



**Universidad
de Holguín**

FACULTAD
CULTURA FÍSICA Y DEPORTE

Propuesta de actividades para la práctica del Ajedrez en el entorno comunitario

Trabajo de Diploma en opción al título de Licenciado en Cultura Física y Deporte

Autora: Yarlenis Fernández González

Tutora: MSc. Haydee María Reyes Joa. Profesora Asistente

Holguín 2020



Pensamiento

“Yo siempre he sentido un poco de lástima hacia aquellas personas que no han conocido el ajedrez. Justamente lo mismo que siento por quien no ha sido embriagado por el amor. El ajedrez, como el amor, como la música, tiene la voluntad de hacer feliz al hombre”

Dr. Siegbert Tarrasch

Dedicatoria

Dedico este trabajo de diploma a todos los integrantes de mi familia, que hicieron hasta lo imposible para que estudiara y me convirtiera hoy en una profesional, por su preocupación, por sus días y noches de desvelo, por ser el motor impulsor en el transcurso de la carrera y por no permitir que me rindiera en cada situación difícil a la que me enfrenté en la vida, a ellos los amo con todo mi corazón.

Agradecimientos

Al colectivo de docentes de la Facultad por brindarme su orientación, conocimientos, apoyo y experiencia durante toda la carrera.

A Juan Miguel por ser mi máximo guía en la realización de mi trabajo por dedicar su tiempo en ayudarme y orientarme.

A mi tutora MSc. Haydee María Reyes Joa, quien con el aporte de sus conocimientos, consejos y orientaciones pude realizar exitosamente mi trabajo de diploma.

A mis amigos y familiares que de una forma u otra estuvieron presentes siempre.

Síntesis:

Se realizó un estudio de intervención educativa dado por una propuesta de actividades para favorecer la práctica del Ajedrez en adolescentes de 12-15 años en el entorno comunitario, para ello se realizó una observación donde se detectó que los jóvenes en esta comunidad muestran poco interés por la práctica del ajedrez en su tiempo libre, lo que motivó a la autora de la investigación a realizar una propuesta de actividades para favorecer la práctica del Ajedrez en adolescentes de 12-15 años en el entorno comunitario, la misma consta de actividades teórico-prácticas con una duración de 7 semanas con 2 encuentros semanales y 20 horas de duración, y realizar un torneo de barrio para que los adolescentes puedan demostrar los conocimientos y habilidades adquiridas.

ÍNDICE		
	CONTENIDO	Pág.
	INTRODUCCIÓN	1
	DESARROLLO	8
	Epígrafe I. Características biopsicosociales de los adolescentes. Fundamentos teórico-metodológicos de las actividades recreativas en el tiempo libre	8
I.1	Características biopsicosociales de los adolescentes.	8
I.2	Características fundamentales del tiempo libre.	15
I.3	Relación y beneficios del ajedrez como vía de ocupación del tiempo libre	19
	Epígrafe II. Fundamentos de la propuesta de actividades para favorecer la práctica del ajedrez en los adolescentes de 12-15 años.	22
II.1	Fundamentación de la propuesta	22
II.2	Metodología	24
II.3	Presentación de la propuesta	26
	ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS	30
	CONCLUSIONES	31
	RECOMENDACIONES	32
	BIBLIOGRAFÍA	
	ANEXOS	

Introducción

El ajedrez es un juego milenario, tiene más de cinco siglos de existencia, ya que su modificación definitiva ocurrió en el transcurso del siglo XV, en los albores del Renacimiento europeo. Sin embargo, en esencia es mucho más antiguo pues, se cree, proviene del “Chaturanga”, juego que se practicaba en la India por el siglo V antes de nuestra era. De ahí llegó a Persia y luego apareció en Europa cuando los árabes conquistaron la España medieval en el siglo VIII.

El ajedrez, una de las actividades más antiguas y carismáticas que existen, puede catalogarse como una joya del ingenio humano capaz de motivar por sí misma su práctica y estudio de manera entusiasta y sistemática: basta naturalmente conocerlo. Cuando se aprende a jugar al ajedrez, cuando nos adentramos en sus secretos como juego de opciones y de variantes, sin apenas percibirlo vamos modificando nuestra actitud para enfrentar los problemas que nos plantea la vida cotidiana, pero también nuestro enfoque de cómo solucionar aquellas situaciones complejas que demandan de un pensamiento flexible y creativo.

Con elementos finitos, un tablero de 64 cuadros por el que se desplazan 32 piezas blanquinegras, el juego de ajedrez nos presenta un entorno abierto a la creatividad.

La literatura en ajedrez proliferó cuando la gente ordinaria empezó a sentirse atraída por el juego. Hoy en día, el ajedrez se practica, virtualmente, en todos los países de la tierra. Con decenas de miles de competencias y cientos de revistas, el ajedrez es el juego de mesa más popular y uno de los más apreciados de todos los juegos. Sin embargo, otras hipótesis lo relacionan con juegos de tablero egipcios, babilónicos y romanos.

En resumen, puede decirse que un velo de misterio rodea la fascinante historia del ajedrez. Al respecto existe una bella y aleccionadora leyenda sobre el origen del juego que merece ser conocida y difundida:

A principios del siglo V de nuestra era había en la India un joven monarca, muy poderoso y arrogante, el rey Shirham. Éste, aburrido de los juegos de azar superfluos, ordenó a su ministro, el sabio Sisa, inventar un juego de ingenio digno de su realeza. Sisa le mostró el ajedrez y aprovechó para darle una lección de

humildad al rey. Le demostró, conforme le enseñaba las reglas del juego, que era imposible derrotar a los ejércitos enemigos sin el total apoyo de su séquito.

Cada pieza en el ajedrez y cada soldado de su ejército debían armonizar sus fuerzas para la victoria final, siempre protegiendo la vida del rey, la pieza más vulnerable del juego.

El rey Shirham, que comprendió la alegoría, se maravilló del nuevo juego y ofreció la recompensa que su ministro considerase adecuada. Sisa no solicitó oro ni diamantes sino una cantidad de trigo distribuido del siguiente modo: un grano de trigo por la primera casilla del tablero de ajedrez, dos por la segunda, cuatro por la tercera, ocho por la cuarta, 16 por la quinta, 32 por la sexta y, en ese orden progresivo, hasta cubrir los 64 cuadros. Al monarca le pareció muy modesta esta extraña petición y ordenó a sus tesoreros que fueran por el trigo.

Sin embargo, al hacer los cálculos necesarios se dieron cuenta de la fabulosa cantidad de granos de trigo que debían conseguir, muy superior a todos los tesoros del Imperio. El rey no pudo cumplir su compromiso y así se consumaba la segunda lección, esta vez de prudencia y sagacidad.

Resulta que todo el trigo de la India no era suficiente para recompensar a Sisa, pues se necesitaban nada menos que 18.446.744.073.709.551.615 (dieciocho trillones, cuatrocientos cuarenta y seis mil setecientos cuarenta y cuatro billones, setenta y tres mil setecientos nueve millones, quinientos cincuenta y un mil seiscientos quince granos de trigo, resultado de la suma de la progresión geométrica: 2 elevado a 64, menos 1).

El ajedrez es uno de los juegos que se ofertan en la comunidad como opción recreativa y de fácil oferta a los niños, adolescentes y población en general, atendiendo a los recursos materiales que se requieren para su práctica en el tiempo libre.

El tiempo libre constituye una condición obligatoria en la reproducción espiritual ampliada de la personalidad, por lo que organizarlo racionalmente constituye una tarea de gran trascendencia social.

Las actividades deportivas como forma del uso adecuado del tiempo libre, ofrecen motivación para la participación de las personas en una comunidad, son

una forma de organización apropiada para estimular a las familias, no aplicando la definición de este concepto, pudiera aparecer el fenómeno llamado “aptitudes no apropiadas” dentro del uso del tiempo libre de estas familias, como el juego ilícito, el vicio y otras formas denigrantes que transforman la conducta y el desarrollo social de las mismas, en ocasiones se precisa que las causas fundamentales de forma negativa inciden en la conducta de estas familias.

La relación dialéctica entre el uso adecuado del tiempo libre y la actividad deportiva, fortalecen la salud y de aquí se deduce el papel que desempeña el deporte como forma de recreación para el hombre. La problemática del tiempo libre y recreación, constituye un desafío de nuestra época, puesto que tiende a transformar entre otros aspectos las condiciones sociales y culturales.

La recreación y la actividad física como parte de esta, son consideradas hoy en día como una necesidad para todos los seres humanos y debe estar al alcance de todos independientemente de la edad, el sexo, talento y capacidad física. Es reconocida por el gran beneficio que le brinda al hombre en la salud, en la economía y en general para la sociedad.

Nuestro país viene realizando una labor extraordinaria en el desarrollo cultural, ideológico, artístico, deportivo y recreativo de cada uno de los miembros de la sociedad, en aras de contribuir a su disfrute y desarrollo multilateral. La vinculación de profesores de cultura física, el médico de la comunidad y de los Consejos Populares, puestos en función de las tareas de la comunidad ha posibilitado que se pueda influir, y revertir en la población de todas las edades y sexos la utilización del tiempo libre en actividades beneficiosas para la personalidad.

La práctica sistemática de actividades deportivas según las necesidades y posibilidades, se ha incorporado de esta forma como un medio eficaz de orientación para los adolescentes sustituyendo el ocio por ejercicios físicos recreativos, los cuales ayudan al mejoramiento de la salud e integración a la vida social plena. La práctica sistemática de actividades deportivas ayudan al equilibrio biológico, psicológico y social que demandan los jóvenes para poderse desenvolver en la vida.

