Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Пижемская средняя общеобразовательная школа»
(МБОУ «Пижемская СОШ»)

Рассмотрена	Согласована:	Утверждена:
на методическом	Заместитель директора	приказом № 30085-од
объединении	по ВР _____/В.Г. Томилова/	от 30.09.2021г.
Руководитель МО		
_____/_____/		
протокол №____		
от «___»_____20__г		

Подписано цифровой подписью: Волошин Анатолий Николаевич
DN: 1.2.643.3.131.1.1=120C313132303030333031393137, 1.2.643.100.3=120B303132303037383533338 37, email=obr-zakupki@mail.ru, c=RU, st=Республика Коми, o=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ПИЖЕМСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА", givenName=Анатолий Николаевич, sn=Волошин, cn=Волошин Анатолий Николаевич
Дата: 2021.12.07 15:57:24 +03'00'

.

ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
«Безопасное колесо»

для обучающихся 8-12 лет
срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Чуркин Р.А.
педагог организатор ОБЖ
МБОУ «Пижемская СОШ»

Замежная
2021

Пояснительная записка.

Данная программа кружка "Безопасное колесо" относится к спортивно-техническому направлению и разработана для ознакомления детей в возрасте 8-12 лет с действующими правилами дорожного движения с проведением учебно-тренировочных занятий. Обучение предусматривает применение проблемного раздаточного материала, вождение велосипеда, преодоление на велосипеде различных препятствий, экскурсии к проезжей части. Занимаясь в детском объединении воспитанники приобретают практические навыки вождения велосипеда, и теоретические знания по правилам дорожного движения. Экскурсии к проезжей части помогают на практике рассматривать дорожно-транспортные ситуации.

Программа рассчитана на 1 год обучения. Один раз в неделю по 1 часу.
Программа внеурочной деятельности “Безопасное колесо” разработана в рамках Федерального закона “О безопасности дорожного движения”, закона Российской Федерации “О безопасности”, “Правила безопасного поведения учащихся на улицах и дорогах”. Среди всех опасностей особо стоит проблема безопасности дорожного движения.
Каждый год свыше 20 тысяч детей в возрасте до 16 лет становятся участниками дорожно-транспортных происшествий. Количество погибших ежегодно увеличивается, свыше 80% из общего числа пострадавших детей становятся инвалидами. Анализ дорожно-транспортных происшествий выявил низкий уровень подготовки участников дорожного движения, отсутствие системы непрерывной подготовки к безопасному поведению в дорожном движении. К сожалению изучения Правил дорожного движения (ПДД) в полной мере не воспитывает детей к безопасному поведению на дорогах. Воспитание полноценного участника дорожного движения способствует формированию транспортной культуре и выработке правильных навыков и привычек поведению на проезжей части.

Несоответствие между количеством часов, отведенных на изучение тех или иных разделов в содержании программы школьного предмета "Основы безопасности жизнедеятельности" для 6–8-х классов, и статистическими данными причин гибели людей от несчастных случаев, не позволяет в должной мере решить проблему знаний учащихся по правилам дорожного движения.

Программа обучения предусматривает теоретическую и практическую часть.
В теоретическую программу входит: изучение правил дорожного движения с применением проблемного раздаточного материала, макета проезжей части, а также с использованием образовательных программ в классе информационных технологий.

Практическая часть состоит: вождение велосипеда, фигурное вождение велосипеда, преодоление на велосипеде различных препятствий, экскурсии к проезжей части.

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

Цель программы: развитие личности ребенка через обучение его безопасному поведению на дороге. Познакомить с историей правил дорожного движения.
Научить правилам дорожного движения и особенностям восприятия дорожной обстановки;

Задачи:

• Совершенствовать навыки ориентировки на дороге

• Формировать умение безопасного поведения в различных дорожно-транспортных ситуациях;

•Обучить фигурному вождению велосипеда.

Развивающие:

•Развивать мотивационно-поведенческую культуру ребенка в условиях общения с дорогой.

•Развивать дорожную грамотность детей.

Воспитательные:

•Воспитывать безопасную личность;

•Воспитывать чувство ответственности детей за свое поведение на дорогах.
Учебно - тематический план программы «Безопасное колесо»

Ожидаемые результаты:

По окончании курса у 100% 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, применение аварийной сигнализации, расположение транспортных средств на проезжей части, скорость движения, обгон и встречный разъезд, остановка и стоянка транспортных средств, проезд перекрестков, пешеходные переходы и места остановки транспортных средств, движение через железнодорожные пути, движение по автомагистралям, движение в жилых зонах, приоритет маршрутных средств, пользования внешними приборами и звуковыми сигналами, буксировка механических транспортных средств, требования к движению велосипедов и мопедов, как оказывать первую доврачебную помощь.

Учащиеся получат возможность научиться: фигурно водить велосипед, преодолевать на велосипеде естественные и искусственные препятствия, оказывать на 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.

Целесообразно после проведения занятий предоставить возможность ребятам самостоятельно оценить свою работу на уроке, проставив в клеточку экрана самоконтроля напротив своей фамилии значки красного, желтого или зеленого цветов, соответственно, для обозначения хороших, удовлетворительных и неудовлетворительных результатов.

№	Темы занятий	Всего часов	Теория	Практика
	Вводное занятие	1	1	
	Общее устройство и обслуживание велосипеда	1	1	
	Учебная езда на велосипеде	10		10
	Оказание первой доврачебной помощи	10	5	5
	Правила дорожного движения	10	10	
	Организация, подготовка, проведение, участие в конкурсных мероприятиях	2		2
	Всего	34	17	17

Содержание программы.

