

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЦЕНТР ВНЕШКОЛЬНОЙ РАБОТЫ»**

«Рассмотрено»  
Протокол №1 от 27.08.2018 г.  
заседания методического совета

«Утверждено»  
Приказ № 293-о от 30.09.2018 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА К ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ  
«ЮНЫЙ КРОССМЕН»**

**ВОЗРАСТ ВОСПИТАННИКОВ – 7-18 ЛЕТ  
СРОК РЕАЛИЗАЦИИ – 1 ГОД  
НАПРАВЛЕННОСТЬ - ТЕХНИЧЕСКАЯ  
АВТОР-СОСТАВИТЕЛЬ:  
ПЕДАГОГ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
СУРДИН В.К.**

**САЛЕХАРД, 2018 Г.**

### **Пояснительная записка**

Данная программа имеет техническую направленность. По времени занятия проходят в процессе одного учебного года.

**Новизна программы:** данная образовательная программа расширяет рамки базового компонента программы «Мототехника». В настоящее время эта программа, с одной стороны, является продолжением программы «Мототехника», а с другой – носит узкопрагматический характер.

Подобные программы, в основном, имеют предпрофессиональную направленность и позволяют обучающимся скорректировать и развить определённый опыт вождения. Такие программы свободны от академических требований и дают возможность свободы, самостоятельности, что является решающим условием самодетерминации поведения во время вождения на трассе. Значимо и то, что образовательно-воспитательное пространство формирует толерантную среду в соревновательном процессе

**Актуальность.** Для юношей школьного возраста становится необходимым осваивать и постигать основы технологии управления мототехникой в экстремальных условиях, созревает желание «овладения мастерством» управлять техническими средствами. Кроме этого, способность владеть психофизиологическими процессами своего организма, для дальнейшего допрофессионального самоопределения - это ступень становления себя, как мужчины, умение предусмотреть, правильно рассчитать и приложить все силы, чтобы добиться желаемых результатов, как в соревнованиях, так и в жизни.

Технические виды спорта не только физически закаляют человека, вырабатывая у него высокие моральные и волевые качества, но способствуют развитию творческой мысли, прививают любви к технике, умение мастерски владеть ею и в большей мере способствуют профессиональной ориентации. Ценность данной образовательной программы также заключается в том, что технические виды спорта пользуются большой популярностью среди подростков, способствуют приобретению технических знаний у воспитанников, их физическому развитию, помогает в выборе профессии и готовит к жизни в современном обществе.

Вышесказанное свидетельствует об **актуальности** образовательной программы спортивно-технической направленности «Юный кроссмен».

### **Ведущие идеи.**

1. Личностно-деятельностный подход в обучении и воспитании.

Основными направлениями реализация идеи личностно-деятельностного подхода:

- приоритет личностно смысловой сферы обучающихся;
- включение субъектного опыта обучающихся в учебный процесс;
- признание сотрудничества педагога и обучающихся.

2. Идея творчества:

- применение педагогом разнообразных творческих заданий;
- оценка обучающимися целесообразности своих действий;
- создание условий для схематизации заданий, что стимулирует развитие творческих способностей ребенка.

### **Цель данной программы:**

Создание условий для формирования у обучающихся основ профессионального вождения техникой, использовать умения в выходе из экстремальных ситуаций с наименьшими потерями.

### **Указанная цель конкретизируется в следующих задачах:**

#### **Обучающие:**

- усвоение знаний по базовым темам программы

- обучить безопасному вождению так, чтобы максимально избежать любых возможных аварийных ситуаций
- создать у подростков основу системы технических знаний, необходимых для управления мототехникой в экстремальных условиях;
- обучить основам охраны труда, техники безопасности и пожарной безопасности;
- обучить правилами поведения на соревнованиях.

