

Министерство образования и науки Тамбовской области
Тамбовское областное государственное бюджетное образовательное
учреждение дополнительного образования
«Центр развития творчества детей и юношества» -

Центр творчества и оздоровления «Космос»

Рассмотрена и рекомендована
к утверждению Экспертно-методическим
советом ТОГБОУ ДО
«Центр развития творчества
детей и юношества»
протокол от 12.05 2025 г. № 8



Утверждаю
И. о. директора ТОГБОУ ДО
«Центр развития творчества
детей и юношества»
Ю.Б.Евдокимова
приказ от 12.05 2025 г. № 330

Краткосрочная дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа социально-гуманитарной направленности
«Юный велосипедист»

Уровень освоения – ознакомительный

Возраст учащихся: 10-17 лет

Срок реализации: 21 день

Автор-составитель:
Бурашникова Наталья Геннадьевна,
педагог-организатор

Тамбов, 2025

Информационная карта

1. Учреждение	Тамбовское областное государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования «Центр развития творчества детей и юношества»
2. Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа социально-гуманитарной направленности «Юный велосипедист»
3. Сведения об авторах:	
3.1. Ф.И.О., должность	Бурашникова Наталья Геннадьевна, педагог-организатор ТОГБОУ ДО «Центр развития творчества детей и юношества»
4. Сведения о программе:	
4.1. Нормативная база:	Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».; приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года №996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»; распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»; методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015г.); Закон области от 30.03.2016 №657-З «Об организации и обеспечении отдыха и оздоровления детей в Тамбовской области»; постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
4.2. Область применения	Дополнительное образование в условиях загородного оздоровительного лагеря
4.3. Направленность	Социально-гуманитарная

4.4. Вид программы	Общеразвивающая
4.5. Возраст обучающихся по программе	10-17 лет
4.6. Продолжительность обучения	21 день

КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

1.1.Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный велосипедист» (далее – Программа) имеет социально-гуманитарную направленность. В данной программе представлен материал, который помогает развивать умения и навыки, важные для безопасного вождения велосипеда.

Актуальность программы. Детский дорожно-транспортный травматизм остаётся актуальной проблемой. С раннего возраста важно формировать у детей понимание значимости безопасного поведения на дороге. Они должны осознавать последствия нарушений ПДД. Постоянное повторение правил, моделирование и обсуждение дорожных ситуаций, а также практические занятия помогут предотвратить аварии и сохранить жизнь.

Актуальность данной программы заключается в том, что она способствует вовлечению школьников в систематическую работу по развитию дорожной культуры и воспитанию ответственного участника движения.

Отличительной особенностью Программы является организация практических занятий по отработке навыков вождения велосипеда на специально оборудованной площадке.

Новизна программы состоит в сочетании современных педагогических методик к обучению, объединяющих теорию и практику, с особым вниманием к индивидуальному развитию каждого участника. Программа также подчеркивает важность социальной адаптации, способствуя активному и здоровому образу жизни.

Педагогическая целесообразность. Программа включает комплекс мероприятий, направленных на создание условий для совместного обучения детей разного возраста. При реализации данной Программы открываются оптимальные условия для работы учащихся в режиме индивидуальной и коллективной деятельности, создаются условия для социальной практики ребенка в реальной жизни и накопления практического опыта.

Адресат Программы

Программа ориентированна на детей среднего и старшего школьного возраста (10-17 лет), отдыхающих в лагерях, и актуальна для данных возрастных категорий. Дети в этом возрасте уже практически сформировавшиеся интеллектуально развитые личности. Они готовы вести обсуждение по любому вопросу, аргументировано доказывать свою позицию.

Условия набора учащихся

На обучение по программе принимаются все желающие.

Количество участников

Отряд разбивается на группы (команды). Группы формируются по интересам. В каждой группе (команде) – от 5-6 человек.

Состав группы: переменный.

Объем и срок освоения Программы

Программа является краткосрочной, предназначена для реализации в летнем оздоровительном лагере, рассчитана на 21 день обучения в количестве 12 часов.

Форма обучения – очная.

Режим организации занятий по данной Программе определяется согласно распорядку дня Центра творчества и оздоровления «Космос» и соответствует нормам, утвержденным «СанПиН требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (СанПиН 2.4.3648-20).

Занятия проводятся 4 раза в неделю по 1 академическому часу (45 мин.).

Форма организации: групповая.

Формы занятий по содержанию: организационные, теоретические, практические. Организационная часть включает в себя презентацию Программы, деление отряда на группы (команды) и т.д. Большая часть времени отводится на практическую часть.

При реализации программы используются: ИКТ технологии, технологии развивающего обучения, технология развития критического мышления, игровые технологии.

