

**государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области  
средняя общеобразовательная школа «Образовательный центр» имени воина-  
интернационалиста Н.В.Родивилова с.Украинка муниципального района  
Большечерниговский Самарской области**

**«Рассмотрено»  
на заседании школьного МО  
Руководитель МО  
\_\_\_\_\_ /Е.А. Панарина/  
Протокол №1 от 29.08.2022**

**«Проверено»  
Зам. директора по УВР  
\_\_\_\_\_ /Н.А.Демихова/  
«30» 08.2022 г.**

**«Утверждаю»  
Директор  
\_\_\_\_\_ Т.И.Панкратова  
приказ №134 от 31.08.2022**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
«Безопасное колесо»**

**Направление спортивно-оздоровительное**

**Класс 4**

Количество часов по учебному плану 34 часа в год, 1 час в неделю

**Составитель Панарина Елена Александровна**

**2022**

## **Пояснительная записка**

### **Рабочая программа внеурочной деятельности «Безопасное колесо»**

Безопасность дорожного движения – одна из основных проблем сохранения жизни и здоровья учащихся. Сегодня, в век стремительного роста автомобильных потоков на наших улицах и дорогах, когда с раннего детства ребёнок знакомится со сложной техникой, когда он становится участником дорожного движения, встаёт проблема его обучения основам безопасного поведения на улицах и дорогах, необходимость сознательного выполнения им требований дорожного движения.

Как научить ребёнка сознательно относится к выполнению Правил дорожного движения? Можно читать лекции, проводить беседы, ставить спектакли, проводить викторины и различные соревнования, применять иные формы обучения, но всё это необходимо соединить в единую целостную систему непрерывного обучения детей.

**Цель:** создать условия для формирования личности безопасного типа.

**Задачи:**

- Познакомить с историей правил дорожного движения;
- Научить правилам дорожного движения и особенностям восприятия дорожной обстановки;
- Обучить фигурному вождению велосипеда;
- Формировать умение безопасного поведения в различных дорожно-транспортных ситуациях;
- Развивать мотивационно-поведенческую культуру ребенка в условиях общения с дорогой.
- Воспитывать безопасную личность.
- Воспитывать чувство ответственности детей за свое поведение на дорогах.

**Программа** рассчитана на 1 год обучения.

**Время обучения – 34 часа в год (1 час в неделю).**

**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 её социальном окружении.

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

Кроме этого, программа представляет собой пропедевтический курс введения в автомобильное дело, которое учащиеся школы будут изучать в старших классах.

Программа имеет чёткую практическую направленность.

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

- овладевают знаниями по ПДД, 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.

**Работа проводится в форме теоретических и практических занятий.**

**В теоретическую часть входит:** изучение правил дорожного движения с применением проблемного раздаточного материала, макета проезжей части, а также с использованием образовательных программ в классе информационно-коммуникационных технологий.

**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 учётом психологических, физиологических особенностей детей: первая часть занятий включает изучение теоретического материала, вторая часть – двигательную нагрузку (вождение велосипеда). В учебно-тренировочном занятии учащиеся используют личные велосипеды.

Содержание занятий, объём 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, кассеты, а также личный пример).
- Метод разучивания упражнений (по элементам, по частям, в целом виде).
- Тестирование.

Обучение на занятиях должно базироваться на взаимосвязанных дидактических принципах сознательности, активности, систематичности, постепенности, наглядности, доступности и индивидуализации.

Обязательно предусматривается медико-психологическое сопровождение, предполагающее:

- медицинский контроль школьных врачей (2 раза в год);
- психолого-педагогическую диагностику школьным психологом.

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

## **I Содержание программы.**

### **Вводное занятие )**

План работы кружка. История велосипеда. Виды и классы велосипедов. Виды велоспорта. Знакомство с группой. Организационные вопросы. Техника безопасности. Планы на текущий учебный год. Ознакомление с образовательной программой.

*Практика:* Просмотр фото - и видеоматериалов.

### **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 разбортовать колесо, найти повреждение камеры, забортовать колесо. Умение регулировать руль, седло. Смазка цепи, звездочек. Способы определения и устранения возможных неисправностей.

## **Специальная физическая подготовка**

Развитие координации, ловкости, умения удерживать равновесие.

## **Основы оказания первой доврачебной помощи**

Первая доврачебная помощь. Приёмы оказания доврачебной помощи.

