
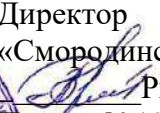




**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Смородинская основная общеобразовательная школа  
Яковлевского городского округа»**

Рассмотрено на заседании педагогического совета МБОУ «Смородинская ООШ» Протокол № 1 от «29» августа 2024 г.	<b>«СОГЛАСОВАНО»</b> Заместитель директора МБОУ «Смородинская ООШ»  Донская М.А. «30» августа 2024 г.	<b>«УТВЕРЖДАЮ»</b> Директор МБОУ «Смородинская ООШ»  Рыльских Л.В. Приказ №193 от «30» августа 2024 г.
--	---	---



**АВТОРСКАЯ ПРОГРАММА**

**педагога Кравцовой Ларисы Александровны**

на курс внеурочной деятельности «ВелоБум»

2 класс

Спортивно-оздоровительная деятельность

Срок реализации 1 год

Смородино, 2024 год

## **I Пояснительная записка**

Программа кружка «ВелоБум» составлена в соответствии с Законом Российской Федерации «Об образовании» и разработана в рамках Федерального закона «О безопасности дорожного движения», закона Российской Федерации «О безопасности», «Правил безопасного поведения учащихся на улицах и дорогах».

Программа является авторской, разработана учителем Кравцовой Л.А.

Направление программы спортивно-оздоровительная деятельность .

### **Актуальность программы**

Актуальность разработки такой программы продиктована заботой о безопасности детей, а также популяризацией и развитием инфраструктуры велодвижения в нашем районе. В наше время трудно представить себе города и села без велосипедистов. Велосипед – удобный, маневренный, доступный вид транспорта – чрезвычайно привлекающий ребят; пожалуй, ни в одной семье, где есть дети, без велосипеда не могут обойтись. Его покупают как подарок «за хорошую учебу и примерное поведение», ко дню рождения, забывая, к сожалению к этому нужному подарку подарить книжечку «Правил дорожного движения». А в них, велосипеду отводится специальная глава, о чем не знают ни родители, ни дети. И совершенно напрасно: велосипед – транспортное средство, с 14 лет на нем можно ездить наравне с КамАЗом, автобусом, троллейбусом. Велосипедист должен знать основы безопасности дорожного движения, уметь «читать» значительно больший, чем это требуется для пешеходов, набор дорожных знаков и указателей, разметку и т.д. И, конечно, иметь достаточные навыки практической езды на этой «паре легких колес». Именно эти пробелы и призвана устранить данная программа. Формы реализации программы – кружковые занятия (учебные занятия, беседы, конкурсы, викторины, практические занятия, соревнования). Велоспортом можно заниматься с раннего возраста. Это дает детям возможность овладеть слесарным инструментом, научиться сборке и разборке велосипеда, создает условия для проявления и развития творческих способностей, привлекает ребят к систематическим занятиям физкультурой и спортом. Программа дополнительного образования «ВелоБум» будет способствовать воспитанию полноценного участника дорожного движения, формированию транспортной культуры и выработку правильных навыков и привычек поведения на проезжей части.

Также позволит воспитать в детях такие качества, как дисциплинированность, внимание, собранность, ответственность, осторожность, уверенность. Ведь часто именно отсутствие их у человека становится причиной дорожных происшествий

### **Новизна программы.**

В учебных планах и регионального, и федерального уровня отсутствуют часы на изучение правильного вождения велосипеда. А ведь каждый второй школьник имеет велосипед и после самостоятельного обучения ребенок, слабо владея навыками вождения на велосипеде и практически не зная правил дорожного движения, выезжает на проезжую часть, становясь потенциально опасным водителем или потенциальной жертвой. Данная программа подразумевает именно подготовку юных велосипедистов к безопасному движению на дороге.

Решение такой приоритетной задачи образовательного учреждения, как охрана жизни и здоровья детей, предлагает формирование у обучающихся устойчивых знаний

и навыков безопасного поведения на дорогах и улицах с помощью изучения Правил дорожного движения их практической отработке во внеурочной деятельности.

