

Sudoku

Jednym ze sposobów dbania o nasz umysł i stałe zapewnianie mu wyzwań jest sudoku. Współczesna wersja sudoku pojawiła się po raz pierwszy w Japonii w latach 80. XX wieku, na świecie gra ta stała się popularna dopiero nieco ponad dekadę temu.

Łamigłówka ta złożona jest z planszy o bokach 9x9 pól. Naszym celem jest takie uzupełnienie dostępnych 81 pól, aby w każdym rzędzie, kolumnie i w każdym z zaznaczonych kwadratów 3x3 umieścić po jednej cyfrze od 1 do 9.

Obecnie można znaleźć sudoku w wielu gazetach codziennych i tygodnikach. W kioskach i punktach z prasą możesz również za kilka złotych kupić zestaw 100, 200 czy nawet 500 plansz do wypełnienia. Właściwie nieograniczoną ilość diagramów do wydrukowania i wypełnienia możesz znaleźć w internecie. Jeśli nie radzisz sobie jeszcze z komputerem, poproś o pomoc rodzinę lub sąsiadów.

Jak poradzić sobie z wypełnieniem sudoku? Znanych jest wiele technik i metod rozwiązywania tej łamigłówki. Książeczki z planszami sudoku zawierają zwykle krótki opis zasad wypełniania diagramu. Dla początkujących polecamy szczegółowy opis rozwiązywania sudoku "krok po kroku" zawarty w książce "Żyj pełnią życia".



Więcej materiałów do ściągnięcia: www.zyjpełniazycia.pl

Kup książkę aktywnego seniora: www.zyjpełniazycia.pl/sklep

Polub nas na Facebooku:

www.facebook.com/aktywnosceniore