Понятие о травмах и объёме первой помощи. Раны и кровотечение.

Травматический шок. Синдром длительного сдавливания. Правила наложения повязок при ранении и кровотечении. Закрытые травмы.

Повреждение головы и лица. Повреждение груди. Повреждение органов брюшной полости. Повреждение позвоночника. Повреждение конечностей. Электротравма. Ожоги. Обморожение. Искусственное дыхание и наружный массаж сердца.

*Практика:*

Первая помощь при травмах.

Первая помощь при травматическом шоке.

Первая помощь при синдроме длительного сдавливания.

Первая помощь при электротравме, ожоге и обморожении.

Искусственное дыхание и наружный массаж сердца.

Просмотр фото- и видеоматериалов.

## **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. Просмотр фото- и видеоматериалов. Дороги и их элементы. Проезжая часть. Разделительная полоса. Полоса движения. Тротуар. Прилегающие территории. Перекрестки. Населенные пункты. Расположение транспортных средств на проезжей части. Движение

транспортных средств по тротуарам, обочинам и пешеходным дорожкам. Интервал и дистанция. Полоса торможения и разгона. Средства организации и регулирования дорожного движения, светофоры автомобильные, железнодорожные, пешеходные. Предупреждающие знаки. Знаки приоритета. Предписывающие знаки. Информационно-указательные знаки. Знаки сервиса. Знаки дополнительной информации. Обгон и встречный разъезд. Места, где остановка запрещена.

### **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, подготовка, проведение, участие в конкурсных мероприятиях**

Организация, подготовка, проведение викторин и конкурсов в детском объединении:

- викторина "Знатоки Правил дорожного движения";
- викторина "Дорожные знаки";
- конкурс "Юные инспектора дорожного движения";
- конкурс "Скорая помощь на дороге".

Подготовка и участие в конкурсных мероприятиях различного уровня.

### **Меры безопасности на тренировках и соревнованиях. (3 часа)**

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.

### **Проведение мероприятий по ПДД (8 часов)**

Организация, подготовка и проведение мероприятий по ПДД для учащихся 1- 6 классов:

- Посвящение первоклассников в пешеходы;
- Азбука дорог;

- Азбука безопасной зимы;
- Азбука безопасного лета.

### **Итоговое занятие**

Подведение итогов года. Награждение грамотами за успешное окончание учебного года.

### **Контроль за результативностью учебного процесса.**

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 воспитанников детского объединения в конкурсе "Безопасное колесо" (на окружном этапе).

**В качестве итогового** контроля в конце учебного года проводятся занятия на поиск решения ситуационных задач, а также итоговое занятие на компьютерном тренажере по ПДД.

## Тематическое планирование программы «Безопасное колесо»

№ п/п	Темы занятий	Количество часов		
		Всего	Теоретич. занятия	Практич. занятия
1.	Вводное занятие.	1	2	0
2.	Общее устройство велосипеда.	2	1	1
3.	Учебная езда на велосипеде.	5	3	2
4.	Техническое обслуживание, сборка и разборка велосипеда.	2	1	1
5	Специальная физическая подготовка	5	1	4
6.	Оказание первой доврачебной помощи.	2	1	1
7.	Правила дорожного движения.	2	1	1
8.	Спортивно-тренировочная езда.	5	1	4
9.	Организация и проведение соревнований.	2	1	1
10.	Меры безопасности на тренировках и соревнованиях	2	1	1
11.	Проведение мероприятий по ПДД	4	2	2
12.	Итоговое занятие	2	2	2
	<b>Всего:</b>	<b>34 ч.</b>		

### Методическое обеспечение программы.

Для решения поставленных задач применяются следующие методы обучения:

- Наглядно-иллюстративный;
- Коллективный (дети учатся помогать друг другу в работе, обмениваться опытом).

### Учебно-методическое обеспечение программы

- Дидактические материалы и наглядные пособия.

- Велосипеды (личные).
- Аптечка.
- Инвентарь по фигурному вождению велосипеда.
- Знаки правил дорожного движения.
- Макет проезжей части.
- Экзаменационные билеты для приема теоретических экзаменов и комментарий к экзаменационным билетам “А”, “В”.
- Компьютерная программа приема экзаменов по ПДД.

### *Условия реализации программы*

Для реализации данной программы необходимо:

- Наличие спортивной площадки;
- Компьютерный класс,
- Класс для теоретических занятий.