1.2.Цель и задачи Программы

Цель: формирование системы знаний по правилам дорожного движения и обучение практическим навыкам вождения велосипеда.

Задачи:

образовательные:

закрепить знания о правилах дорожного движения для велосипедистов на основе формирования умений и навыков безопасного поведения на дороге;
познакомить с видами светофоров и значение их сигналов;
изучить элементы дороги и их назначение;
познакомить с устройством велосипеда;
сформировать навыки фигурного вождения велосипеда.

развивающие:

развить умение прогнозировать дорожную обстановку и принимать правильное решение в различных ситуациях;
развить самостоятельность и умения рационально организовывать свою деятельность в процессе дорожного движения;
развить интерес у обучающихся к выбранному профилю деятельности.

воспитательные:

воспитать убежденного образцового участника дорожного движения, активного агитатора и пропагандиста ПДД;
воспитать уважительное отношение ко всем участникам дорожного движения.

1.3.Содержание программы Учебный план

№ п/п	Название тем	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	0,5	0,5	0	-
2.	Велосипед: что мы о нём знаем?	2	1	1	Практическое занятие
3.	Безопасность на велосипеде: изучаем ПДД	2,5	1	1,5	Викторина
4.	Учебно-тренировочная езда на велосипеде (элемент «Круг»)	1	0	1	Фигурное вождение велосипеда
4.	Учебно-тренировочная езда на велосипеде (элемент «Восьмерка»)	1	0	1	Фигурное вождение велосипеда
5.	Учебно-тренировочная езда на велосипеде (препятствие «Слалом»)	1	0	1	Фигурное вождение велосипеда
6.	Учебно-тренировочная езда на велосипеде (препятствие «Качели»)	1	0	1	Фигурное вождение велосипеда
7.	Учебно-тренировочная езда на велосипеде (препятствие «Проезд под перекладиной»)	1	0	1	Фигурное вождение велосипеда
8.	Учебно-тренировочная езда на велосипеде (препятствие «Прицельное торможение»)	1	0	1	Фигурное вождение велосипеда
9	Учебно-тренировочная езда	1	0	1	Фигурное вождение велосипеда

	на велосипеде (препятствие «Перенос предмета»)				
	Итого:	12	2,5	9,5	

Содержание учебного плана

Вводное занятие

Теория. Понятие «транспортное средство», для чего оно служит. Способы передвижения. Отличие велосипеда от других видов транспорта. Опасность движущихся транспортных средств.

Тема 1. «Велосипед: что мы о нём знаем?»

Теория. История появления велосипеда. Виды велосипедов (дорожные, спортивные, горные, детские, подростковые). Основные узлы и детали велосипеда. Проверка снаряжения велосипеда и технического состояния. Правила техники безопасности при эксплуатации велосипеда.

Практика. Сборка-разборка велосипеда: установка колес, цепи, закрепление ручного тормоза, закрепление крыльев, замена колеса и правильная накачка шин, выявление неисправностей.

Тема 2. «Безопасность на велосипеде: изучаем ПДД»

Теория. Правила дорожного движения для велосипедистов. Ограничения и запреты. Сигналы предупреждения, подаваемые велосипедистами. Правила маневрирования на велосипеде: проезд регулируемых перекрестков и нерегулируемых перекрестков, поворот налево, направо, остановка.

Практика. Викторина «Грамотный велосипедист»

Тема 3. «Учебно-тренировочная езда на велосипеде (элемент «Круг»))».

Практика. Используются центральная и крайняя стойки высотой от 1 до 1,5 метров на тяжёлом основании. Наверху крайней стойки находится квадратная магнитная площадка размером не менее 10 см. К верхней части центральной стойки прикрепляется один конец цепи(можно пластмассовой). В торец палочки(жезла) крепится второй конец цепи. На жезле с двух сторон прикреплены магнитные площадки шириной не менее 2 см и длиной не менее 6 см, ближе к концу крепления с цепочкой. Радиус круга – 2 м. Длина цепи – 2,5 м. Длина жезла – не менее 20 см. Диаметр жезла – не менее 2 см.

Участник подъезжает к крайней стойке, берёт жезл с прикреплённой цепочкой в правую или левую руку, проезжает круг по часовой или против часовой стрелки и кладёт жезл на площадку крайней стойки.

Тема 4. «Учебно-тренировочная езда на велосипеде (элемент «Восьмерка»))».

Практика. Используются фишки (кегли) высотой до 25 см. и диаметром до 7 см. Фишки (кегли) выставляются в виде двух соприкасающихся кругов. Малый круг: внешний радиус от 2,5 до 3,5 м, внутренний радиус от 2 до 3 м. Большой круг: внешний радиус от 3 до 4 м., внутренний радиус – от 2,5 до 3,5 м. Расстояние между фишками не более 50 см.

