

## Norentzat?

Bost urtetik gorako umeentzako aktibitatea da.  
Ez da aurretiazko inolako ezagutzarik behar

## ¿Para quién?

Es una actividad dirigida a niños/as a partir de los 5 años de edad.  
No requiere ningún conocimiento previo.

## Onurak !!

- Nor bere buruarekiko konfiantza.
- Pazientzia, irudimena.
- Pentsamendu logikoa erabiltzeko eta arazoak ebazteko abildadeak.
- Memoria abildadeak (batez ere memoria espaziala)
- Bizkortasuna eta erresistentzia mentala.

## ¡¡ Beneficios !!

- Confianza en sí mismos/as.
- Paciencia, imaginación.
- Habilidades de pensamiento lógico para resolver problemas.
- Habilidades de memoria (sobre todo memoria espacial)
- Agilidad y resistencia mental.

# XAKE-AJEDREZ

## ORDUTEGIA

Asteazkena	18:00-19:00	5-14 urte	Maila Guztiak
Ostirala	18:00-19:00	6-12 urte	Hasiberriak
	19:00-20:00	12-16 urte	Jokatzen dakitenak

## HORARIO

Miércoles	18:00-19:00	5-14 años	Todos los niveles
Viernes	18:00-19:00	6-12 años	Principiantes
	19:00-20:00	12-16 años	Avanzados

SAKONETA KIROLDEGIA  
Sabino Arana, 77- 48940 Leioa  
Tel. 94 400 80 59  
uki.idmleioa@leioa.net



# Sarrera

Kirol mentala da xakea, eta hainbat onura aitortu zaizkio gaitasun intelektualen eta adimen emozionalari dagozkio abildadeen garapenean. Xakea praktikatzereen ondorioz, emaitza akademikoak hobetzen dira ume eta gazte gehien kasuan.

Gure klaseen hasieran ordu erdiko teoria ematen dugu jokoaren oinarriak ikaste aldera. Ondoren, ordu erdiko praktikarekin amaitzen dugu, ikasitakoa praktikan jartzeko hain zuzen ere, baina ludikoa ere bada, umeek munduko jokori konenaz goza dezaten.

# Introducción

El ajedrez es un deporte mental al que se le han reconocido múltiples beneficios en las áreas del desarrollo de la capacidad intelectual y de las habilidades de inteligencia emocional. Los beneficios de la práctica del ajedrez influyen en una mejora en el rendimiento escolar de la mayoría de los niños/as y jóvenes que lo han practicado.

Nuestras clases comienzan con media hora de teoría donde los/as alumnos/as conocerán los fundamentos del juego y terminan con media hora de práctica de lo aprendido y de carácter lúdico para que los/as niños/as disfruten del mejor juego del mundo.

## **Erabilera araudia:**

1. Aktibitatean izena eman ezarritako epean.
2. Puntueltasuna kalea hasteko.
3. Saioek ordubete iraungo dute.
4. Ez jan edo edan ikasgelan (bideo gelan)
5. Begiralearen aginduak jarraitu.
6. Aktibitateak eskatzen duen errespetua eta isiltasuna mantendu.

## **Normativa de uso:**

1. Inscribirse a la actividad en los plazos establecidos.
2. Ser puntual al inicio de las sesiones.
3. Las sesiones tendrán una duración de 1 hora.
4. No comer ni beber en el aula de las clases (sala de video)
5. Seguir las instrucciones dadas por el monitor/a.
6. Guardar el debido respeto y silencio que requiere la actividad.