**850903302725**

**+7 771 567 8923**

**ГОВОРОВ Сергей Олегович,**

**Ә.Бөкейханов атындағы №2 жалпы орта білім беретін мектебінің дене шынықтыру пәні мұғалімі.**

**Шымкент қаласы**

**ШАХМАТЫ В ШКОЛЕ: ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И ВЛИЯНИЕ НА УСПЕВАЕМОСТЬ**

В настоящее время особое значение приобретает интеграция спортивных дисциплин и интеллектуальных видов спорта в систему физического воспитания. Шахматы представляют собой уникальный инструмент, позволяющий одновременно укреплять здоровье ребёнка, способствовать развитию умственных способностей и обеспечивать гармоничное психофизическое развитие личности.

Актуальность включения шахмат в программу школьных занятий обусловлена несколькими факторами:

1. Физическое воздействие шахматы оказывают косвенно, поскольку способствуют концентрации внимания, снижению стресса и повышению стрессоустойчивости, улучшают кровообращение головного мозга, положительно влияют на общий тонус организма.
2. Умственное развитие шахмат представляет собой важный компонент комплексного воспитания ребёнка. Регулярные занятия шахматами способствуют развитию памяти, логического мышления, воображения, аналитических способностей, способности прогнозировать последствия своих действий.
3. Социальные навыки развиваются посредством шахмат, ведь игра прививает уважение к сопернику, чувство ответственности, терпеливость, волю к победе, целеустремлённость.
4. Эмоциональное состояние улучшается благодаря игре в шахматы, так как данная спортивная дисциплина способствует снятию напряжения, эмоциональной разрядке, улучшает настроение и создаёт позитивный настрой.

Таким образом, включение шахмат в обязательную программу физического воспитания оказывает положительное влияние на общие показатели здоровья и успеваемости учащихся.

**I. Значимость физических нагрузок в сочетании с интеллектуальной деятельностью**

Физическая культура важна для поддержания оптимального состояния здоровья учащихся, обеспечивая профилактику заболеваний, укрепление иммунитета, повышение работоспособности. Однако физическая нагрузка сама по себе недостаточна для полноценного развития молодого организма. Только комплексное сочетание двигательных упражнений с интеллектуальной нагрузкой способно гарантировать полное физическое и ментальное благополучие учащихся.

Школьники, занимающиеся шахматами параллельно с физическими упражнениями, демонстрируют лучшее самочувствие, меньше подвержены утомляемости, обладают большей способностью концентрироваться на заданиях. Положительный эффект проявляется также в повышении общей успеваемости: школьники лучше усваивают учебный материал, легче справляются с контрольными работами, быстрее адаптируются к новым условиям учёбы.

**II. Воздействие шахмат на когнитивные способности**

Регулярная игровая практика укрепляет ряд важных функций человеческого мозга:

— Улучшается память, развивается долговременная и кратковременная память.

— Формируются навыки абстрактного мышления, развивается логика и стратегия.

— Повышается концентрация внимания, способность удерживать внимание длительное время.

— Тренируется воображение, визуализация игровых комбинаций.

Все перечисленные факторы существенно отражаются на качестве выполнения любых учебных заданий, будь то математика, литература или иностранные языки. Более того, доказано, что регулярные занятия шахматами снижают риск возникновения синдрома дефицита внимания и гиперактивности среди школьников младшего возраста.

**III. Опыт введения шахмат в программы физкультуры в Казахстане**

Опыт ряда регионов Казахстана показывает, что введение шахмат в школьную программу даёт положительные результаты. Например, города Алма-Ата, Петропавловск и Уральск ввели факультативы по шахматам в старших классах, продемонстрировав рост показателей успеваемости и улучшение поведения учеников.

Исследование, проведённое кафедрой физического воспитания Казахского национального педагогического университета имени Абая, выявило значительное увеличение скорости реакции, объёма оперативной памяти и уровня выносливости у подростков, систематически занимающихся шахматами наряду с традиционными видами спорта.

Кроме того, важным преимуществом шахмат являются низкие материальные затраты на оснащение классов оборудованием и инвентарём. Все, что требуется для ведения занятий, — доска и фигуры, доступные практически любому бюджету.

**IV. Результаты экспериментов и рекомендаций экспертов**

Многочисленные эксперименты подтверждают положительное влияние шахмат на успехи школьников в освоении предметов школьной программы. Среди значимых факторов выделяют:

— Увеличение баллов на экзаменах по математике и естественным наукам.