Участник проезжает препятствие по коридору, образованному фишками (кеглями), которые расположены по линиям малого и большого кругов. Заезд в препятствие с любой стороны.

Тема 5. «Учебно-тренировочная езда на велосипеде (препятствие «Слалом»)).».

Практика. Используются стойки на основании. Основание – утяжеленный цилиндр диаметром 15 см. и высотой 10 см. К центру основания крепится полая металлическая или пластиковая трубка. Общая высота стойки от 1,3 до 1,7 м. Расстояние между первой и второй стойками 1,3 м. Каждое следующее расстояние между стойками уменьшается на 5 см. Всего в препятствии используется не более 7 стоек. Ограничительная линия проходит по всей длине препятствия на расстоянии 1 м. слева и справа от стоек. «Слалом».

Участник проезжает между стойками, поочередно огибая каждую с правой или левой стороны и стараясь не задеть их.

Тема 6. «Учебно-тренировочная езда на велосипеде (препятствие «Качели»)).».

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

Тема 7. «Учебно-тренировочная езда на велосипеде (препятствие «Проезд под перекладиной»)).».

Практика. Используются стойки на тяжёлом основании (три пары). На стойке на соответствующей высоте установлен небольшой выступ с углублением. Две стойки и поперечная планка (полая алюминиевая или пластиковая трубка) образуют проезд под перекладиной. Высоты выступов — от 1,33 до 1,5 м, от 1,3 до 1,4 м, от 1,27 до 1,3 м, расстояние между проездами не более 2 м. Ширина между стойками не менее 1,2 м. Проезды устанавливаются в порядке убывания высоты.

Участник, наклонившись к рулю, проезжает препятствие (3 шт. подряд), стараясь не задеть стойки и верхнюю планку.

Тема 8. «Учебно-тренировочная езда на велосипеде (препятствие «Прицельное торможение»)).».

Практика. Длина коридора на 5 см. больше велосипеда, предоставляемого организаторами. Ширина коридора 80 см. Контур очерчивается линиями. По углам элемента устанавливаются конусы. Высота конуса до 40 см, радиус основания до 25 см. На верхнюю часть выездных конусов кладется планка (полая металлическая или пластиковая трубка) длиной 1 м.

Участник, заезжая в коридор, должен произвести торможение велосипеда, максимально приблизив переднее колесо к планке, но, не сбив ее.

Тема 9. «Учебно-тренировочная езда на велосипеде (препятствие «Перенос предмета»)).».

Практика. Используются две стойки, которые состоят из тяжёлого основания, полой пластиковой трубы, с прикреплёнными на их верхней чаше чашами. Высота стоек 1,2 м. Переносимый предмет – теннисный мяч или шар. Расстояние между стойками не менее 3 м.

Участник подъезжает к стойке, в чаше которой находится предмет. Берёт предмет в правую руку и, держа его в руке, доезжает до следующей стойки, в чашу которой кладёт предмет.

1.4. Планируемые результаты.

По итогам освоения программы обучающиеся должны:

знать:

правила безопасного поведения на дороге;
элементы дороги и их назначение;
виды светофоров и значение их сигналов;
обязанности пешехода, пассажира и водителя;
разнообразие видов транспортных средств и их устройства;
устройства велосипеда;
особенности фигурного вождения велосипеда;

у обучающихся будут развиты:

умение прогнозировать дорожную обстановку и принимать правильное решение в различных ситуациях;
интерес к выбранному профилю деятельности.

уметь:

определять места безопасного перехода проезжей части;
применять на практике основные правила движения по проезжей части;
ориентироваться на дороге и определять опасные ситуации;
выполнять фигурное вождение на велосипеде;
уважительно относиться ко всем участникам дорожного движения.

КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график (приложение № 1)

Количество часов – 12 ч.

Количество недель – 3 нед.

Количество часов в неделю – 4 ч.

2.2. Условия реализации Программы

Базой для реализации программы является ЦТО «Космос», который является структурным подразделением ТОГБОУ ДО «Центр развития творчества детей и юношества» – Регионального модельного центра дополнительного образования детей.

ЦТО «Космос» расположен в сосновом бору Тамбовский муниципальный район, сельское поселение Тулиновский сельсовет.

Условия проживания и быта:

корпуса № 1, 2 – одноэтажные, 4 спальные комнаты на 12-14 человек, оборудованы камерами хранения, комната для вожатых, веранды;

корпус №3 – одноэтажный, 2 спальные комнаты на 11-12 человек, оборудован камерой хранения, комната для вожатых, веранда;

корпус №4 – двухэтажный, спальные комнаты на 2-4 человека, 1 конференц-зал, 2 холла, медицинская комната, гостевая, кухня, столовая, прачечная.

