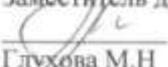
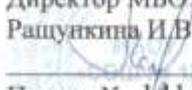


Департамент образования Администрации города Ноябрьска
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 12»
муниципального образования город Ноябрьск

«Рассмотрено»
на заседании методического
объединения педагогов по
организации внеурочной
деятельности в рамках
реализации ФГОС
Протокол №1
от «29» августа 2018 года

Руководитель методического
объединения: 
Муртазина Н.А.

«Согласовано»:
Заместитель директора

Глухова М.Н.
от «30» августа 2018 года

«Утверждено»
Директор МБОУ «СОШ № 12»
Рацункина И.В.

Приказ № 141/2-од
от «31» августа 2018 года

**Рабочая программа
по внеурочной деятельности
«Ментальная арифметика»**

для 1 – х классов

2 часа в неделю (всего 68 часов)

Составитель:

учитель начальных классов Мелентьева Н.И.

2018 - 2019 уч. г

Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Ментальная арифметика» составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, на основе основной образовательной программы начального общего образования МБОУ «СОШ №12», плана внеурочной деятельности МБОУ «СОШ №12», примерной программы внеурочной деятельности Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное и основное образование/ В.А. Горский, А.А. Тимофеев, Д.В. Смирнов и др.; под ред. В.А. Горского. – 3-е изд. – М.: Просвещение, 2013. – 111 с. – (Стандарты второго поколения)), авторской методической концепции линии УМК «Ментальная арифметика» (Пособие для педагогов «Ментальная арифметика» / автор Логачева Александра Вячеславовна. - Новосибирск, 2015г.)

Общая характеристика курса внеурочной деятельности

Курс внеурочной деятельности «Ментальная арифметика» реализуется 1год, рассчитан на 68 часов, 2 часа в неделю.

Цель курса: развитие интеллектуального потенциала и творческих способностей детей, а также возможностей восприятия и обработки информации, через использование методики устного счета.

Задачи курса:

- формирование навыков устного счета без использования электронных вычислительных устройств;
- развитие памяти и внимания через выполнение заданий на онлайн-платформе;
- развитие мелкой моторики для активации внутреннего интеллектуального и творческого потенциала ребенка;
- развитие познавательной активности через применение технологий деятельностного подхода.

Промежуточная аттестация проводится в соответствии с «Положением о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации учащихся» в форме, утвержденной планом внеурочной деятельности МБОУ «СОШ №12».

Результаты освоения курса внеурочной деятельности в 1 классе

Личностные

- *оценивать* жизненные ситуации (поступки, явления, события) с точки зрения собственных ощущений (явления, события), в предложенных ситуациях отмечать конкретные поступки, которые можно *оценить*, как хорошие или плохие;
- *называть и объяснять* свои чувства и ощущения от созерцаемых произведений искусства, объяснять своё отношение к поступкам с позиции общечеловеческих нравственных ценностей;
- самостоятельно *определять* и *объяснять* свои чувства и ощущения, возникающие в результате созерцания, рассуждения, обсуждения, самые простые общие для всех людей правила поведения (основы общечеловеческих нравственных ценностей);
- в предложенных ситуациях, опираясь на общие для всех простые правила поведения, *делать выбор*, какой поступок совершить;

Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД:

- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий;
- учиться высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией;
- с помощью учителя объяснять выбор наиболее подходящих для выполнения задания материалов и инструментов;
- учиться готовить рабочее место и выполнять практическую работу по предложенному учителем плану с опорой на образцы, рисунки;
- выполнять контроль точности действий с помощью шаблона;

Планируемые результаты реализации программы:

Учащиеся получают возможность знать:

- о пользе обучения ментальной арифметике;
- правила работы на инструменте «абакус»;

- правила сложения вычитания чисел на абакусе;
 - правила набора двузначных и трехзначных чисел на абакусе;
- Учащиеся получат возможность уметь:
- эффективно обрабатывать получаемую головным мозгом разносторонней информации;
 - усовершенствовать навыки устного счета и логического мышления;
 - четко и быстро решать поставленные разнообразные задачи;
 - считать на абакусе;
 - считать ментально;
 - использовать полученные знания в личностном развитии.