**Основной целью программы является** создание условий для овладения навыками вождения на велосипеде и формирования у школьников устойчивых навыков безопасного поведения на улицах и дорогах, сознательного и ответственного отношения к вопросам личной безопасности и безопасности окружающих участников дорожного движения.

**Основными задачами программы являются:**

- ✓ создать условия, способствующие выявлению и развитию интереса учащихся к велоспорту;
- ✓ обучить фигурному вождению велосипеда;
- ✓ развивать технические способности и конструкторские умения учащихся при выполнении практических работ, связанных со сборкой и разборкой велосипеда;
- ✓ добиться у учащихся глубоких знаний Правил дорожного движения
- ✓ отработать навыки оказания первой медицинской помощи

### **Условия реализации программы**

*Программа рассчитана на 1 год на 34 часа для обучающихся 2 класса.*

Возрастная группа 7-8 лет. Программа предназначена на 34 учебные недели (2класс) в учебном году для одного учебного занятия в неделю. Продолжительность одного занятия составляет 40 мин.

Формы и режим занятий, место проведения определяется педагогом исходя из темы и имеющихся возможностей и условий.

### **Особенности программы.**

Особенностью программы является то, что тесное взаимодействие всех участников с сотрудниками ГИБДД позволит создать условия для формирования безопасного образовательного пространства в школе и ее социальном окружении.

В программе предусмотрено обучение детей не только правилам езды на велосипеде и правилам дорожного движения (далее - ПДД), но и основам: оказания первой медицинской помощи, владения навыками коммуникативной компетенции. Детей психологически и физически готовят к принятию адекватных решений в любых ситуациях.

### **Методы и принципы реализации программы**

Работа проводится в форме теоретических и практических занятий.

**В теоретическую часть** входит: изучение правил дорожного движения с применением проблемного раздаточного материала, а также с использованием образовательных программ в классе информационно-коммуникационных технологий;изучения устройства велосипеда,ознакомление с историей велоспорта.

**Практическая часть:** вождение велосипеда, фигурное вождение велосипеда, преодоление на велосипеде различных препятствий, экскурсии к проезжей части, оказание доврачебной медицинской помощи.

Учебно-тренировочное занятие строится с учетом психологических, физиологических особенностей детей: первая часть занятий включает изучение теоретического материала, вторая часть – двигательную нагрузку (вождение велосипеда). В учебно-тренировочном занятии учащиеся используют школьные велосипеды.

На занятиях, общаясь друг с другом и с педагогом, обучающиеся:

- овладевают знаниями по вождению велосипеда, этике поведения на дороге;
- участвуют в повседневной жизни коллектива;
- получают знания, непосредственно относящиеся к охране жизни и здоровья;
- привлекаются к участию в пропаганде ПДД среди детей и подростков.

Содержание занятий, объем и интенсивность нагрузок зависят от возраста и физического состояния здоровья обучающихся.

На занятиях (тренировках) используются командный (групповой), индивидуальный (личный) и игровой (развлекательный) методы работы.

Занятия проводятся в соответствии с планом с использованием различных методов. К ним относятся:

- Словесный метод (беседа, сообщение задач, описание упражнения, движения, объяснение, анализ ситуаций, словесные оценки).
- Метод демонстрации (наглядные пособия – журналы, фото, таблицы, карточки, дорожные знаки, а также личный пример).
- Метод разучивания упражнений (по элементам, по частям, в целом виде).
- Тестирование.

#### **Принципы реализации:**

- ✓ Принцип программно-целевого подхода, направленный на практический результат
- ✓ Принцип доступности знаний, их расшифровка и конкретизация с учетом особенностей познавательной деятельности
- ✓ Принцип актуализации знаний и умений, мотивированность всех ситуаций с точки зрения реальных потребностей детей данного возраста
- ✓ Принцип индивидуализации и дифференциации
- ✓ Принцип здоровьесбережения
- ✓ Принцип непрерывности

Закончив данный курс дети уверенно будут чувствовать себя на проезжей части.

