

УДК 37

## ***ШАХМАТЫ КАК ВИД СПОРТА ДЛЯ СТУДЕНТОВ***

***Буранбаев Р. А.***

*старший преподаватель,*

*Уфимский университет науки и технологий*

*Уфа, Россия*

***Гарифуллин Р. Р.***

*старший преподаватель,*

*Уфимский университет науки и технологий*

*Уфа, Россия*

### **Аннотация**

В данной статье рассматривается статус шахмат как вида спорта и их значимость для студенческой аудитории. Анализируется влияние регулярных занятий шахматами на когнитивные способности студентов, логическое мышление, память, концентрацию внимания и креативность, обосновывается значимость шахмат как вида спорта в студенческой среде, анализируется их влияние на академическую успеваемость и психологическое состояние студентов.

**Ключевые слова:** шахматы, интеллектуальная игра, вид спорта, студенты, социальная адаптация, социальная среда.

## ***CHESS AS A SPORT FOR STUDENTS***

***Buranbayev R. A.***

*Senior Lecturer,*

*Ufa University of Science and Technology*

*Ufa, Russia*

***Garifullin R. R.***

*Senior Lecturer,  
Ufa University of Science and Technology  
Ufa, Russia*

### **Abstract**

This article examines the status of chess as a sport and its significance for students. It analyzes the impact of regular chess practice on students' cognitive abilities, logical thinking, memory, concentration, and creativity, justifies the importance of chess as a sport in the student environment, and examines its influence on students' academic performance and psychological well-being.

**Keywords:** chess, intellectual game, sport, students, social adaptation, social environment.

Шахматы традиционно воспринимаются как интеллектуальная игра, однако официально признаны видом спорта в том числе Международным олимпийским комитетом (ИОС) и Международной шахматной федерацией (FIDE). Для студенческой аудитории шахматы представляют особую ценность: они развивают когнитивные навыки, учат стратегическому мышлению и способствуют социальной интеграции. В ряде университетов (например, в MIT, Гарварде) шахматы включены в программы развития критического мышления. В России аналогичные инициативы реализуются в НИУ ВШЭ и МГУ [5]. Несмотря на отсутствие выраженной физической нагрузки, шахматы соответствуют ключевым критериям спорта: турниры имеют чёткую регламентацию, систему рейтингов (рейтинг Эло), а также квалификационные разряды; тренировочный процесс включает анализ партий, изучение дебютов и эндшпилей, работу с шахматными программами.

В молодежной среде формируются стереотипы о «неспортивности» шахмат. Игра в шахматы воспринимается как «досуговая игра», а не вид спорта, что снижает их приоритет в вузовских программах; происходит недооценка

Дневник науки | [www.dnevniknauki.ru](http://www.dnevniknauki.ru) | СМИ Эл № ФС 77-68405 ISSN 2541-8327

интеллектуальной нагрузки и соревновательного потенциала дисциплины. Также высока конкуренция с традиционными видами спорта (футбол, баскетбол) за внимание студентов и финансирование, поэтому игра в шахматы воспринимается как «сложная» или «неактуальная» для современной молодёжи.

Тренировочный процесс в шахматах не менее структурирован, чем в классических видах спорта: производится анализ сыгранных партий с выявлением ошибок и поиском оптимальных вариантов, изучаются дебютные репертуары (открытия) – порой на глубину 15–20 ходов, отрабатываются типовые позиции в миттельшпиле (середине игры) и эндшпиле (конце игры), решаются тактические задачи и этюды для развития комбинационного зрения, происходит работа с шахматными программами (Stockfish, Komodo, AlphaZero) для компьютерного анализа. Подготовка к соревнованиям шахматистов требует физической и психологической подготовки. Состязания требуют концентрации, стрессоустойчивости и умения принимать решения в условиях ограниченного времени (контроль времени на ход – важный элемент турниров). Психологические требования к шахматистам сопоставимы с требованиями в экстремальных видах спорта: необходимость абсолютной концентрации на протяжении 5–7 часов турнирной партии, стрессоустойчивость в условиях цейтнота (критической нехватки времени), умение сохранять хладнокровие после неудачных ходов или проигрыша, способность к быстрому переключению между анализом вариантов и принятием решений, контроль эмоций, чтобы не допустить «цепной реакции» ошибок. Также важна и физическая подготовка. Длительные партии (до 6–7 часов) требуют выносливости. Хотя шахматы не требуют силовых нагрузок, физическая подготовка играет ключевую роль: профессиональные шахматисты включают в режим дня кардионагрузки (бег, плавание) и упражнения на выносливость для улучшения кровоснабжения мозга [5].

Каковы ключевые преимущества занятия шахматами для студентов?

