

# ВВЕДЕНИЕ

Эта рабочая тетрадь содержит простые и эффективные упражнения для тренировки памяти и внимания, развития логического мышления и улучшения концентрации. Они основаны на японской системе КЕНКЕН, которую придумал педагог из Йокогамы Тэцуя Миямото. Сначала он просто хотел помочь ученикам, сделать так, чтобы на уроках им было не скучно. В результате Миямото изобрел интеллектуальный тренажер для мозга, который любят и знают уже 3 000 000 человек в Японии и США, Австралии и Германии, Индии и Арабских Эмиратах. «КенКен» в переводе с японского означает «мудрость в квадрате». Научно доказано, что КенКен развивает когнитивные способности у молодых людей и поддерживает активность мозга после 30 лет.

Вот основные правила КенКен:

- Нужно заполнить сетку так, чтобы строки и столбцы содержали полный набор цифр, но ни в строках, ни в столбцах они не повторялись (однако в обведенном жирной линией блоке цифры повторяться могут).
- Количество цифр, которые можно использовать, зависит от размера сетки. Если в пазле КенКен только 3 клетки в высоту и 3 в ширину (пазл  $3 \times 3$ ), мы можем использовать цифры от 1 до 3, в пазле  $4 \times 4$  – цифры от 1 до 4, и так далее.
- В блоке указан знак арифметического действия (сложения, вычитания, умножения или деления). Если мы произведем это действие над всеми цифрами в блоке, то в результате получим число в левом верхнем углу блока.

## KENKEN. Puzzles That Make You Smarter

- В пазлах КенКен используется 4 арифметических действия. Если вы видите символ + (сложение), это значит, что число в углу со знаком (+) должно быть получено путем сложения всех цифр в блоке, а если видите символ × (умножение), то число в углу должно быть получено путем умножения всех цифр в блоке. Если же в клетке указан символ – (вычитание), то число в углу должно быть получено путем вычитания из большей цифры меньшей. В блоках со знаком деления (÷) число в углу должно быть получено путем деления большей цифры на меньшую.
- Если же блок состоит всего из одной клетки и не содержит знака какого-то действия, то мы просто вписываем цифру, указанную в левом верхнем углу, в эту клетку.

Имейте в виду, что в самых сложных пазлах вообще нет знаков арифметических действий.

Теперь, когда вы знаете правила КенКен, давайте попробуем вместе решить пазл, приведенный для примера<sup>1</sup>.

Прежде всего надо заполнить блок из одной клетки. Здесь таких два, и мы просто вписываем туда цифры, указанные в левом верхнем углу каждой клетки, – 1 и 3. Посмотрим на левый верхний блок, состоящий из 2 клеток (3+). Так как это пазл  $3 \times 3$  (т.е. мы можем использовать только цифры от 1 до 3),

то число 3 мы можем получить так:  $2 + 1 = 3$ . Поскольку верхняя строка уже содержит цифру 1, а нижняя строка – цифру 3 (которую мы написали в самом начале), то в столбце мы можем использовать только цифру 2. Очень хорошо!

3+	1	8+
3	3+	

1. Советуем при разборе этого примера отдельно перерисовать себе этот пазл и подставлять в него цифры согласно разбору (прим. пер.).

Смотрим на правый верхний блок 8+. Поскольку получить 8 путем сложения трех цифр от 1 до 3 можно только одним способом ( $3 + 2 + 3$ ), то эти цифры и будут стоять в трех клетках блока. Но в верхней строке уже стоят цифры 1 и 2, значит, третьей цифрой в этой строке может быть только 3. Отлично!

Теперь посмотрим на нижний блок из двух клеток 3+. Это число возможно получить только одним способом:  $2 + 1 = 3$ . Так как правый столбец уже заполнен цифрами 3 и 2, в нижнюю клетку столбца мы можем поставить только цифру 1. Соответственно, в последней клетке будет цифра 2. Пазл решен. Прекрасно!

Помните, что ход ваших мыслей – это чистая логика и никакие догадки здесь не нужны.

В этой книге вы найдете 200 легких пазлов: 170 пазлов  $3 \times 3$  и 30 пазлов  $4 \times 4$ . Степень трудности возрастает постепенно, а в конце книги вас ждут ответы, по которым можно себя проверить.

