



# ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ

## ΤΙ ΕΝΝΟΟΥΜΕ ΛΕΓΟΝΤΑΣ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ

Στις 17 Απριλίου, 2005, τέσσερις ομοσπονδίες συναντήθηκαν υπό την αιγίδα του General Association of International Sports Federations (GAISF) και αποφάσισαν να δημιουργήσουν το International Mind Sport Association (IMSA).

Το IMSA αποτελείται από πέντε παιχνίδια, κυρίως το Μπριτζ, το Σκάκι, το Draughts, το Go και το Xiang Qi. Υπάρχουν πάνω από 400 Εθνικές Ομοσπονδίες και πάνω από 500 εκατομμύρια παίκτες που ασχολούνται με τα παιχνίδια αυτά.

Τα πνευματικά παιχνίδια είναι, κατά πρώτο λόγο, ένα βοήθημα στα σχολεία, κυρίως για μαθητές με μαθησιακές δυσκολίες.

Τα πνευματικά παιχνίδια παίζουν ρόλο στα ακόλουθα

- Συμπεριφορά (civic education)
- Λογική τοποθέτηση του μυαλού
- Τεχνικές του μυαλού ( αριθμητική, στατιστική)
- Μνήμη
- Συγκέντρωση

Τα Πνευματικά παιχνίδια διδάσκονται στα σχολεία σε πολλές χώρες σε όλο τον κόσμο. Σε διάφορα εξέχοντα Πανεπιστήμια αποτελεί μέρος της διδακτέας ύλης τους.

Εάν η σωματική άσκηση θεωρείται βασική για τον άνθρωπο, απαραίτητο συμπλήρωμα είναι και η πνευματική άσκηση.

Τα πνευματικά παιχνίδια είναι μοναδική άσκηση μυαλού για άνδρες και γυναίκες όλων των ηλικιών.

Ενισχύουν το αμυντικό μας σύστημα σύμφωνα με μελέτες επιστημόνων του UC Berkeley.

Το Μπριτζ ή άλλα πνευματικά παιχνίδια ελαττώνουν σημαντικά την πιθανότητα ανάπτυξης ασθενειών του μυαλού κυρίως μεταξύ των ηλικιωμένων ατόμων.

Τα πνευματικά παιχνίδια είναι ευεργετικά σε ανθρώπους όλων των ηλικιών και, ειδικά το Μπριτζ, μπορεί να παίζεται από όλη την οικογένεια για πολλά χρόνια.