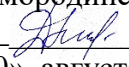





**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Смородинская основная общеобразовательная школа
Яковлевского городского округа»**

Рассмотрено на заседании педагогического совета МБОУ «Смородинская ООШ» Протокол № 1 от «30» августа 2022 г.	«СОГЛАСОВАНО» Заместитель директора МБОУ «Смородинская ООШ»  Донская М.А. «30» августа 2022 г.	«УТВЕРЖДАЮ» Директор МБОУ «Смородинская ООШ»  Рыльских Л.В. Приказ №178 от «31» августа 2022 г.
--	--	--

АВТОРСКАЯ ПРОГРАММА

педагога Кравцовой Ларисы Александровны

на курс внеурочной деятельности «ВелоБум»

2 класс

Спортивно-оздоровительное направление

Срок реализации 1 год

Смородино, 2022 год

II 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-оздоровительное.

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 классов.

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.

III.Общая характеристика курса внеурочной деятельности

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 разборка велосипеда.	2	-	2
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
	Всего:	34 ч.	9 ч.	25ч.

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.

Планируемые результаты изучения курса (УУД)

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 скорости 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		
Р.9. Организация и проведение соревнований(2)				
25	Теоретические сведения. Спортивные звания и разряды, порядок их присвоения	1		
26	Порядок проведения соревнований, судейство, правила поведения участников соревнований. «Безопасное колесо»	1		
Р.10. Спортивно-тренировочная езда(8ч)				
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				

V Содержание программы

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.

VI Планируемая результативность курса

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.

V 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.

VI Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение курса

1. <https://sport.wikireading.ru/8179>
2. drive.google.com/file/d/0B7NOPAqyvvhBZREprZmtLT3pyWTg/view
3. http://easy-cycling.com/books_about_bicycles.htm
4. 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

