

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 19

Утверждаю
Директор МАОУ СОШ № 19
С.А. Белова
Приказ № 647 от 29.08.2025



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
Физкультурно-спортивная направленность**

«Безопасное колесо»

Возраст обучающихся: 9-14 лет

Срок реализации 1 год

Автор-составитель:
Вершинина О.А.
Учитель физической культуры

Екатеринбург, 2025-2026 учебный год

2. Комплекс основных характеристик.

2.1. Пояснительная записка.

Направленность программы

Данная программа кружка "Безопасное колесо" относится к физкультурно-спортивная направленность и разработана для ознакомления детей в возрасте 9-14 лет с действующими правилами дорожного движения с проведением учебно-тренировочных занятий. Обучение предусматривает применение проблемного раздаточного материала, использование компьютерных обучающих программ в классе информационных технологий, вождение велосипеда, преодоление на велосипеде различных препятствий.

Обучение по данной программе направлено на формирование практических умений безопасного поведения на дороге, с учетом причин попадания обучающихся в ДТП и их возрастных особенностей и психологических особенностей.

Актуальность программы

Безопасность дорожного движения - вопрос, который с каждым годом приобретает все более важное значение, и который не может не волновать любого из нас. В условиях интенсивного дорожного движения увеличивается число дорожно-транспортных происшествий с участием несовершеннолетних.

Учет причин ДТП с участием детей и их психологических и возрастных особенностей является основным условием эффективности обучения детей, так как знания о ПДД сами по себе ничего не дают. Для того чтобы эти знания определяли поведение ребенка на дороге, они должны стать его убеждениями, т.е. эмоционально окрашенными суждениями, мотивирующими соответствующие практические действия. Ребенок тогда будет неукоснительно выполнять Правила дорожного движения, когда он будет осознавать необходимость в их выполнении и получать удовольствие от точного соблюдения.

В целях преодоления недостаточной эффективности профилактической работы по безопасному поведению детей на дороге и детского дорожного травматизма, была написана программа «Безопасное колесо».

Отличительные особенности программы

Особенность программы состоит в том, что:

- наряду с образовательными задачами, она решает и задачи воспитания законопослушных граждан нашей страны. Обучение и воспитание базируются на знании психологических и физиологических возрастных особенностей поведения детей;
- программа дополнительного образования создает условия для адаптации обучающихся при изучении ПДД, оказания первой медицинской помощи, и дает возможность сгруппировать и классифицировать большое количество теоретического и практического материала;
- в основе программы лежат педагогические закономерности, инновационные и традиционные принципы, формы и методы воспитания и обучения;

- изложены организация и содержание работы по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма.
- косвенно ориентируем детей на будущую профессию.

Адресат программы

Возраст детей, участвующих в реализации данной программы от 9 до 14 лет. Прием детей осуществляется по желанию. Обучающиеся разделены на две группы.

Режим занятий и объем занятий.

Срок реализации образовательной программы 1 год. Занятия проводятся 2 раза в неделю (по 1 час)

Объем занятий.

Программа рассчитана на 68 часов.

Структура программы представлена четырьмя основными разделами:

1. Правила дорожного движения.
2. Первая медицинская помощь.
3. Фигурное вождение на велосипеде.
4. Решение заданий по ПДД

Теоретический материал тесно связан с практическим его применением и преподаётся с опорой на житейский опыт учащихся.

Срок освоения 1 год Уровневость

программы - базовый.

Формы обучения

- Групповая

Ориентирует учащихся на создание групп, которые выполняют более сложные работы. Групповая форма позволяет ощутить помощь со стороны друг друга, учитывает возможности каждого, ориентирована на скорость и качество работы.

- Фронтальная

Предполагает подачу учебного материала всему коллективу обучающихся детей через беседу или лекцию. Фронтальная форма способна создать коллектив единомышленников, способных воспринимать информацию и работать вместе.

