

Муниципальное казенное учреждение
«Управление образования исполнительного комитета Азнакаевского
муниципального района» Республики Татарстан
Муниципальная бюджетная организация дополнительного образования
«Центр детского творчества города Азнакаево»
Азнакаевского муниципального района Республики Татарстан

РОССМОТРЕНА И
УТВЕРЖДЕНА
на педагогическом совете
МБДО «ЦДТ г.Азнакаево»
Протокол № 1
от «07» 09 2021г.

ВВЕДЕНА
в действие приказом
от «07» 09 2021г. № 133
Директор МБДО «ЦДТ г.Азнакаево»
Р. М. Хасанова
«07» 09 2021г.



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Картинг»**

Направленность: техническая
Возраст учащихся: 8-18 лет
Срок реализации: 7 лет (1440 часа)

Автор - составитель:
Зиганшин Ринат Соббухович,
педагог дополнительного
образования

Азнакаево 2015

Оглавление

1	Пояснительная записка _____	3-7 стр.
2	Учебный тематический план _____	8-12 стр.
3	Содержание программы _____	13-24 стр.
4	Планируемые результаты _____	25-27 стр.
5	Организационно- педагогические условия реализации программы _____	28 стр.
6	Формы аттестации / контроля и оценочные материалы _____	29 стр.
7	Список литературы _____	30 стр.

1 раздел

Пояснительная записка

Картинг – технический вид спорта, в котором соревнования одновременно являются соревнованиями технических навыков и способностей самих спортсменов. Карт - одноместный, открытый гоночный автомобиль с кузовом или без него, предназначенный для тренировок и соревнований на специально оборудованных, с ровным твёрдым покрытием, закрытых от общего транспортного потока и пешеходов трассах. Картингом можно заниматься с раннего возраста, как юношам, так и девушкам. А с восьмилетнего возраста разрешается участвовать в любых официальных соревнованиях по картингу.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Картинг» написана основываясь на следующие основополагающие документы:

1. Федеральный закон об образовании в Российской Федерации от 29.12.2012 №273-ФЗ.

2. Концепция развития дополнительного образования детей от 4.09.2014 №1726-р.

3. Федеральный проект «Успех каждого ребенка» в рамках Национального проекта «Образование», утвержденного Протоколом заседания президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам от 3.09.2018 №10.

4. Приказ Министерства просвещения России от 3.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 9.11.2018 №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

6. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ» .

7. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172-14 (зарегистрировано в Минюсте России 20.08.2014 №33660).

В последнее десятилетие в Республике Татарстан значительно возросло количество легковых и грузовых автомобилей, развиваются автомобильная промышленность, сеть автомобильных дорог и транспортных развязок. В результате повышается риск попадания участников дорожного движения, в том числе и детей, в дорожно-транспортные происшествия. Это актуализирует проблему обучения детей и подростков правилам безопасного поведения на дорогах, формирования у них знаний, умений и навыков, связанных с обеспечением личной безопасности в процессе дорожного движения. Причем эта проблема требует комплексного подхода к её решению, привлечения всех образовательных институтов, прямо или косвенно связанных с вопросами воспитания и обучения детей и подростков.

Необходимо также учитывать, что раннее воспитание и обучение детей и подростков правилам дорожного движения существенно снижает количество дорожно-транспортных происшествий с их участием. Одним из направлений решения данной проблемы является расширение сети и интенсификация деятельности картклубов, спортивно-технических секций и объединений картинга.

Кроме того, занятия детей спортивно-техническим видом спорта (картингом) создают условия для снижения криминогенной обстановки в республике. Это обуславливается в основном двумя факторами. Во-первых, это занятость свободного времени детей и подростков конкретными делами, которые отвечают их интересам и целеустремлениям. Во-вторых, такие занятия способствуют отрыву детей от уличных компаний с криминогенным направлением и формированию здорового детско-юношеского коллектива. В последние десятилетия картинг завоевал сердца многих молодых людей разных континентов. Это объясняется его немаловажной ролью среди технических и военно-прикладных видов спорта. Многие выдающиеся автогонщики начинали свои первые шаги с картинга, который привил им любовь к управлению автомобилем, технике, воспитал эмоционально-волевые качества спортсмена-водителя.

Картинг стал столь популярным, что в некоторых странах издаются ежемесячные иллюстрированные журналы, посвященные картингу, досконально описывающие прошедшие спортивные мероприятия, знакомящие читателей с новинками техники, экипировки одежды, с новыми картодромами и т.д. В Российской Федерации картинг регулярно освещается в журнале «За рулем», в Республике Татарстан – в газетах «Казанский автосалон», «Зилант» и других периодических изданиях. Предъявляемые временем требования к современному человеку уже не ограничиваются такими понятиями, как «быть грамотным» и приобщаться к традиционным

атрибутам культуры. Всестороннее развитие подрастающего поколения предполагает гармоничное единство духовного и физического, профессионального и общеобразовательно-культурного воспитания, теоретических знаний и практических навыков. Теперь ни у кого не возникает сомнения в том, что автомобилизация общества будет продолжаться и в дальнейшем, а значит, популярность автомобильного спорта и картинга будет возрастать.

