**ЧАСТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**«УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЦЕНТР СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ И БЕЗОПАСНОСТИ**

**«СТРЕЛКОВЫЙ КЛУБ БРЯНСК»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ПОДГОТОВЛЕНО  Заместитель директора  по учебно-методической работе  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Н.С.Пронузо | РАССМОТРЕНО  Заседание педагогического совета, протокол №1 от 09.01.2020 ***г.*** | УТВЕРЖДЕНО  Директор ЧУ ДПО «СК Брянск» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_С.Н.Горохов  Приказ № 4/20 от 09.01.2020 г. |

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ**

**ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**«Контраварийное управление автомобилем»**

Брянский район, с. Октябрьское

2020 год

1. **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

**Актуальность.** Любая сфера деятельности человека имеет свои специфические технологии, которыми должен овладеть каждый современный человек. Для водителей, чья профессия связана с перевозкой пассажиров или материальных ценностей, наиболее актуально поддерживать и повышать уровень профессионального мастерства управления автотранспортным средством. Данная программа помогает овладеть контролем над психофизиологическими процессами своего организма в сложных дорожных ситуациях, дает возможность получить знания, умения и навыки способствующие предусматривать, правильно рассчитывать все силы чтобы избежать аварийные ситуации в процессе профессионального управления автотранспортным средством.

Ценность данной образовательной программы также заключается в том, что знания, в области контраварийного управления автотранспортным средством, помогают в совершенствовании профессиональных навыков и готовят к жизни в современном обществе.

Вышесказанное свидетельствует об актуальности образовательной программы спортивно-технической направленности «**Контраварийное управление автомобилем**».

***Ведущие идеи.***

1. Личностно-деятельностный подход в обучении.

Основными направлениями реализация идеи личностно-деятельностного подхода:

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

2. Идея творчества:

* применение преподавателем разнообразных творческих заданий;
* оценка обучающимися целесообразности своих действий;
* создание условий для схематизации заданий, что стимулирует развитие творческих способностей обучающегося.

***Цель данной программы***:

* Создание условий для формирования у обучающихся основ профессионального вождения, использовать умения в практической деятельности, в выходе из аварийных ситуаций с наименьшими потерями.

Указанная цель конкретизируется в следующих задачах:

*Обучающие:*

* обучить предотвращать конфликт на дороге на начальной стадии, умение планировать и предугадывать поведение участников движения.
* обучить безопасному вождению так, чтобы максимально избежать любых возможных аварийных ситуаций.
* создать у обучающихся основу системы технических знаний, необходимых для управления автотранспортным средством в неблагоприятных условиях;
* обучить основам техники безопасности и пожарной безопасности;

*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 на конфликты, переживания;
* объективность. Понимание реальных своих возможностей, честная оценка своих недостатков, достоинств.
* 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, организовывать функциональные, производительные процессы с максимальным КПД;
* Гибкость в общении: способность обходить "острые углы", дипломатичность.

Программа составлена с соблюдением психолого-педагогических и санитарных норм обучающихся.

***Ожидаемый конечный результат.***

В результате освоения программы обучающиеся должны овладеть необходимой системой знаний, умений и навыков контраварийного управления автомобилем.

***По результатам освоения программы обучающиеся должны***

*знать:*

- технику управления рулём;

- технику оперирования рычагами и педалями;

- правила техники безопасности на дороге, маршруте.

- правила контраварийного управления автотранспортным средством;

- правила пожарной безопасности на автомобильном транспорте;

*уметь:*

- управлять автотранспортным средством в неблагоприятных условиях;

- владеть техникой старта и экстренного торможения;

- определять безопасную дистанцию на маршруте;

- использовать полученные знания в профессиональной деятельности.

***Используются следующие формы проверки:***

- зачет (теоретическая и практическая часть итоговой аттестации).

***Методы проверки:***

- наблюдение;

- тестирование;

- опрос.

**Условия реализации программы.**

Количество учебных часов для обучения, включая итоговую аттестацию - 8 часов.

Для проведения теоретических занятий используется учебный кабинет, соответствующий всем нормам, оборудованный всеми необходимыми наглядными пособиями и плакатами. Теоретическая часть проводится в виде лекций, просмотр фото- и видеоматериалов с последующим разбором ситуаций.

