

Управление образования администрации Гурьевского муниципального  
округа муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 11»

Принята на заседании  
Педагогического совета  
МАОУ «СОШ № 11»  
от «31» августа 2023 г.  
Протокол № 1

Утверждаю:  
Директор МАОУ «СОШ №1  
Т.А.Сук  
«31» августа 2023  
Приказ №115

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа  
интеллектуальной направленности  
«Ментальная арифметика»**

Стартовый уровень  
Возраст обучающихся: 7-9 лет  
Срок реализации: 1 год

Составитель:  
Ошкина Дарья  
Александровна,  
учитель математики

## Оглавление

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы.....	3
1.1 Пояснительная записка.....	3
1.2 Цель и задачи программы .....	4
1.3 Содержание программы .....	5
1.3.1 Учебно-тематический план.....	7
1.3.2 Календарно-тематический план .....	7
1.4 Планируемые результаты.....	11
Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий.....	13
2.1 Календарно-учебный график .....	13
2.2. Условия реализации программы .....	13
2.3. Формы контроля.....	144
2.4. Оценочные материалы.....	14
2.5 Методы обучения.....	15
2.6 Список литературы .....	15

## РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

### Пояснительная записка

Программа «Ментальная арифметика» — это система развития мозга, основанная на использовании абакуса, который позволяет решать арифметические задачи любой сложности. Программа основана на применении методики гармоничного развития умственных и творческих способностей детей, которая содействует полному раскрытию интеллектуального и творческого потенциала ребенка.

Ментальная арифметика способствует:

- развитию межполушарного взаимодействия;
- развитию навыков быстрого счета и наиболее полному раскрытию интеллектуального и творческого потенциала;
- развитию уверенности в собственных силах;
- улучшению концентрации внимания.

Программа «Ментальная арифметика» разработана для обучения учащихся 2 (вторых) классов.

Ключевыми преимуществами занятий является комплексное развитие ребенка. Используются задания на логику и пространственное мышление, а с помощью развивающих игр тренируется внимание, наблюдательность и смекалка. Занятия способствуют развитию внутренней мотивации обучения. Работа в группе помогает детям улучшить навыки коммуникации и взаимодействия.

Основные принципы программы:

Комплексность. Развитие ребёнка – комплексный процесс, в котором развитие одной познавательной функции (например, счет) определяет и дополняет развитие других.

Соответствие возрастным и индивидуальным возможностям. Программа обучения строится в соответствии с психофизическими закономерностями возрастного развития.

Постепенность. Пошаговость и систематичность в освоении и формировании учено значимых функций, следование от простых и доступных заданий к более сложным, комплексным.

Адекватность требований и нагрузок, предъявляемых ребёнку в процессе занятий, способствует оптимизации занятий, повышению эффективности. Переход к новому этапу обучения только после полного усвоения — материала предыдущего этапа.

Повторяемость. Цикличность повторения материала, позволяющая формировать и закреплять полученные умения и знания.

Взаимодействия. Совместное взаимодействие учителя и ребенка направлено на создание условий для более успешной реализации способностей ребёнка. Повышается уровень познавательного и интеллектуального развития детей.

**Важно** не забывать, что ментальная арифметика не заменяет школьную программу математики, но дополняет и поддерживает ее изучение.

### **Цель и задачи программы**

Цель программы: создание условий для раскрытия потенциала правого полушария головного мозга, развитие интеллектуальных и творческих способностей детей, повышение интереса к изучению математики, улучшение навыков счета.

#### Основные задачи:

1. Развить практические навыки логического мышления обучающихся посредством задействования совместной работы левого и правого полушарий головного мозга;
2. Улучшить зрительную и слуховую память;
3. Повысить способности к концентрации и внимательность;
4. Развить творческий потенциал обучающегося, исходя из его природных способностей;
5. Повысить общий интеллектуальный уровень обучающегося, в том числе интерес к точным наукам – арифметике и математике.

