

10 consigli per studiare e allenarsi a scacchi

Ecco un breve elenco di **10 principi** da ricordare per rendere più produttivo il nostro allenamento scacchistico.

1. Organizzare il proprio allenamento, studio e materiale scacchistico

Si può organizzare il proprio materiale al computer, oppure utilizzare raccoglitori cartacei in cui catalogare i vari elementi. L'importante è avere una mappa chiara della conoscenza che si va a memorizzare, per poi rivederla, modificarla e rinforzarla.

2. Focus su un argomento alla volta

Ci vogliono circa 3 settimane per trasformare una nuova conoscenza in un'abilità. Bisogna automatizzare quella conoscenza nel nostro cervello. Meglio approfondire un argomento alla volta che saltare da uno all'altro.

3. Studio orientato alla qualità

Quando ci si concentra su un singolo argomento, bisogna andare in profondità. Ad esempio approfondire l'analisi di una partita, o studiare un singolo libro a fondo invece che saltare da uno all'altro. Meglio acquisire una nuova abilità (skill) alla volta che non accumulare un sacco di informazioni che poi non si possono memorizzare.

4. Usare l'apprendimento attivo

Quando si studia un libro o si guarda una partita, bisogna cercare di pensare con la propria testa. Prima dobbiamo attivare il nostro pensiero e poi confrontarlo con quello che ci viene proposto dal libro o dalla partita. Per studiare una partita, per esempio, possiamo cercare di indovinare le mosse del vincitore e attribuirci un punteggio per ogni mossa indovinata, in modo tale da avere un feedback finale che possiamo confrontare nel tempo.

5. Lo studio e la pratica devono simulare la partita reale

Cercare di risolvere posizioni scacchistiche "virtuali", che non si possono presentare nella pratica, non è di ausilio al proprio allenamento. La pratica di partite di allenamento deve avvicinarsi il più possibile alle situazioni che incontreremo nei tornei (ad esempio cadenza di tempo).

6. Usa il computer per valutare ogni idea e restare obiettivo

I motori scacchistici possono essere di grande aiuto per verificare le nostre idee o i nostri calcoli. Il trucco sta ancora nell'usare prima la nostra testa, poi quella di silicio.

7. Le sessioni di allenamento devono essere "dure"

Bisogna cercare di giocare contro avversari più forti, o cercare di risolvere quiz difficili. Non importa il risultato, è il processo di sviluppo scacchistico che conta.

8. Prima di una sessione, fai un riscaldamento con esercizi semplici

Si possono fare dei semplici quiz, o riprendere analisi fatte nella sessione precedente.

9. Gioca un torneo dopo che hai completato un argomento di allenamento

10. Pratica, pratica, pratica

Per acquisire una nuova abilità bisogna allenarla. Per questo l'unione di teoria e pratica costituisce una delle basi delle teorie dell'apprendimento. Qualsiasi nuova nozione scacchistica va allenata in qualche modo per renderla permanente.