- Индивидуальная

Предполагает самостоятельную работу обучающихся, оказание помощи и консультации каждому из них со стороны педагога. Это позволяет, не уменьшая активности ребенка, содействовать выработке стремления и навыков самостоятельного творчества. Индивидуальная форма формирует и оттачивает личностные качества учащегося, а именно: трудолюбие, усидчивость, аккуратность, точность и четкость исполнения. Данная организационная форма позволяет готовить учащихся к участию в конкурсах.

Виды занятий. При проведении занятий используются беседы, лекции, практические занятия.

Формы проведения результатов. При подведении результатов проводятся открытые, практические занятия и участие в соревнованиях различного уровня.

2.2. Цель и задачи программы *Цель программы:*

Формирование у детей сознательного и ответственного отношения к вопросам личной безопасности и безопасности окружающих участников дорожного движения, расширение системы знаний и практических навыков безопасного поведения на дорогах.

Задачи:

Обучающие:

- Изучить и закрепить знания Правил дорожного движения на основе формирования механизма безопасного поведения на дороге;
- Овладеть навыками езды на велосипеде в соответствии с ПДД;
- Овладеть навыками оказания первой доврачебной помощи.

Развивающие:

- Развить навыки культуры поведения на дорогах;
- Развить понимание у детей чувства ответственности при решении проблем, связанных с обеспечением транспортной безопасности;
- Развить ассоциативное, логическое мышление;
- Привить умение управлять собственным вниманием.

Воспитывающие:

- Создать условия, способствующие успешности каждого ребёнка, в соответствии с его возможностями;
- Формировать внутреннюю мотивацию ребёнка (то есть, чтобы он выполнял ПДД не под внешним давлением, а через осознание и «прочувствование» необходимости их точного соблюдения);
- Формировать ответственность за свое поведение;

2.3. Содержание общеразвивающей программы.

Учебный (тематический) план.

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации/контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие.	1	1	-	
2	Общее устройство велосипеда. Техническое обслуживание.	2	1	1	Взаимопроверка.
3	Вождение велосипеда	26	1	25	Выполнение практической работы по фигурному вождению.
4	Оказание первой доврачебной помощи.	14	7	7	Выполнение практической работы
5	Правила дорожного движения. Решение заданий по ПДД.	20	10	10	Компьютерное тестирование
6	Организация и проведение соревнований.	4	-	4	Результат участия в соревнованиях
7	Меры безопасности на тренировках и соревнованиях	1	1	-	Взаимопроверка ТБ.
	Всего	68	21	47	

Содержание учебного (тематического плана) плана

Вводное занятие *(1 час)*

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

Общее устройство велосипеда. Техническое обслуживание. *(2 часа)*

Теория:

Основные части велосипеда, их назначение, расположение, взаимодействие. Роль тормозов, звукового сигнала. Значение исправности тормозов.

Практика:

Умение регулировать руль, седло. Замена колеса. Смазка цепи, звездочек.

Вожделение велосипеда. *(14 часов)*

Теория:

Вводный инструктаж. ТБ при учебной езде. Сигналы велосипедиста.

Практика:

Практические занятия по удержанию равновесия. Прохождение учебной трассы с использованием сигналов велосипедиста. Прохождение «автогородка». Фигурное вождение велосипеда. Прохождение препятствия: «Остановка на контрольной линии», «Слалом», «Восьмерка», «Перестроение», «Змейка», «Зауженная прямая дорожка», «Зауженная кривая дорожка», «Коридор», «Перенос предмета», «Наклонная дорожка», «Квадрат», «Широкая змейка», «Узкая дорожка».

Основы оказания первой доврачебной помощи *(14 часов)*

Теория:

Первая доврачебная помощь. Приемы оказания доврачебной помощи. Понятие о травмах и объеме первой помощи. Раны и кровотечение. Виды ран. Кровотечение наружное и внутреннее, их характеристики. Травматический шок. Правила наложения повязок при ранении и кровотечении. Правила наложения жгута. Переломы. Виды переломов. Повреждение головы и лица. Повреждение груди. Повреждение органов брюшной полости. Повреждение позвоночника. Способы вентиляции легких. Транспортировка пострадавших при различных травмах. Способы транспортировки. Травматический шок. Ожоги. Обморожение. Искусственное дыхание и наружный массаж сердца. *Практика:*

Первая помощь при травмах (ушибы, растяжения, переломы)

Первая помощь при разных кровотечениях. Наложение повязок, жгута.