Воспитательные:

- воспитать стремление следовать нормам здорового образа жизни;
- воспитать потребность к сотрудничеству и умению без конфликтного выхода из различных ситуаций;

Развивающие:

- уравновешенность, рассудительность. Способность держать себя в руках, удерживать контроль над собственными эмоциями, не выходить из себя, растрчивая энергию на глупые ссоры, конфликты, переживания;
- объективность. Понимание реальных своих возможностей, честная оценка своих недостатков, достоинств. Правильное отношение к поражению и победе.
- самодисциплина. Способность делать то, что нужно тогда, когда это требуется, отказывать себе в желаниях, удовольствиях ради определенной цели;
- организаторские способности. Умение составлять планы, рассчитывать время, разделять и делегировать полномочия другим людям. Организовывать функциональные, производительные процессы с максимальным КПД;
- гибкость в общении: способность обходить "острые углы", дипломатичность.

В программе отражен обязательный конечный результат, которого достигают обучающиеся на соревнованиях различного уровня.

Программа составлена с соблюдением психолого-педагогических и санитарных норм, а также учитываются возрастные особенности подростков.

**Ожидаемый конечный результат.**

В результате обучения воспитанники в конце учебного года должны овладеть необходимой системой знаний, умений и навыков.

**Обучающиеся будут**

знать:

- технику управления рулём;
- технику оперирования рычагами и педалями;
- правила техники безопасности на соревнованиях
- правила пожарной безопасности;
- правила соревнований по мотокроссу;

уметь:

- управлять мотосредствами в экстремальных ситуациях;
- владеть техникой старта и экстренного торможения;
- определять безопасную дистанцию на трассе;
- использовать полученные знания в соревнованиях различного уровня.

В течение года проводятся квалификационные соревнования и формируется команда для участия в соревнованиях различного уровня.

**В конце отслеживается личностный рост ребенка по следующим параметрам:**

- умение справляться с конфликтными ситуациями на дорогах;
- формирование коммуникативных качеств, трудолюбия и работоспособности.
- умение составлять планы, рассчитывать время, разделять и делегировать полномочия другим людям.
- гибкость в общении: способность обходить "острые углы", дипломатичность.
- Понимание реальных своих возможностей, честная оценка своих недостатков, достоинств. Правильное отношение к поражению и победе.

***Используются следующие формы проверки:***

- зачет
- соревнование

***Методы проверки:***

- наблюдение
- анкетирование
- тестирование
- опрос

Итоговая проверка освоения программы осуществляется в форме экзамена, итоговых соревнований.

***Результаты освоения программы определяются по трем уровням:***

- высокий
- средний
- низкий

Оценки фиксируются в зачетных ведомостях. Сравнение результатов по годам обучения показывают динамику освоения учащимися программы в целом.

***Условия реализации программы.***

Для обучения набираются школьники в возрасте от 7 до 18 лет

Количество учебных часов для обучения - 1 час в неделю.

Для проведения теоретических занятий необходим учебный кабинет, соответствующий всем нормам, оборудованный всеми необходимыми наглядными пособиями и плакатами.

Для проведения практических занятий (вождения) необходима площадка для вождения (грунтовая и асфальтированная). Необходимо иметь экипировку разного размера (шлем, комбинезон, перчатки, обувь, защитный жилет, поддержка шлема), соответствующие по безопасности требованиям Мотоциклетной Федерации России, предъявляемым к мототехнике. Необходимы оборудованные учебные мастерские для хранения и ремонта учебно-спортивной техники в соответствии с требованиями Роспотребнадзора. А также, требуется исправный инструмент и дополнительное оборудование (токарный, фрезерный, сверлильный, заточной станки, компрессор, специальные приспособления и т.п.) и наглядные пособия (плакаты) по технике безопасности при работе с различным инструментом и на различных станках.

Необходимо иметь не менее 1 учебно-спортивной мототехники, соответствующей всем техническим требованиям и требованиям по технике безопасности РАФ.