Содержание курса внеурочной деятельности «Ментальная арифметика».

1 уровень обучения: простое сложение и вычитание, метод «Помощь брата» (38 часов)

Абакус и его конструкция. Правила передвижения косточек. Использование большого и указательного пальцев. Цифры и числа от 1 до 4. Набор чисел от 1 до 4. Повторить правила набора чисел на абакусе от 1 до 4. Цифры и числа от 5 до 9. Набор чисел от 5 до 9. Обозначение 0 на абакусе. Повторить правила набора чисел на абакусе от 0 до 9. Сравнение чисел. Больше/меньше. Сравнение чисел. Больше/меньше. Сложение. Сложение. Счет на ментальной карте. Сложение по цепочке: 3 слагаемых. Сложение (ментальный счет). Сложение по цепочке: 3 слагаемых. Вычитание. Вычитание. Счет на ментальной карте. Вычитание по цепочке: 3 числа. Вычитание (ментальный счет). Смешанные примеры. Числа от 10 до 20. Набор чисел от 10 до 20 на абакусе. Простое сложение и вычитание в пределах 20. Смешанные примеры на сложение и вычитание в пределах 20 (на ментальной карте). Смешанные примеры на сложение и вычитание в пределах 20 (ментальный счет). Числа от 10 до 99. Набор чисел от 10 до 99 на абакусе. Счет десятками. Простое сложение и вычитание десятками. Простое сложение и вычитание на абакусе и на ментальной карте в пределах 99. Простое сложение и вычитание в пределах 99 (ментальный счет). Цепочечное сложение в пределах 99: (на абакусе, ментальной карте и ментальный счет). Смешанные примеры в пределах 99 (на абакусе, на ментальной карте и ментальный счет). Числа от 100 до 999. Набор чисел от 100 до 999. Счет сотнями. Сложение и вычитание. Простое сложение и вычитание в пределах 999 на абакусе. Ментальный счет 2х значные числа. Повторение. Метод «помощь брата» Правило кулачка 4+1. Метод «помощь брата» Правило кулачка 4+2. Метод «помощь брата» Правило кулачка 4+3. Метод «помощь брата» Правило кулачка 4+4. Метод «Помощь брата»: 4+1, 4+2, 4+3, 4+4

2 уровень обучения: метод «Помощь друга» (26 ч)

Метод «помощь друга». Правило сложения 9+9. Метод «помощь друга». Правило сложения 9+8. Метод «помощь друга». Правило сложения 9+7. Метод «помощь друга». Правило сложения 9+6. Метод «помощь друга». Правило сложения 9+5. Метод «помощь друга». Правило сложения 9+4. Метод «помощь друга». Правило сложения 9+3. Метод «помощь друга». Правило сложения 9+2. Метод «помощь друга»: все правила. Метод «помощь друга». Сложение по цепочке: 1-значные числа: 5-6 слагаемых. Метод «помощь друга». Сложение по цепочке: 1-значные и 2-значные числа: 5-6 слагаемых. Метод «помощь друга». Сложение по цепочке: 1-значные и 2-значные числа: 5-6 слагаемых. Метод «помощь друга». Правило вычитания 10-9. Метод «помощь друга». Правило вычитания 10-8. Метод «помощь друга». Правило вычитания 10-7. Метод «помощь друга». Правило вычитания 10-6. Метод «помощь друга». Правило вычитания 10-5. Метод «помощь друга». Правило вычитания 10-4. Метод «помощь друга». Правило вычитания 10-3. Метод «помощь друга». Правило вычитания 10-2. Метод «помощь друга» Правило вычитания 10-1. Метод «помощь друга»: все правила вычитания. Метод «помощь друга». Смешанные примеры. Сложение и вычитание. Программой предусмотрены групповые занятия, которые проводятся 2 раза в неделю. Время занятий включает 45 минут учебного времени с обязательным 15-минутным перерывом)

Формы занятий:

- по количеству детей, участвующих в занятии: коллективная, групповая;
- по особенностям коммуникативного взаимодействия: практикум, тренинг, семинар, ролевая и деловая игра;
- по дидактической цели: вводные занятия, занятия по углублению знаний, практические занятия, комбинированные формы занятий.

Виды деятельности: игровая, познавательная.