Актуальностью дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы является то, что детям и подросткам не дозволено начинать обучение вождению автомобиля с раннего возраста, вот тут и приходит на помощь картинг. Своей большой динамикой, очень низкой посадкой, лишенной подвески, карт много ощущаете и воспринимает и воспитывает физическое и эмоциональное состояние пилота. Развитие этих чувств и правильное реагирование на них, доведённые до совершенства, способность вождения карта в экстремальных ситуациях, правильная оценка и прогнозирование дорожной ситуаций – вот что является основополагающим условием достижения высокого водительского мастерства. И чем в более раннем возрасте происходит обучение технике управления автомобилем, тем выше результат. Чем больше будет воспитываться квалифицированных водителей, тем безопаснее будет на дорогах.

Особенность данной программы состоит в том, что занимаясь в объединении, учащиеся получают знания по ПДД, необходимые им как пешеходам, пассажирам и водителям вело и мото техники. Также они получают навыки вождения карта, поскольку в дальнейшем это сможет помочь им в приобретении навыков вождения автомобиля. Кроме этого, учащиеся, осознанно делая выбор в пользу изучения данной программы, получают современные знания и навыки в области автоспорта (картинг). Занятия по картингу дают детям возможность овладеть слесарными инструментами, освоить работу на станочном металлообрабатывающем оборудовании, учат тонкостям вождения карта в экстремальных условиях, при необходимости ремонту и регулировке двигателя и ходовой части. Оригинальность программы заключается в том, что учащиеся основную массу времени посвящают именно приобретению конструкторских навыков, работе с инструментом, а также получают знания в области ПДД и навыки практического вождения карта.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа рассчитана для учащихся от 8 до 17 лет, в том числе для детей группы риска и детей с ОВЗ, имеющие общую заболеваемость.

В техническое объединение принимаются все желающие без специального отбора. Набор в группу – свободный, он основан на желании детей заниматься техническим творчеством. Группы формируются как по возрасту (при работе в школьных группах), так и разновозрастные. Состав группы - постоянный, набор детей - свободный.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Картинг» рассчитана на 7 лет обучения. Занятия с учащимися проводятся для первого года обучения – 2 раза в неделю по 2 академических часа и по учебному плану предусмотрено 144 часа, а для последующих годов обучения - 3 раза в неделю по 2 академических часа. По учебному плану предусмотрено 216 часов.

При реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Картинг» или ее частей возможно применение электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при проведении занятий, практик, текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации учащихся.

Цель и задачи

Цель: развитие технического творчества учащихся через приобретение начальных навыков управления, технического обслуживания и ремонта карта, посредством обучения основам автодела.

Задачи:

Обучающие:

- познакомить с устройством карта;
- способствовать формированию способности быстро принимать решения, анализировать ситуацию;
- сформировать способности работать со сложной техникой;
- способствовать овладению знаниями ПДД;
- сформировать навыков поведения в различных ситуациях на дороге, как в роли пешехода, так и в роли водителя;
- способствовать овладению техникой вождения карта;
- познакомить с конструированием, изготовлением и доводкой карта;
- сформировать навыков и умения работы с различными инструментами, приспособлениями;
- изучить правил проведения соревнований по картингу.

Развивающие:

- развивать навыков вождения, ремонта и работы с машиной;
- развивать навыков работы в команде;
- развивать навыков аналитики;

- развивать умения учащихся прогнозировать дорожную обстановку и принимать правильные решения в дорожных ситуациях;

- предоставить возможность совершенствованию спортивного мастерства;

- развивать технического и конструкторского мышления, получение профессионального мастерства, смекалки при решении практических задач, связанных с управлением картом в экстремальных ситуациях;

- развивать интереса учащихся к выбранному профилю деятельности.

Воспитательные:

- воспитывать гармонично развитой личности;

- воспитывать человека с активной жизненной позицией;

- расширить волевых качеств для успешной деятельности, такие как собранность, настойчивость, эмоциональная уравновешенность;

- мотивировать стремления к доброжелательным отношениям в коллективе;

- воспитывать трудолюбия, аккуратности и ответственности.