Первая помощь при травматическом шоке.

Первая помощь при потере сознания, обмороках.

Первая помощь при ранении грудной клетки, живота.

Первая помощь при ожоге и обморожении, при тепловом ударе.

Транспортировка пострадавших при повреждении позвоночника, нижних конечностей. Способы транспортировки.

Искусственное дыхание и наружный массаж сердца.

Просмотр фото- и видеоматериалов.

Решение учебных задач, билетов.

Правила дорожного движения (20 часов)

Теория:

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. Перевозка людей и грузов на велосипеде. Движение группы пешеходов и велосипедистов. Требования, предъявляемые к техническому состоянию транспортных средств. Опасные последствия эксплуатации неисправного транспорта. Дорога и элементы. Расположение транспортных средств на проезжей части. Движение транспортных средств по тротуарам, обочинам и пешеходным дорожкам. Средства организации и регулирования дорожного движения, светофоры автомобильные, железнодорожные, пешеходные. Обгон и встречный разъезд. Места, где остановка запрещена.

Практика:

Решение билетов по правилам дорожного движения, решение учебных презентаций по правилам дорожного движения.

Просмотр фото- и видеоматериалов.

Решение ситуативных задач.

Организация, подготовка, проведение, участие в конкурсных мероприятиях (4 часа)

Организация, подготовка, проведение викторин и конкурсов в детском объединении «Безопасное колесо»

Подготовка и участие в смотре конкурсе «Безопасное колесо» (школьный, районный, городской, областной уровень).

Итоговое занятие.

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

Меры безопасности на тренировках и соревнованиях. (1 час)

Меры безопасности, связанные с правильной организацией учебно-тренировочных занятий и соревнований. Меры безопасности, связанные с техническим состоянием велосипеда, экипировка и одежда учащихся, со стояние их здоровья и самочувствие. Меры безопасности по медицинскому и противопожарному обеспечению.

Календарно-тематическое планирование кружка «Безопасное колесо»

Номер урока	Раздел. Тема урока	Кол-во часов	Оборудование урока, использование наглядных средств
	Вводное занятие	1	

1	Техника безопасности. История велосипеда. Виды и классы велосипедов.		велосипед, наглядное пособие
	Общее устройство велосипеда. Техническое устройство.	2	
2	Основные части велосипеда, их назначение, расположение. Роль тормозов, звукового сигнала. Значение исправности тормозов.	1	велосипед, наглядное пособие
3	Разбор и сборка велосипедов. Умение регулировать руль, седло. Замена колеса. Смазка цепи, звездочек	1	велосипед, наглядное пособие
	Меры безопасности на тренировках и соревнованиях.	1	
4	Меры безопасности, связанные с техническим состоянием велосипеда, экипировка и одежда учащихся, со стояние их здоровья и самочувствие.	1	
	Учебная езда на велосипеде (фигурное вождение).	7	
5	Вводный инструктаж. ТБ при учебной езде. Сигналы велосипедиста Удержание равновесия	1	велосипед, наглядное пособие
6	Прохождение учебной трассы с использованием сигналов велосипедиста.	1	велосипед, препятствия
7	Прохождение препятствия: «Остановка на контрольной линии», «Слалом».	1	велосипед, препятствия
8	Прохождение препятствия: «Остановка на контрольной линии», «Слалом», «Восьмерка», «Перестроение»	1	велосипед, препятствия
9	Прохождение препятствия: «Змейка», «Зауженная прямая дорожка», «Зауженная кривая дорожка»	1	велосипед, препятствия
10	Прохождение ранее изученных препятствий.	1	велосипед, препятствия
11	Фигурное вождение велосипеда с преодолением препятствий.	1	велосипед, препятствия
	Правила дорожного движения	10	
12	Основные понятия и термины ПДД. Права, обязанности и ответственность участников дорожного движения	1	наглядное пособие
13	Разметка проезжей части. Дорога и элементы дороги.	1	наглядное пособие
14	Дорожные знаки: запрещающие, приоритета, предупреждающие, предписывающие.	1	наглядное пособие
15	Сигналы светофоров и регулировщика.	1	наглядное пособие
16	Дорожные знаки особых предписаний, информационные, доп. информации.	1	наглядное пособие