Календарно-тематическое планирование

№п/п	Дата		Название раздела. Тема занятия, тип занятия: <i>теоретическое, практическое</i>	к/ч	Содержание по теме занятий
	план	факт			
1 уровень обучения: простое сложение и вычитание, метод «Помощь брата»					
1			Абакус и его конструкция. Правила передвижения косточек. Использование большого и указательного пальцев. Цифры и числа от 1 до 4. Набор чисел от 1 до 4.	1	Познакомить с абакусом, его конструкцией, правилом передвижения косточек, учить набирать числа от 1 до 4, развивать память, внимание.
2.			Повторить правила набора чисел на абакусе от 1 до 4 Цифры и числа от 5 до 9. Набор чисел от 5 до 9. Обозначение 0 на абакусе.	1	Повторить набор чисел на абакусе от 1 до 4, учить набирать числа от 5 до 9, познакомить с обозначением нуля на абакусе, развивать воображение, память, внимание, пространственное мышление.
3			Повторить правила набора чисел на абакусе от 0 до 9.	1	Закрепить представления детей о правилах набора чисел от 0 до 9 на абакусе, развивать воображение, память, внимание
4			Сравнение чисел. Больше/меньше	1	Учить детей сравнивать по количеству группы предметов и использовать для сравнения знаки <, >, =;
5			Сравнение чисел. Больше/меньше	1	развивать память, внимание, мышление, восприятие. Закреплять умение сравнивать группы предметов по количеству и использовать для сравнения знаки <, >, =; развивать память, внимание, мышление, восприятие.
6			Сложение.	1	Формировать представление о сложении как объединении групп предметов, о записи сложения с помощью знака +; развивать память, внимание, мышление, восприятие.

7			Сложение. Счет на ментальной карте. Сложение по цепочке: 3 слагаемых	1	Формировать навык вычисления с помощью ментальной карты; учить складывать по цепочке – три слагаемых, развивать память, внимание, мышление, восприятие
8			Сложение (ментальный счет). Сложение по цепочке: 3 слагаемых.	1	Продолжать учить выполнять вычисления с помощью ментальной карты, учить считать ментально, продолжать учить считать по цепочке – три слагаемых, используя абакус, развивать память, внимание, мышление, восприятие.
9			Вычитание	1	Познакомить детей с арифметическим действием – вычитание, со знаком минус, формировать умение решать примеры на вычитание с помощью абакуса, развивать память, внимание, мышление, восприятие.
10			Вычитание. Счет на ментальной карте. Вычитание по цепочке: 3 числа	1	Продолжать формировать умение решать примеры на вычитание с помощью абакуса, учить производить вычисления с помощью ментальной карты, развивать память, внимание, мышление, восприятие.
11			Вычитание (ментальный счет). Вычитание по цепочке: 3 числа	1	Учить вычитать ментально, развивать память, внимание, мышление, восприятие.
12			Сложение и вычитание. Смешанные примеры.	1	Учить производить вычисления на вычитание и сложение на абакусе, ментальной карте и ментально, развивать память, внимание, мышление, восприятие.
13			Числа от 10 до 20 Набор чисел от 10 до 20 на абакусе. Простое сложение и вычитание в пределах 20.	1	Познакомить с числами от 10 до 20, учить набирать их на абакусе, используя две руки, ввести понятие десятков, учить складывать и вычитать числа в пределах 20 (простое сложение и вычитание), развивать память, внимание, мышление, воображение.
14			Смешанные примеры на сложение и вычитание в пределах 20 (на ментальной карте)	1	Закреплять представление о числах от 10 до 20, продолжать учить набирать их на абакусе, используя две