La educación fuera de la escuela constituye una institución educativa intermedia entre la escuela y la casa. Por todos sus valores educativos, las actividades recreativas tienen que ser consideradas como medio de trabajo fundamental en el tiempo libre, ya que especialmente en lo que concierne al trabajo con los jóvenes y su correcta utilización conlleva a una incidencia en la formación y desarrollo de los hábitos motores. Wroczyński, citado por Petroski (1980). P.51

Con las actividades deportivas se tiene la oportunidad de realizar tareas llenas de vivencias y aventuras, saturadas todas ellas de valores educativos que la hacen sólidamente constructiva, logrando un mayor acercamiento a su ambiente, que provocará un mayor conocimiento y comprensión del mismo y consecuentemente, una mayor identificación y amor hacia la naturaleza; como producto de todo ello se logrará una mejor calidad de vida en la persona.

Según la declaración universal de los derechos humanos (Art.24 del 10 de diciembre de 1948), "Toda persona tiene derecho al descanso, al disfrute del tiempo libre, a una limitación razonable de la duración del trabajo y a vacaciones periódicas pagadas". Assanuk (2000). P.33

Conociendo la importancia que tiene el uso del tiempo libre para los adolescentes en la actualidad, es importante que se desarrollen actividades que contribuyan al desarrollo integral de su personalidad y mejoren su calidad de vida, una vía para lograr esto es mediante la aplicación de actividades deportivas a nivel comunitarias, que le permiten ejercer la función socializadora que tienen las mismas.

Existe una gama de investigadores en el contexto internacional y nacional que abordan el tema del tiempo libre, entre los que se destacan Weber (1969), Henz (1976), Rodríguez (1982), Trilla y Puig (1987), Torres (1989), Trigo (1994), Ruskin y Sivan (1995), Hernández (2000), Pérez (2003), Cuenca (2004) y las producciones teóricas metodológicas de la Comisión Mundial de Educación del Tiempo Libre (1993), citadas además por Gerlero (2004), coinciden en señalar la necesidad de elaborar propuestas para el tiempo libre como recurso para su uso adecuado por parte de los sujetos sociales.

Los mencionados autores en sus estudios han realizado aportes sobre juegos, tareas didácticas, programas recreativos entre otros donde el ajedrez ha estado presente como juego de mesa sin embargo no se han encontrado estudios donde se implementen otras variantes atendiendo que los adolescentes de 12-15 años prefieren participar en deportes más activos. Ejemplo: Beisbol, futbol, voleibol, etc.

Desde hace algunos años a nivel internacional y nacional se han desarrollado una serie de investigaciones dirigidas a la programación de actividades físico-recreativas para el uso adecuado del tiempo libre de los adolescentes en el contexto comunitario, entre ellas se destacan Mateo (2003 y 2009) y Segura (2009), Aguilera (2009), Reyes (2011) las que constituyen parte del soporte teórico de la presente investigación.

En la comunidad Villa Nueva perteneciente al consejo popular del mismo nombre se detectó que las actividades físico-recreativas que se realizan no están acorde con los gustos y preferencias de los adolescentes, ni tampoco de una forma sana, lo que contribuye a que los adolescentes realicen actividades que distorsionan su formación integral, tales como: aumento de la actividad delictiva, la ingestión de bebidas alcohólicas, hábitos de fumar, las manifestaciones de violencia dentro y fuera del hogar.

Además se ha observado que para el uso del tiempo libre predominan actividades de índole cultural como música electroacústica y entre las actividades deportivas predomina el juego de futbol, y ajedrez se oferta permanentemente entre los juegos de mesa, sin embargo la participación de los adolescentes en las ofertas ajedrecísticas es insuficiente.

En la encuesta realizada con el objetivo de determinar las causas de tal situación se pudo constatar que los adolescentes no se sienten motivados por la práctica del ajedrez, en algunos casos manifiestan desconocimiento para jugar una partida y no poseen una cultura sobre los beneficios que ejerce este deporte en el desarrollo de la personalidad.

A partir de los aspectos abordados y la importancia que se le concede a la práctica sistemática del ajedrez y sus valores educativos se plantea el siguiente **problema de investigación:**

¿Cómo favorecer la práctica del ajedrez en adolescentes de 12-15 años de la comunidad Villa Nueva del municipio Holguín?

Para contribuir a la solución del problema planteado se propone como **objetivo:** Elaborar una propuesta de actividades para favorecer la práctica del ajedrez en los adolescentes de 12-15 años de la comunidad Villa Nueva del municipio Holguín.

Preguntas científicas

1. ¿Cuáles son los principales fundamentos teórico-metodológicos que sustentan el tema de la investigación?
2. ¿Cuál es el estado inicial de la práctica del ajedrez en adolescentes de 12-15 años de la comunidad Villa Nueva del municipio Holguín?
3. ¿Qué aspectos deben integrar la propuesta de actividades para favorecer la práctica del ajedrez en adolescentes de 12-15 años de la comunidad Villa Nueva del municipio Holguín?

Para dar cumplimiento al proceso de investigación se precisan las siguientes **tareas de la investigación:**

1. Determinar los principales fundamentos teórico-metodológicos que sustentan el tema de la investigación.
2. Diagnosticar el estado inicial de la práctica del ajedrez de los adolescentes de 12-15 años en la comunidad Villa Nueva del municipio Holguín.
3. Elaborar una propuesta de actividades para favorecer la práctica del ajedrez en adolescentes de 12-15 años de la comunidad Villa Nueva del municipio Holguín.

Para el cumplimiento de las tareas científicas se aplicaron diferentes métodos y técnicas de investigación:

Nivel teórico

Histórico-lógico: permitió conocer los antecedentes relacionado con el tema de investigación.

Analítico-sintético: con el objetivo de seleccionar información desde las diferentes fuentes de conocimientos teóricos que responden al problema objeto de estudio.

Inductivo-deductivo: se empleó con el objetivo de analizar las diferentes dificultades existentes en la práctica del ajedrez en la comunidad y las posibles soluciones.

Empíricos:

Observación: permite constatar los problemas que presentan los adolescentes en cuanto a la práctica del ajedrez.

La encuesta: con el objetivo de recoger información sobre el criterio acerca de la práctica del ajedrez en su comunidad.

Estadísticos- Matemáticos

Calculo porcentual: para el procesamiento estadístico de los datos cuantitativo de la investigación

Diseño muestral

La población seleccionada para la presente investigación esa integrada por 178 adolescentes del sexo masculinos entre 12 -15 años de la comunidad "Villa Nueva".

Y como muestra representativa se seleccionaron 45 adolescentes del sexo masculino teniendo en cuenta que conviven el mismo bloque residencial de la comunidad.

Resultados a esperar: Se espera que la propuesta contribuya a favorecer la práctica del ajedrez en los adolescentes de 12-15 años de la comunidad Villa Nueva del municipio Holguín, como una vía de ocupación del tiempo libre en los mismos.

Desarrollo

Epígrafe I. CARACTERÍSTICAS BIOPSIICOSOCIALES DE LOS ADOLESCENTES. FUNDAMENTOS TEÓRICOS - METODOLÓGICOS DE LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS EN EL TIEMPO LIBRE

I.1 Características biopsicosociales de los adolescentes.

Es un periodo de transición, una etapa del ciclo de crecimiento del ser humano que marca el final de la niñez y anuncia la vida como adulto, para muchos la adolescencia es un periodo de incertidumbre e inclusive de desesperación; para otros, es una etapa de amistades internas, de liberación de ligaduras con los padres y de sueños sobre el futuro.

Además, se dice que es una etapa de transición ya que es la línea divisoria entre la seguridad de la niñez y la incertidumbre del mundo desconocido del adulto, en cierto sentido, la adolescencia ha venido a ser un periodo del desarrollo humano con naturaleza propia, distinta de las demás, un periodo de transición entre la niñez y adultez, sin embargo, si solo se define como la terminación de la niñez por un lado y el principio de la edad adulta por otro, el concepto adolescencia y para el adolescente mismo.

El término adolescente se usa generalmente para referirse a una persona que se encuentra entre los 11 y 19 años de edad, período típico entre la niñez y la adultez.

Este período comprende entre el final de la infancia y el principio de la edad adulta. Suele comenzar a los 12 y 14 años en la mujer y en el hombre respectivamente y termina a los 21. Este período empieza con los cambios fisiológicos de la pubertad y termina cuando se llega al pleno status sociológico del adulto.

Sin embargo, al igual que sucede con todas las etapas del desarrollo, estos puntos extremos no están muy bien definidos, por ejemplo, la fisiología de la pubertad es un conjunto muy complejo de fenómenos, que incluye un rápido crecimiento del cuerpo, la osificación de los huesos, cambios hormonales, y la

aparición repentina de las características primarias y secundarias del sexo, al igual que las reactividades psicológicas a estos cambios.

No todos estos cambios fisiológicos tienen una elevada correlación, ni las reactividades psicológicas de ellas son idénticas o igualmente intensas en todos los individuos.

En tal sentido, se pueden citar las características biopsicosociales que poseen los adolescentes de 12 - 15 años de edad, donde primeramente surgen cambios a nivel biológico.