Засекайте время и следите за тем, чтобы с каждым днем время на выполнение задания сокращалось. Для информации: лучшие игроки в КенКен заполняют сетку всего за одну минуту.

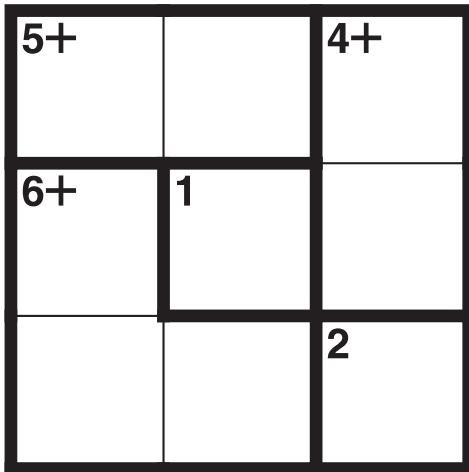
**Прокачай мозг!  
CAN YOU KENKEN?**

1	2	3
3	2	1
2	1	1

8+      3+      3+

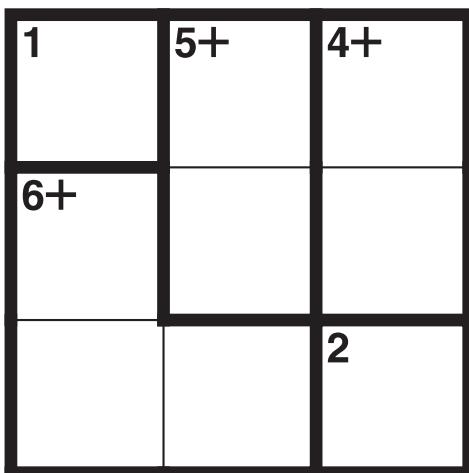
## KENKEN. Puzzles That Make You Smarter