15			Смешанные примеры на сложение и вычитание в пределах 20 (ментальный счет).	1	руки, учить складывать и вычитать числа в пределах 20 (простое сложение и вычитание) на ментальной карте, развивать память, внимание, мышление, воображение. Закреплять представление о числах от 10 до 20, продолжать учить набирать их на абакусе, используя две руки, учить складывать и вычитать числа в пределах 20 (простое сложение и вычитание) ментально, развивать память, внимание, мышление, воображение.
16			Числа от 10 до 99. Набор чисел от 10 до 99 на абакусе. Счет десятками. Простое сложение и вычитание десятками.	1	Познакомить с образованием двузначных чисел (10-99), учить набирать их на абакусе, используя две руки, учить складывать и вычитать числа в пределах 90 десятками (простое сложение и вычитание) на абакусе, развивать память, внимание, мышление, воображение.
17			Простое сложение и вычитание на абакусе и на ментальной карте в пределах 99	1	Отрабатывать навык набора двузначных чисел (до 99) на абакусе, используя две руки, учить складывать и вычитать числа в пределах 99 (простое сложение и вычитание) на абакусе и ментальной карте, развивать память, внимание, мышление, воображение.
18			Простое сложение и вычитание в пределах 99 (ментальный счет)	1	Учить складывать и вычитать числа в пределах 99 (простое сложение и вычитание) ментально, продолжать отрабатывать навык набора двузначных чисел (до 99) на абакусе, используя две руки, развивать память, внимание, мышление, воображение.
19			Цепочечное сложение в пределах 99: (на абакусе, ментальной карте и ментальный счет)	1	Учить складывать числа по цепочке (3-4 слагаемых) на абакусе, ментальной карте и ментально, развивать память, внимание, мышление, воображение.
20			Цепочечное вычитание в пределах 99 (на абакусе, на ментальной карте и ментальный счет)	1	Учить вычитать числа по цепочке (2-3 вычитаемых) на абакусе, ментальной карте и

					ментально, развивать память, внимание, мышление, воображение.
21			Смешанные примеры в пределах 99 (на абакусе, на ментальной карте и ментальный счет)	1	Учить решать смешанные примеры (на сложение и вычитание) в пределах 99 на абакусе, ментальной карте и ментально, развивать память, внимание, мышление, воображение.
22			Числа от 100 до 999. Набор чисел от 100 до 999. Счет сотнями. Сложение и вычитание	1	Познакомить с разрядным составом трехзначных чисел, разрядом «сотни», учить набирать числа от 100 до 999 на абакусе, учить складывать и вычитать трехзначные числа на абакусе, развивать память, внимание, мышление, воображение.
23			Простое сложение и вычитание в пределах 999 на абакусе Ментальный счет 2х значные числа.	1	Продолжать учить складывать и вычитать трехзначные числа на абакусе, продолжать считать ментально двузначные числа, развивать память, внимание, мышление, воображение.
24			Повторение	1	Закреплять умение складывать и вычитать трехзначные числа на абакусе, умение считать ментально двухзначные числа, умение вычислять цепочки из однозначных чисел на абакусе и ментально, развивать память, внимание, мышление, воображение.
25			Метод «помощь брата» Правило кулачка 4+1.	1	Познакомить детей с правилом кулачка 4+1, актуализировать знания о составе числа 5, отрабатывать навык счета на абакусе, ментальной карте и ментально, используя правила кулачка 4+1, развивать память, внимание, мышление, воображение.
26			Метод «помощь брата» Правило кулачка 4+2	1	Познакомить детей с правилом кулачка 4+2, повторить состав числа 5, отрабатывать навык счета на абакусе, ментальной карте и ментально, используя правила

					кулачка 4+2, развивать память, внимание, мышление, воображение.
27			Метод «помощь брата» Правило кулачка 4+3	1	Познакомить детей с правилом кулачка 4+3, отрабатывать навык счета на абакусе, ментальной карте и ментально, используя правила кулачка 4+3, развивать память, внимание, мышление, воображение.
28			Метод «помощь брата» Правило кулачка 4+4	1	Познакомить детей с правилом кулачка 4+4, отрабатывать навык счета на абакусе, ментальной карте и ментально, используя правила кулачка 4+4, развивать память, внимание, мышление, воображение.
29			Метод «Помощь брата»: 4+1, 4+2, 4+3, 4+4	1	Повторить все правила кулачка на сложение, отрабатывать навык счета на абакусе, ментальной карте и ментально, используя все правила кулачка на сложение, развивать память, внимание, мышление, воображение.
30			Метод «помощь брата». Сложение по цепочке: 3-4 однозначных числа, однозначные с двузначными.	1	Продолжать отрабатывать все правила кулачка на сложение, учить складывать одно и двузначные числа в четыре ряда на абакусе, ментальной карте и ментально, используя все правила кулачка на сложение, развивать память, внимание, мышление, воображение.
31			Метод «помощь брата» Правило кулачка 5-1	1	Познакомить детей с правилом кулачка 5-1, отрабатывать навык счета на это правило на абакусе, ментальной карте и ментально развивать память, внимание, мышление, воображение.
32			Метод «помощь брата» Правило кулачка 5-2	1	Познакомить детей с правилом кулачка 5-2, отрабатывать навык счета на это правило на абакусе ментальной карте и ментально, развивать память,