Al respecto el portal de consulta virtual Adolesweb, portal sobre “el adolescente y sus problemas”, expresa que la adolescencia física provoca unos cambios que empiezan por el desarrollo de los caracteres sexuales, aunque no es algo nuevo para nadie, que este fenómeno no es explicado lo suficientemente bien.

Es muy importante que tanto los niños como las niñas sepan de antemano qué cambios se van a producir en su cuerpo y que éstos son pasajeros; el proceso de transformación es difícil y la aceptación de esos cambios aún más. Tan importante como explicarle qué es la menstruación a la niña, es explicarle que, a veces, se sentirá triste, irritable, y no sabrá el por qué, y qué es normal, que no tiene por qué buscar siempre una causa, ya que puede ser hormonal.

Los cambios no suelen ser armónicos en ninguno de los dos sexos, esto quiere decir que van creciendo “a estirones”, y a veces surge un rasgo antes que otro, este hecho les suele causar confusión, porque con cada cambio los adolescentes piensan que esa va a ser su forma definitiva, que se “van a quedar así”.

Pocos entienden que el proceso de cambio dura, en ocasiones, años. Tampoco el cambio se produce en todos los adolescentes al mismo tiempo, en el mismo año a la vez, lo cual dificulta la aceptación de la imagen, los que sufren un cambio prematuro o tardío suelen tener problemas para aceptarse, ya que se comparan con su grupo de iguales y se ven diferentes, dando lugar a los complejos. Hay que tener mucho cuidado con los comentarios que se realicen sobre estas transformaciones, ellos pueden estar viviendo el proceso como algo

angustioso, y cualquier burla, comentario o apelativo puede generar un problema en su autoestima, o peor aún, alguna respuesta violenta.

Por otra parte, las alteraciones emocionales se manifiestan en menor medida con los chicos, ya que la influencia hormonal es menor y actualmente la sociedad “bloquea” la expresión emocional en los varones, además la hormona predominante en los jóvenes es la testosterona, que tiene unos efectos diferentes, y produce unos cambios concretos. En ellos aparecen unos impulsos sexuales que al principio no saben controlar con erecciones inoportunas que muchas veces les avergüenzan.

Actualmente a todas las jóvenes se les habla de los procesos que se van a producir en su cuerpo, a los varones no, quizás porque la encargada de esas cosas suele ser la madre y a veces ella misma desconoce la evolución del cuerpo del varón. Después de todo, ella no lo ha vivido.

Muchas veces a los varones lo más que se le explica sobre sus cambios es como afeitarse, y por dicha desinformación, en países como Cuba y otros de América Latina se tiende a ver al adolescente masculino entrando a múltiples páginas web y portales interactivos de sexo por internet para encontrar respuestas sobre el fenómeno por el que están atravesando, encontrando como consecuencia una malformación o distorsión del concepto de sexualidad.

Por otra parte, dentro de estos cambios en el organismo de un adolescente es necesario hacer referencia particularmente a los que se ocurren en cada género, tal es el caso del adolescente masculino. En un principio se trata de un crecimiento en altura y un ensanchamiento de la espalda, estos estirones se irán produciendo a intervalos hasta alcanzar la altura definitiva en un proceso que va a durar años. Las manos y brazos crecen antes que las piernas y pies (o viceversa) lo que muchas veces ocasiona que estos adolescentes se sientan deformes, y que sin la debida auto aceptación puede originar riñas o manifestaciones violentas en contra de otros.

A la vez las hormonas han comenzado a actuar sobre los órganos genitales, haciendo que el escroto y los testículos aumenten de tamaño, posteriormente crecerá el pene. Sobre los 13 años aproximadamente una hormona, la folículo

estimulante (FSH) hace que aparezca la producción de semen, dando lugar a eyaculaciones nocturnas que pueden dejar avergonzados y confundidos a los varones si no se les ha hablado previamente de ello.

Así mismo, la voz comienza a transformarse, y algo que desconocen muchos padres es que en los varones puede producirse hinchazón en los senos o tetillas, esto es algo que desaparece solo, pero que si al adolescente le preocupa, sobre todo por el cambio de apariencia o alteración de su imagen corporal, generando una tensión emocional o psicológica que con el más mínimo comentario desfavorable podría desencadenar una reacción violenta, sin embargo esto puede consultarse con su médico para que le tranquilice.

Por último, se produce un incremento de la masa muscular de piernas y brazos, comienza también a aparecer el vello púbico y axilar aumentando la sudoración, y con ello el requerido aumento de la higiene personal, además, aparecen los primeros indicios de pelo facial. En algunos casos, y además percibido como un auténtico drama (y para ellos lo es), aparece el acné. También aumenta la sudoración.

Por otra parte, en la adolescente femenina, al igual que el masculino, surgen una serie de cambios al entrar en este periodo, que evidencian intrínseca y extrínsecamente el paso de la niñez a la adolescencia, ya que durante la pubertad los signos evidentes en las hembras son la aparición de los senos, cambio de tonalidad a veces en los pezones y la salida del botón mamario, en algunos casos este hecho, suele ser una causa de complejos, así como el tamaño (por exceso o por defecto) de los pechos. Aparece la menstruación, que en función de los conocimientos que se le hayan facilitado a la niña se vivirá de distintas maneras.

Cuanto más sepan sobre la menstruación más fácil es que lo acepten como un proceso natural. A veces los primeros meses puede ser bastante irregular. En este sentido, los órganos están empezando a funcionar y cada niña es distinta; este momento podría ser el idóneo para concertar una primera visita y que el ginecólogo le explique el funcionamiento de su cuerpo.

También debería explicarle que es el STP (síndrome de tensión premenstrual) y como éste hace que algunas personas se vuelvan muy sensibles durante unos días y que puede ser normal que le moleste el pecho y que se note muy vulnerable emocionalmente. De igual forma, aparece el vello púbico y axilar, se ensanchan las caderas, lo que la niña percibe como que si estuviera engordando y este pensamiento da lugar a conductas de riesgo como las dietas.

Asimismo, dentro de este marco descriptivo de las características biopsicosociales, en esta etapa o periodo del ser humano surgen algunos cambios de orden psicológicos que en este caso, en la adolescencia son los más difíciles de explicar. Para empezar, hay unas características propias de esta etapa del desarrollo, hay una evolución en el tipo de pensamiento, y todo esto ocurre mientras están decidiendo como son, quienes son, que quieren ser; “¿me gusta a mí mismo?”, “¿gusto a los demás?”, “¿qué me está pasando?”.

Acosta (2004).P.36., expresa que la adolescencia “es un caos a nivel psicológico. De hecho a veces todas estas preguntas les hacen sumirse en un estado de confusión y de miedo a “crecer”. Pongámonos en su lugar para entenderlos. A veces es más fácil saber lo que no se quiere ser, que definir a donde se quiere llegar. A veces eligen definirse por oposición, por oposición a los padres, por supuesto, que es con quien están en conflicto en ese momento, y acercarse en materia de formas de pensar, de vestir y de deseos para el futuro a sus “amigos” que son quienes les comprenden y apoyan”.

Entre las principales características se reflejan: Aparecer el pensamiento formal, descubre que es capaz de argumentar, de analizar y comienza a hacerlo, en ocasiones caen en contradicciones cuando hablan con un adulto, es normal, están ejercitando su capacidad de razonar.

Comienzan a generar sus propias teorías. A raíz de esto comienza a elaborar sus códigos de conducta, sus valores y su ética. Comienza a darse el pensamiento abstracto, genera hipótesis y es completamente capaz de planificar el curso y las consecuencias de una acción. Adquiere la capacidad de pensar sobre sus propios pensamientos. Modificación de su rol en la familia, de niño-

dependiente a adulto-independiente y con aumento de responsabilidades y de capacidad para ejercer su libertad.

La ampliación de su mundo fuera del domicilio familiar, el colegio y los espacios de juego, a los que era llevado por los padres cuando era niño hace que aparezcan sus propios intereses, la mayoría de ellos en lo que se refiere a temas de ocio.

Es lo que promueve “nuestra cultura”. La mayoría de las actividades las realizara con su grupo, que es donde va a encontrar seguridad y donde va a desarrollar los nuevos conceptos y formas de pensar. El grupo tiene una importantísima función durante esta etapa. Inicia el proceso de adaptación con su nueva imagen, el adolescente comienza a comprarse con los que le rodean. No es solo la aceptación de su imagen, sino qué quiere transmitir con ella.

La apariencia en la adolescencia es toda una declaración de pensamientos, posturas ante la sociedad, ante uno mismo, e incluso un mecanismo de defensa. Es frecuente encontrar que los adolescentes con aspectos “más agresivos” son los más inseguros.

Sobresale la inestabilidad emocional, que se expresa en constantes dificultades en la interrelación con los adultos, irritabilidad, hipersensibilidad y bipolaridad entre introversión y extroversión; todo esto ha contribuido a la visión comúnmente difundida de esta etapa como crítica o caótica.

En este mismo ámbito de caracterización, de forma muy particular se presentan los rasgos o características sociales que manifiestan el periodo de la adolescencia. En este sentido, Acosta (2004). P. 40., expresa que uno de los sentimientos que caracterizan al adolescente es el de ser incomprendido, lo cual se relaciona con una percepción de no ser niño ni joven, que viene dada porque el adolescente comparte algunas características de los adultos (como puede ser la capacidad de procrear, y de desempeñarse en alguna profesión), pero socialmente no se les permite expresarla como tal. Esto provoca un conflicto entre lo que potencialmente el adolescente puede hacer y lo que socialmente le es permitido.