Для проведения практических занятий (вождения) используется оборудованная площадка с различным покрытием (р-р 30 на 150 метров), автотранспорт соответствующей категории и соответствующий всем техническим требованиям и требованиям по технике безопасности РАФ.

**Категории слушателей:**

* Автолюбители, которых заботит личная безопасность и безопасность близких;
* Водители общественного транспорта;
* Водители специальных транспортных средств.

**Формат обучения: очный, в составе группы** в количестве от 1 до 10 обучающихся.

1. **УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ЗАНЯТИЙ**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** п**/п** | **Наименование тем** | **Всего,**  **час.** | **В том числе** | | **Форма контроля** |
| теоретические занятия | практические занятия |
| 1. | Техника и тактика контраварийного управления автомобилем | 2 | 1 | 1 | тестирование |
| 2. | Приемы контраварийного маневрирования | 1 | 0 | 1 | наблюдение |
| 3. | Основы управления автомобилем на скользкой дороге | 2 | 1 | 1 | наблюдение |
| 4. | Правовая и психологическая подготовка | 1 | 1 |  | опрос |
| 5. | Формирование «чувства» потери устойчивости и управляемости автомобиля | 1 | 0 | 1 | наблюдение |
| 6. | Итоговая аттестация | 1 | 0,5 | 0,5 | зачет |
| **Итого часов:** | | 8 | 3,5 | 4,5 |  |

1. **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**Тема 1.** **Техника и тактика контраварийного управления автомобилем (2 часа).**

*Теория и практическая работа.*

Формирование базовых навыков и рациональных приемов управления. Изучение прерывистого и ступенчатого торможения:

- изучение приемов прекращения неожиданной блокировки колес;

- освоение корригирующего руления при торможении (коррекция устойчивости при блокировке колес);

- освоение способов торможения на автомобилях, оснащенных ABS (прогноз дистанции торможения, принудительный запуск ABS в режим максимального замедления, импульсное завершение торможения при отключении ABS, возникающем при скорости движения до 5 км/час);

- освоение координации движений (тормозных усилий), исключающих раскачивание автомобиля при торможении (изменение силы нажатия и продолжительности в каждом последующем импульсе);

Освоение базовых приемов управления автомобилем в экстренных ситуациях:

- изучение типов скоростного и силового руления;

- экстренные перестроения, в том числе с выездом на встречную полосу и на обочину;

- проезд поворота при избыточной скорости.

**Тема 2. Приемы контраварийного маневрирования (1час).**

*Практическая работа.*

Формирование чувства потери управляемости передних колес при прохождении поворотов:

- соизмерение величины тяги передних колес с углом их поворота;

- соизмерение возможности поворота управляемых колес во взаимосвязи со скоростью движения автомобиля и скользкости покрытия;

- изменение траектории движения автомобиля с помощью дозированного заноса задней оси (торможение левой ногой одновременно с увеличением тяги двигателя);

- применение стояночного тормоза для дозированного по величине поворота (или разворота) автомобиля;

- «баллистическое» движение автомобиля по дуге поворота с применением переменной дозированной тяг двигателя при постоянном угле поворота колес;

Формирование навыков управления автомобилем, препятствующих развитию нештатных ситуаций:

- освоение техники ускоренного движения задним ходом с полным контролем устойчивости и управляемости (силовое стопорящее руление и плавное увеличение тяги, препятствующие самопроизвольному вращению);

- формирование способности к прогнозу динамики разгона для маневра в сложных условиях (въезд в поток, пересечение траекторий других участников, уход от опасности столкновения);

- изучение предельных динамических характеристик автомобиля в режиме экстренного разгона.

**Тема 3. Основы управления автомобилем на скользкой дороге (2 часа).**

*Теория и практическая работа.*

Формирование основ управления автомобилем на скользкой дороге:

- чувство пробуксовки ведущих колес при старте и разгоне на скользкой дороге блокировки колес при экстренном торможении;

- чувство сноса передних колес при маневрировании на скользкой дороге;

- освоение техники разгона на снегу с дозированной пробуксовкой колес и получением разгонного эффекта в фазе кратковременного уменьшения тяги;

Приемы самостраховки для преодоления критических ситуаций (контраварийные действия):

- двигательные реакции на скольжение задней оси, реакция на занос малой амплитуды, реакция на глубокий занос, реакция на критический занос, реакция на ритмический занос;

- восстановление устойчивости и управляемости автомобиля;

- стабилизация автомобиля при скольжении передних колес, стабилизация автомобиля при вращении, стабилизация при заносе;

- экстренное маневрирование или экстренный объезд препятствия;

- экстренный объезд препятствия после торможения;

- изучение предельных возможностей своего автомобиля для замедления в режиме экстренного торможения на скользкой дороге.

