

DLACZEGO WARTO ROZWIĄZYWAĆ SUDOKU



Jaka jest historia Sudoku?

Początki Sudoku sięgają „magicznych/łacińskich kwadratów”, które pojawiły się już w 1780 roku. Jednak prawdziwa wzmianka o tej logicznej łamigłówce pojawiła się w amerykańskiej gazecie pod nazwą „Number Place”, czyli w tłumaczeniu „Miejsce liczby”. Na początku lat 80-tych dotarła do Japonii, gdzie ją udoskonalono i nadano nazwę „Sudoku”. Na zachodzie pojawiła się w 2004 roku, a w Polsce jest znana od 2005. Pierwsze Sudoku w naszym kraju opublikowała gazeta Polityka.



Jak wygląda diagram Sudoku?

Klasyczne Sudoku to diagram 9x9 składający się z 81 pól. Jest on podzielony na mniejsze kwadraty 3x3. Żeby rozwiązać Sudoku, nie trzeba wykonywać skomplikowanych działań matematycznych. Trzeba wykazać się cierpliwością, koncentracją i logicznym myśleniem. Każde Sudoku ma tylko jedno rozwiązanie. Jak znaleźć rozwiązanie? Należy w każdym wierszu, każdej kolumnie, i w każdym z dziewięciu mniejszych kwadratów umieścić cyfry od 1 do 9. Od czego zacząć? Należy przyjrzeć się dokładnie wszystkim kwadratom i sprawdzić, które kratki są puste, w tym samym czasie sprawdzając wiersz i kolumnę tej kratki, w poszukiwaniu cyfry, której brakuje. Do uzupełniania diagramu najlepiej użyć ołówka, gumka też się przyda. Pytania pomocnicze, które sobie będziemy zadawać rozwiązując Sudoku: Jeżeli dana cyfra jest już w tym kwadracie, to czy może się znaleźć gdzieś indziej w tym samym wierszu lub w kolumnie? Czy w tej kratce mogę wpisać tą cyfrę, jeżeli ona już jest w tym wierszu czy kolumnie?



Jaki wpływ na nasze zdrowie ma regularne rozwiązywanie Sudoku?

Badania dowodzą, że rozwiązywanie Sudoku poprawia pamięć, koncentrację, jasność myślenia, chroni przed takimi chorobami mózgu jak choroba Alzheimera. Nasz mózg, żeby dobrze funkcjonować potrzebuje regularnej dawki ćwiczeń. Wyobraźcie sobie, że ta rozrywka powoduje opóźnienie starzenia się. Więc śmiało możemy powiedzieć, że Sudoku przedłuża nam życia o kilka ładnych lat ☺