1



ВРЕМЯ ВЫПОЛНЕНИЯ

2

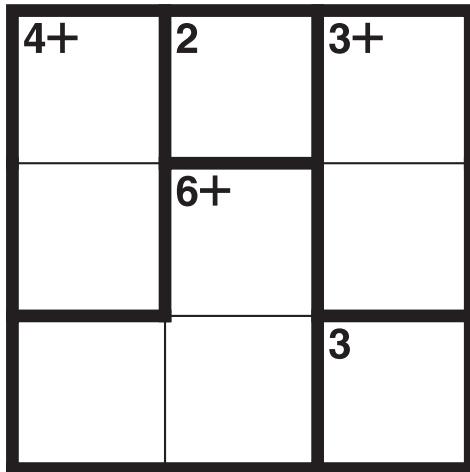


ВРЕМЯ ВЫПОЛНЕНИЯ

## МОЗГ В ТОНУСЕ

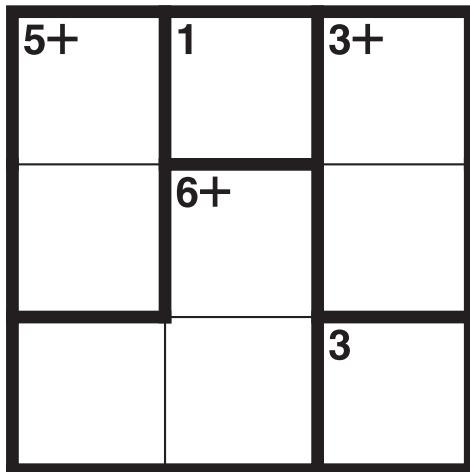
---

3



ВРЕМЯ ВЫПОЛНЕНИЯ

4



ВРЕМЯ ВЫПОЛНЕНИЯ

## KENKEN. Puzzles That Make You Smarter

5

$3+$		$6+$
$3$		
$4+$		$2$

ВРЕМЯ ВЫПОЛНЕНИЯ

6

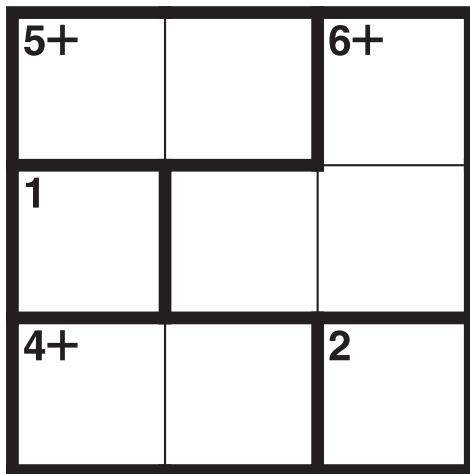
$4+$		$3+$
$6+$	$2$	
		$3$

ВРЕМЯ ВЫПОЛНЕНИЯ

## МОЗГ В ТОНУСЕ

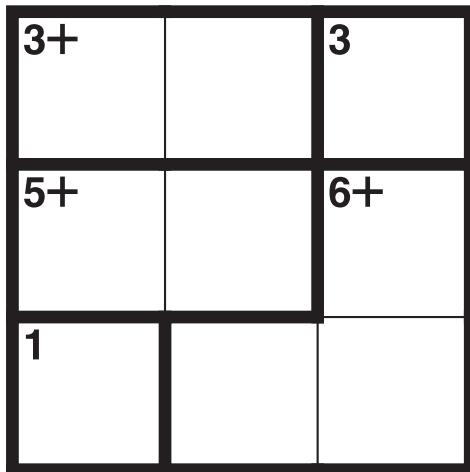
---

7



ВРЕМЯ ВЫПОЛНЕНИЯ

8



ВРЕМЯ ВЫПОЛНЕНИЯ

## KENKEN. Puzzles That Make You Smarter

9

3	6+	
3+		
5+		1

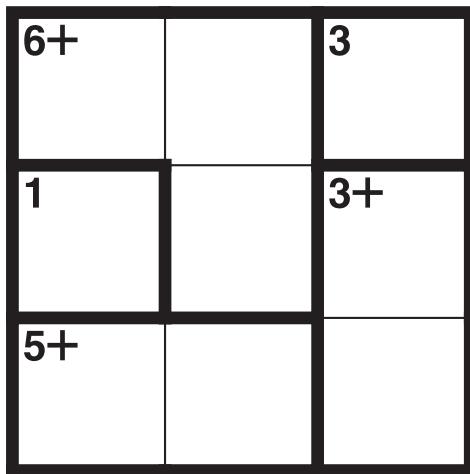
ВРЕМЯ ВЫПОЛНЕНИЯ

10

3	3+	4+
6+		
		2

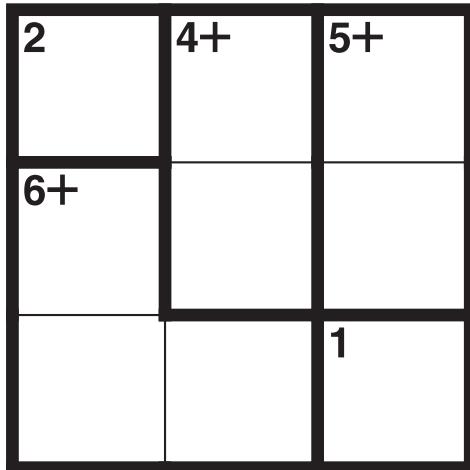
ВРЕМЯ ВЫПОЛНЕНИЯ

11



ВРЕМЯ ВЫПОЛНЕНИЯ

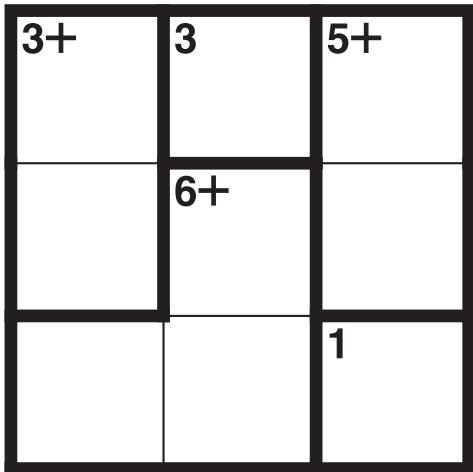
12



ВРЕМЯ ВЫПОЛНЕНИЯ

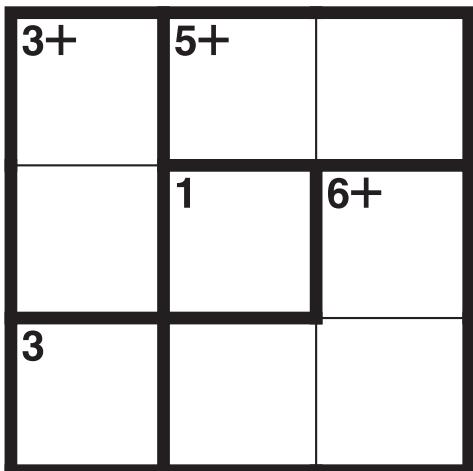
## KENKEN. Puzzles That Make You Smarter

