

УПРАВЛЕНИЕ СОЦИАЛЬНОЙ ПОДДЕРЖКИ СЕМЬИ И МОЛОДЕЖИ
МЭРИИ ГОРОДА МАГАДАНА

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «МАГАДАНСКИЙ ВОЕННЫЙ
СПОРТИВНО-ТЕХНИЧЕСКИЙ ЦЕНТР «ПОДВИГ»

директор МБУДО «МВСТЦ» «Подвиг» _____ 2015г.
М.П. _____



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
МОДИФИЦИРОВАННАЯ ПРОГРАММА

"Квадросекция"

возраст учащихся: **11-17 лет**

Срок реализации: 1 год.

г. Магадан
2015 год

Пояснительная записка
к дополнительной общеразвивающей образовательной
модифицированной программе

"Квадросекция", возраст учащихся 11-17 лет, срок реализации 1 год.

Квадроциклы пользуются большой популярностью у любителей моторных видов спорта во всем мире. Это один из самых красивых и сложных технических видов спорта. А ещё – это прекрасное средство испытания своих физических возможностей. Зрелищность соревнований и спортивное мастерство всегда привлекало подростков к занятиям мотоспортом. Теоретические занятия значительно расширяют знания ребят в области мототехники, а регулярные тренировки и общефизическая подготовка развивают физическую выносливость, вырабатывают устойчивость организма к физическим и психологическим нагрузкам. Сами по себе занятия спортом утверждают здоровый образ жизни, в котором нет места курению, алкоголю, наркотикам. Занятия в квадросекции заполняют свободное время подростка, позволяя раскрыть свой физический потенциал, предоставляют условия для самовыражения и самоутверждения.

Учебная программа по квадросекции рассчитана на 1 год и делится на три этапа:

1 – этап начальной подготовки:

- обучение основам техники вождения;
- ознакомление с квадроциклом в условиях эксплуатации и ремонта;
- выявление физических и психологических возможностей

подростков для дальнейших занятий на квадроцикле.

2 – этап учебно–тренировочный:

- разработка индивидуальных планов–тренировок исходя из индивидуальных психо–физических особенностей курсантов;
- повышения уровня физической подготовленности и спортивного мастерства;
- участие курсантов в соревнованиях различного ранга.

3 этап – подведение итогов:

Пояснительная записка
к дополнительной общеразвивающей образовательной
модифицированной программе

"Квадросекция", возраст учащихся 8-17 лет, срок реализации 1 год.

Квадроциклы пользуются большой популярностью у любителей моторных видов спорта во всем мире. Это один из самых красивых и сложных технических видов спорта. А ещё – это прекрасное средство испытания своих физических возможностей. Зрелищность соревнований и спортивное мастерство всегда привлекало подростков к занятиям мотоспортом. Теоретические занятия значительно расширяют знания ребят в области мототехники, а регулярные тренировки и общефизическая подготовка развивают физическую выносливость, вырабатывают устойчивость организма к физическим и психологическим нагрузкам. Сами по себе занятия спортом утверждают здоровый образ жизни, в котором нет места курению, алкоголю, наркотикам. Занятия в квадросекции заполняют свободное время подростка, позволяя раскрыть свой физический потенциал, предоставляют условия для самовыражения и самоутверждения.

Учебная программа по квадросекции рассчитана на 1 год и делится на три этапа:

1 – этап начальной подготовки:

- обучение основам техники вождения;
- ознакомление с квадроциклом в условиях эксплуатации и ремонта;
- выявление физических и психологических возможностей

подростков для дальнейших занятий на квадроцикле.

2 – этап учебно–тренировочный:

- разработка индивидуальных планов–тренировок исходя из индивидуальных психо–физических особенностей курсантов;
- повышения уровня физической подготовленности и спортивного мастерства;
- участие курсантов в соревнованиях различного ранга.

3 этап – подведение итогов:

- сдача нормативов по итогам учебного периода, участие в показательных выступлениях;
- оценка результативности освоения программы по итогам участия воспитанников в соревнованиях Центра.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ:

ЦЕЛЬ – формирование у детей устойчивого и практического интереса к такому виду спорта, как мотокросс; овладение детьми техники вождения в условиях тренировок и соревнований; пропаганда здорового образа жизни.

Для реализации поставленной цели решаются **ЗАДАЧИ** различного характера:

1. Образовательные:

- создание условий для овладения детьми основными элементами техники вождения;
- организация тренировочной и соревновательной деятельностью.