17	Правила движения велосипедиста Проезд регулируемых и нерегулируемых перекрестков.	1	наглядное пособие
18	Движение группы пешеходов и велосипедистов Правила движения велосипедиста в населенном пункте и на загородной дороге.	1	наглядное пособие
19	Перевозка людей и грузов на велосипеде.	1	наглядное пособие
20	Требования, предъявляемые к техническому состоянию транспортных средств. Опасные последствия эксплуатации неисправного транспорта.	1	наглядное пособие
21	Обгон и встречный разъезд. Места, где остановка запрещена.	1	наглядное пособие
	Оказание первой доврачебной помощи.	7	
22	Понятия о травмах. Приемы оказания первой помощи при разных травмах.	1	мед. аптечка, наглядное пособие
23	Раны и кровотечения. Первая помощь при разных кровотечениях. Ранения грудной клетки, живота.	1	мед. аптечка, наглядное пособие
24	Переломы и оказание первой помощи. Закрытые и открытые травмы	1	мед. аптечка, наглядное пособие
25	Травматический шок. Оказание первой помощи.	1	мед. аптечка, наглядное пособие
26	Обморожения, ожоги. Тепловой удар. Первая помощь.	1	мед. аптечка
27	Обморок, потеря сознания. Первая помощь.	1	Мед. аптечка
28	Искусственное дыхание и наружный массаж сердца.	1	Наглядное пособие, тренажер
	Учебная езда на велосипеде.	4	
29	Движение и маневрирование в «Автогородке» с соблюдением правил.	1	велосипед, шлем
30	Движение и маневрирование в «Автогородке» с соблюдением правил.	1	велосипед, шлем
31	Движение и маневрирование в «Автогородке» с соблюдением правил.	1	велосипед, шлем
32	Движение и маневрирование в «Автогородке» с соблюдением правил.	1	велосипед, шлем
	Организация и проведение соревнований	1	
33	Соревнования «Безопасное колесо» (школьные)	1	
	Правила дорожного движения. Решение задач.	10	
34	Спец. машины, преимущество на перекрестке.	1	наглядное пособие
35	Решение задач. Различные ситуаций на дороге с пешеходами, водителями.	1	наглядное пособие
36	Решение задач. Различные ситуаций на дороге с пешеходами, водителями.	1	наглядное пособие
37	Решение задач. Различные ситуаций на дороге с пешеходами, водителями.	1	наглядное пособие

38	Работа с презентациями на очередность проезда перекрестка.	1	наглядное пособие
39	Работа на магнитной доске. Безопасный путь домой.	1	наглядное пособие
40	Работа с презентациями на очередность проезда перекрестка.	1	наглядное пособие
41	Работа с презентациями на очередность проезда перекрестка.	1	наглядное пособие
42	Работа с презентациями на очередность проезда перекрестка.	1	наглядное пособие
43	Работа с презентациями на очередность проезда перекрестка.	1	наглядное пособие
	Оказание первой доврачебной помощи.	7	
44	Оказание первой доврачебной помощи помощь при разных кровотечениях (наложение повязок, жгута)	1	Бинты, жгут
45	Оказание первой доврачебной помощи при переломах (наложение медицинской шины)	1	Медицинские шины, наглядное пособие
46	Оказание первой доврачебной помощи при потере сознания, обмороке.	1	Наглядное пособие
47	Оказание первой доврачебной помощи при травматическом шоке.	1	Наглядное пособие
48	Способы транспортировки пострадавших при разных травмах.	1	Наглядное пособие
49	Оказание первой доврачебной помощи при ожогах, обморожениях, тепловом ударе.	1	Наглядное пособие
50	Выполнения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.	1	тренажер
	Учебная езда на велосипеде	15	
51	Прохождение препятствия: «Коридор», «Перенос предмета», «Наклонная дорожка», «Квадрат», «Широкая змейка», «Узкая дорожка».	1	велосипед, препятствия, шлем
52	Фигурное вождение с преодолением препятствий.	1	велосипед, препятствия, шлем
53	Фигурное вождение с преодолением препятствий.	1	велосипед, препятствия, шлем
54	Фигурное вождение с преодолением препятствий.	1	велосипед, препятствия, шлем
55	Фигурное вождение с преодолением препятствий.	1	велосипед, препятствия, шлем
56	Фигурное вождение с преодолением препятствий.	1	велосипед, препятствия, шлем
57	Фигурное вождение с преодолением препятствий.	1	велосипед, препятствия, шлем
58	Фигурное вождение с преодолением препятствий.	1	велосипед,