### 1.3 Содержание программы

#### Вводная часть. Конструкция абакуса. Набор чисел.

Ознакомление с методикой ментальной арифметика. История ее возникновения и распространения по миру. Приведение научных данных о влиянии системы ментальной арифметика на развитие мозга и творческих способностей личности. Виды абакуса и его конструкция (большой абакус, маленький абакус). Понятия «братья» и «друзья». Основные правила набора чисел и работы руками («правило большого и указательного пальца»). Использование бусинок для счета от 1 до 9. Выполнение заданий преподавателя (тренера). Интеллектуальная игра «Ice-breaker». Порядок набора двухзначных чисел от 10 до 99 на абакусе. Выполнение заданий преподавателя (тренера). Интеллектуальная игра «Body Code». Повторение пройденного материала. Порядок набора трехзначных чисел на абакусе. Выполнение заданий преподавателя (тренера).

#### Повторение набора чисел на абакусе. Операции «простое сложение», «простое вычитание». Операции «простое сложение и простое вычитание» на ментальной карте.

Повторение порядка набора двухзначных и трехзначных чисел на абакусе. Операция «Простое сложение» на абакусе. Выполнение заданий преподавателя (тренера) в том числе на скорость. Порядок выполнения операции «простое сложение» для двухзначных и трехзначных цифр. Интеллектуальные игры «Сено-солома», «Фрукты-овощи» из пособия «Brain Fitness». Интеллектуальные игры «Look Look», «Body Code» из пособия «Brain Fitness». Ментальная карта и принцип работы с ней. Выполнение заданий преподавателя (тренера). Интеллектуальная игра «2 города и имя». Повторение сложения одно и двухзначных чисел на ментальной карте и с помощью программы «Абакус». Операция «Простое вычитание» с двухзначными и трехзначными числами на абакусе, с помощью ментальной карты и программы «Абакус». Выполнение заданий преподавателя (тренера) в том числе и с использованием программы «Абакус». Интеллектуальные игры «Робокоп», «33», «Цветные картонки». Операции «простое сложение и простое вычитание» двухзначных чисел на ментальном уровне. Выполнение заданий преподавателя (тренера).  
Промежуточное тестирование: олимпиада первого уровня.

#### Операции «Сложение и вычитание 5»: Метод «помощь брата». Операции «Сложение и вычитание 5» на ментальной карте.

Сложение и вычитание с помощью верхней бусинки 5 («помощь брата»). Выполнение заданий преподавателя (тренера). Интеллектуальная игра «Body Code» из пособия «Brain Fitness». Сложение и вычитание с помощью верхней бусинки 5 на ментальной карте («помощь брата»). Выполнение заданий преподавателя (тренера) с чередованием задач на сложение и вычитание по программе с ментальной картой или без нее (в уме). Переход на

ментальный уровень: сложение и вычитание с помощью верхней бусинки 5 («помощь брата»). Проверка счета в уме на сложение и вычитание простым методом и «помощь брата».

Промежуточное тестирование: олимпиада второго уровня.

Операция «Сложение и вычитание 10»: Метод «помощь друга». Операции «Сложение и вычитание 10» на ментальной карте.

Изучение состава числа 10 и метода «Сложение с помощью друга +9». Выполнение заданий

преподавателя (тренера). Повторение состава числа 10. Изучение метода «Сложение с помощью друга +8». Выполнение заданий преподавателя (тренера). Изучение метода «Сложение с помощью друга +7». Выполнение заданий преподавателя (тренера). Изучение метода «Сложение с помощью друга +6». Выполнение заданий преподавателя (тренера). Изучение метода «Сложение с помощью друга +5». Выполнение заданий преподавателя (тренера). Изучение метода «Сложение с помощью друга +4». Выполнение заданий преподавателя (тренера).

Изучение метода «Сложение с помощью друга +3». Выполнение заданий преподавателя (тренера). Изучение метода «Сложение с помощью друга +2». Выполнение заданий преподавателя (тренера). Изучение метода «Сложение с помощью друга +1». Изучение метода «Вычитание с помощью друга -9». Выполнение заданий преподавателя (тренера). Изучение метода «Вычитание с помощью друга - 8». Выполнение заданий преподавателя (тренера). Изучение метода «Вычитание с помощью друга - 7». Выполнение заданий преподавателя (тренера). Изучение метода «Вычитание с помощью друга - 6». Выполнение заданий преподавателя (тренера). Изучение метода «Вычитание с помощью друга - 5». Выполнение заданий преподавателя (тренера). Изучение метода «Вычитание с помощью друга - 4». Выполнение заданий преподавателя (тренера). Изучение метода «Вычитание с помощью друга - 3». Выполнение заданий преподавателя (тренера). Изучение метода «Вычитание с помощью друга - 2». Выполнение заданий преподавателя (тренера). Изучение метода «Вычитание с помощью друга - 1». Выполнение заданий преподавателя (тренера).