На территории: столовая, медпункт, котельные, летний душ, прачечная и сушилка, игровая комната, библиотека-класс, крытая эстрадная площадка, крытая

теннисная площадка, волейбольная и баскетбольная площадки, футбольное поле с трибунами, детская игровая площадка, песочницы, крытые беседки, площадка для проведения линейек.

Кадровые условия

Начальник ЦТО «Космос», заместитель начальника лагеря по УВР, старший воспитатель, старший вожатый, воспитатели, вожатые, инструктор по физической культуре, медицинский работник.

Мастер-классы по дополнительным общеразвивающим программам проводят специалисты ТОГБОУ ДО «Центр развития творчества детей и юношества» – Регионального модельного центра дополнительного образования детей.

Психолого-педагогическое сопровождение участников лагерной смены осуществляют педагоги-психологи ТОГБОУ ДО «Центр развития творчества детей и юношества» – Регионального модельного центра дополнительного образования детей.

Руководство деятельностью лагеря осуществляет начальник лагеря ЦТО «Космос».

Заместитель начальника по УВР:

- координирует деятельность воспитателей и старшего вожатого по реализации программы смены;

- координирует деятельность старшего воспитателя и старшего вожатого по проведению мероприятий в соответствии с программой и планом-сеткой.

Старший воспитатель:

- координирует деятельность воспитателей и старшего вожатого по реализации программы смены;

- отвечает за подготовку творческих мастерских и мастер-классов по дополнительным общеразвивающим программам;

- оказывает помощь специалистам во время проведения творческих мастерских и мастер-классов;

- организует самоуправление в коллективе воспитанников;

- обеспечивает безопасное проведение воспитательного процесса, строгое соблюдение правил охраны труда, техники безопасности, санитарных и противопожарных правил;

- проводит ежедневные совещания с отрядными воспитателями.

Старший вожатый:

- формирует отряды, производит закрепление вожатых;

- отвечает за проведение мероприятий в соответствии с программой, планом-сеткой;

- осуществляет контроль за проведением отрядных сборов, проводит семинары-совещания для вожатых;

- организует оформление территории, помещений лагеря в связи с торжественными (тематическими) мероприятиями.

Отрядный вожатый:

- проводит анкетирование детей с целью выявления их интересов, склонностей и достижений;

ежедневно отслеживает настроения детей; удовлетворенность проведенными мероприятиями;

участвует в организации и проведении общелагерных мероприятий в соответствии с указаниями старшего вожатого и начальника лагеря;

контролирует выпуск радиопередач еженедельных отрядных газет;

организует обязательное участие отряда в мероприятиях в соответствии с программой и планом-сеткой;

составляет отрядный план работы, согласованный со старшим вожатым, и отчитывается в его выполнении.

Спортивно-оздоровительные мероприятия проводит инструктор по физической культуре.

2.3. Формы аттестации

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: аналитическая справка по итогам реализации Программы, фото- и видео – материалы, цифровые следы, скриншоты отзывов участников.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: учебно-тренировочная езда на велосипеде (выполнение элементов различного уровня сложности), итоговая эстафета с использованием интерактивного оборудования мобильного автогородка «Лаборатория безопасности».

2.4. Оценочные материалы

Для оценивания эффективности усвоения учащимися содержания Программы используется анкетирование.

По результатам итогового анкетирования смены выявляется:

степень удовлетворенности детей программой смены;

сформированность коммуникативных навыков и социальных компетенций;

мотивирование к ведению здорового образа жизни;

совершенствование умений и навыков в пополнение знаний участников смены по вопросам безопасного поведения на;

воспитание отрицательного отношения к нарушителям норм поведения и Правил дорожного движения.

2.5. Методические материалы

Образовательные активности в процессе реализации Программы осуществляются в очном формате. В реализации Программы принимают участие педагоги, вожатые, региональный ресурсный центр по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма.

При проведении мероприятий воспитателями и вожатыми применяются:

методы обучения:

- словесный,
- наглядный,
- практический,
- объяснительно-иллюстративный,
- частично-поисковый,
- репродуктивный

Методы воспитания:

- убеждение,

- мотивация,
- поощрение,
- стимулирование и др.

При реализации программы педагогами используются:

ИКТ технологии;

технологии развивающего обучения;

игровые технологии;

здоровьесберегающие технологии.

