

# 研修で使える頭の体操 20

(集合研修・オンライン研修用)

# <頭の体操>

## <場面>

- 研修の途中での休憩時(コーヒースタイル)
- 研修の始まる前に(リラックスさせるために)
- 研修が合宿の場合は、夜のミーティングの時など
- 研修時に、皆が疲れたり、場面転換が必要になった時
- 相互にコミュニケーションが必要になった時
- 研修が、頭を使うテーマの時(創造性開発、問題解決、ロジカルシンキング等)

## <時間>

- 時間は1設問5分程度ですので、10分行う場合は、2, 3設問を選んで実施してください。(設問によって10分かかるものもあります)
- 設問を複数選ぶ場合は、カテゴリーの違うものを組み合わせてください。
- まず設問を出し、個人で考えさせるか、ペアで考えさせ、考えたことを発表させ、最後に解答(正解)を発表してください。
- 頭の体操で、研修に結びつくことがあったら、その説明をいれるのもよいでしょう。

# ＜頭の体操 設問一覧＞

1.認知の固定化

2.連想ゲーム

3.オセロ

4.見方を変えよ

5.知覚的制約

6.三角と四角

7.いじわるクイズ

8.9点つなぎ

9.ナンバー3をあてよう

10.クイズお札の大きさ

11.数字の魔術

12.疑問を持つとう

13.ノーベル賞クイズ

14.立方体はいくつか

15.ピラミッド

16.コインの大きさ

17.回転数は

18.間違い発見

19.スポーツ英語

20.アナログ時計

# 設問 1. 認知の固定化

次の図に2本の直線を入れて、三角形を5つ作りなさい。