### Календарно-тематический план занятий

№ п/п	Дата	Корректировка даты	Разделы темы занятий	Количество часов		
				Всего	Теория	Практика
1.			Соблюдение правил техника безопасности при проведении опытнических работ на трассах	1	1	-
2.			Техника безопасности в процессе эксперимента	1	-	1
3.			Экспериментальное содержания проводимых учебно-тренировочных работ	1	1	
4.			Проведение эксперимента с прыжками с помощью эмпирических методов исследования.	1	1	
5.			Разработка схемы заездов. Сбор и обработка экспериментальных данных с помощью таблиц, графиков	1	1	
6.			Разработка схемы заездов на кроссодроме.	1		1
7.			Соревновательный метод эксперимента	1		1
8.			Наглядное представление хода и результатов эксперимента – соревнования в учебно-тренировочном процессе	1		1
9.			Наглядное представление хода и результатов эксперимента – соревнования районного уровня.	1		1
10.			Установление зависимости искомой величины от других величин.	1	1	
11.			Сравнительный метод установление величины прыжков с трамплина	1		1
12.			Описание хода тренировочного процесса и выявление результатов	1	1	
13.			Подготовка выводов и рекомендаций по экспериментальным заездам на тренировочном процессе	1	1	
14.			Подготовка общего заключения по экспериментальным заездам в соревновательном процессе	1		1
15.			Описание расчёта самого кроссмена, его амплитуды поворота перед прыжком с грунтового трека	1		1
16.			Описание хода тренировочного процесса и выявление результатов самим обучаемым в устной форме	1	1	
17.			Составление таблиц, где указаны повороты и прыжки и приблизительный расчёт амплитуды движения мотоцикла	1	1	
18.			Рассчитать время и расстояние перед «входом» в поворот и «выходом» из поворота	1		1
19.			Что такое «дрифт», управляемый и не управляемый	1		1
20.			О заносе. Самый простой метод пустить машину в дрифт – это «задний тормоз» или передний	1		1

21.			Отработка навыков дрифта, правильная посадка водителя	1		1
22.			Провести фотосессию для наглядного представления экспериментов	1	1	
23.			Подготовка обучающегося на зимние соревнования. Тренировочный процесс и его результаты.	1		1
24.			Составление сметы расходов для выезда на соревнования «Кубок Ямала»	1	1	
25.			Подготовка обучаемого к публичным выступлениям. Прыжки с трамплина	1		1
26.			Методологический аппарат исследования и разработанные модели для определения дальности прыжка с трамплина	1		1
27.			Изучение разработок Гари Сэмикс — Президента и, по совместительству, главного тренера всемирно известной и популярной среди мотоциклистов Школы мотокросса GSMXS, Inc.	1	1	
28.			Разработанные таблицы по результатам прыжков с трамплина и их описание, есть как средство индивидуальной работы с обучающимися	1	1	
29.			Проведение демонстрации опыта обучаемого по прыжкам с трамплина как образец для начинающих мотокроссменов	1		1
30.			Демонстрация опыта на открытых массовых мероприятиях межобъединения.	1		1
31.			Отработка навыков публичного выступления в массовых мероприятиях города	1		1
32.			Рефлексия проведённой научно-практической работы «изучение зависимости дальности прыжка мотоцикла от угла трамплина при заданной скорости движения»	1		1
33.			Разработка трюков в мотокроссе. Каждый спортсмен привносит что-то своё – подчёркивая «свой подчёрк». Многие кроссмены пытаются делать одновременно два трюка	1		1
34.			Анализ всей деятельности – описание путей и средств их реализации во время обучения – фиксации затруднений	1		1
35.			Какие изменения на пути саморазвития произошли с одарёнными обучающимся, демонстрация опыта, фото, наглядно на кроссодроме	1		1
36.			Подготовить общее заключение о выполненном проекте, продемонстрировать результат, определить актуальность, настроить цели на перспективу	1		1
<b>ИТОГО:</b>				<b>36</b>	<b>13</b>	<b>23</b>

### **Методическое обеспечение.**

Образовательная программа «Юный кроссмен» предполагает образование для саморазвития обучающихся: творческого потенциала, духовных сил, способностей, умений, позволяющих преодолевать жизненные препятствия, трудности и пр. Конкретное воплощение данной идеи мы реализуем посредством лично-деятельностного подхода к воспитанию и обучению.

