



ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ТВЕРСКОЙ КОЛЛЕДЖ ТРАНСПОРТА И СЕРВИСА»

170008, г. Тверь, ул. Озёрная, д. 12, тел/факс(4822) 58-02-77, [www: tvercts.ru](http://www:tvercts.ru)

Утверждаю:



Директор ГБПОУ «ТКТиС»

Е.В.Тарасова

2026 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
социально-педагогической направленности
«Безопасное колесо»

для обучающихся 10-14 лет,
срок реализации программы 1 год

Тверь, 2026 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа социально-педагогической направленности «Безопасное колесо» **основана на Положении о проведении Всероссийского конкурса «Безопасное колесо».**

Организация-разработчик: ГБПОУ «Тверской колледж транспорта и сервиса» 170008 г. Тверь, ул. Озёрная, д.12

Разработчик: Блинова Елена Сергеевна, руководитель структурного подразделения Центр по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма

Содержание

Пояснительная записка.....	4
Учебно - тематический план программы «Безопасное колесо».....	5
Содержание программы.....	5
Методическое обеспечение программы.....	6
Условия реализации программы.....	7
Прогнозируемые результаты обучения.....	7
Контроль за результативностью учебного процесса.....	7

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Безопасное колесо» разработана в рамках Федерального закона «О безопасности дорожного движения», закона Российской Федерации «О безопасности», «Правила безопасного поведения учащихся на улицах и дорогах», для ознакомления детей в возрасте 10–14 лет с действующими правилами дорожного движения с проведением учебно-тренировочных занятий.

Обучение предусматривает применение проблемного материала, использование компьютерных обучающих программ в кабинете Центра по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма (далее – Центр), вождение велосипеда, преодоление на велосипеде различных препятствий, отработка навыков вождения велосипеда на интерактивном тренажере Пилот-1.

Программа обучения предусматривает теоретическую и практическую часть. В теоретическую часть программы входит: изучение правил дорожного движения с применением проблемного раздаточного материала, с использованием образовательных программ и оборудования в кабинете Центра.

Практическая часть состоит из: вождения велосипеда, фигурного вождения велосипеда, преодоления на велосипеде различных препятствий.

Учебно-тренировочные занятия строятся 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 велосипеды.

Программа рассчитана на 72 часа (1 год обучения), занятия проходят один раз в неделю по 2 академических часа.

Цель программы - развитие личности ребенка через обучение его безопасному поведению на дорогах.

Задачи программы:

Обучающие:

1. познакомить с историей правил дорожного движения;
2. научить правилам дорожного движения и особенностям восприятия дорожной обстановки;
3. совершенствовать навыки ориентировки на дороге;
4. формировать умение безопасного поведения в различных дорожно-транспортных ситуациях;
5. обучить фигурному вождению велосипеда.

Развивающие:

1. развивать мотивационно - поведенческую культуру ребенка в условиях общения с дорогой;
2. развивать дорожную грамотность детей.

Воспитательные:

1. воспитывать безопасную личность;
2. воспитывать чувство ответственности детей за свое поведение на дорогах.

Учебно - тематический план программы «Безопасное колесо»

№	Темы занятий	Количество часов		
		всего	теоретич.	практич.
1	Вводное занятие	2	1	1
2	Общее устройство велосипеда	2	1	1
3	Учебная езда на велосипеде	14	1	13
4	Техническое обслуживание, сборка и разборка велосипеда	2	1	1
5	Специальная физическая подготовка	2	1	1
6	Оказание первой доврачебной помощи	10	5	5
7	Правила дорожного движения	20	15	5
8	Спортивно-тренировочная езда	12		12
9	Организация и проведение соревнований	4		4
10	Меры безопасности на тренировках и соревнованиях	2	1	1
11	Итоговое занятие	2	2	
Всего:		72	28	44

Содержание программы

Тема 1. Вводное занятие (2 часа)

План работы объединения. 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.

Тема 2. Общее устройство велосипеда (2 часа)

Основные части велосипеда, их значение, расположение, взаимодействие. Роль тормозов, звукового сигнала.

Тема 3. Учебная езда на велосипеде (14 часов)

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).

Тема 4. Техническое обслуживание, сборка и разборка велосипеда (2 часа)

Важность содержания транспортного средства в хорошем техническом состоянии. Значение исправности тормозов. Сборка и разборка велосипеда. Замена колеса. Умение разбортировать колесо, найти повреждение камеры, забортовать колесо. Умение регулировать руль, седло. Смазка цепи, звездочек. Способы определения и устранения возможных неисправностей.

Тема 5. Специальная физическая подготовка (2 часа)

Развитие координации, ловкости, умения удерживать равновесие.

Тема 6. Основы оказания первой доврачебной помощи (10 часов)

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.

Тема 7. 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.

Тема 8. Спортивно-тренировочная езда (12 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.

Тема 9. Меры безопасности на тренировках и соревнованиях (2 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.

Итоговое занятие (2 часа)

Подведение итогов года.

Методическое обеспечение программы

Учебно-методическое обеспечение программы:

- дидактические материалы и наглядные пособия;
- велосипеды;
- аптечка;
- инвентарь по фигурному вождению велосипеда;
- знаки правил дорожного движения;
- макет проезжей части;
- экзаменационные билеты для приема теоретических экзаменов и комментарии к

экзаменационным билетам “А”, “В”;

- компьютерная программа приема экзаменов по ПДД;
- фото и видео материалы.

Информационное обеспечение

1. Конвенция « О правах ребёнка» (Одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 22.11.1989)
2. Федеральный закон «О безопасности дорожного движения» №196 (с изменениями и дополнениями)
3. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
4. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”
5. ПДД и знаки. – Москва: РГ-Пресс, 2024. – 80 с.
6. Правила дорожного движения 2021. Официальный текст с иллюстрациями. – СПб.: Питер, 2024. – 96с. (Серия «Автошкола»).

Условия реализации программы

Для реализации данной программы необходимо:

- наличие спортивной площадки;
- кабинет Центра с оборудованием.

Прогнозируемые результаты обучения

должны знать:

1. историю возникновения ПДД;
2. дорожные знаки;
3. сигналы светофора;
4. виды транспорта;
5. причины ДТП;
6. правила движения на велосипеде;
7. правила движения по дороге;
8. как оказывать первую доврачебную помощь.

должны уметь:

1. ориентироваться в дорожных ситуациях;
2. оценивать свое поведение на дороге;
3. объяснить товарищу правила поведения на дороге;
4. фигурно водить велосипед, преодолевать на велосипеде естественные и искусственные препятствия;
5. оказывать первую доврачебную помощь.

Планируется участие обучающихся в конкурсе "Безопасное колесо" (на районном (муниципальном) этапе).

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.