					внимание, мышление, воображение.
33			Метод «помощь брата» Правило кулачка 5-3	1	Познакомить детей с правилом кулачка 5-3, отрабатывать навык счета на это правило на абакусе, ментальной карте и ментально, развивать память, внимание, мышление, воображение
34			Метод «помощь брата» Правило кулачка 5-4	1	Познакомить детей с правилом кулачка 5-4, отрабатывать навык счета на это правило на абакусе, ментальной карте и ментально, развивать память, внимание, мышление, воображение.
35			Метод «помощь брата»: 5-1, 5-2, 5-3, 5-4.	1	Закреплять навык счета на правила кулачка (вычитание) на абакусе, ментальной карте и ментально, развивать память, внимание, мышление, воображение.
36			Метод «помощь брата» Вычитание по цепочке в 4-5 рядов	1	Продолжать отрабатывать все правила кулачка на вычитание, учить вычитать одно и двузначные числа в четыре-пять рядов на абакусе, ментальной карте и ментально, используя все правила кулачка на вычитание, развивать память, внимание, мышление, воображение.
37			Метод «помощь брата». Смешанные примеры на сложение и вычитание	1	Отрабатывать все правила кулачка на сложение и вычитание на абакусе, ментальной карте и ментально, развивать память, внимание, мышление, воображение.
38			Повторение	1	Продолжать отрабатывать все правила кулачка на сложение и вычитание на абакусе, ментальной карте и ментально, развивать память, внимание, мышление, воображение.
2 уровень обучения: метод «Помощь друга»					
39			Метод «помощь друга». Правило сложения 9+9	1	Познакомить детей с правилом сложения 9+9, актуализировать знания о составе числа 10, отрабатывать навык счета на

					абакусе, ментальной карте и ментально, используя правило сложения 9+9, развивать память, внимание, мышление, воображение.
40			Метод «помощь друга». Правило сложения 9+8	1	Познакомить детей с правилом сложения 9+8, отрабатывать навык счета на абакусе, ментальной карте и ментально, используя правило сложения 9+8, развивать память, внимание, мышление, воображение.
41			Метод «помощь друга». Правило сложения 9+7	1	Познакомить детей с правилом сложения 9+7, отрабатывать навык счета на абакусе, ментальной карте и ментально, используя правило сложения 9+7, развивать память, внимание, мышление, воображение.
42			Метод «помощь друга». Правило сложения 9+6	1	Познакомить детей с правилом сложения 9+6, отрабатывать навык счета на абакусе, ментальной карте и ментально, используя правило сложения 9+6, развивать память, внимание, мышление, воображение.
43			Метод «помощь друга». Правило сложения 9+5	1	Познакомить детей с правилом сложения 9+5, отрабатывать навык счета на абакусе, ментальной карте и ментально, используя правило сложения 9+5, развивать память, внимание, мышление, воображение.
44			Метод «помощь друга». Правило сложения 9+4	1	Познакомить детей с правилом сложения 9+4, отрабатывать навык счета на абакусе, ментальной карте и ментально, используя правило сложения 9+4, развивать память, внимание, мышление, воображение.
45			Метод «помощь друга». Правило сложения 9+3	1	Познакомить детей с правилом сложения 9+3, отрабатывать навык счета на абакусе, ментальной карте и

