Шахматы: интеллектуальная игра

или настоящий спорт?

Многие люди не понимают, почему шахматы считаются спортом. Мы решили ответить на этот вопрос и разъяснить, почему профессиональные шахматисты – это такие же спортсмены, как футболисты, баскетболисты и тяжелоатлеты.



**Как определенная дисциплина становится спортом**

В каждой стране есть свое министерство спорта, у которого есть четкие критерии для признания того или иного вида деятельности спортом. Например, в Министерстве спорта России основной критерий звучит так:

«Спорт должен способствовать физическому и интеллектуальному развитию способностей человека, совершенствованию его двигательной активности и формированию здорового образа жизни».

Давайте пройдемся по этому тезису:

* **Способствуют ли шахматы интеллектуальному развитию?**

Определенно, да! Шахматы отлично тренируют логическое мышление, память и заставляют человека находить лучшее решение за минимальный отрезок времени.

* **Способствуют ли шахматы физическому развитию?**

Конечно! Посмотрите, как профессиональные гроссмейстеры [проходят сборы](https://zen.yandex.ru/media/chessmaster/trenirovki-tela--dieta-shahmatista-sovety-karlsena-i-karuany-5edf6d1f6745293fc3b6218c) перед важными турнирами. Они бегают, занимаются в тренажерном зале и подвергаются высоким физическим нагрузкам.

* **Формируют ли шахматы здоровый образ жизни?**

Естественно, формируют. Почитайте [статью](https://zen.yandex.ru/media/chessmaster/trenirovki-tela--dieta-shahmatista-sovety-karlsena-i-karuany-5edf6d1f6745293fc3b6218c) о том, как Магнус Карлсен и Фабиано Каруана следят за своим питанием и распорядком дня. Если вкратце, Магнус даже нанял повара, который ездит с ним на все чемпионаты.

* **Совершенствуют ли шахматы двигательную активность?**

Об этом пункте можно поспорить, ведь шахматистам приходится долго сидеть за доской и это явно не соответствует здоровому образу жизни. Мы готовы парировать это замечание, ведь шахматистам не обязательно сидеть, они могут спокойно стоять, ходить или даже разминаться. Можно даже [поспать](https://zen.yandex.ru/media/chessmaster/top3-sluchaia-kogda-shahmatisty-usnuli-za-stolom-v-oficialnyh-turnirah-5ee1f8e2ba381d368b844cc3), если ваша фамилия Грищук или Непомнящий)

Помимо этих требований, у каждого вида спорта есть такие критерии, как:

* Болельщики
* Турниры
* Единые правила
* Трансляции

Все это есть и у шахмат. Так почему же возникает этот странный вопрос:

**«Почему шахматы – это спорт?»**

Дело в том, что у большинства людей есть стереотип, что спортсмен – это атлет, главными критериями которого являются хорошо развитые физические способности. Однако этот не так. Атлеты могут запросто быть шахматистами, как и шахматисты - атлетами.