2 раздел
Учебный тематический план
1 год обучения

№ п/п	Тема	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теори я	Прак тика	
1	Вводное занятие.	2	2	-	Устный опрос
2	Соревнования, правила поведения, требования к пилоту.	14	14	-	Собеседование
3	Техника безопасности.	4	4		Устный опрос
4	Учебная тренировочная езда на карте с двигателем V50.	58	6	52	Создание затруднительных заданий
5	Преодоление поворотов.	32	16	16	Комбинированный
6	Вывод карта из заноса.	16	4	12	Групповая оценка работ
7	Упражнения для тренировки реакции.	8	8	-	Создание затруднительных заданий
8	Организация и проведение соревнований.	8	-	8	Соревнование
9	Заключительное занятие.	2	2	-	
Итого		144	48	96	

2 год обучения

№ п/п	Тема	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теори я	Прак тика	
1	Вводное занятие.	2	2	-	Устный опрос
2	Элементы теории пилотирования.	18	18	-	Собеседование
3	Техника безопасности.	4	4	-	Устный опрос
4	Преодоление поворотов на карте с КПШ.	32	4	28	Групповая оценка работ
5	Физическая подготовка картингистов.	8	-	8	Наблюдение
6	Правила дорожного	10	10	-	Устный опрос

	движения.				
7	Спортивно - тренировочная езда. Управление картом в экстремальных ситуациях.	36	8	28	Создание затруднительных заданий
8	Беседы об автомобиле и авто спорте.	2	2	-	Собеседование
9	Физическая подготовка картингистов.	8	-	8	Наблюдение
10	Преодоление двух поворотов 180 градусов каждая.	40	4	36	Решение проблемных задач
11	Меры безопасности.	4	4	-	Собеседование
12	Психологическая подготовка спортсменов.	14	4	10	Комбинированный
13	Преодоление поворотов по 90 градусов каждый.	30	4	26	Групповая оценка работ
14	Организация и проведение квалификационных соревнований.	6	6	-	Соревнования
15	Заключительное занятие.	2	2	-	
Итого		216	72	144	

3 год обучения

№ п/п	Тема	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теори я	Пра ктик а	
1	Вводное занятие.	2	2		Устный опрос
2	Меры безопасности на занятиях.	2	2		Собеседование
3	Преодоление двух поворотов по 90 градусов в одну сторону.	44	4	40	Решение проблемных ситуаций
4	Физическая подготовка картингистов.	8	-	8	Наблюдение
5	Спортивно тренировочная езда на карте класса «Супер мини, Ротакс Макс Юниор, Минск».	72	10	62	Создание проблемных заданий
6	Физическая подготовка картингистов.	8	-	8	Наблюдение
7	Выполнение поворота на	32	-	32	Групповая оценка

	180 градусов.				работ
8	Преодоление поворотов с увеличивающимся радиусом.	34	4	30	Создание проблемных заданий
9	Организация и проведение квалификационных соревнований.	12	8	4	Соревнования
10	Заключительное занятие.	2	2		
Итого		216	32	184	

4 год обучения

№ п/п	Тема	Количество часов			Форма аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие.	2	2	-	Устный опрос
2	Меры безопасности на занятиях и тренировках.	2	2	-	Собеседование
3	Правила соревнования по картингу.	22	22	-	Устный опрос
4	Спортивно-тренировочная езда.	66	16	50	Комбинированный
5	Физическая подготовка картингистов.	8	8	-	Наблюдение
6	Психологическая подготовка спортсменов.	6	4	2	Создание проблемных заданий
7	Преодоление поворотов.	66	8	58	Групповая оценка работ
8	Обгон впереди идущего карта.	30	10	20	Комбинированный
9	Организация и проведение соревнований участие в массовых мероприятиях.	12	8	4	Соревнование
10	Заключительное занятие.	2	2		
Итого		216	82	134	

5 год обучения

№ п/п	Тема	Количество часов			Форма аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие.	2	2	-	Устный опрос
2	Элементы теории движения автомобиля.	8	8	-	Собеседование

3	Физическая подготовка картингистов.	10	-	10	Наблюдение
4	Спортивно - тренировочная езда.	134	6	128	Комбинированный
5	Физическая подготовка картингистов.	10	-	10	Наблюдение
6	Психологическая подготовка спортсменов	12	4	8	Создание проблемных заданий
7	Правила соревнования и технические требования.	16	18	-	Собеседование
8	Организация и проведение соревнований и массовых мероприятий.	20	10	10	Соревнование
9	Заключительное занятие.	2	2		
Итого		216	50	166	