13



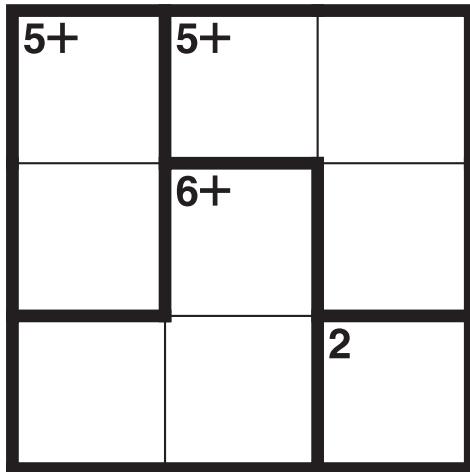
ВРЕМЯ ВЫПОЛНЕНИЯ

14



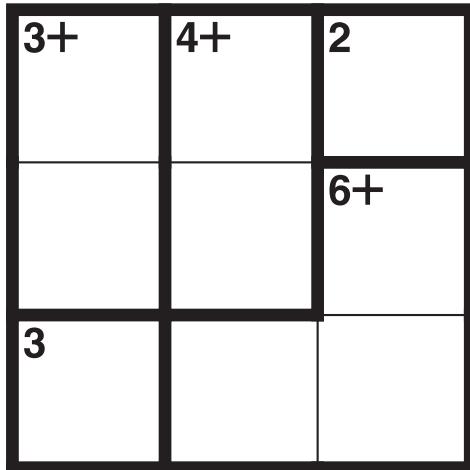
ВРЕМЯ ВЫПОЛНЕНИЯ

15



ВРЕМЯ ВЫПОЛНЕНИЯ

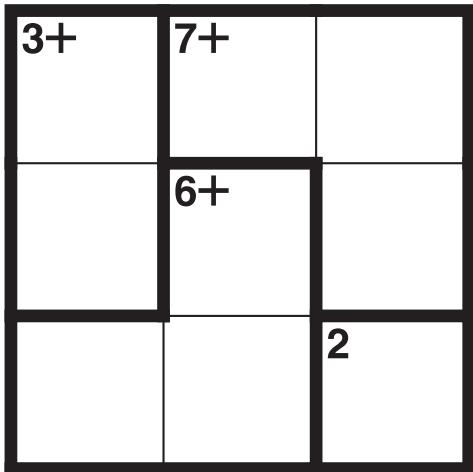
16



ВРЕМЯ ВЫПОЛНЕНИЯ

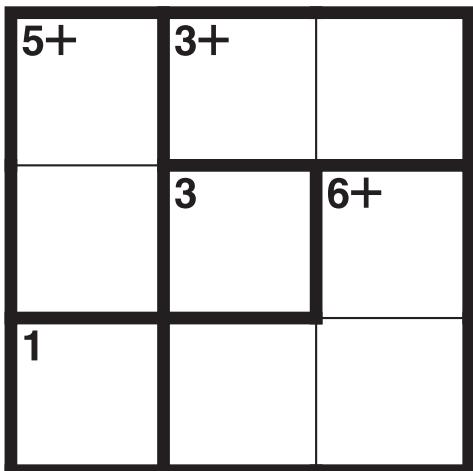
## KENKEN. Puzzles That Make You Smarter

17



ВРЕМЯ ВЫПОЛНЕНИЯ

18



ВРЕМЯ ВЫПОЛНЕНИЯ

19

5+	3+	
	6+	3
1		

ВРЕМЯ ВЫПОЛНЕНИЯ

20

6+		2
1		4+
5+		

ВРЕМЯ ВЫПОЛНЕНИЯ