					ментально, используя правило сложения $9+3$, развивать память, внимание, мышление, воображение.
46			Метод «помощь друга». Правило сложения $9+2$	1	Познакомить детей с правилом сложения $9+2$, отрабатывать навык счета на абакусе, ментальной карте и ментально, используя правило сложения $9+2$, развивать память, внимание, мышление, воображение.
47			Метод «помощь друга»: все правила	1	Отрабатывать навык счета на абакусе, ментальной карте и ментально на все правила сложения «метод помощь друга», развивать память, внимание, мышление, воображение.
48			Метод «помощь друга». Сложение по цепочке: 1-значные числа: 5-6 слагаемых.	1	Продолжать отрабатывать все правила сложения, используя метод «помощь друга», учиться складывать однозначные числа в пять-шесть рядов на абакусе, ментальной карте и ментально, развивать память, внимание, мышление, воображение.
49			Метод «помощь друга». Сложение по цепочке: 1-значные и 2-значные числа: 5-6 слагаемых	1	Продолжать отрабатывать все правила сложения, используя метод «помощь друга», учиться складывать однозначные и двузначные числа в пять-шесть рядов на абакусе, ментальной карте и ментально, развивать память, внимание, мышление, воображение.
50			Метод «помощь друга». Сложение по цепочке: 1-значные и 2-значные числа: 5-6 слагаемых	1	Продолжать отрабатывать все правила сложения, используя метод «помощь друга», учиться складывать однозначные и двузначные числа в пять-шесть рядов на абакусе, ментальной карте и ментально, развивать память, внимание, мышление, воображение.
51			Метод «помощь друга». Правило вычитания $10-9$	1	Познакомить с правилом вычитания $10-9$, отрабатывать навык счета на абакусе и ментально на это

					правило, развивать память, внимание, воображение, нестандартное мышление.
52			Метод «помощь друга». Правило вычитания 10-8	1	Познакомить с правилом вычитания 10-8, отрабатывать навык счета на абакусе и ментально на это правило, развивать память, внимание, воображение, пространственное мышление.
53			Метод «помощь друга». Правило вычитания 10-7	1	Познакомить с правилом вычитания 10-7, отрабатывать навык счета на абакусе и ментально на это правило, развивать память, внимание, воображение, пространственное мышление
54			Метод «помощь друга». Правило вычитания 10-6	1	Познакомить с правилом вычитания 10-6, отрабатывать навык счета на абакусе и ментально на это правило, развивать память, внимание, воображение, пространственное мышление.
55			Метод «помощь друга». Правило вычитания 10-5	1	Познакомить с правилом вычитания 10-5, отрабатывать навык счета на абакусе и ментально на это правило, развивать память, внимание, воображение, пространственное и логическое мышление.
56			Метод «помощь друга». Правило вычитания 10-4	1	Познакомить с правилом вычитания 10-4, отрабатывать навык счета на абакусе и ментально на это правило, развивать память, внимание, воображение, пространственное и логическое мышление.
57			Метод «помощь друга». Правило вычитания 10-3	1	Познакомить с правилом вычитания 10-4, отрабатывать навык счета на абакусе и ментально на это правило, развивать память, внимание, воображение, пространственное и логическое мышление.
58			Метод «помощь друга» Правило вычитания 10-2	1	Познакомить с правилом вычитания 10-2, отрабатывать навык счета на абакусе и ментально на это правило, развивать память, внимание, воображение, пространственное и логическое

					мышление.
59			Метод «помощь друга» Правило вычитания 10-1	1	Познакомить с правилом вычитания 10-1, отрабатывать навык счета на абакусе и ментально на это правило, развивать память, внимание, воображение, пространственное и логическое мышление.
60			Метод «помощь друга»: все правила вычитания	1	Отрабатывать навык счета на все правила вычитания, используя метод «помощь друга» на абакусе и ментально, развивать память, внимание, воображение, пространственное и логическое мышление.
61			Метод «помощь друга»: все правила вычитания	1	Продолжать отрабатывать навык счета на все правила вычитания, используя метод «помощь друга» на абакусе и ментально, развивать память, внимание, воображение, пространственное и логическое мышление.
62			Метод «помощь друга». Смешанные примеры. Сложение и вычитание	1	Отрабатывать навык ментального счета на все правила сложения и вычитания, развивать внимание, память, пространственное, пространственное и логическое мышление.
63			Метод «помощь друга». Смешанные примеры. Сложение и вычитание	1	Отрабатывать навык ментального счета на все правила сложения и вычитания, развивать внимание, память, пространственное, пространственное и логическое мышление
64	Турнир по ментальной арифметике				