6 год обучения

№ п/п	Тема	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие.	2	2	-	Устный опрос
2	Элементы теории движения автомобиля.	8	8	-	Устный опрос
3	Физическая подготовка картингистов.	10	-	10	Наблюдение
4	Спортивно - тренировочная езда.	140	6	134	Комбинированный
5	Физическая подготовка картингистов.	10		10	Наблюдение
6	Психологическая подготовка спортсменов	14	4	10	Создание проблемных заданий
7	Правила соревнования и технические требования.	10	10	-	Собеседование
8	Организация и проведение соревнований и массовых мероприятий.	20	10	10	Соревнования
9	Заключительное занятие.	2	2	-	Зачет
Итого		216	42	174	

7 год обучения

№ п/п	Тема	Количество часов			Форма аттестации/
		Всего	Теори	Пра	

			я	кติก а	контроля
1	Вводное занятие. Техника безопасности при вождении карта. Противопожарная безопасность.	4	4	-	Устный опрос
2	Практическое вождение автомобиля «карт»	142	4	138	Создание затруднительных заданий
3	Правила дорожного движения	48	48	-	Устный опрос
4	Общая физическая подготовка	8	-	8	Комбинированный
7	Упражнения для тренировки реакции	4	-	4	Создание затруднительных заданий
8	Организация и проведение соревнований	8	-	8	Соревнование
9	Заключительное занятие	2	2	-	
Итого		216	58	158	

3 раздел
Содержание программы
1 год обучения

1. Вводное занятие. (2 часа)

Организационные вопросы. Обсуждение плана работы. Проведение инструктажа по технике безопасности.

2. Соревнования, правила поведения, требования к пилоту. (14 час.)

Теоретические занятия:

Спортивные правила для класса «Микро и Мини». Сигнальные флаги и их назначение. Требования к пилоту.

3. Техника безопасности. (4 часа)

Теоретические занятия:

Техника безопасности при езде на картинге. Техника безопасности на картадроме.

4. Учебная тренировочная езда на карте с двигателем V50. (58 час.)

Теоретические занятия:

Посадка оперирование педалями и рычагами переключения. Пеший проход по трассе с целью изучения траектории движения. Пуск двигателя переключение передач карта V-50 на стенд.

Практические занятия:

Учебная езда по виртуальной трассе с ускорением на прямой. Отработка разгона с места +10 метров. Отработка разгона с места +10 метров плавное торможение. Отработка разгона с места +10 метров резкое торможение. Отработка разгона по ходу движения.

5. Преодоление поворотов. (32 час.)

Теоретические занятия:

Преодоление поворота в три этапа. Преодоление поворотов с уменьшающимся радиусом. Преодоление поворотов с увеличивающимся радиусом.

Практические занятия:

Прохождение поворотов на средней скорости без заносов. Прохождение поворотов на максимальной скорости без заносов.

6. Вывод карта из заноса. (16 час.)

Теоретические занятия:

Вывод карта из заноса, вопросы и ответы.

Практические занятия:

Вывод карта с левого заноса. Вывод карта с правого заноса.

7. Упражнения для тренировки реакции. (8 час.)

Теоретические занятия:

Упражнения, способствующие быстроте ориентирования на трассе и восприятию временных интервалов. Упражнения на восприятие звуковых сигналов, связанных с техническими неисправностями.

8. Организация и проведение квалификационных соревнований. (8час.)

Практические занятия:

Подготовка трассы под гонки. Проведение квалификационных заездов. Проведение финальных заездов.

9. Заключительное занятие. (2 часа)

Подведение итогов работы объединения. Награждение лучших учащихся.

2 год обучения

1. Вводное занятие. (2 час.)

2. Элементы теории пилотирования. (18 час.)

Теоретическое занятие:

Требования, которому должен соответствовать пилот.

Где живёт скорость? Восприятие проходящей гонки. Чтение трассы.

Траектория движения карта на трассе. Движение на максимуме. Аквапланирование – управление картом на мокрой трассе. Техника торможения. Идеальное прохождение поворота.

3. Техника безопасности.(4 часа)

Теоретическое занятие:

Техника безопасности при езде на картинге. Техника безопасности на картадроме.

4. Преодоление поворотов на каре с КПП. (32 часа)

Теоретическое занятие:

Преодоление поворота с заносом. Преодоление поворота с заносом: вопросы ответы.

Практические занятия:

Практическое применение и отработка основ траектории движения карта на трассе. Отработка движение на максимальной скорости. Отработка вхождения в поворот на максимальной скорости. Прохождение поворотов на максимальной скорости с заносов.

5. Физическая подготовка картингистов. (8 час.)

Практические занятия:

Футбол, отжимание с упора, баскетбол, подтягивание.

6. ПДД (10 час.)

Теоретические занятия:

Как и когда возникла необходимость ввести ПДД. Указатели. Разновидности светофоров. Правила дорожного движения. Общие обязанности водителей. Общие обязанности пешехода.