— Рост интереса к чтению книг и изучению истории.

— Высокий показатель улучшения дисциплины и самодисциплины среди школьников.

Поэтому эксперты рекомендуют внедрять шахматные секции не только в специализированные классы, но и включать шахматы в перечень обязательных мероприятий для всего контингента учащихся.

практику.

# V. Перспективы развития шахмат в системе школьного образования Казахстана

Перспективы распространения шахмат в казахстанских школах достаточно широки и зависят исключительно от заинтересованности родителей, руководства образовательных учреждений и самих учеников. Многие регионы Казахстана уже внедряют игровые площадки и специальные курсы по шахматам, отмечая положительную динамику успеваемости и самочувствия учащихся.

Важнейшими направлениями дальнейшего развития шахматного движения в стране являются:

— Расширение охвата шахматами путём открытия секций и кружков при образовательных учреждениях разных типов и уровней.

— Привлечение опытных тренерско-преподавательских кадров, прошедших специальную подготовку.

— Поддержка талантливых ювенильных игроков, проведение республиканских и международных турниров.

Кроме того, в ближайшем будущем планируется дальнейшее изучение положительного воздействия шахмат на здоровье и умственную работоспособность школьников, разработка рекомендаций по регулярному введению шахмат в школьную программу.

Реализация перечисленных мер обеспечит дальнейший прогресс в сфере детского шахматного спорта и внесёт значительный вклад в дело воспитания здорового, сильного и интеллектуально развитого поколения граждан Казахстана.

**Заключение**

Здоровье и интеллектуальная подготовка ребёнка неразрывно связаны. Шахматы способны объединить физическую активность и интеллектуальное развитие, предоставляя молодым гражданам уникальную возможность гармонично расти и достигать высоких успехов как в учебе, так и в повседневной жизни.

Внедрение шахмат в школьную программу, помимо укрепления здоровья и улучшения общих показателей успеваемости, обеспечивает глубокую социальную интеграцию, закладывает основу для всесторонне образованного гражданина Казахстана.

**Список литературы**

1. Абишева, А.Ш. Значение интеллектуальных игр в физическом воспитании школьников / А.Ш. Абишева // Сборник материалов международной научной конференции «Педагогика и спорт в современной школе». — Алматы, 2022. — С. 12–17.
2. Алдиярова, К.М. Игра в шахматы как средство развития интеллектуальных способностей школьников / К.М. Алдиярова // Педагогика и психология образования. — Костанай, 2023. — № 1. — С. 45–50.
3. Байжанов, Б.К. Возможности использования шахмат в программе физического воспитания учащихся / Б.К. Байжанов // Труды Международного конгресса по проблемам воспитания молодежи. — Тараз, 2022. — С. 110–115.
4. Джумагалиева, С.О. Влияние занятий шахматами на физическое и интеллектуальное развитие детей / С.О. Джумагалиева // Журнал физической культуры и спорта. — Актау, 2021. — № 2. — С. 78–85.
5. Избасарова, А.А. Введение шахмат в расписание уроков физкультуры: плюсы и минусы / А.А. Избасарова // Вестник Казахского Национального Университета. Серия «Педагогические науки». — Алматы, 2023. — № 3. — С. 35–42.
6. Кайдарова, А.А. Анализ опыта внедрения шахмат в школьную программу Казахстана / А.А. Кайдарова // Аль-Фараби Университеттің хабаршысы. — Алматы, 2022. — № 2. — С. 55–60.
7. Курманбаев, Х.Х. Рекомендации по проведению шахматных турниров в школах республики / Х.Х. Курманбаев // Спорт и педагогика. — Усть-Каменогорск, 2021. — № 3. — С. 89–96.
8. Нурмагамбетова, Ф.Н. Пути оптимизации шахматного образования в школах Казахстана / Ф.Н. Нурмагамбетова // Международная конференция «Очерки и перспективы образования». — Шымкент, 2022. — С. 115–120.
9. Сарсенбайулы, М.М. Шахматная культура и духовное становление личности / М.М. Сарсенбайулы // Известия Национальной академии наук Республики Казахстан. Серия общественных наук. — Алматы, 2023. — № 1. — С. 12–18.
10. Тулешова, Г.А. Основы шахматной тренировки в спортивной подготовке юных спортсменов / Г.А. Тулешова. — Алматы : Қазақ университеті, 2022. — 240 с.