Промежуточное тестирование: олимпиада третьего уровня.

Операция «Сложение и вычитание 11-14»: Комбинированный метод. Операции «Сложение и вычитание 11-14» на ментальной карте.

Знакомство

с комбинированным методом (применение двух методов одновременно: «помощь брата» и «помощь друга»). Выполнение заданий преподавателя (тренера). Различные интеллектуальные игры из пособия «Brain Fitness». Операции «Сложение и Вычитание» комбинированным методом. Выполнение заданий преподавателя (тренера).

Промежуточное тестирование: олимпиада четвертого уровня

### 1.3.1 Учебно-тематический план

№	Тема раздела	Кол-во часов
1	Знакомство с Ментальной арифметикой	3
2	Простое сложение и вычитание	12
3	Сложение и вычитание с помощью 5. Метод «Помощь брата»	12
4	Сложение и вычитание с помощью 10. Метод «Помощь друга»	21
5	Сложение и вычитание комбинированным методом	11
6	Завершение курса	1

Программа рассчитана на 60 учебных часов, по 2 часа в неделю.

### Календарно-тематический план

№	Название темы	Кол-во часов
<b><i>Знакомство с Ментальной арифметикой</i></b>		<b>3</b>
1	Знакомство с детьми. Знакомство с ментальной арифметикой	1
2	Абакус и его конструкция: «братья» и «друзья»	1
3	Правила передвижения бусинок, использование большого и указательного пальцев. Тренировка пальцев	1
<b><i>Простое сложение и вычитание</i></b>		<b>12</b>
4	Знакомство с числами 1-4 на абакусе. Изучение цифр 1-4 на абакусе. Добавление и вычитание на абакусе чисел 1-4	1
5	Выполнение заданий на добавление и вычитание на абакусе чисел 1-4	1
6	Изучение чисел 5-9 на абакусе. Добавление и вычитание на абакусе чисел 5-9	1
7	Выполнение заданий на простое сложение и вычитание в пределах 1-9	1
8	Набор чисел от 10 до 99	1
9	Определение чисел с абакуса. Набор чисел от 10 до 99	1
10	Выполнение упражнений на простое сложение и вычитание в пределах 10-99	1
11	Набор трехзначных чисел от 100 до 999 на абакусе	1
12	Простое сложение. Примеры на простое сложение	1
13	Простое вычитание. Примеры простое вычитание	1

14	Выполнение упражнений на простое вычитание и сложение в пределах 100-999	1
15	Закрепление пройденного. Решение примеров на простое сложение и вычитание	1
<b><i>Сложение и вычитание с помощью 5. Метод «Помощь брата»</i></b>		<b><i>12</i></b>
16	Сложение с помощью пятерки методом «Помощь брата». Формула сложения с 5: $+1=+5-4$ и базовое упражнение к ней: $4+1$	1
17	Формула сложения с 5: $+2=+5-3$ и базовые упражнения к ней: $3+2$ и $4+2$	1
18	Формула сложения с 5: $+3=+5-2$ и базовые упражнения к ней: $2+3$ , $3+3$ , $4+3$	1
19	Формула сложения с 5: $+4=+5-1$ и базовые упражнения к ней: $1+4$ , $2+4$ , $3+4$ , $4+4$	1
20	Закрепление пройденного. Выполнение — базовых упражнений на сложение с 5	1
21	Вычитание с помощью пятерки методом «Помощь брата». Формула вычитания с помощью пятерки: $-4=-5+1$ и базовое упражнение к ней: $5-4$ , $6-4$ , $7-4$ , $8-4$	1
22	Формула вычитания с помощью пятерки: $-3=-5+2$ и базовые упражнения к ней: $5-3$ , $6-3$ , $7-3$	1
23	Формула вычитания с помощью пятерки: $-2=-5+3$ и базовые упражнения к ней: $5-2$ и $6-2$	1
24	Формула вычитания с помощью пятерки: $-1=-5+4$ и базовые упражнения к ней: $5-1$	1
25	Закрепление пройденного. Сложение и вычитание с пятеркой методом «Помощь брата»	1
26	Решение примеров на сложение и вычитание с 5 методом «Помощь брата»	1
27	Сложение с 10 методом «Помощь друга»	1
<b><i>Сложение и вычитание с помощью 10. Метод «Помощь друга»</i></b>		<b><i>21</i></b>
28	Формула добавления с помощью десятки: $+9=+10-1$ и базовые упражнения к ней $1+9$ , $2+9$ , $3+9$ , $4+9$ , $6+9$ , $7+9$ , $8+9$ , $9+9$ . Решение специально подобранных примеров.	1