7. Спортивно тренировочная езда. (36 час.)

Теоретическое занятие:

Управление картом в экстремальных условиях. Влияние погодных условий на управление. Понятия о тактике ведения гонок.

Практическое занятие:

Прохождение поворотов без заноса. Выполнение маневров без заноса. Отработка скоростного прохождения сложных участков трассы. Отработка старта с места. Отработка резкого торможения без заноса.

8. Беседы об автомобиле и авто спорте. (2 часа)

Беседы об автомобиле и авто спорте.

9. Физическая подготовка картингистов. (8 час.)

Практические занятия:

Отжимание, волейбол, подъем перекладина на турнике, физические упражнения.

10. Преодоление двух поворотов 180 градусов каждая. (40 час.)

Теоретические занятия:

Преодоление двух поворотов 180 градусов каждая: вопросы и ответы.

Практические занятия:

Преодоление двух поворотов 180 градусов каждая на минимальной скорости. Преодоление двух поворотов 180 градусов каждая с ускорением. Преодоление двух поворотов 180 градусов каждая на максимальной скорости.

11. Меры безопасности. (4 часа)

Теоретическое занятие:

Проверка тех. состояния карта и экипировки, одежда картингиста. Меры по противопожарной безопасности.

12. Психологическая подготовка спортсменов. (14 час.)

Теоретические занятия:

Роль и значение психики спортсменов на соревнованиях. Выявление различных психических состояний и преодоление отрицательных эмоций перед и в ходе соревнований.

Практические занятия:

Упражнения, способствующие быстроте ориентирования.
Упражнения на восприятие звуковых сигналов, связанных с техническими неисправностями. Упражнения, способствующие быстроте реакции.

13. Преодоление поворотов по 90 градусов каждый. (30 час.)

Теоретические занятия:

Преодоление поворотов по 90 градусов каждый: вопросы ответы.

Практические занятия:

Преодоление поворотов по 90 градусов каждый на минимальной скорости. Преодоление поворотов по 90 градусов каждый с ускорением.

Преодоление поворотов по 90 градусов каждый на максимальной скорости.

14. Организация и проведение квалификационных соревнований. (6 час.)

Практические занятия:

Подготовка трассы под гонки. Проведение квалификационных заездов

15. Заключительное занятие. (2 часа) Подведение итогов.

3 год обучения

1. Вводное занятие. (2 часа)

2. Меры безопасности на занятиях. (2 часа)

3. Преодоление двух поворотов по 90 градусов в одну сторону. (44 час.)

Теоретическое занятие:

Преодоление двух поворотов по 90 градусов в одну сторону: вопросы и ответы.

Практическое занятие:

Преодоление двух поворотов по 90 градусов в одну сторону на минимальной скорости.

Преодоление двух поворотов по 90 градусов в одну сторону с ускорением на выходе.

Преодоление двух поворотов по 90 градусов в одну сторону на максимальной скорости.

Групповое преодоление двух поворотов по 90 градусов в одну сторону на максимальной скорости.

Групповое преодоление поворота с заносом.

4. Физическая подготовка картингистов. (8час.)

Практические занятия:

Футбол, отжимание, баскетбол, подтягивание, обще-физическая подготовка.

5. Спортивно тренировочная езда на карте класса - «Супер мини, Ротакс Макс Юниор, Минск». (72 час.)

Теоретическое занятие:

Читаем трассу. Пилотирование в дождь аквапланирование. Техника пилотирования базовые правила. Пилотирование, траектория движения карта по трассе. Техника торможения

Практические занятия:

Отработка техники преодоления поворотов различного радиуса и сложности на максимальной скорости.

Отработка техники старта с места. Отработка техники старта по ходу движения в стартовой расстановке.

Групповая отработка техники старта с места. Групповая отработка техники старта по ходу движения в стартовой расстановке .

Соревновательные командные заезды, старт с места плюс два круга.

Соревновательные групповые заезды, старт по ходу движения плюс два круга.

6. Физическая подготовка картингистов. (8час.)

Практические занятия:

Отжимание, волейбол, подъем переворот на турнике, обще-физическая подготовка.

7. Выполнение поворота на 180 градусов. (32 час.)

Практическое занятие:

Преодоление поворота на 180 градусов на минимальной скорости. Преодоление поворота на 180 градусов с ускорением на выходе. Преодоление поворота на 180 градусов на максимальной скорости.

Групповое преодоление поворота на 180 градусов на максимальной скорости.

8. Преодоление поворотов с увеличивающимся радиусом. (34 час.)

Теоретические занятия:

Преодоление поворотов с увеличивающимся радиусом: вопросы и ответы.