Учебно-практические занятия проводятся на мотодроме. Поэтому перед ведением занятий необходимо научить обучающихся основам техники безопасности при обслуживании, ремонте и вождении мотоцикла. Результаты инструктажа необходимо занести в специальный журнал, и ежегодно его обновлять (проводить повторные инструктажи).

Для более качественного усвоения навыков обучающемуся даются рекомендации в освоении изученного материала по публикациям современных журналов «Мотоспорт» «Мото», «За рулем» и т.д., в которых в большом объеме описываются современные методы и технологии.

Современное развитие телекоммуникаций в значительной степени расширяет возможности увеличения и качественного улучшения знаний. Многие фирмы, занимающиеся техническим обеспечением мотоспорта, имеют свои сайты в Интернете, там же много получить любую интересующую вас информацию и видеоматериал.

#### **Дидактический материал:**

- Схемы трасс для учебного вождения и соревнований 1 шт.
- Компьютерные программы по изучению Правил соревнований на песке по мотокроссу 1 шт.
- Тесты для определения знаний умений и навыков освоения образовательной программы 1 комплект.
- Учебники

Сингуринди Э. Г. Автомобильный спорт: Ч. 1 / Э. Г. Сингуринди. – М.: ДОСААФ, 1982.  
Трофимец Ю. И. Мотокросс (обучение и тренировка) / Ю. И. Трофимец. – М.: ДОСААФ, 1980.

Боуш Р. Л. Особенности подготовки юных спортсменов в ДЮСТШ ДОСААФ по мотоциклетному спорту: метод. разработка для студентов ГЦОЛИФКа / Р. Л. Боуш. – М.: РИО ГЦОЛИФК, 1990.

Огарко К. Н. Теоретические основы устойчивого и управляемого движения автомобиля: учеб. пособие для студентов и слушателей РГАФК / К. Н. Огарко, П. Г. Розанцев, Е. Б. Пахалуева. – М.: РГАФК, 1995

Цыганков Э. С. Контраварийная подготовка водителей автотранспортных средств: учеб.-метод. пособие РГАФК. – Ч. 2. Контраварийная подготовка водителей категории «Е» / Э. С. Цыганков, Е. М. Бариеников. – М., 1995.

Горбачев М. Г. Экстремальное вождение: Гоночные секреты / М. Г. Горбачев. – М.: Престиж книга; РИПОЛ классик, 2006. – 304 с. ил. – (Высшая школа водительского мастерства).

#### **Материально техническое обеспечение.**

Для организации учебного процесса необходимо иметь помещение для занятий с детьми, мастерская для ремонта и обслуживания карта, помещение для малярных работ с принудительной вентиляцией воздуха, помещение для хранения мотоциклов и запасных частей, хранения Г.С.М.

#### **В комплект мастерской входит;**

- полки для инструментов 1шт.
- шкафы для одежды 1шт.
- шкаф для шлемов 1шт.
- шкаф для книг 1шт.
- информационный стенд 2шт.

- Пожарный щит 1шт.
- Верстаки 2шт.
- Слесарные верстаки 2шт.
- Табурет 4шт.
- Стул 3шт.
- Рабочее место ученика 1 шт.
- Стол 1шт.
- Классная доска 2шт.
- Устройство защитного отключения для мастерских – УЗО 1шт.

**В комплект учебного оборудования мастерской входит;**

#### **Станки**

- Станок токарный по металлу 1шт.
- Станок вертикально-сверлильный 1шт.
- Станок заточный 1шт.