Por ende, esto produce un quiebre en las relaciones interpersonales en las diferentes áreas (familia, amistades). Comienza a enfatizarse el afán de independencia que marca conflictos en las relaciones con los padres, ya que esto también oscila entre arranques de independencia y actuaciones infantiles que requieren protección y dependencia.

En este sentido, esta posición intermedia, en la que el adolescente no es ni niño, ni adulto, sus necesidades de independencia (aunque depende de los padres), y la búsqueda constante de identidad, son elementos fundamentales que caracterizan la crisis en este período. En esta etapa ya el grupo de amigos redimensiona su significación, volviéndose de vital importancia para el adolescente.

Es a partir de la posición que ocupa en el grupo de amigos, y de cómo lo valoran los integrantes de dicho grupo, que va a conformarse la autovaloración del adolescente. Dicho de otro modo, el adolescente se va a percibir a sí mismo en función de la percepción que tiene su grupo de él. Si en el grupo es reconocido y lo perciben positivamente esto influirá en la manera en que él exprese su comportamiento. De lo contrario puede tender a la búsqueda constante de aceptación por parte del grupo.

Esta es una de las características fundamentales de los grupos informales, ya que la mayoría de los intereses del adolescente están dirigidos hacia la actividad que realizan estos grupos, los cuales definen los intereses que van surgiendo en los adolescentes.

Además el grupo de amigos deviene en una fuente muy importante de satisfacción de necesidades que el individuo no satisface ni en la familia ni en la escuela. Es importante resaltar que a pesar que el adolescente tiene sus propias ideas y juicios morales, estos sólo se expresan en función de lo que el grupo acepta o no. Así, el adolescente no sólo se apropia de valores y normas, sino de patrones de conducta, modas, ideales y estereotipos.

El estudio anterior, expresa claramente la relevancia para la presente investigación ya que se ratifica la importancia del grupo de amigos como agente socializador en esta etapa, ya que moviliza el comportamiento de sus

integrantes. Es por ello que las características de la comunidad en la que se inserta el individuo, ejercen una influencia sobre los grupos y la familia, es decir, una comunidad en la cual existan constantes peleas entre sus habitantes, altos índices de delincuencia, drogadicción, violencia familiar, etc., transmite valores negativos y distorsionados a los adolescentes que la integran.

Por tanto, esta se ve limitada en su función de control social, y los grupos informales que se forman en esa comunidad reflejan características de esta y organizarán sus actividades en función de estas conductas sociales, de acá la relevancia del estudio en la elaboración de una estrategia recreativa que disminuya los niveles de violencia en adolescentes.

1.2 Características fundamentales del tiempo libre.

La educación del tiempo libre, no sólo como tema de debate, sino singularmente como preocupación y ocupación educativa merece una atención creciente, que es, como expresa Ramos (1986).P.43. “tanta y de tal magnitud que puede considerarse como un auténtico deber social”.

En esta línea López (2003). P.27., considera que la educación del tiempo libre no puede dejarse al capricho del individuo sino que debe existir una preparación y una formación para que sea enriquecida para el hombre, y así una ayuda para alcanzar la educación integral correspondiente.P.81.

"El tiempo libre representa, en muchos siglos de historia, la primera opción seria, factible, de que el hombre re-orienta su marcha, controle su agresividad, se re-ubique en la naturaleza, defina metas más altas y sobre todo se halla sí mismo". (Waichman, 2001).P. 62.

Más recientemente y atendiendo al aspecto cuantitativo, el aumento del tiempo libre en las sociedades capitalistas responde a una necesidad estructural del sistema: descansar para seguir produciendo y disponer de tiempo para el consumo. Así plantea Álvarez, citado por Sosa (2000).P.51. Aparece entonces un aspecto novedoso: la función que se atribuye al tiempo libre con relación al consumo. “El consumidor y la economía exige disponer de un tiempo libre para realizar sus operaciones de consumo, nuevamente se evidencia como las

particularidades que adquiere el modo de producción en una formación socioeconómica concreta, expresa una dialéctica entre los diversos fenómenos de la vida social y la base material que la sustenta”.

La llegada de aparatos domésticos introduce el principio de la economía del tiempo en las tareas comunes y corrientes, como la preparación y cuidado de los alimentos o la limpieza y mantenimiento del hogar, gran parte de estas tareas asumidas en el cuadro familiar inician su transferencia al sector de la economía comercial como los alimentos preparados y la ropa confeccionada industrialmente, de esta manera es como el ama de casa, se libera de un tiempo que anteriormente estaba destinado al trabajo doméstico y que al menos teóricamente pasa a formar parte del tiempo desocupado, al que llamaremos "libre".

Sin embargo es claro el hecho de que las madres ponen este tiempo liberado a disposición de la familia muy por encima de considerarlo un tiempo que pudieran consagrar a su persona o mucho menos a su desarrollo personal.

El tiempo libre a que el hombre tenga derecho no es solo cuestión cuantitativa o temporal, tiene más un sentido cualitativo puesto que en él se modifica nuestro estilo de vida y las estructuras sociales en las que nos insertamos, así como los valores y principios que incorporamos a nuestra existencia.

Muchas de las personas que habitan las grandes ciudades pasan la mayoría del tiempo libre cotidiano en casa o en las inmediaciones; en el espacio familiar antes espacio horizontal urbano y hoy definitivamente vertical, es cada día más común el uso de las nuevas máquinas como la video-casetera, la reproductora de discos compactos y por supuesto la computadora personal.

Pero para hacer más evidente la importancia del tiempo libre en el modo de vida contemporáneo, es importante comprender en esencia la influencia de este concepto en nuestra efímera existencia; podemos afirmar que, en nuestra vida social es una práctica, en la convivencia social es un valor y como parte de la ética personal y colectiva es una idea, cada vez se dispone de más tiempo libre, la razón de que los periodos útiles de tiempo libre vayan aumentando se puede

atribuir, en la época actual, al progreso técnico (aumento del paro, envejecimiento de la población).

Las horas libres de cada día, los días libres de la semana y las vacaciones de temporada y anuales, permiten y exigen un nuevo concepto de actividad y determinan una situación favorable para la utilización del tiempo libre y de ocio en actividades recreativas.

Además, se pretende evitar que sea identificado como un simple mecanismo de alienación, en un intento por convertirlo en un vehículo que facilite el desarrollo integral del hombre. Cuando hablamos de "tiempo libre" nos referimos al período de tiempo que le queda al individuo después de llevar a cabo sus obligaciones diarias (laborales, educativas, sociales, familiares).

Sin embargo, hay muchas actividades que se realizan en este tiempo y no son precisamente actividades de ocio, como por ejemplo: satisfacción de necesidades biológicas, obligaciones familiares, burocracia, etc. También hay una parte de nuestro tiempo libre que lo dedicamos a actividades auto impuestas, que no forman parte de nuestras obligaciones, sino que son actividades que nosotros hemos decidido hacer (tareas religiosas, voluntariado social, etc.).

Este tipo de actividades que realizamos dentro de nuestro tiempo libre, como veremos a continuación, no forman parte de las actividades de ocio.

La carta de los derechos humanos al tiempo libre (1986) expresa que: el tiempo "verdaderamente libre" está constituido por aquellos momentos de nuestras vidas en las que después de satisfacer nuestras obligaciones, nos disponemos a realizar una actividad que más o menos podemos llegar a escoger; "la libertad predomina sobre las necesidades inmediatas", "si el tiempo libre es el tiempo de autoformación y el ocio la mejor forma de conseguirlo, educar a las personas para la óptima utilización de ese tiempo será el objetivo de la educación del tiempo libre".

El problema radica que en la sociedad actual el tiempo libre está amenazado por la forma de vida moderna, en la que los medios de comunicación de masas nos hacen vivir nuestro tiempo libre como algo sin importancia y sin valor,

haciéndonos seleccionar de forma seria lo que realmente es importante y no nos roba o hace perder nuestro tiempo libre.

Entendemos por tiempo libre el tiempo disponible, es decir, el que no utilizamos para trabajar, comer o dormir, tiene una capacidad virtual, es tiempo a nuestra disposición que podemos utilizar adecuadamente o malgastar. Pérez (2003).P. 18., en el manual metodológico del programa nacional de recreación física, define así a tiempo libre: Como aquella parte del tiempo de reproducción en la cual el grado de obligatoriedad de las actividades no es de necesidad y en virtud de tener satisfechas las necesidades vitales humanas en un nivel básico se puede optar por cualquiera de ellas.

Por su parte Waichman (2001) expresa que:

Por tiempo libre se entiende por, aquella parte del tiempo que no se trabaja y que queda después de descontadas todas las inversiones de tiempo utilitario (actividades domésticas, fisiológicas, de transporte, etc.) es decir, el tiempo libre del cumplimiento de diversas obligaciones. P.52.

Los sociólogos Zamora y García (2000).P.38., definen teóricamente el tiempo libre como: "Aquel tiempo que la sociedad posee estrictamente para sí, una vez que con su trabajo (de acuerdo a la función o posición de cada uno de sus miembros) ha aportado a la colectividad, lo que esta necesita para su reproducción material y espiritual siendo, a su vez, premisa para una reproducción material y espiritual superior".

Desde el punto de vista del individuo se traduce en un tiempo de realización de actividades de opción no obligatoria, donde interviene, su propia voluntad, influida por el desarrollo espiritual de cada personalidad condicionada.