Практические занятия:

Преодоление поворотов с увеличивающимся радиусом на минимальной скорости. Преодоление поворотов с увеличивающимся радиусом с ускорением на выходе. Преодоление поворотов с увеличивающимся радиусом на максимальной скорости.

Групповое преодоление поворотов с увеличивающимся радиусом на максимальной скорости.

9. Организация и проведение квалификационных соревнований. (12 часов)

Теоретические занятия:

Правила и порядок проведения соревнований. Подготовка судей и их обязанности.

Меры безопасности на соревнованиях.

Практические занятия:

Подготовка и оформление места соревнований. Проведение квалификационных соревнований.

10. Заключительное занятие. (2 часа)

4 год обучения

1. Вводное занятие. (2 часа)

2. Элементы теории движения автомобиля. (8 час.)

Теоретические занятия:

Понятие об управлении автомобилем. Основные действующие на карт силы и моменты. Динамика карта на вираже. Предельная скорость на вираже без бокового скольжения колес, с заносом задней оси и сносом всех колес.

3. Физическая подготовка картингистов. (10 час.)

Практические занятия:

Отжимание, волейбол, подъем переворот на турнике, обще-физическая подготовка.

4. Спортивно - тренировочная езда. (134 час.)

Теоретические занятия:

Управление картом в экстремальных ситуациях. Понятие об оптимальном пути прохождения простых, сложных и фигурных поворотов. Тактика командной гонки.

Практические занятия:

Управление картом в экстремальных ситуациях, в заносе. Управление картом в экстремальных ситуациях, разворот в заносе. Управление картом во вращении. Групповое управление в экстремальных ситуациях, разворот в заносе и во вращении

Групповое управление картом, разворот в заносе без столкновение. Групповое управление в экстремальных ситуациях, в заносе. Групповое управление картом, во вращении без столкновения.

Отработка техники преодоления поворотов различного радиуса и сложности на максимальной скорости.

Групповая отработка техники преодоления поворотов различного радиуса и сложности на максимальной скорости.

Отработка техники старта с места. Отработка техники старта с места с

препятствием впереди.

Групповая отработка техники старта с места. Оработка техники старта по ходу движения

Групповая отработка техники старта по ходу движения. Оработка техника обгона на трассе.

Групповая отработка техника обгона на трассе. Выбор оптимального пути прохождения трассы.

Соревновательные заезды, старт плюс один круг. Оработка командной гонки. Соревновательные командные заезды, старт плюс два круга.

5. Физическая подготовка картингистов. (10 час.)

Практические занятия:

Отжимание, волейбол, подъем, переворот на турнике, обще-физическая подготовка.

6. Психологическая подготовка спортсменов. (12 час.)

Теоретические занятия:

Роль и значение психики спортсменов на соревнованиях. Выявление различных психических состояний и преодоление отрицательных эмоций перед и в ходе соревнований.

Практические занятия:

Упражнения, способствующие быстроте ориентирования на трассе и восприятию временных интервалов.

Упражнения на восприятие звуковых сигналов, связанных с техническими неисправностями.

7. Правила соревнования и технические требования. (16 час.)

Теоретические занятия:

Общие технические требования к гоночным автомобилям «Карт».

Специальные технические требования к гоночным автомобилям «Карт». Общие условия и детали организации соревнований. Регистрация, идентификация и контроль: вопросы и ответы.

Собрание участников соревнований. Флаговая сигнализация: вопросы и ответы. Возрастные требования к водителям в соревнованиях по картингу.

8. Организация и проведение соревнований и массовых мероприятий. (20 час.)

Теоретические занятия:

Правила и порядок проведения соревнований: вопросы и ответы. Подготовка судей и их обязанности. Меры безопасности на соревнованиях.

Практические занятия:

Подготовка и оформление места соревнований. Проведение квалификационных соревнований.

9. Заключительное занятие. (2 часа)

5 год обучения

1. Вводное занятие. (2 часа)

2. Меры безопасности на тренировках и занятиях. (2 часа)

3. Правила соревнования по картингу. (22 часа)

Теоретические занятия:

Спортивные звания и разряды, порядок их присвоения.

Административный контроль.

Собрание водителей и участников. Безопасность на соревнованиях. Технический осмотр, тренировки.

Контрольные заезды, процедура старта. Утешительные и финальные заезды. Определение результатов.

Флаги, используемые на соревнованиях. Штрафные очки.

4. Спортивно - тренировочная езда. (58 час.)

Теоретические занятия:

Влияние на управляемость погодных условий. Тактика ведения гонки.

Техника старта, техника торможения.

Практические занятия:

Движение и маневрирование на площадке, оборудованной для фигурного вождения. Преодоление поворотов различного радиуса и сложности. Отработка техники старта.

