**Актуальность настольных игр: шахматы и настольный теннис.**

***Аннотация.*** *Основываясь на стремительное развитие умственных способностей детей, в статье особое внимание уделено раскрытию понятия настольных игр, их свойств и пользе для детей. Приведены примеры, а также способы их воздействия на человека. Описана польза доступных для большинства учреждений двух известных настольных игр, таких как шахматы и настольный теннис.*

***Ключевые слова:*** *настольные игры, память, развитие, шахматы, теннис.*

Настольные игры - это игры с применением различных методов, приемов и техник педагогического и психологического спектра воздействия, которые способствуют целостно-гармоничному, другими словами полноценному развитию человека. Включаться в такие игры могут дети, подростки и взрослые, как правило особо возрастных ограничений не имеются.

Главным атрибутом настольной игры является сам "стол", формы которой могут быть как правило круглой, прямоугольной, квадратной, овальной, и др., в зависимости от дизайна производителя. Форма имеет большое значение, например, круглый стол очень удобен для дискуссий, переговоров, различных диспутов, групповых занятий. В ней скрыт особый символический смысл, то есть круг - это символ объединения, дружбы, бесконечности. Прямоугольные столы являются стандартными и общепринятыми в образовательной сфере. Символическое значение четырёх углов означает надёжность, четырёх сторон света, плодородие, защиту. Визуальная плоскость на которой производятся активные виды отражает символическую заселённость, то есть символ земли. Согласно Л. С. Выготскому, главной отличительной характеристикой игрового действия явялется расхождение реальной и мнимой ситуации. Создание мнимой ситуации предполагает осознанный выход за пределы реального воспринимаемого пространства, порождение новых значений и смыслов. Например, ребенок топает на месте (реальная ситуация), что означает долгий путь “за тридевять земель” (мнимая ситуация). В случае с настольными играми, то мы можем наблюдать реальную ситуацию и дети играющие в неё, как правило, переносятся от мнимой ситуации к реалистичной [5].

Детский психолог Людмила Овсянина в своем интервью упоминала, что настольные игры помогают ребенку сидеть на месте, другими словами, быть усидчивыми. Это связано с произвольным вниманием, которое необходимо в школьной среде. В тоже время настольная игра должна быть очень интересной, чтобы завлечь ребенка. Таким образом развивается любознательность, психопознавательные процессы, память, внимание, мышление, что очень важно для интеллектуального развития ребенка. Дополнительно ко всему этому, игра должна быть толковой, которая позволяет ребенку думать [1]. По мнению Татьяны Владимировны Черниговской (академик РАН), большинство людей не думают, другими словами, перестают думать. Возможности человеческого мозга настолько безграничны. В данном случае будет уместна её цитата: «Если мы ляжем на диван и будем там лежать полгода, то не сможем встать. Если мозг будет читать идиотские журналы, общаться с дураками, слушать легкую бессмысленную музыку и смотреть тупые фильмы, то не на что жаловаться. Мозг должен тяжело работать. Тяжело — ключевое слово. Мозгу должно быть трудно. Книга, которая может быть для кого-то легкая, но для вас она сложная. Фильм, который вы не понимаете. Значит, вы будете думать, читать критику. Или спектакль, где не ясно, что хотел сказать режиссер. В таком случае мозг будет занят работой».

*По форме проведения настольных игр можно разделить на:*

- индивидуальные;

- парные;

- командные (групповые).

*По направленности могут быть:*

- спортивные (настольный теннис, настольный футбол, бильярд...);

- интеллектуальные (шашки, шахматы, пазлы...).

*По содержанию решаемых задач:*

- профилактической;

- реабилитационной;

- специальной.

По нашему мнению, в каждых образовательных учреждениях должны быть такие атрибуты для взаимодействия детей друг с другом. Это является одним из хороших вариантов ликвидации детей от “гаджетов”. Полноценной ликвидации может и не быть, так как вся наша современная жизнь основывается на цифровых технологиях, но в небольших временных рамках можно помочь ребенку избежать техногенной зависимости, особенно от наручных “гаджетов”(мобильных телефонов). Однозначно эффективен в сфере буллинга, где есть травля над ребенком со стороны группы или насильника. В данном случае настольные игры способствуют объединению и сплоченности группы, что позволяет, в первую очередь, минимизировать психологическое насилие. Настольные игры могут применяться в раннем дошкольном возрасте как способ адаптации к будущим школьным занятиям. Как правило, 45 минутные уроки утомляют детей, особенно гиперактивных, неусидчивых, назойливых, шустрых. С периода 3 или 4 лет можно вовлекать детей к настольным играм, при этом каждые пол года увеливая время провождения за столом от 15 до 40-45 минут.