De lo antes planteado la autora concluye entonces que: El tiempo libre es aquel espacio que le queda al individuo, luego de la realización de un conjunto de actividades biológicas o sociales y le da uso para bienestar propio.

Así mismo la definición de tiempo libre la vemos muy estrechamente vinculada con la concepción que da Pérez (2003) de recreación definiéndola como el "Conjunto de fenómenos y relaciones que surgen en el proceso del aprovechamiento del tiempo libre mediante la actividad terapéutica profiláctica,

cognoscitiva, deportiva o artística-cultural, sin que para ello sea necesario una compulsión externa, y mediante las cuales se obtiene felicidad, satisfacción inmediata y desarrollo de la personalidad”.

I.3 Relación y beneficios del ajedrez como vía de ocupación del tiempo libre

En el tiempo libre se pueden desarrollar diversos tipos de actividades, pero se considera que las actividades de ajedrez son la principal vía para contribuir al uso adecuado del tiempo libre de los adolescentes.

Las actividades recreativas son aquellas de carácter físico, deportivo, o turístico a los cuales el hombre se dedica voluntariamente en su tiempo libre para el desarrollo activo, diversión y desarrollo individual. Estas persiguen como objetivo principal el uso adecuado del tiempo libre mediante la satisfacción de necesidades de movimiento del hombre para lograr como resultado final salud y alegría.

Desde esta concepción las actividades ajedrecísticas se convierten en objetivo de la intervención pedagógica y constituyen el medio principal al uso adecuado del tiempo libre de los adolescentes de 12 a 15 años.

Como referente para el desarrollo de la presente investigación se tiene en cuenta la clasificación de las actividades deportivas-recreativas planteada por Mateo (2009) quien, atendiendo al contenido de las actividades las agrupa en 12 núcleos:

1. Actividades deportivas-recreativas: practicar o competir en alguna disciplina recreativa o deporte (en la variedad de deporte para todos, deporte popular o masivo).recreativas: festivales deportivos-recreativos, deportes de orientación, recreación turística, turismo deportivo, animación recreativa, deporte canino, colombofilia, palomas deportivas, modelismo, objetos volantes, competencia “A Jugar”, etc. Deportes recreativos: béisbol, fútbol, softbol, voleibol, baloncesto, deportes extremo, etc.

2. Actividades al aire libre: actividades en tierra, actividades en el medio acuático y actividades en el aire. Actividades en tierra: Con desplazamientos: caza deportiva, senderismo, turismo deportivo, ciclo turismo, paseos a caballo, rutas

ecológicas, montañismo, escalada, espeleología, ir de excursiones, ir a la playa, ir a la piscina.

Con permanencias: acampar, ir de campismo, campamentos recreativos.

Actividades en el medio acuático: Actividades acuáticas: natación, natación con aletas. Actividades náuticas. Actividades subacuáticas: buceo recreativo, fotografía subacuática, orientación subacuática, pesca deportiva, etc. Actividades en el aire: paracaidismo; etc.

3. Actividades lúdicas: juegos de mesa, juegos de salón, juegos tradicionales, video juegos, juegos de ordenador, etc. Juegos de mesa: domino, dama, parchís, ajedrez, barajas, etc. Juegos de salón: billar recreativo, bolos, tenis de mesa, dardos, etc. Juegos tradicionales: bolas, trompo, el palo encebado, etc. Videojuegos: todos los videojuegos individuales o colectivos. Juegos de ordenador: todos los juegos de ordenador individual o colectivo.

4. Actividades de creación artística y manual: formar parte de algún grupo o individualmente realizar actividades de creación artística o manual. Actividades de creación artística: literarias, de las artes plásticas, teatrales, danzarias, musicales. Actividades de creación manual: artesanías, esculturas o tallados en metal, madera y piedra.

5. Actividades culturales/recreativas-participativas (de la cultura artística y de la cultura física): peñas culturales y/o deportivas, coloquios, charlas, debates, tertulias, conversatorios, bailables, ruedas de casino, actividades de animación y participación, etc.

6. Actividades de asistencia a espectáculos artísticos-culturales o deportivos, asistir a: actividades relacionadas con espectáculos artísticos-culturales, musicales, conciertos, galas, festivales, teatro, cine, circo, exposiciones, fiestas populares, etc. Actividades relacionadas con espectáculos deportivos: series, campeonatos, ligas, torneos, copas, topes, juegos, encuentros.

7. Actividades de interés: artístico-cultural: bibliotecas, parques, plazas, casas de cultura. Turístico-natural: zonas arqueológicas, parques naturales, ruinas, instalaciones turísticas. Social: instituciones culturales, instituciones educativas, instituciones de salud, instituciones públicas. Físico-deportivo:

instalaciones deportivas, centros de formación de atletas y profesores deportivos.

8. Actividades socio-familiares: asistir a fiestas (15, bodas, cumpleaños, aniversarios, etc.), realizar visitas, encuentros y conversatorios con amigos y familiares, participación en actividades de la comunidad, etc.

9. Actividades audio-visuales: escuchar la radio o equipo de música, ver la televisión y/o vídeos, etc.

10. Actividades de lectura: leer libros, revistas, periódicos, etc.

11. Actividades de pasatiempos, aficiones o hobbies: formar parte de algún grupo o individualmente realizar colecciones (sellos, antigüedades, postales, llaves, llaveros, libros u otros), fotografías, cuidado de plantas y jardinería doméstica, etc.

12. Actividades de relajación: meditación, auto relajación, masaje, auto masaje, etc.

Por medio de las actividades deportivas los adolescentes pueden adquirir conocimientos, habilidades y valores necesarios que les posibilitarán el uso adecuado del tiempo libre de manera sana, ello está dado en gran medida por las funciones (descanso, diversión y desarrollo), así como por los beneficios de estas, que permiten potenciar lo formativo de una manera agradable y participativa.

Entre los beneficios de marcado carácter social están:

- Empleo del tiempo libre de forma creativa y rica en experiencias
- Fomento de las relaciones sociales
- Ampliación de los niveles de comunicación y del campo de contacto social
- Contacto social alegre en las experiencias colectivas
- Reconocimiento social en los grupos y a través de ellos
- Regulación y orientación de la conducta

Epígrafe II. Fundamentos de la propuesta de actividades para favorecer la práctica del ajedrez en los adolescentes de 12-15 años

II.1 Fundamentación de la propuesta

Al abordar el tema de las actividades en el contexto recreativo es necesario partir por su conceptualización para asumir un solo criterio en la investigación. La autora asume la definición ofrecida por Espriella (2009), al expresar que estas constituyen un medio idóneo para contribuir a la formación de la personalidad y que tiene de cierta forma un carácter instructivo, son administradas por un profesional entrenado técnicamente capacitado, que tienen como fin alcanzar determinados objetivos deseados por la organización, la comunidad y los participantes en general.

Principios básicos para realizar un plan recreativo. Según Duarte (2003).P.56.

Los principios de un plan de actividades se basan en los hechos que se derivan del estudio del comportamiento humano y de la naturaleza de la sociedad en la cual vivimos e incluyen las experiencias y las soluciones diferentes.

1. Este debe consistir en la realización de actividades que contemplen las finalidades buscadas por: La institución: a través de sus fines y objetivos. Los participantes: en su etapa de participación inicial y posterior desarrollo. La autora que determina los objetivos específicos y orientan la acción. El profesional que tienen a su cargo la ejecución y convencimiento de las diferentes partes que conforman la estructura organizacional.

2. Incluir diversas actividades basadas en tres aspectos importantes del participante: sus necesidades, sus intereses y sus habilidades. Lo más importante dentro del plan ajedrecista es el participante, en él debe estar centrada toda la atención. La idea es planificar con el participante no para el participante.

Ser suficientemente vasto como para proveer un campo amplio de opciones para toda la gente, sin ningún tipo de diferencias o preferencias por edad, sexo, habilidad, etc.

3. Debe ser medido por el grado de influencia positiva que ejerce sobre el individuo. Mayor apertura de su nivel cultural. Mayor nivel de participación social. Mayor tolerancia en su accionar, etc.

4. No debe solamente reflejar la cultura a la que pertenece el participante, sino que debe tender a mejorarla. El plan debe tender a mejorar el nivel sociocultural del participante.

5. Ampliar los intereses de los participantes y orientarlos hacia experiencias más positivas y satisfactorias.

Los deseos expresados de los participantes sirven como referencia y punto de partida, nunca como una base exclusiva de un plan.

Los deseos y los intereses de las personas, por consiguiente de la comunidad, están limitados por experiencia. El dirigente, especialmente el profesional del área, deberá presentar nuevos campos de acción. No perpetuar y limitar.

6. Ser lo suficientemente amplio para servir en el presente y en el futuro a cada participante.

Las actividades deben ser proyectadas de tal forma que las habilidades adquiridas puedan acompañar a la persona en el transcurso de su vida, sin que esto se constituya en tomar partido por un solo tipo de actividades, sino que debe haber equilibrio entre lo actual y lo futuro.

Debemos tener en cuenta las actividades ajedrecista son medios dentro del proceso de enseñanza y aprendizaje de hábitos para la vida y el logro de fines.

7. Para que el plan ajedrecista cumpla su alcance educativo debe tener líneas claves de acción que le impidan ser blanco de su propia vulnerabilidad.

Un plan de actividades ajedrecísticas cumple con su acción educativa cuando:

- Participan personas de diferentes edades.
- Participan a la par hembras y varones.
- Concurren personas de diversos estratos socioeconómicos.
- No existen diferencias políticas ni religiosas que limiten la participación.

