

Приложение 4 к ООП НОО
утверждено приказом № 300802-О от 30.08.2019 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности (социальное направление)
по курсу «ЮИДД»
для 4 классов

СОСТАВИТЕЛЬ:

Сибгатуллин Ильдар Минуллович,
учитель первой категории.

1. Пояснительная записка

Актуальность программы заключается в том, что в настоящее время велоспорт завоевывает всемирную популярность.

Во всех странах велосипед признан самым экологичным видом транспорта. Велоезда является отличной профилактикой различных заболеваний, а также заменителем антидепрессантов.

Сегодня велосипедом пользуются не только дети в качестве развлечения, но и серьезные офисные работники предпочитают добираться до службы при помощи велосипеда. Например, мэр Лондона известен своей любовью к двухколесному транспортному средству, и до своего непосредственного места службы градоначальник добирается на велосипеде.

В настоящий момент интерес к велокультуре в нашей стране выходит на новый виток развития: строятся велосипедные дорожки, появился городской велопрокат, в общественных местах устанавливаются велопарковки.

Велосипед стал символом молодости, здоровья и современного стиля жизни.

Простота, доступность и при этом высокая эффективность занятий велоспортом влияют на гармоничное физическое развитие организма ребенка.

Направленность программы «Юный велосипедист» – физкультурно-спортивная.

Настоящая программа разработана в соответствии с Типовым планом - проспектом учебной программы для спортивных школ (ДЮСШ и СДЮШОР, ШВСМ и УОР), утвержденным приказом Госкомспорта Российской Федерации № 390 от 28.06.2001 г., с учетом рекомендаций тренеров, преподавателей по велоспорту, а также врачей, психологов и других специалистов в области физического воспитания.

Езда на велосипеде развивает у детей смелость, настойчивость, находчивость, быстроту, гибкость, силу, выносливость, ловкость, чувство равновесия, координации движений, формирование правильной осанки, обучение жизненно необходимым двигательным действиям и умению управлять своими движениями.

Велоспорт содействует воспитанию организованности и дисциплины.

Программа основана на постепенном и последовательном прохождении всех стадий обучения в игровых формах.

Педагогическая целесообразность программы заключается в воспитании чувства коллективизма, дисциплинированности и трудолюбия. Важную роль в нравственном воспитании юных спортсменов играет непосредственно спортивная деятельность, которая предоставляет большие возможности для воспитания этих качеств.

Успешность воспитания юных спортсменов во многом определяется способностью тренера повседневно сочетать задачи спортивной подготовки и нравственного воспитания.

На занятиях решаются следующие задачи:

обучающие:

- формирование знаний, представлений о безопасном поведении детей на дороге.
 - обучить основам техники велоспорта.

воспитательные:

- воспитать здоровых, всесторонне развитых, волевых и дисциплинированных юных спортсменов.
- воспитание чувства причастности к дорожному движению и ответственности за свое поведение в условиях дороги;
- воспитание дисциплинированности, культуры поведения на улице.

развивающие:

- развитие умения анализировать, сравнивать, обосновывать;
- развитие ловкости, внимания, выносливости.

Основной формой работы в секции по велоспорту является групповое учебно-тренировочное занятие по расписанию.

В процессе учебно-тренировочных занятий и на соревнованиях успешно решаются воспитательные задачи. Педагог воспитывает юных спортсменов в духе сознательного отношения к занятиям спортом, уважения к старшим, воспитывает организованность, трудолюбие, дисциплинированность, коллективизм.

Учебно-тренировочные занятия в каждой группе планируются на основе данной программы с учётом режима детей.

Занятия велоспортом учат преодолевать трудности, воспитывают настойчивость, выдержку, целеустремлённость. Тренировка юных велосипедистов отличается от тренировки взрослых спортсменов тем, что в ней обучению двигательным действиям отводится больше времени, чем подготовке к соревнованиям. Нагрузки дозируются более строго. Метод переменной интенсивности тренировочных нагрузок — чередование упражнений, дающих большую, то малую, то умеренную нагрузку, - является более приемлемым в подготовке юных велосипедистов.

2. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Программа научит учащихся безопасному поведению в различных ситуациях на дороге, закрепит знания Правил дорожного движения.

Ожидаемые результаты.

Результаты освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Велосипедный туризм» разработаны с учетом требований

Федерального

государственного образовательного стандарта начального общего образования и основного общего образования и включают:

Личностные результаты:

- формирование готовности к саморазвитию и самообразованию;
- развитие способности ставить цель и строить жизненные планы;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;
- формирование коммуникативной компетентности в общении со сверстниками.

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цель и задачи своей деятельности;
- осуществление пошагового и итогового контроля своей деятельности, анализа и оценки результатов;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха спортивных достижений;
- знакомство с базовыми понятиями в области велосипедного спорта;
- практическое овладение техническим и тактическим мастерством велосипедиста для достижения высоких спортивных результатов;
- знакомство с правилами дорожного движения и техникой безопасности.

К концу первого года обучения обучающиеся будут:

- уметь уверенно ездить на велосипеде;
- знать технику педалирования: равномерное круговое педалирование, 70-80 оборотов в минуту;
- знать технику преодоления подъемов, спусков и поворотов: техническое преодоление подъемов, спусков, поворотов;
- знать виды велосипедного спорта;
- знать правила дорожного движения и техники безопасности;
- знать основы технического обслуживания велосипеда.