2. Развивающие:

- развитие мотивации на спортивно–техническую деятельность;
- развитие физических и психологических возможностей курсантов;

3. Воспитательные:

- создание атмосферы для психологического комфорта;
- создание условий для общения, совместной деятельности;
- создание атмосферы здоровой конкуренции между курсантами.

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРИНЦИПЫ В РАБОТЕ:

1. Учет физических и психологических особенностей детей.
2. Создание условий для общения, совместной деятельности.
3. Создание атмосферы здоровой конкуренции между курсантами.

ПРИНЦИПЫ ПОСТРОЕНИЯ ПРОЦЕССА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ.

Ряд принципов отражающих закономерные связи между тренировочными воздействиями и реакцией на них организма спортсмена, между различными элементами содержания спортивной тренировки:

- направленность к достижению курсантом спортивных результатов;
- единство общей и специальной подготовки;
- непрерывность тренировочного процесса;
- единство постепенности и тенденций к максимальным нагрузкам;
- цикличность тренировочного процесса;
- вариативность;
- спортивная конкуренция.

ПОДХОДЫ К РАЗРАБОТКЕ УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИХ ПЛАНОВ

Результат в соревнованиях по квадросекции – продукт взаимодействия системы «водитель–квадроцикл–дорога», присущих соревновательной деятельности. Это продукт организации движений по регулированию скорости, положения равновесия в продольной и поперечной плоскостях, силы тяги, сил при изменении направления движения, тормозных сил и др., объединенных понятием «техника вождения».

Техника вождения обеспечивает эффективное использование сил двигателя квадроцикла и амортизации через способности водителя к регулированию и проявлению его двигательного потенциала для возможного быстреего передвижения по дороге.

Техника вождения будет тем совершеннее, чем выше специальная подготовка и функциональные возможности курсанта: чувство квадроцикла, чувство скорости, чувство динамического равновесия и др.

Методы обучения

Методы обучения определяются по источникам информации и включают в себя следующие виды:

- словесные (объяснение, рассказ, беседа, инструктаж);
- демонстрационные (реализуют принципы наглядности);
- практические (имеют целью проверить практические умения обучающихся, способность применять знания при решении конкретных задач. Реализуют принцип связи обучения с практикой, с жизнью, ориентируют на применение знаний).

Основной формой организации учебной деятельности является занятие. Каждое занятие обычно содержит теоретическую часть и практическую работу по закреплению этого материала. Каждое занятие (условно) разбивается на 3 части, которые и составляет в комплексе целостное занятие:

1 часть включает в себя организационные моменты, изложение нового материала, инструктаж, планирование и распределение работы для каждого учащегося на данное занятие;

2 часть – практическая работа курсантов (индивидуальная или групповая, самостоятельная или совместно с педагогом, под контролем педагога). Здесь происходит закрепление теоретического материала, отрабатываются навыки и приемы; формируются успешные способы профессиональной деятельности;

3 часть – посвящена анализу проделанной работы и подведению итогов. Это коллективная деятельность, состоящая из аналитической деятельности каждого курсанта, педагога и всех вместе.

Системное применение этой формы мыслетехнической деятельности позволяет научиться мыслить, рассуждать, оценивать, принимать решения.

ИНСТРУМЕНТЫ, МАТЕРИАЛЫ И ОБОРУДОВАНИЕ

1. Инструменты

- Ключи рожковые: от 5 до 27;
- Накидные: от 8 до 19;
- Головки: набор №20;
- Свечной ключ 21x22;

- Молоток: 20г. 75г, 150г. 2 кг, резиновый.
- Зубило – маленькое и большое;
- Отвертка – маленькая, средняя и большая;
- Плоскогубцы, круглогубцы, кусачки;
- Напильники – плоские, круглые, квадратные и трехгранные;
- Набор надфилей;
- Ножницы, ножницы по металлу;
- Дрель ручная;
- Метчики: от МЗ до М14;
- Плашки: от МЗ до М14.

2. Оборудование

- Станки: сверлильный, заточной
- Электросварка, газосварка
- Тиски большие и малые
- Компрессор
- Насос автомобильный
- Измерительные приборы: линейка, рулетка, штангенциркуль, индикатор установки зажигания, манометр, стробоскоп.

Ожидаемые результаты.

По окончании обучения курсанты Центра должны знать:

- Основные разновидности квадроцикла, их назначение, классификацию;
- Специальные приборы и приспособления, применяемые в сервисном обслуживании квадроцикла;
- Основные виды соревнований по мотоспорту;
- Основы правил дорожного движения;
- Приемы управления квадроциклом;
- устройство средств индивидуальной защиты.