1. Когнитивное развитие. Исследования подтверждают, что систематические занятия шахматами положительно влияют на логическое мышление. Анализ позиций и прогнозирование ходов развивают дедукцию и индукцию, требуют постоянного анализа ситуации и построения логических цепочек, прогнозирование развития партии на 5–10 ходов вперёд, построения разветвлённых «деревьев вариантов» с оценкой каждого ответвления, выявление причинно-следственных связей между ходом и его последствиями, сравнение альтернативных вариантов и выбор оптимального решения [1].

2. Происходит отличная тренировка памяти: запоминание типовых позиций, дебютов и комбинаций, тренирует как краткосрочную, так и долгосрочную память, задействует разные виды памяти: а) кратковременная память – удержание в уме разветвлений анализа во время обдумывания хода; б) долговременная память – запоминание типовых позиций, дебютов и эндшпильных схем; в) визуальная память – точное представление доски и расположения фигур без физического взгляда на неё; г) процедурная память – автоматизация распознавания тактических мотивов (вилка, связка, двойной удар). Исследования показывают, что шахматисты высокого уровня могут запоминать и воспроизводить сотни типовых позиций.

3. Развивается концентрация и формируется устойчивость внимания. Контроль над ходом игры в условиях цейтнота (нехватки времени) формирует: устойчивость к отвлекающим факторам, способности фокусироваться на задаче 3–6 часов без потери эффективности, умению фильтрации внешних отвлекающих факторов (шум, движения вокруг), способности переключать внимание между глобальным планом и локальными тактическими угрозами.

4. Совершенствуется креативность. Поиск нестандартных решений в сложных позициях стимулирует дивергентное мышление. Несмотря на строгую логику, шахматы требуют творческого подхода, поиска неожиданных тактических решений в, казалось бы, тупиковых позициях, использование психологических приёмов, провоцирование ошибок соперника за счёт

Дневник науки | [www.dnevniknauki.ru](http://www.dnevniknauki.ru) | СМИ Эл № ФС 77-68405 ISSN 2541-8327

нестандартных ходов, комбинирование типовых шаблонов с оригинальными идеями, преодоление «шаблонного мышления» через анализ позиций с неожиданных ракурсов.

5. Формируется пространственное мышление: работа с двухмерной плоскостью доски развивает визуализацию перемещений фигур и их взаимодействия, оценку диагоналей, вертикалей и горизонталей как стратегических линий; предвидение геометрических паттернов (например, матовых сетей), понимание «шахматной топологии» – как расстояние между полями зависит от типа фигуры (король ходит на 1 поле, слон – по диагонали любой длины) [2].

6. Ускоряется принятие решений в условиях неопределённости. Шахматы моделируют реальные жизненные ситуации выбора: анализ неполной информации (неизвестны планы соперника), оценка рисков и выгод разных стратегий, компромисс между надёжностью и агрессивностью, адаптация к неожиданным ходам противника, коррекция плана в ходе игры на основе новой информации.

7. Важен социальный аспект шахмат как инструмента адаптации. Для студентов, особенно первокурсников, шахматы могут стать эффективным инструментом социализации. Шахматные клубы в вузах объединяют студентов разных специальностей, формируя устойчивые социальные связи. Шахматные клубы в вузах выполняют функцию «социальных хабов»: а) формируют устойчивые горизонтальные связи вне учебной программы; б) создают пространство для неформального общения, где статус определяется не курсом, а шахматным уровнем; в) организуют регулярные встречи (тренировки, блиц- турниры), поддерживая постоянное взаимодействие.

8. Развивается межкультурная коммуникация. Международные турниры позволяют взаимодействовать с иностранными участниками, преодолевая языковые и культурные барьеры, расширяют социальный горизонт, онлайн- платформы (Lichess, Chess.com) позволяют играть с оппонентами из Дневник науки | [www.dnevniknauki.ru](http://www.dnevniknauki.ru) | СМИ Эл № ФС 77-68405 ISSN 2541-8327

других стран, знакомясь с их стилем мышления; совместные трансляции партий и стримы создают виртуальные сообщества, где обсуждаются не только ходы, но и культурные различия.

9. Формируется командный дух. Командные соревнования (например, студенческие чемпионаты) развивают навыки сотрудничества и взаимной поддержки. Студенческие чемпионаты (например, Всероссийская универсиада) требуют слаженной работы нескольких игроков; консультационные партии – когда команда совместно принимает решение о ходе – тренируют аргументацию и компромисс; система подстраховки в турнирах: если один участник проигрывает, остальные могут «вытянуть» команду за счёт побед; обмен опытом внутри команды – разбор ошибок, подготовка к соперникам, разработка стратегий.