El mismo debe responder a las necesidades de la comunidad, sus características principales son: la creatividad, la espontaneidad y la libertad, que

de no ser cuidadosamente empleadas se puede transformar en activismo, consumismo y ser altamente alienado.

Un plan de ajedrez debe contener los cinco enfoques siguientes, para ser considerado equilibrado e integral, no debiéndose emplear un solo enfoque, sino la combinación de ellos. Según Pérez (1997). P. 48

a. Enfoque tradicional: se basa en la actividad o conjunto de ellas, que se han realizado.

b. Enfoque de actualidad: está basado en el contexto, retomando aquellas actividades o servicios que están de moda, es decir, por imitación se adoptan las actividades novedosas.

c. Enfoque de opinión y deseos: se basa en el usuario o en la población de la que, a través de encuestas o inventarios, se obtienen datos sobre las actividades ajedrecista que éstos deseen realizar.

d. Enfoque autoritario: está basado en el planificador. La experiencia del especialista y sus opiniones, vertidas en un plan, cuentan.

e. Enfoque socio-político: basado en la Institución, de quien se derivan líneas y normas para la formación de planes.

Este debe contener todas las áreas de expresión de las actividades ajedrecísticas, para ser considerado integral, sin embargo, y de acuerdo con los intereses de la población, habrá que seleccionar las actividades que mejor sean aceptadas.

Premisas a tener en cuenta en el plan de actividades en el instante de seleccionar los espacios ajedrecísticos. Según Bueno (1997) P. 32.

A continuación se presentan algunos criterios que han de tenerse en cuenta para seleccionar estos espacios, como son: el interés de la población, gustos por el aire libre o por actividades bajo techo.

II.2. Metodología

Se realizó un estudio de intervención educativa donde se proponen actividades para favorecer la práctica del Ajedrez en el entorno comunitario, que es una

actividad lúdica de mesa, que ayuda al equilibrio biológico, psicológico y social que demandan los adolescentes para poderse desenvolver en la vida.

La comunidad “Villa Nueva” está ubicada en el Consejo Popular de igual nombre en el Municipio Holguín. De acuerdo al último cuadro censal realizado por los miembros del Consejo Popular “Villa Nueva” en el año 2019, esta comunidad cuenta con una población de 2578 habitantes, de ellos 321 comprendidos entre la edad de 12 -15 años, de ellos son 178 masculinos y 143 femeninas.

Para la etapa de diagnóstico se escoge como población solo los 178 adolescentes del sexo masculino que fueron seleccionados atendiendo a que constituyen el sexo con menor participación en las actividades recreativas del ajedrez en la comunidad.

Y como muestra representativa se seleccionaron 45 adolescentes del sexo masculino teniendo en cuenta que conviven en el mismo bloque residencial de la comunidad.

Consentimiento por escrito de sus padres o tutores, porque son caso menores de edad. (Ver Anexo 1)

A los adolescentes que desearon participar en la investigación se les aplicó un formulario para conocer gustos y preferencias, así como el grado de interés por las actividades ajedrecísticas.

En la planificación se analiza la caracterización y se conciben los grupos de talleres y horarios que no interfieran con las actividades de sus escuelas. Se utilizó (por qué si no se implementó) una Laptop con el material didáctico que sirvió para una mejor comprensión del tema, un Tablero Mural con sus piezas, 10 tableros y 10 juegos. Se realiza el programa a llevar a cabo con su plan calendario que se presenta en esta investigación.

La etapa de ejecución está dada por la propuesta de actividades: ¿cómo, dónde y cuándo? se va a impartir.

El torneo de barrio donde los adolescentes demuestren los conocimientos y habilidades adquiridas.

II.3 Presentación de la propuesta de actividades para favorecer la práctica del Ajedrez en el entorno comunitario

La propuesta está concebida para realizarla simultáneamente con las actividades recreativas que se estén desarrollando en la comunidad, es decir, de manera participativa-competitiva y siempre conformando dos o más equipos.

Las actividades que se presentan se relacionan con los contenidos básicos del programa de masificación del ajedrez, las características y potencialidades tanto de la comunidad como de los adolescentes tomados como muestra de la investigación. Es bueno aclarar que la repetición de cualquiera de ellos está en dependencia del estado de ánimo del adolescente o grupo de adolescentes con que se trabaje.

Actividad # 1

Nombre: Conociendo el tablero de ajedrez

Objetivo: Intercambiar sobre las características del tablero de ajedrez y desarrollar un correcto lenguaje interno.

Reglas:

1. Para responder deben levantar la mano
2. Si mencionan las características del tablero obtienen 1 punto, si la respuesta es incorrecta = 0 puntos

Desarrollo: El profesor les preguntará qué conocen del tablero de ajedrez, los adolescentes deben responder las características del mismo

Variante 1: Los adolescentes deben responder las partes del tablero.

Actividad # 2

Nombre: ¿Identifica el personaje?

Objetivo: Dialogar sobre ajedrecistas destacados para estimular la curiosidad por la historia e incentivar su interés por la práctica del ajedrez.

Reglas:

1. Responderán levantando la mano
2. Respuesta correcta = 1 punto, si es incorrecta = 0 puntos.

3. Si la respuesta es incorrecta se pasa la pregunta a otro adolescente.

4. Gana el adolescente que obtenga más puntos

Desarrollo: Se forman tres equipos y se les muestran fotos de ajedrecistas entre otras personas para que los adolescentes los identifiquen, el profesor les preguntará qué conocen del ajedrecista mostrado y luego leerá una síntesis biográfica del mismo según corresponda. Ejemplo: Capablanca, Walter Arencibia, Isán Ortiz, Lisandra Llaudi, Camilo Gómez, etc.

Variante 1: Si menciona los datos biográficos correctamente = 1 punto, si es incorrecta = 0 puntos.

Actividad # 3

Nombre: ¿De qué color es?

Objetivo: Identificar el color de las casilla del tablero.

Reglas:

1. Para responder deben levantar la mano
2. Si menciona el color de la casilla que el profesor solicite = 1 punto, la respuesta incorrecta = 0 puntos
3. El equipo que obtenga mayor puntuación es el ganador

Desarrollo: Se forman dos o más equipos, se les explica la actividad y las reglas. El profesor les preguntará ¿De qué color es la casilla ___ del tablero de ajedrez?, los adolescente deben responder el color de la misma (Ejemplo: a8 es blanca, e5 es negra)

Variante 1: El profesor preguntará ¿De qué color es la diagonal _____ del tablero de ajedrez? (Ejemplo: a1 -h1 es negra, e8-a4 es blanca)

Actividad # 4

Nombre: ¿Cuál es y que sabes de esta pieza?

Objetivo: ejercitar las características de las piezas.

Reglas:

1. Se responde levanta la mano
2. Si identifica la pieza = 1 punto, respuesta incorrecta = 0 puntos

3. Por mencionar el movimiento de la pieza = 1 punto, si la respuesta es incorrecta = 0 puntos

4. Gana el equipo que obtenga mayor puntuación

Desarrollo: Se forman dos o más equipos, se les explica la actividad y las reglas. El profesor les mostrará una pieza y les preguntará el nombre de la pieza, los adolescentes deben responder (Ejemplo: Dama)

Variante 1: Captura la pieza = 1 punto, si la respuesta es incorrecta = 0 puntos

Actividad # 5

Nombre: Participa en Eventos ajedrecísticos.

Objetivo: Elevar el nivel de asimilación y aplicación de los conceptos elementales de cada fase de la partida.

Reglas:

1. Se regirán por el reglamento oficial de la FIDE según tipo de evento.
2. Se anotaran las partidas por el sistema algebraico para su posterior análisis.

Desarrollo: El profesor orientará la participación de los adolescentes en los diferentes eventos ejemplo: Simultánea.

Variante 1: Matches por equipos.

Variante 2: Torneos individuales

Autor de las actividades: Reyes (2011)

Contenido de la propuesta:

1. Breves nociones de historia del ajedrez.

- 1.1. Leyenda sobre el origen del ajedrez
- 1.2. Breve historia del Ajedrez en Cuba. Capablanca
- 1.3. Auge durante el período revolucionario
- 1.4. El Comandante Ernesto Guevara impulsor de la práctica masiva del ajedrez
- 1.5. Hitos del ajedrez holguinero. Síntesis biográfica de los ajedrecistas más destacados

2. Tablero y piezas del ajedrez

2.1 Características del tablero. Casilla blanca a la derecha

2.2 Características de las piezas. Movimiento y captura

3. Colocación inicial de las piezas. El Jaque y el Jaque Mate

3.1 Posición inicial de las piezas. Resaltar el detalle de la Dama en casillas de su color

3.2. Amenazas al Rey. Formas de evadirlas (movimiento del Rey, captura de las piezas atacantes, interposición de una pieza propia)

3.3. Amenaza al Rey en que no existe evasión (Jaque Mate) (Fin de la partida)

3.4. Dos Reyes no pueden nunca estar próximos

4. La captura al paso. El enroque. El ahogado y la partida tablas.

4.1. Captura al paso. Condiciones en que se produce. Carácter inmediato de la misma

4.2. El enroque. Posición inicial del Rey y la Torre. Movimiento de las piezas en el enroque corto y en el largo. Situaciones que impidan el enroque

4.3 EL ahogado. Comparación con el Mate, Una de las forma dar tabla

Análisis de los resultados.