По окончании обучения курсанты Центра должны уметь:

- Работать слесарным инструментом;
- Грамотно выполнять работы по заправке квадроцикла горюче – смазочными материалами;
- Контролировать рабочие параметры основных систем квадроцикла.
- Пользоваться измерительными инструментами;
- Разбирать и собирать основные агрегаты квадроцикла;

Приобретение необходимых для занятий квадромотоспортом личностных качеств:

- настойчивости, упорства в достижении результата, физической и психологической устойчивости и др.;
- обретение знаний характеристик квадроциклов, их ремонта;
- желание подростков общаться, помогать друг другу
- углубление знаний характеристик квадроцикла, его ремонта;
- заинтересованность родителей в занятиях детей квадросекции.
- повышение навыков техники вождения квадроцикла;
- приобретение личностных качеств, определяющих здоровые взаимоотношения между курсантами: радость чужим успехам, взаимопомощь, сопереживание и др.

Критерии оценки:

При выполнении минимальных требований учащиеся получают положительную оценку.

Градации положительной оценки ("3", "4", "5") зависит от полноты и глубины знаний и правильности выполнения практических заданий.

Итоговая оценка успеваемости учащихся по основам военных знаний определяется из суммы баллов, полученных за теоретические знания и за практические навыки и умения.

Индивидуальные оценки учащихся на контрольных занятиях слагаются из оценок, полученных ими за выполнение каждого норматива (приема, упражнения) по отдельности и определяются:

- "отлично" если не менее 50% проверенных нормативов выполнено на "отлично", а остальные не ниже "хорошо";
- "хорошо" – если не менее 50% проверенных нормативов выполнено на "отлично" и "хорошо", а остальные оценки не ниже "удовлетворительно";
- "удовлетворительно" – если не более чем по одному из нормативов получена оценка "неудовлетворительно".

ПРИМЕНЯЕМЫЕ ФОРМЫ КОНТРОЛЯ:

1. Наблюдения
2. Контрольные заезды на скорость
3. Контрольные упражнения на физическую выносливость
4. Участие в соревнованиях и викторинах по знаниям ПДД и тех. части.

РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ

Подростку сегодня, как никогда, необходимо внимание взрослых людей, окружающих его. Поэтому необходимо думать о работе педагога с родителями обучающихся. Вот некоторые из вариантов работы, сотрудничества с родителями:

- предоставления возможности познакомиться с планами и программами образовательного процесса;
- ознакомление с условиями работы квадросекции, встречи с инструктором и т.д.;
- получение информации об успехах и достижениях курсанта;
- участие в подготовке и проведении тренировок, соревнований.

Сегодня родители могут стать спонсорами деятельности, партнерами в деловом сотрудничестве. И как результат – проявление постоянного интереса к занятию квадроциклом, с одной стороны, проявление интереса к жизни курсанта, с другой стороны. Главное, что ребенка будут понимать и поддерживать в семье.

УЧЕБНО–ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Курса «Квадросекции»

№ п/п	Раздел	Количество часов		
		Общее	Теория	Практика
1	Вводное занятие. Техника безопасности.	2	2	-
2	Общее устройство двигателя внутреннего сгорания . 2-х тактные и 4-х тактные двигатели (общие понятия, назначение).	6	6	-
3	Общее устройство квадроцикла. Подготовка транспортного средства к езде.	4	4	-
5	Учебная езда на квадроцикле.	38	6	32
6	Ремонт и обслуживание техники.	14	2	12
7	ПДД.	38	26	12
8	Тренировки, показательные выступления и соревнования	10	-	10
9	Заключительное занятие	2	2	-
Итого		114	48	66

Содержание

1. Вводное занятие. Техника безопасности.

Теория. План работы в учебном году. Инструктаж по технике безопасности при работе с инструментами в объединении, при вождении на учебной трассе, по противопожарной безопасности (расположение и использование огнетушителей, план эвакуации). История мотоспорта.

2. Общее устройство двигателя внутреннего сгорания . 2-х тактные и 4-х тактные двигатели (общие понятия, назначение).

Теория. Общее устройство и принцип работы двухтактного и четырехтактного двигателя внутреннего сгорания. Электронная система управления двигателем. Виды бензинов, применяемых в двигателях с различной степенью сжатия. Понятие об октановом числе, виды охлаждающих жидкостей.

3. Общее устройство квадроцикла. Подготовка транспортного средства к езде.

