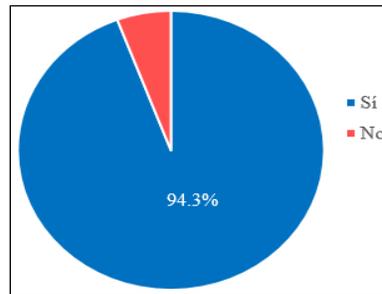


Figura 5. Disminución de estrés. Fuente: El autor.

En la figura 6, se visualiza que el 95.7% de los estudiantes encuestados cree, que durante la pandemia del COVID-19 puede realizar deportes en casa.

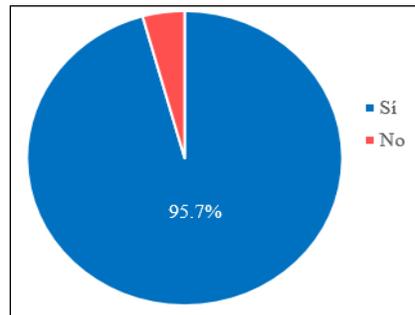


Figura 6. Deportes en casa durante pandemia. Fuente: El autor.

De acuerdo a la figura 7, el 84.3% de los estudiantes sostiene, que dentro de su vivienda siente una situación de estrés durante el tiempo de enclaustramiento por la pandemia del Covid-19.

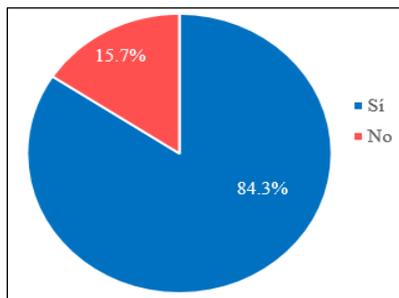


Figura 7. Estrés en casa durante pandemia. Fuente: El autor.

Según la figura 8, se tiene que el 78.6% de los estudiantes encuestados considera, que el ajedrez sería una mejor alternativa de interacción social frente a las redes sociales.

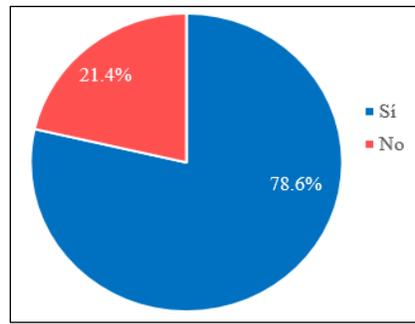


Figura 8. Ajedrez como alternativa a redes sociales. Fuente: El autor.

De acuerdo con la figura 9, el 87.1% de estudiantes encuestados cree, que la práctica del ajedrez le permitiría mejorar su desempeño académico.

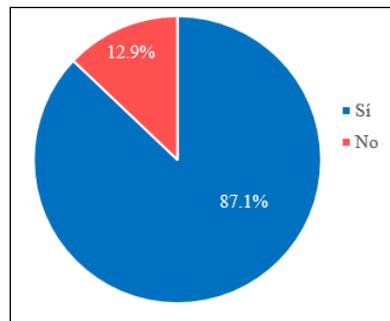


Figura 9. Ajedrez y desempeño académico. Fuente: El autor.

Conforme se desprende de la figura 10, el 84.3% de estudiantes encuestados señala, que el aprendizaje del ajedrez debería incluirse como parte del plan curricular de educación física a este “deporte ciencia”.

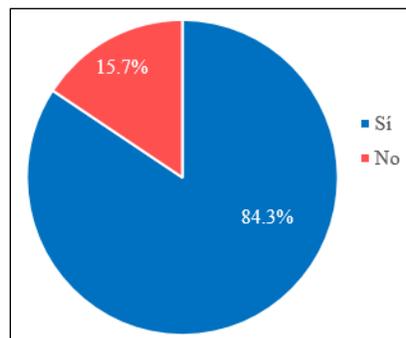


Figura 10. Inclusión de ajedrez en educación física. Fuente: El autor.

Discusión.