			препятствия, шлем
59	Фигурное вождение с преодолением препятствий.	1	велосипед, препятствия, шлем
60	Фигурное вождение с преодолением препятствий.	1	велосипед, препятствия, шлем
61	Движение и маневрирование в «Автогородке» с соблюдением правил.	1	велосипед, светофор, дорожная разметка
62	Движение и маневрирование в «Автогородке» с соблюдением правил.	1	велосипед, светофор, дорожная разметка
63	Движение и маневрирование в «Автогородке» с соблюдением правил.	1	велосипед, светофор, дорожная разметка
64	Движение и маневрирование в «Автогородке» с соблюдением правил.	1	велосипед, светофор, дорожная разметка
65	Движение и маневрирование в «Автогородке» с соблюдением правил.	1	велосипед, светофор, дорожная разметка
	Организация и проведение соревнований	3	
66	Соревнования «Безопасное колесо» (районный уровень)	1	Наглядность, Велосипед, шлем
67	Соревнования «Безопасное колесо» (городской уровень)	2	Велосипед, шлем.
68			

2.4. Планируемые результаты.

После обучения обучающиеся:

Должны знать:

- основные понятия и термины ПДД;
- исторические сведения;
- общие обязанности водителей, пассажиров, пешеходов, велосипедистов.
- сигналы светофора и регулировщика.
- маневрирование.
- расположение транспортных средств на проезжей части.
- остановка, стоянка, скорость движения.

- проезд перекрестков.
- дорожные знаки.
- ответственность за нарушение ПДД
- причины ДТП.

Должны уметь:

- оказать первую медицинскую помощь (при ожогах, ранениях, артериальном кровотечении, венозном и капиллярном кровотечениях, накладывать повязки и шины, отличить открытый и закрытый перелом).
- выполнять фигурное вождение (остановка на контрольной линии, восьмерка, перенос предмета, змейка, узкая доска, желоб, слалом и др.).
- решать экзаменационные билеты по ПДД и применять рассматриваемые вопросы на практике.

3. Комплекс организационно-педагогических условий.

3.1 Условия реализации программы.

Материально-техническое обеспечение- наличие специально оборудованного помещения (спортивный зал) для практических занятий, класс для теоретических занятий).

Велосипеды (4), комплект для фигурного вождения велосипеда («Зарница»), светофор, знаки по правилам дорожного движения, манекены для выполнения сердечно-легочной реанимации, перевязочный материал, стенд «Безопасный путь школа-дом».

Информационное обеспечение — компьютерная программа, фото и видео материалы по оказанию ПМП, ПДД, наглядный материал.

Кадровое обеспечение. Занятие проводит учитель физической культуры Вершинина Ольга Анатольевна.

Методические материалы.

Дидактические материалы и наглядные пособия.

- Велосипеды.
- Аптечка.
- Перевязочные материалы, жгут, медицинские шины.
- Инвентарь по фигурному вождению велосипеда.
- Знаки правил дорожного движения.
- Правила дорожного движения (книга)
- Карточки-задания.
- Макет проезжей части.
- Экзаменационные билеты для приема теоретических экзаменов и комментариев к экзаменационным билетам “А”, “В”.
- Компьютерная программа приема экзаменов по ПДД.