29	Формула добавления с помощью десятки: $+8=+10-2$ и базовые упражнения к ней: $2+8, 3+8, 4+8, 7+8, 8+8, 9+8$ . Решение специально подобранных примеров.	1
30	Формула добавления с помощью десятки: $+7=+10-3$ и базовые упражнения к ней $3+7, 4+7, 8+7, 9+7$ . Решение специально подобранных примеров	1
31	Формула добавления с помощью десятки: $+6=+10-4$ и базовые упражнения к ней $4+6, 9+6$ . Решение специально подобранных примеров.	1
32	Формула добавления с помощью десятки: $+5=+10-5$ и базовые упражнения к ней $5+5, 6+5, 7+5, 8+5, 9+5$ . Решение специально подобранных примеров.	1
33	Формула добавления с помощью десятки: $+4=+10-6$ и базовые упражнения к ней $6+4, 7+4, 8+4, 9+4$ . Решение специально подобранных примеров.	1
34	Формула добавления с помощью десятки: $+3=+10-7$ и базовые упражнения к ней: $7+3, 8+3, 9+3$ . Решение специально подобранных примеров.	1
35	Формула добавления с помощью десятки: $+2=+10-8$ и базовые упражнения к ней: $8+2, 9+2$ . Решение специально подобранных примеров.	1
36	Формула добавления с помощью десятки: $+1=+10-9$ и базовые упражнения к ней: $9+1$ . Решение специально подобранных примеров.	1
37	Закрепление пройденного. Решение примеров на сложение с 10.	1
38	Вычитание с 10 методом «Помощь друга»	1
39	Формулы вычитания с помощью десятки $-9=-10 +1$ и базовые упражнения к ней: $10-9, 11-9, 12-9, 13-9, 15-9, 16-9, 17-9, 18-9$ . Решение специально подобранных примеров	1
40	Формулы вычитания с помощью десятки $-8 = -10 +2$ и базовые упражнения к ней: $10-8, 11-8, 12-8, 15-8, 16-8, 17-8$ . Решение специально подобранных примеров.	1
41	Формулы вычитания с помощью десятки $-7 = -10 +3$ и базовые упражнения к ней: $10-7, 11-7, 15-7, 16-7$ . Решение специально подобранных примеров	1