## **II. Содержание программы**

### **Учебно-тематический план на два года обучения**

№ Раз дел а	Темы занятий	Всего	1 год	
			Теори я	Практика
1.	Вводное занятие.ТБ	1	1	
2.	Общее устройство велосипеда.	2	1	1
3.	Учебная езда на велосипеде.	6	-	6
4.	Техническое обслуживание, сборка и	2	-	2

	разборка велосипеда.			
5	Специальная физическая подготовка	1	-	1
6.	Оказание первой доврачебной помощи.	5	-	5
7.	Правила дорожного движения.	5	5	-
8.	Спортивно-тренировочная езда.	8	-	8
9.	Организация и проведение соревнований.	2	1	1
10.	Меры безопасности на тренировках и соревнованиях	2	1	1
	<b>Всего:</b>	<b>34 ч.</b>	<b>9 ч.</b>	<b>25ч.</b>

**Вводное занятие.** План работы кружка. История велосипеда. Виды и классы велосипедов. Виды велоспорта. Знакомство с техникой безопасности на занятии.

**Общее устройство велосипеда.** Основные части велосипеда, их назначение, расположение, взаимодействие. Роль тормозов, звукового сигнала.

**Учебная езда на велосипеде.** Вводный инструктаж. Практические занятия по удержанию равновесия, езде по прямой асфальтированной дорожке. Езда с ускорением. Правильное начало движения и торможение. Разгон по прямой. Отработка техники старта. Способы торможения. Прохождение прямых на максимальной скорости (без заноса).

**Техническое обслуживание, сборка и разборка велосипеда.** Важность содержания транспортного средства в хорошем техническом состоянии. Значение исправности тормозов. Сборка и разборка велосипеда. Замена колеса. Умение разбортировать колесо, найти повреждение камеры, забортировать колесо. Умение регулировать руль, седло. Смазка цепи, звездочек. Способы определения и устранения возможных неисправностей.

**Специальная физическая подготовка.** Роль центральной нервной системы в деятельности всего организма. Недопустимость курения и алкоголя. Значение физических упражнений для развития физических и духовных способностей и повышения спортивных результатов. Практические занятия по физической подготовке. Упражнения для развития двигательных качеств велосипедистов различного возраста и квалификации, способствующие быстроте реакции ориентирования на трассе, руления, торможения. Игры, легкоатлетические виды.

**Первая доврачебная помощь.** Предупреждение спортивных травм. Первая помощь при ушибах, растяжениях, разрывах, вывихах, переломах, кровотечениях. Правила личной гигиены.

**Правила дорожного движения.** Основные понятия и термины ПДД. Права, обязанности и ответственность участников дорожного движения. Дорожные знаки и дополнительные средства информации. Разметка проезжей части. Указатели, их назначение и действие. Проезд регулируемых и нерегулируемых перекрестков. Сигналы светофоров и регулировщиков. Правила движения велосипедиста, мопедиста. Перевозка людей и грузов на велосипеде. Движение группы пешеходов и велосипедистов. Требования, предъявляемые к техническому состоянию транспортных средств. Опасные последствия эксплуатации неисправного транспорта. Требования по техническому состоянию рулевого управления, тормозов, шин, световых приборов.

**Спортивно-тренировочная езда.** Движение и маневрирование на площадке. Оборудование для фигурного вождения. Техника преодоления трассы с поворотами

различного радиуса и направления. Способы и техника обгона на трассе. Ознакомление с последовательностью проезда трассы по разметке. Прохождение велоэстафеты «Трасса». Техника и тактика старта, обгона и финиширования.

