*«Мозговой штурм»*

В рамках плана мероприятий **социального проекта «Курское долголетие» 22** февраля 2022 года в канун дня Защитника Отечества в ОБУСО «КЦСОН Медвенского района» для граждан пожилого возраста прошло спортивное мероприятие «Мозговой штурм». Участникам было предложено поиграть в шахматы и шашки, которые, как и любая другая интеллектуальная активность, сохраняют ясность ума и молодость души, тренируют мозг, развивают логическое мышление, а главное – эти виды спорта не имеют ограничений по возрасту.

В процессе этой деятельности нужно запоминать предыдущие ходы противника, постоянно вспоминать правила, помнить о своих предыдущих действиях и об опыте завершенных игр. Благодаря игре в шахматы и шашки пожилые люди постоянно поддерживают активную умственную деятельность, что замедляет **старение организма. Так же настольные игры** помогают организовать досуг пожилых людей, предоставляют им возможность общаться, повышают социальную активность.

Теплая дружественная атмосфера, которая подтвердила статус шахмат и шашек как самых интеллектуальных игр, наблюдалась в процессе состязания. У всех присутствующих осталось много впечатлений и положительных эмоций!