Методическое обеспечение программы

№ п/п	Название темы	Формы занятий	Методы и приемы	Дидактический материал, техническое оснащение	Формы подведения итогов
1	Вводное занятие	Беседа	Словесный, наглядный, объяснительно-иллюстративный.	Ноутбук, проектор, наглядно-иллюстрационный материал	-
2	Велосипед: что мы о нём знаем?	Беседа/ Практическое занятие	Мастер-класс, образовательный интенсив. Методы: объяснительно-иллюстративный, словесный, наглядный, частично-поисковый, практический	Наглядно-иллюстрационный материал, велосипед	Практическое занятие
3	Безопасность на велосипеде: изучаем ПДД	Беседа/ Практическое занятие	Образовательный интенсив. Методы: словесный, наглядный, частично-поисковый, практический	Ноутбук, проектор, наглядно-иллюстрационный материал	Викторина
4	Учебно-тренировочная езда на велосипеде (элемент «Круг»)	Практическое занятие	Мастер-класс. Методы: словесный, наглядный, репродуктивный, практический.	Колонки, микрофон, экипировка для велосипедистов, 2 стойки на тяжёлом основании, магнит, цепь (пластмассовая)	Фигурное вождение велосипеда
5	Учебно-тренировочная езда на	Практическое занятие	Мастер-класс. Методы: словесный,	Колонки, микрофон, велосипеды, экипировка для	Фигурное вождение велосипеда

	велосипеде (элемент «Восьмерка»)		наглядный, репродуктивный, практический.	велосипедистов, фишки(кегли)	
6	Учебно-тренировочная езда на велосипеде (препятствие «Слалом»)	Практическое занятие	Мастер-класс. Методы: словесный, наглядный, репродуктивный, практический.	Колонки, микрофон, фишки, велосипеды, экипировка для велосипедистов, стойки на основании, стойка с перекидными картинками	Фигурное вождение велосипеда
7	Учебно-тренировочная езда на велосипеде (препятствие «Качели»)	Практическое занятие	Мастер-класс. Методы: словесный, наглядный, репродуктивный, практический.	Колонки, микрофон, велосипеды, экипировка для велосипедистов, фишки, доска длиной 3 метра, установленная на колодку под ее серединой	Фигурное вождение велосипеда
8	Учебно-тренировочная езда на велосипеде (препятствие «Проезд под перекладной»)	Практическое занятие	Мастер-класс. Методы: словесный, наглядный, практический.	Колонки, микрофон, велосипеды, экипировка для велосипедистов, стойки на тяжёлом основании, две стойки и планка	Фигурное вождение велосипеда
9	Учебно-тренировочная езда на велосипеде (препятствие «Прицельное торможение»)	Практическое занятие	Мастер-класс. Методы: словесный, наглядный, репродуктивный, практический.	Колонки, микрофон, фишки, велосипеды, экипировка для велосипедистов, стойки на тяжёлом основании, две стойки и планка	Фигурное вождение велосипеда
10	Учебно-тренировочная езда на велосипеде (препятствие «Перенос предмета»)	Практическое занятие	Мастер-класс. Методы: словесный, наглядный, репродуктивный, практический.	Колонки, микрофон, фишки, велосипеды, экипировка для велосипедистов, 2 стойки на тяжёлом основании с прикреплёнными на их верхней части чашами, теннисный мяч или шар.	Фигурное вождение велосипеда

2.6. Список литературы

Для педагогов:

1. Конвенция о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989 г.).
2. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993 г., с поправками 2020г.).
3. Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.07.1998г. № 124-ФЗ (ред. от 28.12.2016г.).
4. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. № 273-ФЗ (ред. от 07.03.2018г.).
5. Распоряжения Комитета по образованию от 12.04.2006 № 335-р «Об организации деятельности образовательных учреждений по совершенствованию работы в сфере профилактики детского дорожно-транспортного травматизма».
6. Воронова Е.А. Красный. Желтый. Зеленый. ПДД во внеклассной работе: Метод. пос. для организаторов внешкольной работы, руководителям отрядов ЮИД, театральных кружков и пр. - Ростов-на-Дону: «Феникс», 2006.
7. Рыбкин В.В., Разина И.Ф., Чубаров А.А. Сборник информационно-методических материалов по организации работы отрядов юных инспекторов движения в образовательном учреждении. – Тамбов, 2013.
8. Рыбин А.Л. Велосипедистам о безопасном дорожном движении. – М., 1991.
9. Сборник материалов для работы по профилактике ДДТТ. / Сост. Е.И.Свахчан, О.Г. Макашина. – СПб., 2001. (вып. №2).

Для учащихся

1. Ключев А.В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебное пособие.- Ростов н/Д: Легион, 2011.- 174с.
2. Формирование универсальных учебных действий в курсе ОБЖ.5-9 классы/ сост. Г.П.Попова.- Волгоград, Учитель, 2015.- 232с.
3. Правила дорожные знать каждому положено: Познавательные игры с дошколятами и школьниками/ Авт.-сост. М.С.Коган- 2-е изд., стер.- Новосибирск: Сиб.унив.изд-во, 2007.- 256с.
4. Правила дорожного движения.
5. Конкурсы, викторины, праздники по правилам дорожного движения для школьников/ Н.В. Ковалева – Изд. 2-е – Ростов н/Д.: Феникс, 2006.
6. Дмитрук В.П. Правила дорожного движения для школьников. - Ростов – н/Д: Феникс, 2010.
7. Ковальчук В.И. Игровой курс по ПДД или Школьник вышел на улицу. – Москва: ВАКО, 2004 г.
8. Рыбин А.Л. Дорожное движение. Безопасность пешеходов, пассажиров, водителей, М: Просвещение, 2008.
9. Кирьянова В.Н. Профилактика детского дорожно-транспортного травматизма.- Методическое пособие.- М.: Третий Рим, 2007.