**Тема 4. Автоправовая и психологическая подготовка (1 час).**

*Теория.*

Прогнозирование внешней опасности, подготовка к нестандартным дорожным ситуациям:

- психология водителей и пешеходов. Основные типы опасных участников движения, их особенности;

- развитие способности избегать критических ситуаций с помощью оперативного прогноза, подготовительных действий, контраварийных приемов управления;

- сложные дорожные ситуации (левый поворот, обгон, трамвайные пути, выезд с прилегающей территории и др.);

- автоправо, правила общения с ГИБДД, споры, мошенничество на дороге;

- что делать после ДТП, как собрать доказательную базу, споры со страховыми

- развитие способности предугадывать действия других участников движения.

Прогнозирование внешней опасности, подготовка к нестандартным дорожным ситуациям:

- психология водителей и пешеходов. Основные типы опасных участников движения, их особенности;

- развитие способности избегать критических ситуаций с помощью оперативного прогноза, подготовительных действий, контраварийных приемов управления;

- сложные дорожные ситуации (левый поворот, обгон, трамвайные пути, выезд с прилегающей территории и др.);

- автоправо, правила общения с ГИБДД, споры, мошенничество на дороге;

- что делать после ДТП, как собрать доказательную базу, споры со страховыми

- развитие способности предугадывать действия других участников движения.

**Тема 5. Формирование «чувства» потери устойчивости и управляемости автомобиля (1 час).**

*Практическая работа.*

Навыки вождения:

- чувство заноса задней оси при торможении в повороте рабочим и стояночным тормозом, а также при резком торможении двигателем;

- чувство передних колес при экстренном маневрировании (ощущение тяговой и тормозной динамики, избыточной и недостаточной поворачиваемости, углов поворота колес и др.).

- торможение на разнородном покрытии

- объезд препятствий на высокой скорости

1. **МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

Учебно-практические занятия проводятся на оборудованной площадке. Поэтому перед ведением занятий необходимо научить обучающихся основам техники безопасности при вождении автотранспортного средства и его обслуживании, ремонте в аварийной ситуации. Результаты инструктажа оформляются под роспись обучающихся.

***Дидактический материал:***

* Схемы маршрутов для учебной езды 10 шт.
* Учебные плакаты 10 шт.
* Видеоурок «Контраварийное вождение».
* Учебные пособия:
  1. Бариеников Е. М. Обучение техники скоростного руления в автомобильном спорте для самостоятельной подготовки студентов ГЦОЛИФКа / Е. М. Бариеников [и др.]. – М.: ГЦОЛИФК, 1989.
  2. 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.
  3. 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
  4. 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.
  5. Горбачев М. Г. Экстремальное вождение: Гоночные секреты / М. Г. Горбачев. – М.: Престиж книга; РИПОЛ классик, 2006. – 304 с. ил. – (Высшая школа водительского мастерства).
  6. Алгоритмы оказания скорой и неотложной медицинской помощи больным и пострадавшим бригадами службы скорой медицинской помощи/Брянск, 2016. – 208 с.
  7. Азбука спасения придорожно-транспортных происшествиях: Практическое пособие. – М.: Мир Автокниг, 2017. – 80 с.: ил.
  8. Крутецкая В.А. Правила здоровья и оказание первой помощи. – СПб.: Издательский дом «Литература», 2012. – 64 с.: ил.
  9. Неотложная помощь при терапевтических заболеваниях и состояниях: Учебно-методическое пособие/ Под ред. А.С. Свистунова, А.В. гордиенко. – СПб.: Диалект, 2010. – 208 с.
  10. Правила дорожного движения с примерами и комментариями/Громаковский А. А. – Питер. 2009. – 160 с.