#### **Электрифицированный инструмент**

- Электроробзик 1шт.
- Углошлифовальная машина 1шт.
- Электросварочный аппарат 1шт.
- Электропаяльник 1шт.

#### **Материалы**

Лакокрасочные материалы,  
автогерметик, припой.

Бензин, масло, литол, паста гоя,  
наждачная бумага.

#### **Инструменты**

- Набор инструментов 2шт.
- Набор свёрл 1шт.
- Набор надфилей 1шт.
- Молотки 2шт.
- Набор резьбонарезных инструментов 1шт.
- Штангенциркуль 1шт.
- Линейка измерительная металлическая 1шт.
- Ножовка по металлу 1шт
- Полотно к ножовки по металлу 10шт.
- Тиски слесарные 3 шт.

#### **Учебно-наглядное оборудование**

- Гоночный мотоциклЗИД Пилот 50 -3шт.
- Гоночный мотоциклЯмаха ЮЗет 85 -1 шт.
- Гоночный мотоциклЯмаха ЮЗет 125 -1 шт.
- Учебные мапеды Ямаха ПВ 80 -3 шт
- Дорожные мотоциклы Минск 125 – 4шт.



## **Список литературы.**

### **Литература для педагога.**

1. Цыганков Э. С. Высшая школа водительского мастерства: учебник для вузов / Э. С. Цыганков. – М.: ИКЦ Академкнига, 2006.
2. Тодоров М.Р. Картинг. Изд. 2-е. – М., 2002г.
3. Возрастная анатомия и физиология. Учебное пособие. – М., 2002г.
4. Как научить ребенка безопасному поведению на дороге. – М., 1989г.
6. Автомобильный спорт. Правила соревнований по картингу. 2000г.
7. Сингуринди Э. Г. Автомобильный спорт: Ч. 1 / Э. Г. Сингуринди. – М.: ДОСААФ, 1982.
8. Трофимец Ю. И. Мотокросс (обучение и тренировка) / Ю. И. Трофимец. – М.: ДОСААФ, 1980.
9. Бариеников Е. М. Обучение техники скоростного руления в автомобильном спорте для самостоятельной подготовки студентов ГЦОЛИФКа / Е. М. Бариеников [и др.]. – М.: ГЦОЛИФК, 1989.
10. Боуш Р. Л. Особенности подготовки юных спортсменов в ДЮСТШ ДОСААФ по мотоциклетному спорту: метод. разработка для студентов ГЦОЛИФКа / Р. Л. Боуш. – М.: РИО ГЦОЛИФК, 1990.
11. Огарко К. Н. Теоретические основы устойчивого и управляемого движения автомобиля: учеб. пособие для студентов и слушателей РГАФК / К. Н. Огарко, П. Г. Розанцев, Е. Б. Пахалуева. – М.: РГАФК, 1995
12. Франчук Д.Н. Управляемость карта: теория и практика /Д.Н. Франчук. – К. : ООО «Иван Федоров», 2007. – 320 с.; ил.
13. Цыганков Э. С. Контраварийная подготовка водителей автотранспортных средств: учеб.-метод. пособие РГАФК. – Ч. 2. Контраварийная подготовка водителей категории «Е» / Э. С. Цыганков, Е. М. Бариеников. – М., 1995.
14. Горбачев М. Г. Экстремальное вождение: Гоночные секреты / М. Г. Горбачев. – М.: Престиж книга; РИПОЛ классик, 2006. – 304 с. ил. – (Высшая школа водительского мастерства).

### **Литература для детей.**

1. Орлов Ю.Б. Автомобильный и мотоциклетный кружки – М: Просвещение.2000г.
4. Журналы: «Дети, техника, творчество». 2000-2008г.
5. Журналы: «За рулем». 2000-2008г.
6. Журналы: «Умелые руки». 2000-2008г.
7. Журналы: «Моделист конструктор». 2000-2008г.
8. РАФ «Ежегодник автомобильного спорта». – М., 2002г.