42	Формулы вычитания с помощью десятки: $-6 = -10 + 4$ и базовые упражнения к ней: 10-6, 15-6. Решение специально подобранных примеров.	1
43	Формулы вычитания с помощью десятки: $-5 = -10 + 5$ и базовые упражнения к ней: 10-5, 11-5, 12-5, 13-5, 14-5. Решение специально подобранных примеров	1
44	Формулы вычитания с помощью десятки: $-4 = -10 + 6$ и базовые упражнения к ней: 10-4, 11-4, 12-4, 13-4. Решение специально подобранных примеров	1
45	Формулы вычитания с помощью десятки: $-3 = -10 + 7$ и базовые упражнения к ней: 10-3, 11-3, 12-3. Решение специально подобранных примеров.	1
46	Формулы вычитания с помощью десятки: $-2 = -10 + 8$ и базовые упражнения к ней: 10-2, 11-2. Решение специально подобранных примеров.	1
47	Формулы вычитания с помощью десятки: $-1 = -10 + 9$ и базовые упражнения к ней: 10-1. Решение специально подобранных примеров.	1
48	Закрепление пройденного. Решение примеров на вычитание с десяткой методом «Помощь друга».	1
<b><i>Сложение и вычитание комбинированным методом</i></b>		<b><i>11</i></b>
49	Сложение комбинированным методом	1
50	Формула сложения комбинированным методом: $+6 = +11 - 5$ или $+10 - 4$ ( $-5 + 1$ ) и базовые упражнения к ней: $5 + 6$ , $6 + 6$ , $7 + 6$ , $8 + 6$	1
51	Формула сложения комбинированным методом: $+7 = +12 - 5$ или $+10 - 3$ ( $-5 + 2$ ) и базовые упражнения к ней: $5 + 7$ , $6 + 7$ , $7 + 7$	1
52	Формула сложения комбинированным методом: $+8 = +13 - 5$ или $+10 - 2$ ( $-5 + 3$ ) и базовые упражнения к ней: $5 + 8$ , $6 + 8$	1
53	Формула сложения комбинированным методом: $+9 = +14 - 5$ или $+10 - 1$ ( $-5 + 4$ ) и базовые упражнения к ней: $5 + 9$	1
54	Вычитание комбинированным методом	1
55	Формулы вычитания комбинированным методом: $-6 = -11 + 5$ или $-10 + 4$ ( $+5 - 1$ ) и базовые упражнения к ней: 11-6, 12-6, 13-6, 14-6	1
56	Формулы вычитания комбинированным методом: $-7 = -12 + 5$ или $-10 + 3$ ( $+5 - 2$ ) и базовые упражнения к ней: 12-7, 13-7, 14-7	1

57	Формулы вычитания комбинированным методом: $-8 = -13 + 5$ или $-10 + 2$ ( $+5 - 3$ ) и базовые упражнения к ней: 13-8, 14-8	1
58	Формулы вычитания комбинированным методом: $-9 = -14 + 5$ или $-10 + 1$ ( $+5 - 4$ ) и базовое упражнение к ней: 14-9	1
59	Закрепление пройденного. Выполнение заданий на сложение и вычитание комбинированным методом.	1
<i>Завершение курса</i>		<i>1</i>
60	Итоговое занятие. Повторение пройденного материала	1

### **Планируемые результаты.**

#### Предметные:

- быстро считать в уме (примеры на сложение и вычитание чисел на соробане);
- понимать суть арифметических действий;
- легко справляться с решением примеров;
- концентрировать и распределять внимание.

#### Личностные:

- развитие любознательности, сообразительности при выполнении разнообразных заданий проблемного и эвристического характера;
- развитие внимательности, настойчивости, целеустремленности, умения преодолевать трудности качеств весьма важных в практической деятельности любого человека;
- воспитание чувства справедливости, ответственности;
- развитие самостоятельности суждений, независимости и нестандартности мышления.

#### Метапредметные:

##### Регулятивные УУД:

- сравнивать разные приемы действий, выбирать удобные способы для выполнения конкретного задания;
- применять изученные способы учебной работы и приёмы вычислений для работы с числовыми головоломками;
- анализировать правила игры.

#### Коммуникативные УУД:

- действовать в соответствии с заданными правилами;
- включаться в групповую работу;
- участвовать в обсуждении проблемных — вопросов, высказывать собственное мнение и аргументировать его;
- выполнять пробное учебное действие, фиксировать индивидуальное затруднение в пробном действии;
- аргументировать свою позицию в коммуникации, учитывать разные мнения, использовать критерии для обоснования своего суждения;
- сопоставлять полученный (промежуточный, итоговый) результат с заданным условием;
- контролировать свою деятельность: обнаруживать и исправлять ошибки.

#### Познавательные УУД:

- использование приобретённых математических знаний для описания и объяснения окружающих предметов, процессов, явлений, а также для оценки их количественных и пространственных отношений;
- овладение основами логического и алгоритмического мышления, пространственного воображения и математической речи, основами счёта, измерения, прикидки результата и его оценки, наглядного представления данных в разной форме (таблицы, схемы, диаграммы), записи и выполнения алгоритмов;
- умения выполнять устно строить алгоритмы и стратегии в игре, исследовать, распознавать и изображать геометрические фигуры, работать с таблицами, схемами, графиками и диаграммами, цепочками, представлять, анализировать и интерпретировать данные.