La coyuntura actual que se está viviendo debido a la pandemia del COVID-19, ha generado no solo la situación de encierro en los hogares, sino que esto ha repercutido en el estado emocional de los estudiantes, puesto que la mayoría siente dentro de su vivienda una situación de estrés. De lo detallado, a lo largo del presente trabajo, podemos concluir que una alternativa saludable a todo esto podría ser el desarrollo del ajedrez, considerando la facilidad de la práctica del ajedrez en línea, la parte lúdica y divertida que ofrecen las plataformas en línea, contribuiría de manera beneficiosa en la interacción social de los jóvenes, lo cual redundaría en una reducción de los niveles de estrés, a consecuencia del enclaustramiento por las medidas sanitarias impuestas por el COVID-19; adicionalmente a ello, los otros beneficios concomitantes que trae consigo la práctica del juego del ajedrez: mejora la concentración, genera confianza y autoestima, ayuda en la toma de decisiones difíciles y abstractas, fortalece la mente y eleva el coeficiente intelectual (Dauvergne, 2000); propugna la formación del pensamiento científico, coadyuva al desarrollo de la creatividad e imaginación, permite un mejor manejo de la tolerancia a la frustración (Ramirez, 2021); mejora de las habilidades de planificación, entrena la memoria y previene el Alzheimer (Cabaleiro, 2017); mejora de la capacidad lectora (Margulies, 1992); produce entretenimiento y mejora del estado de ánimo (Vázquez, 2019).

CONCLUSIONES.

Del análisis de la aplicación del cuestionario se concluye, que si bien es cierto, esta situación de encierro para los estudiantes en muchos casos es incómoda y asfixiante, se evidencia que la práctica del juego del ajedrez en línea, mejoraría no solo su estado de ánimo y espíritu competitivo, sino también las relaciones con sus demás compañeros, los cuales están pasando las mismas vivencias dentro de sus hogares.

El estrés pandémico hoy en día es una problemática que afecta a todas las edades, sin ir muy lejos, dentro del propio hogar muchos integrantes de la familia sino es que todos, se sienten agobiados por

la pandemia y la poca probabilidad de que tenga un final a corto plazo, puesto que si bien es cierto, los avances de la ciencia han podido encontrar una vacuna que protege relativamente del daño del virus al organismo, eso no basta, sino que el Perú se debe brindar la atención para poder llegar a vacunar al total general de la población, a lo cual vienen muchas interrogantes y demandas hacia el estado quien debe brindar y manifestar la búsqueda de la salud a nivel de todo el país.

Las escuelas deben mejorar su proceso de atención al estudiante, siendo que en muchas instituciones educativas, desde antes que empiece la pandemia no habían logrado un desarrollo social y tecnológico en la relación estudiante-profesor, no solo se tenga para el aprendizaje de las clases vía remota, sino también como una manera de interactuar y generar empatía con los estudiantes, para que posteriormente se puedan desarrollar en las distintas profesiones u oficios con una base de valores y principios que se pueden inculcar a través de las escuelas.

Es vital, que los padres intervengan activamente en el aprendizaje de los jóvenes estudiantes, puesto que la educación preponderantemente viene desde casa, y al estar en distintos escenarios los jóvenes y niños debes tener las habilidades suficientes para poder relacionarse para comunicar sus inquietudes y miedos en aras de generar confianza y autoestima, puesto que este encierro llega a convertir a las personas en general en personas introvertidas, retraídas y con miedo a la sociedad. Aquí la implementación de estos juegos ya sea entre oponentes o en torneos, es sin duda una buena alternativa para despejar las ideas y poder adquirir conocimientos inherentes al juego y conseguir una mejor relación con los demás.

La habilitación de salas gratuitas en línea para el juego de ajedrez y los torneos de ajedrez, en línea, deberían ser tomados en cuenta, puesto que no solo los saca de su zona de confort a los estudiantes, sino que a la vez les da nuevas perspectivas para seguir mejorando y desempeñarse en un ambiente competitivo.

Los colegios deberían enlazar, dentro de sus páginas institucionales, las rutas de las plataformas del juego de ajedrez en línea, logrando con ello la difusión y fácil accesibilidad a la práctica de este juego intelectual, lo cual contribuiría a reducir los niveles de estrés de los estudiantes.

Considerando que la práctica del ajedrez ofrece variados beneficios en el desarrollo de las personas, es recomendable que la entidad rectora del sistema educativo peruano incluya dentro su programación curricular la enseñanza y práctica del ajedrez; vale puntualizar que en 1995, la UNESCO recomendó la incorporación de la enseñanza del ajedrez en los niveles primaria y secundaria.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

1. Cabaleiro, J. (2017). Ajedrez y Alzheimer. Recuperado de <https://periodistas-es.com/ajedrez-y-alzheimer-91707>
2. Dauvergne, P. (2000). The case for Chess as a Tool to Develop Our Children's Minds. Recuperado de https://www.nswjcl.org.au/Resources/Dauvergne/PD_paper.pdf
3. Hernández, R., Fernández, C., Baptista, P. (2014). Metodología de la investigación. México: Mc. Graw Hill.
4. Margulies, S. (1992). The Effect of Chess on Reading Scores: District Nine Chess Program Second Year Report. The American Chess Foundation. Recuperado de <https://saintlouischessclub.org/education/research/effect-chess-reading-scores-district-nine-chess-program-second-year-report>
5. Pfeiffer, F. (2021). ONU: habla sobre el ajedrez y “su contribución a recuperarnos mejor”. Recuperado de <https://www.elcolectivo.com.ar/sociedad/2021/7/21/onu-habla-sobre-el-ajedrez-su-contribucion-recuperarnos-mejor-3974.html>
6. Phinder, M., Sánchez, A., Romero, F., Vizcarra, J., Sánchez, E. (2014). Percepción sobre factores estresantes en estudiantes de Medicina de primer semestre, sus padres y sus maestros.