- Фото и видео материалы.

3.2. Формы аттестации/контроля и оценочные материалы

Большое воспитательное значение имеет подведение итогов работы, анализ и её оценка. Оценка должна носить объективный, обоснованный характер.

Текущий контроль: вопросы после каждого занятия.

Промежуточный контроль: устный опрос, практические задания, тестовые задания после окончания изучения раздела.

Для проведения аттестации в конце учебного года организуется соревнование, которое включает в себя теоретическую и практическую части.

Оценочные материалы

1. При выполнении практического задания «*Фигурное вождение*» начисляются штрафные баллы.

Практика

менее 20 штрафных баллов - зачет более

20 штрафных баллов - не зачет

2. «*Правила дорожного движения*»

Устный опрос, практическое задание.

Устный опрос:

более 50% правильных ответов

менее 50% правильных ответов

практическое задание:

более 50% правильных ответов - зачет

менее 50% правильных ответов - не зачет

3. «*Первая доврачебная помощь*»

Устный опрос, выполнение практического задания

Устный опрос:

более 50% правильных ответов

менее 50% правильных ответов

Практическая часть:

более 50% правильных ответов - зачет

менее 50% правильных ответов - не зачет

Практика:

Оценивается правильность выполнения задания, аккуратность наложения повязок.

4. Список используемой литературы

Литература для педагога

1. Безопасное поведение на дорогах. 5-10 классы: программы дополнительного образования для общеобразовательных учреждений/М.П. Фролов. - М. : Дрофа, 2010.- 46, [2] с.
2. Правила дорожного движения: Особая система запоминания (Новая редакция 2011 года)/ А.И.Копусов -Долинин. - М.: Эксмо, 2011.80с.: ил.- (Правила дорожного движения)
3. Игровой модульный курс по ПДД, или Школьник вышел на улицу: 1-4 классы.- М.: ВАКО, 2009. - 192 с.- (Мастерская учителя)
4. Экзаменационные билеты для сдачи экзаменов на права категорий «А» и «В» (новая редакция 2015 года).- М.: Эксмо, 2011.- 160 с.: ил.- (Автошкола).
5. Знаете ли вы дорожные знаки? Все про дорожные знаки и разметку: Редакция 2013 года.- М.: Эксмо, 2013.- 96 с.
6. Комментарий к правилам дорожного движения с иллюстрациями: С последними изменениями.- М.: Мартин, 2015.- 112 с.
7. Правила дорожного движения Российской Федерации с опасными ситуациями: С последними изменениями. С новыми штрафами.- М.: Мартин, 2013.- 80 с.
8. Безопасность на дороге: Сложные ситуации. Разбор основных тем. Комплексный подход. Рекомендации по безопасности /Шипунова Вера Александровна.- М.: Карапуз, 2015.- 10 с.
9. Знаете ли вы дорожные знаки? Все про дорожные знаки и разметку: Редакция 2015 года.- М.: Эксмо, 2014.- 96 с.
10. Действия при дорожно-транспортных происшествиях. /Петров С.- М.: НЦ ЭНАС, 2013.- 64 с.
11. Как оказать помощь при автодорожном происшествии. /Бубнов В.Г.- М.: ГАЛЮ Бубнов, 2010.- 160 с.

Литература для обучающихся

1. Добрая дорога детства- газета-.
2. Правила дорожного движения в рисунках 2013: Все изменения в ПДД (более 250 цветных рисунков дорожных ситуаций)/ Финкель Андрей Евсеевич. - М.: Эксмо, 2013.- 96 с.
3. Правила дорожного движения в рисунках 2014 /Финкель Андрей Евсеевич.- М.: Эксмо, 2014.- 96 с.
4. Сто загадок страны ПэДэДэ.- М.: За рулем, 2013.- 80 с.
5. Правила дорожного движения для детей. /Надеждина В.- М.: АСТС, 2014.- 191 с.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 527227426247742686294735902159890388589213147291

Владелец Белова Светлана Анатольевна

Действителен с 16.09.2025 по 16.09.2026