**Организация и проведение соревнований.** Теоретические сведения. Спортивные звания и разряды, порядок их присвоения. Вопросы организации соревнований. Подготовка и оформление места проведения соревнований. Виды велоспорта. Порядок проведения соревнований, судейство, правила поведения участников соревнований. Сигнальные флаги.

**Подготовка велосипеда к соревнованиям.** Техника безопасности при обращении с инструментом во время работ.

*Практическая работа.* Подготовка и участие в соревнованиях, в судействе.

**Меры безопасности на тренировках и соревнованиях.** Меры безопасности, связанные с правильной организацией учебно-тренировочных занятий и соревнований. Меры безопасности, связанные с техническим состоянием велосипеда, экипировка и одежда учащихся, состояние их здоровья и самочувствие. Меры безопасности по медицинскому и противопожарному обеспечению.

### **III. Планируемые результаты освоения курса**

По окончании изучения программы школьниками должны быть достигнуты определенные результаты.

***Личностные:***

- принятие образа «хороший водитель велосипеда»;
- самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни;
- уважительное отношение к другим участникам дорожного движения;
- осознание ответственности человека за общее благополучие;
- этические чувства, прежде всего доброжелательность и эмоционально-нравственная отзывчивость;
- положительная мотивация и познавательный интерес к занятиям по программе «ВелоБум»;
- способность к самооценке;
- начальные навыки сотрудничества в разных ситуациях;

***Метапредметные:***

- навыки контроля и самооценки процесса и результата деятельности;
- умение ставить и формулировать проблемы;
- навыки осознанного и произвольного построения сообщения в устной форме, в том числе творческого характера;
- установление причинно-следственных связей;

***Регулятивные:***

- использование речи для регуляции своего действия;
- адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;
- умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить;
- умение соотносить правильность выбора, планирования, выполнения и результата действия с требованиями конкретной задачи;

***Коммуникативные:***

В процессе обучения дети учатся:

- работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
- ставить вопросы;
- обращаться за помощью;
- формулировать свои затруднения;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;
- договариваться и приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих

## IV Календарно-тематическое планирование

№ п\п	Тема урока:	Кол. часов	Дата проведения	
			План	Факт
Р.1 Вводное занятие(1ч)				
1	Вводное занятие.ТБ	1		
Р.2. Меры безопасности на тренировках и соревнованиях(2ч)				
2	Меры безопасности, связанные с правильной организацией учебно-тренировочных занятий и соревнований. Меры безопасности, связанные с техническим состоянием велосипеда.	1		
3	Экипировка и одежда учащихся, состояние их здоровья и самочувствия. Меры безопасности по медицинскому и противопожарному обеспечению.	1		
Р.3. Общее устройство велосипеда(2ч)				
4	Основные части велосипеда, их назначение, расположение, взаимодействие. Роль тормозов, звукового сигнала.	1		
5	Просмотр фото- и видеоматериалов.	1		
Р.4 Учебная езда на велосипеде(6ч)				
6	Практические занятия по удержанию равновесия.	1		
7	Езда по прямой асфальтированной дорожке.	1		
8	Езда восьмёркой. Езда с ускорением.	1		
9	Езда через препятствия. Разгон по прямой.	1		
10	Правильное начало движения и торможение.	1		
11	Отработка техники старта. Способы торможения	1		
Р.5 Техническое обслуживание, сборка и разборка велосипеда(2ч)				
12	Важность содержания транспортного средства в хорошем техническом состоянии	1		
13	Сборка и разборка велосипеда. Замена колеса. Смазка цепи, звездочек	1		
Р.6. Специальная физическая подготовка(1ч)				
14	Упражнения для развития двигательных качеств велосипедистов способствующие быстрой реакции ориентирования на трассе, руления, торможения	1		
Р.7. Оказание первой доврачебной помощи(5ч)				
15	Предупреждение спортивных травм	1		
16	Первая помощь при ушибах, при растяжениях	1		
17	Первая помощь при разрывах, при вывихах	1		
18	Первая помощь при переломах, при кровотечениях, при перенагрузке	1		
19	Просмотр фото- и видеоматериалов	1		
Р.8. Правила дорожного движения-5(ч)				
20	Основные понятия и термины ПДД	1		
21	Права, обязанности и ответственность участников дорожного движения	1		
22	Дорожные знаки и дополнительные средства информации. Сигналы светофоров и регулировщиков	1		
23	Дополнительные требования к движению велосипедов и мопедов. Пешеходные светофоры для велосипедистов	1		