Resultado de la encuesta aplicada a los adolescentes:

Fueron encuestados 45 adolescentes, pertenecientes a la comunidad Villa Nueva del municipio Holguín, con el objetivo de obtener el criterio sobre la práctica del deporte ajedrez, obteniéndose los siguientes resultados:

Hábitos tóxicos: tabaquismo, alcoholismo

Estudia: todos

¿Qué grado está cursando? 8vo=10, 9no=8, 10mo=6, 11no=10, Politécnico=6, Escuela de Oficios=5

Horario de escuela: mañana=34 mañana y tarde=11

¿Ha jugado ajedrez alguna vez? Ocasionalmente

¿Quisiera aprender a jugar ajedrez? Si

¿En su familia alguien juega ajedrez? No

¿Qué opinas de este deporte? La mayoría refiere que es aburrido y para personas inteligentes (cerebritos)

Según las respuestas a las preguntas formuladas, la autora considera que en la comunidad Villa Nueva son insuficientes las actividades ajedrecísticas que se planifican, por ende los adolescentes de 12-15 años presentan poco interés por la práctica del ajedrez, por lo que dirigió su accionar en este sentido.

Conclusiones

1. La literatura científica consultada por la investigadora permitieron definir los fundamentos teóricos expuestos por los diferentes autores, sentando las bases fundamentales en el trabajo realizado.
2. Al diagnosticar el estado inicial de la práctica del ajedrez de los adolescentes de 12-15 años en la comunidad Villa Nueva del municipio Holguín se comprobó que los mismos mostraron desconocimiento y desinterés por la práctica del ajedrez.

3. Con la propuesta de actividades se pretende incentivar la práctica del deporte ajedrez y que este forme parte de las preferencias de los adolescentes de 12-15 años de la comunidad Villa Nueva del municipio Holguín.

Recomendaciones

La autora de la investigación entiende pertinente hacer estas recomendaciones no sin antes aclarar que puede ser tomada en cuenta según las necesidades del profesor de recreación del INDER en la comunidad:

1. Aplicar la propuesta de actividades ajedrecísticas en la comunidad Villa Nueva del municipio Holguín
2. La propuesta debe contener actividades que tengan un carácter participativo, recreativo y competitivo en correspondencia con los gustos necesidades y

preferencias recreativas de los adolescentes de 12-15 años de la comunidad
Villa Nueva del municipio Holguín

Bibliografía

- Álvarez Guerra, A. (1981) *Gimnasia básica*. Editorial Pueblo y Educación.
- _____ (1989) *Multipotencia instructivo-educativa de los deportes motivo de clase en la universidad*. La Habana, Cuba.
- Álvarez Zayas, C. (1999) *La escuela en la vida. Didáctica*. Editorial Pueblo y Educación. La Habana. Cuba.
- Avervag, Y. (1980). *Viaje del reino del Ajedrez*. Moscú, Editorial Raduga.
- Barreras Meriño, J .L (2000) *Ajedrez Elemental*. La Habana, Editorial Arte y Literatura.
- _____ (2006). *El fascinante mundo del ajedrez*. La Habana, Editorial Arte y Literatura. 300p
- Blanco Hernández, U. (2005) *Ajedrez Básico*. Venezuela, Editorial Instituto Municipal de Publicaciones, Alcaldía de Caracas.
- _____ (2004). *Arbitraje del Ajedrez para docentes Principios Generales sobre organización, dirección y arbitraje del ajedrez escolar*. Venezuela, Editorial Instituto Municipal de Publicaciones, Alcaldía de Caracas.
- _____ (1997). *José Raúl Ajedrecista Programa Oficial Comité Mundial del ajedrez en las escuelas*. Venezuela, Editorial Instituto Municipal de Publicaciones, Alcaldía de Caracas.
- _____ (2004). *¿Por qué el Ajedrez en las escuelas? Fundamentos del ajedrez escolar*. Venezuela, Editorial Instituto Municipal de Publicaciones, Alcaldía de Caracas.
- _____ (2004). *PreAjedrez*. Venezuela, Editorial Instituto Municipal de Publicaciones, Alcaldía de Caracas.
- _____ (2004) *Sistema Instruccional de Ajedrez*. Venezuela, Editorial Instituto Municipal de Publicaciones, Alcaldía de Caracas.
- Barrios Recio, J, Ranzola Ribas, A. (1998). *Manual para el deporte de iniciación y desarrollo*. Editorial Deportes. La habana. Cuba.
- Bengtson, A. (1992). *El juego, algo más que educación física*. México.

Bermúdez, R. y Mc Pherson, M. (1987) *Temas de fisiología del ejercicio*. Editorial Pueblo y Educación.

Blázquez Sánchez, D. (1993). *Evaluación en educación física*. Editorial Inde, Barcelona, España.

Buela Valdespino, D, Lebreo Zarragoita, G, González González .I (2013). *Estrategia para la masificación del Ajedrez en Cuba*. V Convención Internacional AFIDE 2013. Libro Resumen. La Habana, Editorial Deportes.

Buela Valdespino, D y González Bayolo J (2018). *Un grande conocido como Guillermito (Dejó igualado el score con Kasparov)*. La Habana. Editorial Deportes.

Bueno Pérez, L. A. (2005). *Proyecto de ajedrez en Barrio Adentro Deportivo*. Caracas. 33p. [En soporte digital].

_____. (2000). *Modelo para la enseñanza - aprendizaje del ajedrez en la universidad*. Tesis de Doctorado. Santiago de Cuba, Universidad de Oriente.

_____. (2010). *Misión Barrio Adentro Deportiva: un modelo para el trabajo comunitario en los pueblos del alba y su aplicación en la comunidad universitaria*. II Convención Internacional AFIDE 2010. Libro Resumen. La Habana, Editorial Deportes.

_____. (2011). *Ajedrez para colorear* tomo I. La Habana, Editorial Gente Nueva.

_____. (2012). *Ajedrez para colorear* tomo II. La Habana, Editorial Gente Nueva.

Calderón Jorrín, C. Navaro Fulgonés, S. Forteza de la Rosa. A. (1977). *Fundamentos generales de la teoría y metodología de la educación física*. La Habana. Editorial José Antonio Huelga.

_____. Mejías Villavicencio, G. Menéndez Gutiérrez, S. Valdés Andrés, Y. (2009). *Un enfoque productivo en la clase de la educación física*. La Habana. Editorial Deportes.

_____. (s.a) *La clase como forma fundamental de organización del proceso docente educativo / Caridad Calderón Jorrín*. - - [s.l.: s. 198]. - - 27 h. Conferencia mimeografiada.

Capablanca, José R. (1974). *¿Cómo jugar Ajedrez?* La Habana, Editorial Pueblo y Educación.

_____. (1974). *Últimas Lecciones*. Ciudad de La Habana, Editorial Pueblo y Educación.

Capablanca. Recuperado en: www.inder.co.cu. Consultado el 14 de enero del 2019

Carranza Gildolz del Castellar, M. (1996). *La educación física en el segundo ciclo de primaria. Guía para el profesorado*. Barcelona, España. Editorial Paidotribo.

Cuba. INDER. Dirección de Alto Rendimiento. (2018) *Seminario Nacional de Preparación del Curso Escolar 2018-2019*. Ciudad de La Habana, Editorial Deportes.

_____. Instituto Superior Latinoamericano de Ajedrez. ISLA (1990) *Folleto desarrollado Unidades 1-9 del Subsistema*. La Habana, Editorial Abril.

_____. ISLA (2009) *Programa del curso de Ajedrez Secundaria Básica*. (Curso 2009-2010). Ciudad de La Habana, Editorial Deportes.

Espriella, F. (2003). *El educador físico un educador para el ocio y el tiempo libre*. Memorias del III Simposio nacional de investigación y formación en recreación. Recuperado de: <http://www.redcreacion.org/documentos.html> Consultado en 14 octubre del 2019.

García Martínez, S y col. (2009) *Tabloide de la Universidad para Todos Capablanca y la enseñanza del Ajedrez 1*". La Habana, Editorial Abril.

_____. (2009). *Tabloide de la Universidad para Todos "Capablanca y la enseñanza del Ajedrez 2"*. La Habana, Editorial Abril.

_____. (2003). *Tabloide de la Universidad para Todos "Ajedrez para Todos" Curso Básico*. La Habana, Editorial Abril.

_____. (2004). *Tabloide de la Universidad para Todos "Ajedrez para Todos" Curso Medio*. La Habana, Editorial Abril.

_____. (2005). *Ajedrez Integral. Tomo I*. La Habana, Editorial Deportes.

_____. (2007). *Ajedrez Integral. Tomo II*. La Habana, Editorial Deportes.

_____. (2006). *Tabloide de la Universidad para Todos "Ajedrez para Todos" Curso de Finales*. La Habana, Editorial Abril.

_____. (2007). *Tabloide de la Universidad para Todos Curso de Estrategia y Táctica*. La Habana, Editorial Abril.

_____ (2008). *Tabloide la Universidad para Todos Curso de Aperturas*. La Habana, Editorial Abril.

Gattorno Correa, C. R. y Vega Portilla, C. A. (2009). *Breve Glosario de Términos y Definiciones de la Cultura Física y el Deporte*. Ciudad de La Habana, Editorial Deportes.

González Bayolo, J. y col. (2018). *Los niños prodigio del Ajedrez*. La Habana. Editorial Academia.