Календарный учебный график

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный велосипедист» (ознакомительный уровень) срок реализации: 21 день

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
				Беседа	0,5	Вводное занятие	Территория лагеря	-
				Беседа/Практическое занятие	2	Велосипед: что мы о нём знаем?	Территория лагеря	Практическое занятие
				Беседа/Практическое занятие	1,5	Безопасность на велосипеде: изучаем ПДД	Территория лагеря	Викторина
				Практическое занятие	1	Учебно-тренировочная езда на велосипеде (элемент «Круг»)	Территория лагеря	Фигурное вождение велосипеда
				Практическое занятие	1	«Учебно-тренировочная езда на велосипеде (элемент «Восьмерка»)	Территория лагеря	Фигурное вождение велосипеда
				Практическое занятие	1	«Учебно-тренировочная езда на велосипеде (препятствие «Слалом»)	Территория лагеря	Фигурное вождение велосипеда
				Практическое занятие	1	«Учебно-тренировочная езда на велосипеде (препятствие «Качели»)	Территория лагеря	Фигурное вождение велосипеда
				Практическое занятие	1	«Учебно-тренировочная езда на велосипеде (препятствие «Проезд под перекладиной»)	Территория лагеря	Фигурное вождение велосипеда

				Практическое занятие	1	«Учебно-тренировочная езда на велосипеде (препятствие «Прицельное торможение»)»	Территория лагеря	Фигурное вождение велосипеда
				Практическое занятие	1	Учебно-тренировочная езда на велосипеде (препятствие «Перенос предмета»)	Территория лагеря	Фигурное вождение велосипеда

Приложение № 2

Вопросы викторины по ПДД «Грамотный велосипедист»

1. Кто сделал эскиз самого первого велосипеда?

- А. Галилео Галилей
- В. Магеллан
- С. Леонардо да Винчи

2. Велосипед – это:

- А. Не транспортное средство
- В. Транспортное средство, имеющее два и более колеса и приводимое в движение мускульной силой людей
- С. Транспортное средство, имеющее одно и более колёс и приводимое в движение двигателем

3. Слово «велосипед» образовано от слов:

- А. Колесо и руль
- В. Скорость и сила
- С. Быстрый и нога

4. Из какого материала изготавливали первые велосипеды?

- А. Алюминий
- В. Чугун
- С. Дерево

5. С какого возраста ПДД разрешают управлять велосипедом и мопедом при движении по дорогам?

- А. С 12 и 14 лет
- В. С 14 и 16 лет
- С. С 16 и 18 лет

6. Велосипедисты должны ехать по дороге...

- А. Не более 1 метра от края проезжей части в один ряд
- В. По крайней правой полосе в один ряд, возможно правее
- С. По обочине в один ряд

7. Как называется управляющий велосипедом человек?

- А. Пешеход
- В. Водитель
- С. Велосипедист

8. Велосипедисту можно ездить, если он...

- А. Держится за руль хотя бы одной рукой
- В. Держится за руль двумя руками
- С. Положение рук на руле безразлично

9. Изобретатель первой пневматической велосипедной шины:

- А. Французский граф де Сиврак
- В. Баварский лесничий Дрез

С. Ветеринар из Швейцарии Данлоп

10. На каком велосипеде проще кататься?

А. На дорожном

В. На горном

С. На шоссейном

11. Разрешена ли ПДД буксировка велосипеда?

А. Разрешена при соблюдении специальных правил безопасности

В. Запрещена в любом случае

С. Запрещена, если велосипедисту не исполнилось 14 лет

12. Что относится к средствам защиты велосипедиста?

А. Шлем, перчатки, наколенники

В. Кепка, кроссовки, брюки

С. Сапоги, шляпа, куртка

13. Действия велосипедиста, если он хочет повернуть направо:

А. Вытянуть в сторону правую руку или поднять согнутую в локте левую руку

В. Вытянуть в сторону левую руку или поднять согнутую в локте правую руку

С. Поднять вверх правую руку и нажать на звонок

14. Что поможет лучше другим водителям разглядеть велосипедиста?