Мир безусловно меняется и меняется в прямом смысле этого слова. По сравнению с предыдущим поколением и предыдущим столетием, в настоящее время на нас и на детей пагубно влияет обильный информационный поток. Вся информация от СМИ, включая газеты, телефоны, телевизоры, откуда мы получаем безполезный поток травмирующей информаций для молодого поколения, напрягает могз, приводя в тревожно-паническое состояние. Настольные игры уместны как срество расслабления, где происходит перенос внимания от нереально-воображаемой тревоги (скованности физиологических мыщц, включая и мозговые) к фактически реальному действию (разжатию мыщц). Важно отметить, что дети играют меньше, чем 20-30 лет назад, их повседневные игры существенно упростились. Одна их возможных причин связана с тем, что дети все более отдаляются от взрослых, они не видят и не понимают деятельности взрослых, плохо знакомы с их трудовыми и личными отношениями.

Например, если будем использовать доступные в нашей практике шахматы и настольный теннис, будь это детский садик, школа или дополнительные курсы, в том числе домашняя обстановка, то ожидаемый или прогнозируемый результат не заставит себя ждать.

*Шахматы*, как уже доказано, тренируют мозг и расширяют интеллектуальные возможности, благоприятно влияя на умственные способности. Влияние этой игры изучено с психологической точки зрения. Человеческий мозг предрасположен к умственным тренировкам, шахматы в данном случае выступают универсальным тренажерам и не имеют аналогов по степени своей эффективности. Особенностью игры является то, что она воздействует на два полушария головного мозга. Шахматные игры так же считаются спортивными, так как в игре присутствует соперничество, азарт и дух победы. Шахматы развивают:

- Логику и логическое мышление. Все ходы игрока взамосвязаны и починяются общему плану. Ходы могут менятся в процессе игры, так как необходимо ориентироваться на существующее положение дел и динамичность развития партий;

- Анализ, то есть способность оценить ситуацию на игровой доске и на её основе построить план действий.

- Память, так как главным преимуществом игры является развитие памяти. Игрокам необходимо запомнить свои шаги, расчитать множество вариантов дальнейших действий, запоминание типовых позиций.

- Внимание. Успех в шахматах невозможен без внимательности, ведь неосторожо переместив фигуру без прикрытия, её можно потерять [3].

*Настольный теннис* для детей эффективен тем, что у них прививаются психологические и физиологические положительные качества. Фактически работают все группы мышц в теле человека, приобретая гибкость. Само собой амплитуда размаха в разные стороны возможна только тогда, когда есть движение, поэтому люди, играющие в детстве в теннис, будут более подвижны во взрослом состоянии, а подвижность и гибкость в лучшем состоянии позволяют легче выйти из трудных ситуаций. Однозначно развивается ловкость, скорость координаций, крупная и мелкая моторика. Эффективностью теннисной игры в дошкольном и в младшем школьном возрасте заключается в том, что задействована кисть. Как правило, улучшается правописание у детей. С медицинской точки зрения, когда глаза следят за мячом в различных траекториях движений, тренируются глаза, при этом улучшая зрение. В педагогике настольный теннис решает 3 единые задачи:

1. Воспитание интеллекта;

2. Воспитание нраственности;

3. Воспитание физических качеств [6].

С объективной точки зрения, настольные игры примитивны, но с точки зрения отношений играющих и вовлеченных в неё зрителей она чрезвычайно напряженная и важная.

Практически все настольные игры приспосабливают человека целеустремленности, ведь любая игра включает в себя начальный настрой, кульминационный период и стремление к успешному завершению. Настольные игры учат не только достигать намеченных целей, позволяя участникам активно двигаться и включать различные способы психофизиологических возможностей, но и способствуют системному мышлению, и, как следствие, ребенок начинает мыслить организованно с учетом имеющихся обстоятельств игры, улучшая развитие скрытых творческих задатков.

Литература

1. Десткий психолог о пользе настольный игр, [электронный ресурс]: десткий психолог отпользе настольных игр, режим доступа: <https://youtu.be/yHzYeweBjM8?si=YbKkmHVP_8igNGBS>

2. Захарова, И. Ю., Моржина, Е. В. Игровая педагогика: таблица развития, подбор и описание игр / И. Ю. Захарова, Е. В. Моржина. – М.: Теревинф, 2018. – 152 с.

3. Как шахматы влияют на интеллект. Прокачай свой мозг, [электронный ресурс]: как шахматы влияют на интеллект, режим доступа: <https://youtu.be/sGQjaXFLcRs?si=zc7_YQVVi9OcdwoW>

4. Покровская С. В., Телышева Н. Н. Практикум по терапии искусствами: учебно-методическое пособие. – Ч. 1. – М.: МГПУ, 2023.- 72 с.

5. Смирнова, Е. О. Психология и педагогика игры : учебник и практикум для вузов / Е. О. Смирнова, И. А. Рябкова. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 223 с.

6. Спорт и здоровье. Настольный теннис, [электронный ресурс]: спорт и здоровье, режим доступа: https://youtu.be/cSQIMhP0IR8?feature=shared