24	Правила движения велосипедиста, мопедиста. Перевозка людей и грузов на велосипеде	1		
<b>Р.9. Организация и проведение соревнований(2)</b>				
25	Теоретические сведения. Спортивные звания и разряды, порядок их присвоения	1		
26	Порядок проведения соревнований, судейство, правила поведения участников соревнований. «Безопасное колесо»	1		
<b>Р.10. Спортивно-тренировочная езда(8ч)</b>				
27-29	Движение и маневрирование на площадке	3		
30	Способы и техника обгона на трассе	1		
31	Велозстафета «Трасса»	1		
32	Техника и тактика старта, обгона и финиширования	1		
33	Оборудование для фигурного вождения	1		
34	Техника преодоления трассы с поворотами различного радиуса и направления	1		
Итого: 34часа				

1. Общаясь друг с другом и с педагогом, обучающиеся овладевают специальной терминологией, познают текущую жизнь коллектива.
2. Приобретение знаний по технике безопасности и жизненно важным гигиеническим навыкам.
3. Усвоение правил: дорожного движения и оказания доврачебной медицинской помощи.
4. Формирование интереса к регулярным занятиям велоспортом, повышение спортивного мастерства.
5. Овладение двигательными умениями и навыками, улучшение физической подготовки, повышение культурного уровня.

**По окончании курса у учащихся сформирована личность безопасного типа. Учащиеся должны овладеть:** базовыми знаниями: виды транспортных средств, права и обязанности участников дорожного движения, элементы проезжей части, средства организации и регулирования дорожного движения требования к движению велосипедов и мопедов, как оказывать первую доврачебную помощь.

**Учащиеся должны уметь:** фигурно водить велосипед, преодолевать на велосипеде естественные и искусственные препятствия, оказывать первую доврачебную помощь.

Полученные результаты позволяют оценивать состояние образовательного процесса, развитие воспитательного процесса, прогнозировать новые достижения.

Процесс развития контролируется путем сравнения исходных, текущих и итоговых показателей физического развития обучающихся по годам обучения, согласно поставленным целям и задачам.

## Диагностика результатов обучения

В процессе обучения по программе проводятся разные виды контроля за результативностью усвоения программного материала.

**Текущий** контроль проводится на занятиях в виде наблюдения за успехами каждого учащегося.

**Периодический** контроль проводится по окончании изучения каждой темы в виде викторин и конкурсов.

Планируется участие в конкурсе "Безопасное колесо" .

**В качестве итогового** контроля в конце учебного года проводятся итоговое занятие на сдачу езды на велотрассе.

## V Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение курса

1. <https://sport.wikireading.ru/8179>
2. [drive.google.com/file/d/0B7NOPAqyvhBZREprZmtLT3pyWTg/view](https://drive.google.com/file/d/0B7NOPAqyvhBZREprZmtLT3pyWTg/view)
3. [http://easy-cycling.com/books\\_about\\_bicycles.htm](http://easy-cycling.com/books_about_bicycles.htm)
4. [gigabaza.ru/doc/68467-pall.html](http://gigabaza.ru/doc/68467-pall.html)

№	Наличие	Количество
1	Аптечка	1 шт.
2	Инвентарь по фигурному вождению велосипеда	1 комплект
3	Велосипедная площадка	1
4	Знаки правил дорожного движения	1 комплект
5	Велосипеды	3шт