А. Если велосипедист будет при движении махать одной рукой

В. Наденет светоотражающий жилет

С. Прикрепит спереди фликер

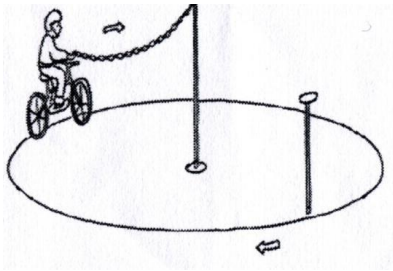
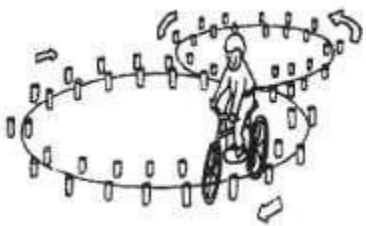
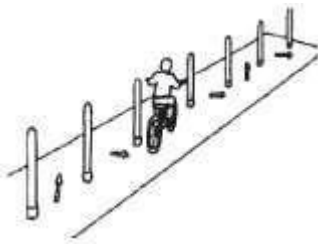
15. Можно ли велосипедисту прогуливать на поводке собаку?

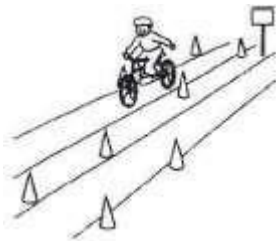
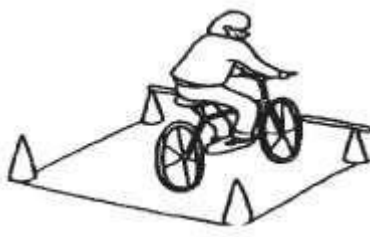
А. Да, если поводок крепкий, а собака послушная

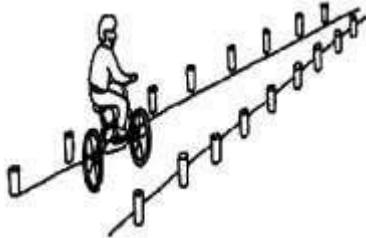
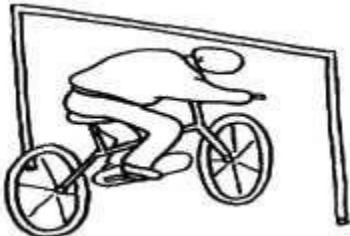
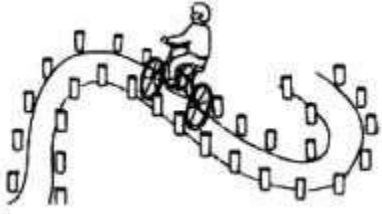
В. Да, если собака маленькая

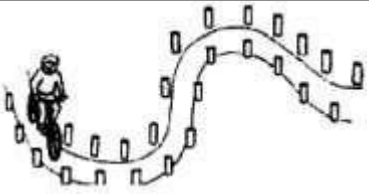
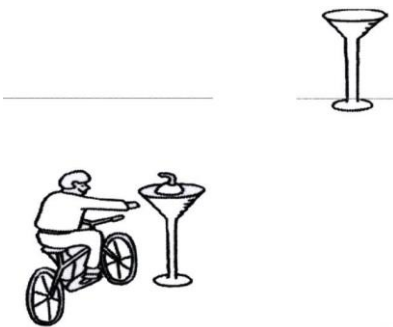
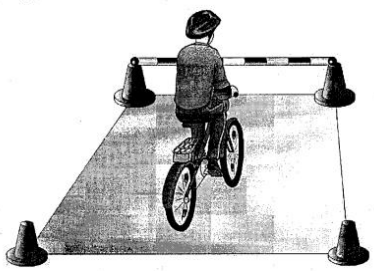
С. Нельзя, это опасно

Правила проведения тренировочных упражнений

1		Круг Центральная и крайняя стойки высотой от 1 до 1,5 метров на тяжёлом основании. Наверху крайней стойки находится квадратная магнитная площадка размером не менее 10 см. К верхней части центральной стойки прикрепляется один конец цепи(можно пластмассовой). В торец палочки(жезла) крепится второй конец цепи. На жезле с двух сторон прикреплены магнитные площадки шириной не менее 2 см и длиной не менее 6 см, ближе к концу крепления с цепочкой. Радиус круга – 2 м. Длина цепи – 2,5 м. Длина жезла – не менее 20 см. Диаметр жезла – не менее 2 см.	Не взята цепочка -3, бросание цепочки – 3, Касание цепочкой поверхности площадки(каждое касание)- 1, смещение опоры – 1, опрокидывание стойки-2
2		Восьмерка — 3,5 м. Внутренний радиус — 3 м. Большой круг. Внешний радиус — 4 м. Внутренний радиус — 3,5 м. Расстояние между фишками 25–30 см.	Удар или смещение 5–8 столбиков — 3; Удар или смещение более 9 столбиков — 4
3		Слалом Используются стойки на основании. Основание — утяжелённый цилиндр диаметром 15 см и высотой 10 см. К центру основания крепится полая металлическая трубка (можно из алюминия). Общая высота стойки 1,7 м. Расстояние между первой и второй стойками 1,2 м. Каждое следующее уменьшается на 5 см. Всего 6 стоек.	Смещение стойки — 1 Удар по стойке — 2; Выезд за пределы трассы — 3