Прохождение поворотов на максимальной скорости без сноса колес. Отработка техники торможения. Отработка техники обгона.

Соревновательные заезды по фигурному вождению. Отработка групповой тактики ведения гонки.

5. Физическая подготовка картингистов. (8 час.)

Практические занятия:

Отжимание, волейбол, подъем переворот на турнике, обще-физическая подготовка.

6. Психологическая подготовка спортсменов. (8 час.)

Теоретические занятия:

Роль и значение психики спортсмена на соревнованиях. Выявление различных психических состояний и преодоление отрицательных эмоций перед и в ходе соревнований.

Практические занятия:

Упражнения, способствующие быстрой ориентированию на трассе и

реакции оперирования органами управления.

7. Преодоление поворотов. (66 час.)

Теоретические занятия:

Преодоление поворотов с уменьшающимся радиусом. Преодоление поворотов с уменьшающимся радиусом вопросы ответы

Практические занятия:

Преодоление поворотов с уменьшающимся радиусом на минимальной скорости. Преодоление поворотов с уменьшающимся радиусом с ускорением на выходе. Групповое преодоление поворотов с уменьшающимся радиусом с ускорением на выходе.

Теоретическое занятие:

Преодоление поворота в три этапа (быстро-торможение-ускорение) .

Практическое занятие:

Преодоление поворота в три этапа на минимальной скорости. Преодоление поворота в три этапа на максимальной скорости. Групповое преодоление поворота в три этапа на максимальной скорости.

Теоретическое занятие:

Преодоление поворотов с увеличивающимся радиусом: вопросы и ответы.

Практическое занятие:

Преодоление поворота с увеличивающимся радиусом на минимальной скорости. Преодоление поворота с увеличивающимся радиусом на максимальной скорости. Групповое преодоление поворота с увеличивающимся радиусом на максимальной скорости.

8. Обгон впереди идущего карта. (36 час.)

Теоретическое занятие:

Траектория обгона впереди идущего карта по прямой. Траектория обгона впереди идущего карта на поворотах .

Практическое занятие:

Обгон впереди идущего карта по левой кромке трассы. Обгон впереди идущего карта по правой кромке трассы. Обгон впереди идущего карта на повороте по внутренней кромке трассы. Обгон впереди идущего карта на повороте по внешней кромке трассы.

9. Организация и проведение соревнований. (12 час.)

Теоретическое занятие:

Правила и порядок проведения соревнований. Подготовка судей и их обязанности. Меры безопасности на соревнованиях.

Практическое занятие:

Подготовка и оформление места соревнований. Проведение

квалификационных соревнований

9. Заключительное занятие. (2 час.)

6 год обучения

1. Вводное занятие. (2 час.)

2. Элементы теории движения автомобиля. (8 час.)

Теоретическое занятие:

Тактическая подготовка картингиста. Тактика подготовки к соревнованиям. Поведение на трассе. Тактика прохождения поворотов. Гонки в дождь.

3. Физическая подготовка картингистов. (10 час.)

Практические занятия:

Отжимание, посещение бассейна, волейбол, подъем перекладина на турнике, настольный теннис.

4. Спортивно - тренировочная езда. (140 час.)

Теоретическое занятие:

Управление картом в дождь. Пути прохождения простых, сложных и фигурных поворотов в дождь, зимой, на льду.

Тактика командной гонки в дождь.

Практическое занятие:

Отработка техники преодоления поворотов различного радиуса и сложности на максимальной скорости без заноса.

Отработка управления картом в заносе, разворот в заносе и во вращении. Отработка группового управления картом в заносе, разворот в заносе и во вращении.

Отработка преодоления поворотов различного радиуса и сложности на максимальной скорости без заносов. Отработка прохождения поворотов на максимальной скорости без заносов.

Преодоления апекса на максимальной скорости. Групповая отработка техники преодоления поворотов различного радиуса и сложности на максимальной скорости.

Отработка техники старта с места в дождь, зимой, на льду. Групповая отработка техники старта с места.

Отработка техники старта по ходу движения. Групповая отработка техники старта по ходу движения.

Отработка техника обгона на трассе при вхождении в поворот. Групповая отработка техника обгона при вхождении в поворот.

Отработка резкого торможения без заноса. Выбор оптимального пути

прохождения трассы в экстремальных ситуациях.

Соревновательные заезды, старт плюс один круг. Отработка командной гонки. Соревновательные командные заезды, старт плюс три круга.

5. Физическая подготовка картингистов. (10 час.)

Практическое занятие:

Отжимание, волейбол, подъем и переворот на турнике, обще-физическая подготовка.

6. Психологическая подготовка спортсменов. (14 час.)