González Peña, O. (2003). *Metodología para la enseñanza masiva del Ajedrez en el sexto año de vida*. Tesis de Maestría Holguín, ISCF “Manuel Fajardo”

Hernández Mendo, A. (2000). *Acerca del ocio, del tiempo libre y de la animación sociocultural*. Recuperado de: <http://www.efdeportes.com/efd23/ocio.htm>
Consultado en 18 de octubre del 2019.

López Jiménez, A. (2005). *Tabloide de la Universidad para Todos “Ajedrez para Todos” Curso Práctico. Ejercicios*. La Habana, Editorial Abril.

_____ (2010). *Tabloide de la Universidad para Todos “Grandes Figuras del Ajedrez”*. La Habana, Editorial Abril.

Heredia Guilarte, D. (2012). *Modelo de planificación para el perfeccionamiento de la preparación teórico - práctica de los ajedrecistas de alto rendimiento*. Tesis de Doctorado. Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo” Facultad Guantánamo.

Horowitz, I. A. y Reinfeld, F.. (1961). *Manual de iniciación al Ajedrez. Estudios prácticos para el principiante*. Barcelona, Editorial Bruguera.

López Jiménez, A (2005). *Tabloide de la Universidad para Todos “Ajedrez para Todos” Curso Práctico. Ejercicios*. La Habana, Editorial Abril.

_____ (2010) *Tabloide de la Universidad para Todos “Grandes Figuras del Ajedrez”*. La Habana, Editorial Abril.

Mateo Sánchez, J. L. (2012). *La formación de competencias profesionales para la educación del tiempo libre en los estudiantes universitarios de cultura física*. Tesis de doctorado. ISCF Manuel Fajardo. Holguín.

Menéndez Gutiérrez, S. (2002). *Los métodos y estilos de enseñanza. Propuesta metodológica para un enfoque productivo en la clase de Educación Física en la enseñanza media básica*. Tesis de maestría. ISCF Manuel Fajardo. La Habana.

Pérez Sánchez, A. (2003). *Recreación Física. Fundamentos Teóricos y Metodológicos*. Ciudad de la Habana, ISCF "Manuel Fajardo"

Petrovski, A. (1980). *Psicología General. Manual didáctico para los Institutos de Pedagogía*. Moscú, Editorial Progreso.

Ramírez Guerra, D. M. (2010). *Metodología para la masificación del ajedrez en las Comunidades*. Tesis de Maestría. Holguín, ISCF "Manuel Fajardo"

_____ (2014). *La masificación del ajedrez en las comunidades urbanas*. Tesis de Doctorado (Doctorado en Ciencias de la Cultura Física). Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo" Facultad Holguín.

Raya Hernández, M G. y Zulueta Blanco, M. E. (2005, 2011, 2015) *Textos científico-técnicos ¿Cómo crearlos?* La Habana, Editorial Científico-Técnica.

Reyes Joa, H. M. (1996). *Diagnóstico de la Preparación Psicológica del Equipo Juvenil de la Escuela Superior de Perfeccionamiento Atlético de la Provincia de Holguín*. Trabajo de Diploma. Holguín, ISCF "Manuel Fajardo"

_____ (2011). *Alternativa didáctica para favorecer la práctica del ajedrez en niños de 10-11 años de la comunidad*. Tesis de Maestría. Holguín, ISCF "Manuel Fajardo"

_____, Ramírez Guerra, D. M., Bueno Pérez, L. A. (2020) *El perfeccionamiento del proceso de enseñanza-aprendizaje del Ajedrez en la categoría 10-11 años*. Recuperado de <http://www.reduc.edu.cu>, el 2 de enero del 2020

Sitio web: Adolesweb. "el adolescente y sus problemas" Recuperado de <http://www.adolesweb.org>, el 8 de enero del 2020

Sitio web Fide. Disponible en: www.fide.com. Recuperado el 17 de enero del 2020

Torán, R. (1970). *Teoría del juego de Ajedrez*. España, Editorial Madrid.

Torres, J. (1999). *La actividad física y su vinculación a la ocupación constructiva del ocio y el tiempo libre en los ciudadanos/as del siglo XXI*. Deporte Andaluz No 37, 44-56. Andaluz, España.

Trilla, J. y Puig, J. (1987) *“La Pedagogía del Ocio”*. Barcelona, Editorial Laertes.

Vigotsky, L. S. (1973). *Historia del desarrollo intelectual en la edad escolar*. Madrid, Editorial Akal.

Vilas F. (2002). *Conferencia central 5to encuentro internacional de tiempo libre y recreación*. Recuperado de:
<http://www.redcreacion.org/relareti/documentos/fvilas.html> el 11 de noviembre del 2019.

Waichman, P. (1993). *Tiempo libre y recreación, un desafío pedagógico*. Buenos Aires, Argentina, Ediciones PW.

_____. (1998). *Acerca de los enfoques en recreación*. Recuperado de:
<http://www.redcreacion.org/documentoscongreso5PWaichman2.html> 12 de febrero del 2018.

_____. (2004). *Tiempo libre: una aproximación a su concepto*. Recuperado de:
<http://www.ocio.deusto.es/formacion/ocio21/doc/P03234.doc> el 14 de noviembre del 2018.

Weber, E. (1969). *El problema del tiempo libre*. Madrid, Editorial Nacional.

Anexo 1

Consentimiento informado

El ajedrez es un juego de mesa que cuando nos adentramos en sus secretos como juego de opciones y de variantes, sin apenas percibirlo vamos modificando nuestra actitud para enfrentar los problemas que nos plantea la vida cotidiana, pero también nuestro enfoque de cómo solucionar aquellas situaciones complejas que demandan de un pensamiento flexible y creativo, como forma del uso adecuado del tiempo libre, ofrecen motivación para la participación de las personas en una comunidad principalmente los adolescentes por esto la autora pretende realizar un estudio científico basado en actividades para favorecer la práctica de este deporte en la comunidad

Para lo cual es necesaria la aplicación de un cuestionario estructurado, estandarizado y de validez confiable, previa y post intervención educativa en horarios que no afecten las clases y que no ponen bajo ningún riesgo a los participantes.

Se agradece su colaboración y de esta manera le comunicamos que en este estudio la información que brindes es confidencial, anónima y lo que queremos es que sus hijos aprendan a jugar Ajedrez y tengan una opción más para usar su tiempo libre.

Padre o tutor _____

Anexo 2

Encuesta. Formulario a llenar por los adolescentes

Edad: _____

Sexo: _____

Hábitos tóxicos:

Estudia: si _____ no _____ Si la respuesta es negativa, ¿por qué?

¿Qué grado está cursando? _____

Horario de escuela: Mañana _____ Tarde _____

¿Ha jugado ajedrez alguna vez? Sistemáticamente _____ Ocasionalmente _____

¿Quisiera aprender a jugar ajedrez? Si _____ No _____

¿En su familia alguien juega ajedrez? Si _____ No _____

¿Qué opinas de este deporte?

Muchas gracias por su colaboración

OPINIÓN DEL TUTOR

Tutor: MSc: Haydee María Reyes Joa

Categoría Docente: Profesor Asistente

Centro de trabajo: Universidad de Holguín Facultad de la Cultura Física y Deportes

Datos sobre la tesis

Título: PROPUESTA DE ACTIVIDADES PARA FAVORECER LA PRÁCTICA DEL AJEDREZ EN EL ENTORNO COMUNITARIO

AUTOR: Yarlenis Fernández González

En la mañana de hoy me dirijo a ustedes con la misión de representar a la diplomante del CPE Yarlenis Fernández González que hoy se presenta ante este prestigioso tribunal para defender su Trabajo de Diploma, ella es un ejemplo de modestia, sencillez y tenacidad, pues ha sabido llevar de forma paralela su vida como profesora en el Combinado Deportivo “Pueblo Nuevo” y como estudiante de nuestra institución.

Comenzó a estudiar en la Facultad de Cultura Física de Holguín en el Curso Académico 2008-2009 y en los 6 años de su vida como estudiante ostenta un Índice Académico de 3,85.

La diplomante trató una temática de actualidad e importancia relacionada con la creatividad, ya que esta puede ser desarrollada por medio de una actividad

pedagógica profesional dirigida por los docentes de manera tal, que los adolescentes se sientan a gusto descubriendo los conocimientos mediante la realización de acciones y tareas cognoscitivas motivadoras.

Durante todo el proceso investigativo la diplomante demostró conocimientos científicos, trabajó con independencia, perseverancia e interés, fue muy responsable, receptiva a las sugerencias dadas en el taller de predefensa para así perfeccionar su trabajo y concluir exitosamente su investigación.

Es importante destacar que las acciones propuestas por su valor dentro de la investigación, constituyen un medio esencial de interacción y socialización, además con su trabajo demostró la importancia que posee el profesional de la Cultura Física en la formación integral de la personalidad en los adolescentes de estas edades .

Esta investigación tributa a las líneas temáticas dentro del contexto de la recreación en el entorno comunitario, da respuesta a la problemática planteada en el proyecto de investigación al cual pertenece.

Por todo lo antes expuesto solicito al tribunal se valoren todos los aspectos referidos y se le otorgue a la diplomante la calificación más justa y educativa, confiando en que a partir de este día nuestra institución sentirá el orgullo por haber formado en su seno una Licenciada en Cultura Física que prestigiará en lo sucesivo el honroso Colectivo de Profesionales del Deporte Cubano.

Tutora:  _____

MSc. Haydee María Reyes Joa.

Profesora Asistente. Asesora para la GE