4		Перестроение с одной полосы движения на другую Длина полос 3 м. Ширина 60 см. Стойка с перекидными картинками «Транспортные средства» находится в начале препятствия слева по ходу движения. Высота стойки с картинками 1,8 м на тяжёлом основании. Размер картинок 40 на 30 см. Всего 10 картинок и поверх пустой лист. Картинки выполнены на пластиковых листах.	Участник при перестроении не посмотрел назад — 3; Отсутствие подачи сигнала рукой либо неправильная подача сигнала рукой — 3; Выезд за пределы трассы — 1
5		Наклонная доска В основании конструкции — металлический каркас. Часть конструкции, по которой движется велосипед, обшита резиной, остальные части — пластиком с нанесением на него цветных клеящихся полосок. Длина 3 м. Ширина доски 40 см. Высота слева — 15 см, справа — 0 см.	Съезд с доски одним или двумя колесами — 2; Проезд мимо доски — 3
6		Прицельное торможение Длина коридора на 5 см больше велосипеда, предоставляемого организаторами. Ширина коридора 80 см. Контур очерчивается линиями. По углам элемента устанавливаются конуса оранжевого цвета с опоясывающими белыми линиями. Высота конуса 40 см, радиус основания 25 см. На верхнюю часть выездных конусов кладётся полая металлическая трубка длиной 1 м.	Нога или ноги находятся за пределами ограждения — 1; Велосипед находится за пределами ограждения — 2; Смещение планки — 3

7		Качели В основании конструкции — металлический каркас. Часть конструкции, по которой движется велосипед, обшита резиной, остальные части — пластиком с нанесением на него цветных клеящихся полосок. Длина 3 м, ширина 50 см. Высота 50 см.	Неудачное выполнение — 3
8		Прямая дорожка Используются шайбы радиусом 7 см и высотой 2,5 см. Длина дорожки 3 м. Ширина в начале 40 см, в конце — 10 см, необходимо 12 фишек, расстояние между центрами фишек 60 см.	Смещение конусов в первом секторе — 4; Смещение конусов во втором секторе — 3; Смещение конусов в третьем секторе — 2; Смещение конусов в четвертом секторе — 1
9		Проезд под перекладиной (3 шт. подряд) Используются стойки на тяжёлом основании. На стойке на соответствующей высоте установлен небольшой выступ с углублением. Две стойки и поперечная планка (полая алюминиевая трубка) образуют проезд под перекладиной. Высота выступов — 1,33 м, 1,3 м, 1,27 м, расстояние между проездами 2 м. Проезды устанавливаются в порядке убывания высоты.	Касание верхней планки — 1; Сбита планка или стойка — 2
10		S-образная дорога Используются фишки высотой 12 см и радиусом 7 см. Из этих фишек строится S-образная дорожка шириною в 50 см и расстоянием между фишками по каждой стороне 15–30 см.	Удар или смещение 1 конуса — 1; Удар или смещение 2–4 конусов — 2; Удар или смещение 5–6 конусов — 3; Удар или смещение

			свыше 7 конусов — 4
11		Перенос предмета Используются две стойки, которые состоят из тяжёлого основания, полый пластиковой трубы, с прикреплёнными на их верхней чаше чашами. Высота стоек 1,2 м. Переносимый предмет – теннисный мяч или шар. Расстояние между стойками не менее 3 м.	Проезд мимо стойки с предметом – 2 Падение предмета с конечной стойки- 3 Падение предмета во время движения- 2 Падение стойки – 2 Выезд за пределы трассы - 1
12		Прицельное торможение Длина коридора на 5 см. больше велосипеда, предоставляемого организаторами. Ширина коридора 80 см. Контур очерчивается линиями. По углам элемента устанавливаются конусы. Высота конуса до 40 см, радиус основания до 25 см. На верхнюю часть выездных конусов кладется планка (полая металлическая или пластиковая трубка) длиной 1 м. Участник, заезжая в коридор, должен произвести торможение велосипеда, максимально приблизив переднее колесо к планке, но, не сбив ее.	Нога или ноги находятся за пределами ограждения – 1 Велосипед находится за пределами ограждения – 2 Падение планки - 3