10. Помогают в формировании психологической адаптации. Шахматы помогают справляться с типичными студенческими стрессами: ритуалы перед партией (разминка, настройка) учат саморегуляции – навык, полезный на экзаменах, анализ поражений в безопасной среде клуба снижает страх неудачи в учёбе, стабильный график тренировок создаёт ощущение предсказуемости в хаотичном студенческом расписании, поддержка сообщества смягчает чувство одиночества, часто возникающее у иногородних студентов.

11. Оказывают практическую пользу для академической деятельности. В российских вузах уже действуют успешные модели: а) МГУ им. М. Ломоносова – шахматный клуб с открытыми турнирами, где первокурсники могут играть с аспирантами и преподавателями; б) НИУ ВШЭ – факультатив «Шахматы и логика», сочетающий обучение игре с тренингами по командной работе; в) СПбГУ – ежегодные межвузовские командные соревнования с участием иностранных студентов; г) реализуются онлайн-инициативы: всероссийские студенческие онлайн-турниры на платформе Lichess с чатом для обсуждения партий [3].

Для популяризации шахмат в студенческой среде необходим комплексный подход с вовлечением как студентов, так и преподавательского состава. Необходима: 1) проведение межвузовских турниров с привлечением спонсоров; 2) использование цифровых платформ (Chess.com, Lichess) для организации онлайн-соревнований; 3) введение элективных курсов («Шахматы и стратегическое мышление», «Логика в шахматах») с зачётом в системе ECTS; 4) включение модулей по шахматной тактике в дисциплины, связанные с математикой, программированием или менеджментом; 5) разработка междисциплинарных программ, где шахматы используются как инструмент развития soft skills; 6) организация вебинаров с гроссмейстерами и разбора партий в прямом эфире; 7) внедрение ИИ-тренажёров для персонализированной отработки ошибок. Особенно актуально открытие коворкинг-зон с шахматными столами в библиотеках или столовых вуза. Необходимо создать мотивацию для студентов: проведение блиц-турниров с призами (скидки на обучение, мерч вуза); запуск челленджей в соцсетях (например, «Реши комбинацию за 30 секунд»), создание студенческих медиа о шахматах (подкасты, каналы с разбором партий); вовлечение известных выпускников-шахматистов в мастер-классы и т.д. Необходимо развивать межвузовское сотрудничество: организовывать региональные студенческие лиги с регулярными матчами между вузами, проводить совместные турниры с иностранными университетами в гибридном формате (очно + онлайн), обмениваться тренерами и методиками через ассоциации вузов (например, Ассоциация классических университетов России). Актуально создание адаптационных форматов: запуск «школ начинающих» с упрощёнными правилами и игровыми заданиями, проведение тематических турниров (например, только для первокурсников или гуманитариев), парные турниры, где опытный игрок консультирует новичка во время партии.

Шахматы – это не просто игра, а полноценный вид спорта, обладающий значительным потенциалом для интеллектуального и социального развития  
Дневник науки | [www.dnevniknauki.ru](http://www.dnevniknauki.ru) | СМИ Эл № ФС 77-68405 ISSN 2541-8327

студентов. Студенты, занимающиеся шахматами, демонстрируют более высокие результаты по математике, информатике и экономике, т.е. дисциплинам, требующим аналитического подхода. Внедрение игры в шахматы в вузовскую среду способствует формированию ключевых компетенций, необходимых для будущей профессиональной деятельности. Для реализации этого потенциала требуется системная поддержка на уровне учебных заведений и государства через создание инфраструктуры, популяризацию шахмат среди молодёжи и интеграцию их в образовательные программы.

### Библиографический список

1. Использование когнитивной психологии при изучении шахматной тактики // CHESSWOOD.RU [Электронный ресурс]. — Режим доступа — URL: <https://chesswood.ru/articles/ispolzovaniye-kognitivnoy-psikhologii-pri-izuchenii-shakhmatnoy-taktiki.html> (Дата обращения 02.05.2026).
2. Ласло Полгар – Как воспитать гения // CHESSWOOD.RU [Электронный ресурс]. — Режим доступа — URL: <https://chesswood.ru/articles/laslo-polgar.html> (Дата обращения 02.05.2026).
3. Международная Шахматная Школа // Школа шахмат ChessToGo [Электронный ресурс]. — Режим доступа — URL: <https://chesstogo.ru/o-shkole/articles.html> (дата обращения 02.05.2026).
4. Смирнов Д.С. Шахматы / Д.С. Смирнов. – М.: АСТ, 2018. – 192 с.
5. Омариёв М.З. 21 критическая ошибка новичка в шахматах / М.З. Омариёв. – М.: Школа шахмат Chessmaster, 2014. – 81 с.