- Investigación en educación médica. Vol. 3 (núm. 11), 139-146. Recuperado de <http://www.scielo.org.mx/pdf/iem/v3n11/v3n11a4.pdf>
7. Ramirez, M. (2021). Ajedrez herramienta para la vida. Recuperado de <https://www.24-horas.mx/2021/02/11/ajedrez-herramienta-para-la-vida/>
 8. Subramani, C., Kadiravan, S. (2017). Academic stress and mental health among high school students. Indian Journal of Applied Research, Vol. 7 (núm. 5), 404-406. Recuperado de [https://www.worldwidejournals.com/indian-journal-of-applied-research-\(IJAR\)/fileview/May_2017_1493820733__162.pdf](https://www.worldwidejournals.com/indian-journal-of-applied-research-(IJAR)/fileview/May_2017_1493820733__162.pdf)
 9. Vázquez, C. (2019). Seis beneficios del ajedrez para personas de todas las edades. Recuperado de https://www.eldiario.es/consumoclaro/cuidarse/beneficios-ajedrez-personas-todas-edades_1_1502684.html
 10. Vicente, S. (2013). Ajedrez para la enseñanza primaria. Región de Murcia. Consejería de Educación, Formación y Empleo. Secretaría General. Servicio de publicaciones y estadística.

BIBLIOGRAFÍA.

1. Chacon, J. (2012). El gran ajedrez para pequeños ajedrecistas (Primera Edición). Región de Murcia: Consejería de Educación, Formación y Empleo Secretaría General. Servicio de Publicaciones y Estadística.
2. Elguezabal, D. (2001). Curso de aperturas, sistemas cerrados. Madrid: Editorial La casa del ajedrez.
3. Eade, J. Gallach, Y. (2018). Ajedrez para dummies. Barcelona: Ediciones Parramon.
4. Euwe, M., Meiden W. (1990). Ajedrez, el camino hacia la maestría. Barcelona: Editorial Hispano Europea S. A.
5. Galán, D. (2013). El ajedrez, desarrollador de habilidades intelectuales. Facultad Regional Multidisciplinaria de Carazo. Volumen 3 (Número 4) pp. 5-7.

6. Garcia, F. (2001). Educando desde el ajedrez (Primera edición). Barcelona: Editorial Paidó Tribo. Colección Caissa.
7. Sapienza, J. (2016). Por el mundo mágico del ajedrez. Buenos Aires: Ediciones Ventajedrez,
8. Soutullo, M (2000). El ajedrez en la escuela. Hacia una nueva forma de enseñar el ajedrez en las escuelas. Buenos Aires: Ediciones Novedades Educativas.
9. Rojas-Vidaurreta, L. (2001). Aproximación al estudio de la flexibilidad cognitiva en niños ajedrecistas. Revista Cubana de Medicina Deportiva y Cultura Física. Vol. 6 (Núm. 2). 1-14.
10. Spielmann, R. (1968). El arte del sacrificio en ajedrez. Barcelona: Ediciones Martínez Roca.
11. Treviño, S. (2014). Kasandra, un método para aprender y enseñar a jugar ajedrez (Primera edición). México: Gobierno del Estado Coahuila de Zaragoza. Secretaría de Educación.
12. Voronkov, B. Persits, B. (1976). Errores típicos. Barcelona: Ediciones Martínez Roca.

DATOS DE LOS AUTORES.

- 1. Hober Livio Huaranga Toledo.** Licenciado en Administración, Maestro en Gestión Empresarial y Doctorando de Gestión Pública y Gobernabilidad de la Universidad César Vallejo. Perú. Correo electrónico: hhuarangat@ucvvirtual.edu.pe
- 2. Ana Luisa Bravo Quintana.** Licenciada en Educación Secundaria, Magister en Administración de la Educación y Doctorando de Gestión Pública y Gobernabilidad de la Universidad César Vallejo. Perú. Correo electrónico: abravoq@ucvvirtual.edu.pe

RECIBIDO: 4 de septiembre del 2021.

APROBADO: 13 de diciembre del 2021.