## **РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ**

### **2.1 Календарно-учебный график**

Начало занятий: в соответствии с календарным графиком школы

Окончание занятий: в соответствии с календарным графиком школы

Продолжительность занятий: 30 недель Форма обучения: очная

Формы организации занятий: групповые занятия.

Количество детей в группе: до 15 человек

Продолжительность занятий: 45 минут

### **2.2. Условия реализации программы**

#### ***Материально-технические условия***

Занятия проводятся в учебном кабинете, в светлом помещении, отвечающем санитарно-гигиеническим требованиям.

Техническое оборудование: ПК, интерактивная доска, проектор.

Материальное оборудование: демонстрационный абакус, индивидуальные абакусы для учащихся, флэш-карты, карточки для письма двумя руками, ментальные карты.

#### ***Методические условия***

Для успешной реализации дополнительной общеобразовательной программы «Ментальная арифметика» необходимы следующие методические условия:

- дидактический материал;
- методическая и учебная литература;
- мультимедийные материалы, компьютерные программные средства;
- методические разработки учебных занятий, методические пособия.

### **2.3. Формы контроля**

***Система оценки достижения результатов деятельности предусматривает:***

- оценку достижений учащихся;
- оценку эффективности внеурочной деятельности.

***Оценка достижения результатов деятельности:***

- представление коллективного результата деятельности группы обучающихся;
- индивидуальная оценка результатов каждого обучающегося.

***Формы подведения итогов реализации программы:***

В конце года проводится мониторинг по приобретенным навыкам.

Уровни освоения программы:

**ДОСТАТОЧНЫЙ** – ребёнок пассивен в работе. Не владеет основными полученными знаниями.

**СРЕДНИЙ** – ребёнку нравится выполнять задания с числами. Ребёнок допускает ошибки в работе, но исправляет их с небольшой помощью педагога.

**ВЫСОКИЙ** – ребёнок активен при выполнении операции с числами. Самостоятелен при выполнении заданий.

Данные критерии являются основанием лишь для оценки индивидуального развития ребенка.

### **2.4. Оценочные материалы**

Текущий контроль уровня усвоения материала осуществляется по результатам выполнения учащимися самостоятельных работ (решение примеров, решение примеров на время). Присутствует как качественная, так и количественная оценка деятельности. Качественная оценка базируется на анализе уровня мотивации учащихся, их общественном поведении, самостоятельности в организации учебного труда. Количественная оценка предназначена для снабжения учащихся объективной информацией об овладении ими учебным материалом и производится по пятибалльной системе.

## 2.5 Методы обучения

В реализации Программы используются следующие методы обучения: словесный, наглядный практический, объяснительно-иллюстративный, частично-поисковый, проблемный, игровой. В воспитательном процессе используется убеждение, упражнение, стимулирование, мотивация.

В содержание занятий включена постоянная смена деятельности детей: предусмотрена совместная работа с педагогами, самостоятельная деятельность, разминка, лого ритмика, корригирующая гимнастика, пальчиковые игры, логические игры и задания, активные игры и игры малой подвижности, беседы, работа в тетрадях, работа у доски, работа на компьютерах, математические игры, работа по развитию мелкой моторики.

### Структура занятия:

Организационная часть – 5 мин. (сюда же входит разбор имеющихся вопросов при самостоятельном выполнении заданий дома);

10 мин. работа у доски по очереди;

7 мин. работа на абакусе. Самостоятельная проверка заданий, исправление ошибок;

5 мин. физминутка, подвижные математические игры;

8 мин. ментальная работа;

7 мин. работа в онлайн платформе;

Итог занятия – 3 мин.

## 2.6 Список литературы

1. Багаутдинов Р., Ганиев Р. Ментальная арифметика. Знакомство. – М.: Траст, 2015. - 116 с.
2. Бенджамин А. Секреты ментальной математики. 2014— ISBN: N/A.
3. Маслан Би. Ментальная арифметика. – Издательство: Издательские решения, 2017.
4. Ментальная арифметика «Абакус» Сборник заданий 1,2; 2019 г.
5. Ментальная арифметика «Абакус» Упражнения к урокам, 2019г.

6. Софуоглу Эрташ. Ментальная арифметика. Сложение и вычитание. Часть 1. – М.: Траст, 2015. – 70 с.
7. Софуоглу Эрташ. Ментальная арифметика. – М.: Траст, 2015. — 70с.