Теория. Общее устройство транспортного средства. Классификация и основные технические характеристики. Назначение основных агрегатов и систем, назначение и расположение органов управления. Контрольно-измерительные приборы, индикаторы, звуковые сигнализаторы и сигнальные лампы.

4. Учебная езда на квадроцикле.

Теория. Приемы управления транспортным средством. Управление в штатной и нештатной ситуациях.

Практика. Первоначальное обучение вождению. Посадка, действия органами управления. Пуск двигателя; начало движения, переключение передач. Маневрирование. Остановка с применением различных способов торможения.

5. Ремонт и обслуживание техники.

Теория. Система технического обслуживания и ремонта мототехники, назначение и периодичность технического обслуживания. Назначение контрольного осмотра и ежедневного технического обслуживания, перечень и

содержание работ. Меры безопасности при выполнении работ по ежедневному техническому обслуживанию мототехники.

Практика. Устранение неисправностей: проверка и доведение до нормы уровня масла в системе смазки двигателя; проверка и доведение до нормы уровня охлаждающей жидкости в системе охлаждения двигателя; проверка и доведение до нормы уровня тормозной жидкости в гидроприводе сцепления и тормозной системы; проверка состояния аккумуляторной батареи; проверка и доведение до нормы давления воздуха в шинах колес; снятие и установка колеса; снятие и установка аккумуляторной батареи; снятие и установка электроламп; снятие и установка плавкого предохранителя.

6. ПДД.

Теория. Общие положения. Основные понятия и термины, используемые при изучении ПДД. Обязанности участников дорожного движения. Дорожные знаки, дорожная разметка. Регулирование дорожного движения.

Практика. Применение на практике ПДД при учебной езде на мототехнике.

7. Тренировки, показательные выступления и соревнования.

Практика. Занятия на трассе.

8. Заключительное занятие.

Анализ результатов работы центра за прошедший учебный год, достижения и недостатки.

Методическое обеспечение

При обучении используются методические пособия, дидактические материалы, фото и видео материалы, технические журналы и книги, материалы на компьютерных носителях.

Теоретические занятия проводятся как занятие с использованием элементов активных форм познавательной деятельности в виде бесед, диспутов, вопросов и ответов. Используются:

➤ словесные методы обучения в виде лекций, объяснения, рассказа, беседы, диалога, консультации;

- методы проблемного обучения в виде проблемного изложения материала, постановки проблемного вопроса;
- методы графических работ в виде составления чертежей, работы с плакатами;
- наглядные методы обучения в виде использования плакатов, макетов, деталей и узлов мототехники.

Для улучшения восприятия и большей наглядности применяются учебные стенды, плакаты и макеты.

В качестве патриотического воспитания учащиеся регулярно участвуют в культурно-массовых мероприятиях на базе Центра и районного масштаба, помогают в их организации и проведении.

Основными формами работы Центра являются:

- теоретические занятия (лекции);
- практические занятия (ремонт и техническое обслуживание мототехники);
- занятия по учебному и спортивному вождению на трассе Центра (тренировка);
- открытые уроки с присутствием родителей;
- теоретические и практические занятия по изучению основ Правил дорожного движения и безопасности движения.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Анурьев А.И., Калашников Ф.Ф., Маслянников И.М. Справочник конструктора-машиностроителя. - М.: МАШГИЗ, 1963.
2. Глазунов С., Ипатенко А. Тренер и автомобильный спорт. - М.: ДОСААФ. 1972
3. Ерницкий М.И. Методика обучения автоделу в средней школе. – М.: Просвещение. 1998
4. Мипентьев Ю.А. Автоспорт. - М.: ДОСААФ. 1987
5. И.В.Ксенофонтов Устройство и техническое обслуживание мотоциклов. – М.: ЗАО «КЖИ «За рулём»
6. Рязанкина Л.В. Программа формирования творческой личности в условиях дополнительного образования на примере Волгодонской гор.станции юных техников. - Ростов-на-Дону, 1995.
7. Сингуриды Э.Г Мотоспорт. ч.1. - М.: ДОСААФ. 1983
8. Сингуриды Э.Г Мотоспорт. ч.2 - М.: ДОСААФ. 1987
9. Тодоров М.Р. Мотоспорт. - М.: ДОСААФ, 1980
10. Урихонян Х.Р. Мотоспорт – спорт отважных. - М: ДОСААФ. 1989
11. Классификационные и технические требования к мотоспорту М.И. Ерецкий
12. Ежегодник Российской мотофедерации.
13. Дополнительное образование и воспитание. 2008 № 3, с, 11.