К концу второго года обучения обучающиеся должны:

- знать технику педалирования: равномерное круговое педалирование, 80-90 оборотов в минуту;
- уметь преодолевать подъемы, спуски и повороты на максимальной скорости;
- владеть основами тактики езды на велосипеде;
- знать виды велосипедного спорта;
- знать правила дорожного движения и техники безопасности;
- знать приемы технического обслуживания велосипеда

В перспективе - снижение ДТП с участием детей; воспитание дисциплинированных участников дорожного движения.

К завершению курса обучения

Учащиеся должны знать:

- ✓ правила дорожного движения,
- ✓ правила пешехода,
- ✓ правила езды на велосипеде,
- ✓ сигналы велосипедиста,
- ✓ знаки, регламентирующие движение велосипедиста и обозначающие специальные места для катания на велосипеде,
- ✓ экипировку велосипедиста,
- ✓ устройство и снаряжение велосипеда,
- ✓ правила перевозки людей и грузов на велосипеде.

Учащиеся должны уметь:

- ✓ выполнять правила пешеходов,
- ✓ выполнять правила езды на велосипеде и перевозки людей и грузов,
- ✓ определять места, специально предназначенные для движения пешеходов и отведенные для езды на велосипеде,
- ✓ правильно подавать сигналы при езде на велосипеде,
- ✓ охарактеризовать знаки, регламентирующие движение велосипедиста и обозначающие места для катания на велосипеде,
- ✓ сделать мелкий ремонт велосипеда,
- ✓ взаимодействовать с другими участниками дорожного движения,
- ✓ прогнозировать развитие дорожных ситуаций.

При завершении ознакомления с каждой темой программы учитель проводит мониторинг знаний учащихся по данной теме в различной форме: устный опрос, тест, игра, викторина и др.

В 2018-2019 учебном году занимается 1 группа (4 классы) 1 час в неделю, всего 34 часов.

3. Тематическое планирование 4 класс

№ п/п	Темы занятий	Кол-во часов
1.	Правила дорожного движения	1
2.	Сигналы светофора и регулировщика. Движение транспорта по проезжей части.	1
3.	Действия водителей по сигналам светофора и регулировщика.	1
4.	Совершенствование навыков управления велосипедом.	1
5.	Применение аварийной сигнализации и знака аварийной остановки.	1

6.	Начало движения, маневрирование.	1
7.	Расположение транспортных средств на проезжей части. Скорость движения. Обгон. Встречный разъезд.	1
8.	Контрольно - обобщающая работа «Сигналы светофора и регулировщика. Движение транспорта по проезжей части»	1
9.	Проезд перекрестков и железнодорожных переездов. Пешеходные переходы и места остановок маршрутных транспортных средств.	1
10.	Пешеходные переходы и места остановок маршрутных транспортных средств. Проезд железнодорожных переездов	1
11.	Совершенствование навыков управления велосипедом.	1
12.	Особенности движения транспорта по автомагистралям, в жилых зонах. Приоритет маршрутных транспортных средств. Пользование внешними световыми приборами и звуковыми сигналами.	1
13.	Движение по автомагистралям. Движение в жилых зонах.	1
14.	Приоритет маршрутных транспортных средств.	1
15.	Пользование внешними световыми приборами и звуковыми сигналами.	1
16.	Особенности буксировки механических транспортных средств, учебной езды, перевозки людей и грузов.	1
17.	Совершенствование навыков управления велосипедом.	1
18.	Основы медицинских знаний. Правила оказания первой медицинской помощи.	1
19.	Первая помощь при ушибах, вывихах, растяжениях и разрывах связок. Первая помощь при сотрясении головного мозга и обмороке.	1
20.	Первая помощь при капиллярных и венозных кровотечениях	1
21.	Первая помощь при закрытых переломах конечностей.	1
22.	Первая помощь при повреждении органов грудной клетки.	1
23.	Первая помощь при повреждении органов брюшной полости.	1
24.	Практическое занятие по отработке способов оказания первой медицинской помощи.	1
25.	Профилактика травматического шока.	1
26.	Первая помощь при комбинированных поражениях.	1
27.	Правила транспортировки пострадавших.	1
28.	Правила проведения реанимации.	1

29.	Первая помощь при переломе ребер.	1
30.	Практическое занятие по отработке способов оказания первой медицинской помощи	1
31.	Контрольно - обобщающая работа «Правила оказания первой медицинской помощи»	1
32.	Зачетное занятие « Правила дорожного движения».	1
33.	Зачетное занятие «Фигурное вождение велосипеда».	1
34.	Зачетное занятие «Оказание первой медицинской помощи»	1

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. *Боген А.А.* Обучение двигательным действиям. – М.: ФиС, 1983.
2. *Поляев Б. А., Лайшева О. А., Калашникова О. М.* Правильная осанка. Памятка для родителей. – М.: Расмирти, 2003.
3. Олимпийское движение / М.: ФИС, 1980г.
4. Джо Фрил. Библия велосипедиста. М.: «Манн, Иванов и Фербер», 2011.
5. Лопес Брайан, Маккормак Ли. Мастерство езды на маунтинбайке. М.: Издательство: «Манн, Иванов и Фербер», 2011.
6. Шеннон Совндаль. Анатомия велосипедиста. Издательство: Попурри, 2011.
7. Дэвид В. Херлихи. История велосипеда. Издательство: Новое литературное обозрение, 2009.