Вводное занятие (1 час). План работы кружка. История велосипеда. Виды и классы велосипедов. Организационные вопросы. Техника безопасности. Планы на текущий учебный год. Ознакомление с образовательной программой. Практика: Просмотр фото- и видеоматериалов. Общее устройство велосипеда (2часа). Основные части велосипеда, их назначение, расположение, взаимодействие. Роль тормозов, звукового сигнала. Учебная езда на велосипеде (20часов) 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 (2часа)
Важность содержания транспортного средства в хорошем техническом состоянии. Значение исправности тормозов. Умение регулировать руль, седло. Способы определения и устранения возможных неисправностей.
Основы оказания первой доврачебной помощи (20часов) Первая доврачебная помощь.

Приемы оказания доврачебной помощи. Понятие о травмах и объеме 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 (20 часов)

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 (5 часов)

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 (2 часа)

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

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.

•Аптечка.
•Инвентарь по фигурному вождению велосипеда.

•Знаки правил дорожного движения.

•Проезжая часть (по периметру школы).

•Экзаменационные билеты для приема теоретических экзаменов и комментарий к экзаменационным билетам “А”, “В”.

•Фото и видео материалы.

Условия реализации программы

Для реализации данной программы необходимо:

•Наличие спортивной площадки;

•Компьютерный класс,

•Класс для теоретических занятий.

Прогнозируемые результаты обучения

К концу обучения дети будут знать:

•дорожные знаки;

•сигналы светофора;

•виды транспорта;

•причины ДТП;

•правила движения на велосипеде;

•правила движения по дороге;

•как оказывать первую доврачебную помощь.

К концу обучения дети будут уметь:

•ориентироваться в дорожных ситуациях;

•оценивать свое поведение на дороге;

•объяснить товарищу правила поведения на дороге;

•фигурно водить велосипед, преодолевать на велосипеде естественные и искусственные препятствия;

•оказывать первую доврачебную помощь.

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 муниципальном 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. Тематика раздела «Фигурное вождение велосипеда» спортивно-технического кружка «Безопасное колесо». Схема расположения фигур на этапе «Фигурное вождение велосипеда»

1. Доска с пилообразной поверхностью.

Участник должен проехать доску с пилообразной поверхностью длиной 3 метра, шириной 0,2 метра, высота спила составляет 0,05 метра

2. Слалом межу кеглями (конусами), расположенными на различном расстоянии.

Участник проезжает зигзагом конусы высотой 0,2 метра, установленные на одной линии с различным интервалом.

3. Ворота с подвижными стойками.

Участник должен проехать ворота, ширина которых ровна ширине руля велосипеда, плюс 0,03 метра, не касаясь ограниченных планок.

4. Рельсы «Желоб»

Участник должен проехать по узкой колее длиной 3 метра, шириной 0,11 метра.

5. Скачок

Участник, подъезжая к бруску высотой 0,05 метра, шириной 0,1 метра, лежащему на земле, должен проехать через брусок, не касаясь его передним колесом.

6. Коридор из коротких досок.

Участник проезжает три последовательно расположенных на расстоянии 0,6 метра коридора, шириной 0,1 метра

7. «Восьмерка»

Участник должен проехать по восьмерке, шириной 0,5 метра, не касаясь колесами линии.

8. «Качели»

Участник должен проехать препятствие, состоящее из доски длиной 3 метра, шириной 0,2 метра, установленной на колодку диаметром 0,2 метра под ее серединой.

9. Корыто для песка

Участник должен проехать без остановки, не касаясь стенок желоба, который заполнен песком.

Длина желоба – 3 метра, ширина – 0,6 метра

10. Слалом между воротами (шайбами) «Змейка»

Участник проезжает зигзагом попарно расставленные шайбы, расположенные друг от друга на расстоянии 2 метров. Расстояние между шайбами в паре 0,15 метра. Высота шайб – 0,06 метра, диаметр – 0,14 метра.

11. Перестановка предмета

Участнику необходимо, не останавливаясь, перевезти по обозначенному коридору шириной 1,5 метра предмет с одной тумбы на другую, установленную на расстоянии 4 метров. Высота тумб – 0,7 метра, ширина – 0,3 метра

12. Остановка на месте

Участник должен остановиться с таким расчетом, чтобы переднее колесо коснулось первой планки, сбив ее, но при этом не коснуться второй (дальней) планки.

Расстояние между планками 0,1 метр.

Список используемой учебно-методической литературы

1.Федеральные Законы Российской Федерации «О безопасности дорожного движения».

2. Программа экзаменационных билетов Государственной инспекции Безопасности Дорожного Движения Российской Федерации 2020 г.

3. Бабина Р.П. Занимательная дорожная азбука. Учебно-наглядное пособие. М. 1997г.

4. Бубнов В.Г. Бубнова Н.В. Как оказать помощь при автодорожном происшествии М. 1997г.

5. «Добрая дорога детства» Всероссийская газета для детей педагогов, родителей Всероссийский ежемесячник М. «Молодая гвардия»

6. Латчук В.Н. Марков В.В. Маслов А.Г. «Основы безопасности жизнедеятельности» методическое пособие. М Дрофа 2000г.

7. ОБЖ. Основы безопасности жизни Учебно-методический журнал

8. Романова Е.А. Малюшкина А.Б. Классные часы по правилам дорожного движения 5-6 классы М.2006г.

9. Смирнов А.Т. Мишин Б.И. «Методические материалы и документы по курсу ОБЖ» М 2001г