Теоретическое занятие:

Роль и значение психики спортсменов на соревнованиях. Выявление различных психических состояний и преодоление отрицательных эмоций перед и в ходе соревнований.

Практическое занятие:

Упражнения, способствующие быстрой ориентированию на трассе и восприятию временных интервалов.

Упражнения, на восприятие звуковых сигналов связанных с техническими неисправностями.

7. Правила соревнования и технические требования. (10 час.)

Теоретическое занятие:

Общие технические требования к гоночным автомобилям «Ротакс Макс».

Специальные технические требования к гоночным автомобилям «Ротакс Макс».

Общие условия и детали организации соревнований. Регистрация, идентификация и контроль. Флаговая сигнализация: вопросы и ответы.

8. Организация и проведение соревнований и массовых мероприятий. (20 час.)

Теоретическое занятие:

Правила и порядок проведения соревнований. Подготовка судей и их обязанности. Меры безопасности на соревнованиях.

Практическое занятие:

Подготовка и оформление места соревнований. Проведение квалификационных соревнований.

9. Заключительное занятие. (2 часа)

7 год обучения

1. Вводное занятие. (4 часа)

Организационные вопросы. Обсуждение плана работы. Проведение инструктажа по технике безопасности при вождении карта.

Противопожарная безопасность.

2. Практическое вождение автомобиля «карт». (142 часа)

Комбинированное торможение. Вход в поворот. Вход в поворот с переключением передач. Выход из поворота. Удержание автомобиля «карт» в заносе на повороте. Особенности техники вождения на сухом и мокром дорожном покрытии, на льду. Обгон одного соперника. Обгон группы.

Особенности прохождения виражей. Выполнение фигур вождения различной сложности, фигурное вождение карта («змейка», «коридор», «восьмерка»).

3. Правила дорожного движения (48 час.)

Начало движения, скорость движения, маневрирование, остановка, стоянка. Движение в населенных пунктах, по дорогам общего пользования. Особенности движения по автомагистралям. Регулируемые и нерегулируемые железнодорожные переезды.

4. Общая физическая подготовка (8 час.)

Выполнение упражнений общей физической направленности. Развитие мышечной массы, физической выносливости, скоростно-силовых качеств. Спортивные игры.

5. Упражнения для тренировки реакции (4 час.)

Теоретические занятия:

Упражнения, способствующие быстроте ориентирования на трассе и восприятию временных интервалов. Упражнения, на восприятие звуковых сигналов, связанных с техническими неисправностями.

6. Организация и проведение соревнований (8 час.).

Теоретическое занятие:

Правила и порядок проведения соревнований. Подготовка судей и их обязанности. Меры безопасности на соревнованиях.

Практическое занятие:

Подготовка и оформление места соревнований. Проведение квалификационных соревнований

7. Заключительное занятие (2 час.)

4 раздел

Планируемые результаты:

К концу первого года обучения учащиеся будут знать:

- правила техники безопасности при техническом обслуживании и вождении автомобиля (картинга);
- правила техники безопасности при работе с горюче-смазочными материалами;
- основы правил дорожного движения.

Уметь:

- правильно вести себя на улице с дорожным движением (будучи пешеходом);
- управлять картом на виртуальной трассе, научиться преодолевать повороты с уменьшающимся, увеличивающимся радиусом без заноса;
- управлять картом с коробкой передач.

К концу второго года обучения учащиеся будут знать:

- первоначальные знания об автоспорте и правилах проведения соревнований;
- проявление терпения и настойчивости при выполнении задания, доводить его до логического завершения;
- умение согласовывать свои действия с действиями товарищей при практической работе;
- общее устройство автомобиля (на примере карта).

Уметь:

- управлять картом на максимальной скорости, входить в поворот на максимальной скорости с заносом;
- управлять картом в экстремальных условиях;
- выполнять маневров без заноса.

К концу третьего года обучения учащиеся будут знать:

- наличие первоначальных умений и навыков при работе с различным инструментом (гаечные ключи, ножовка, напильник и т.п.);
- умение выполнять общее техническое обслуживание карта и производить простые технологические операции (замена и ремонт колес, снятие и установка отдельных узлов и агрегатов и т.п.);
- иметь представление о ходовой части автомобиля;

- электрооборудование автомобиля и уметь исправлять основные неисправности в системе;

- общие понятия об устройстве четырехтактного карбюраторного двигателя.

Уметь:

- преодолевать повороты различного радиуса и сложности на максимальной скорости;

- стартовать по ходу движения в стартовой расстановке.

К концу четвертого года обучения учащиеся будут знать:

- основы теории движения автомобиля;

- основные правила соревнований по картингу.

Уметь:

- управлять микроавтомобилем в условиях спортивных соревнований (фигурное вождение, езда по трассе с большим количеством машин);

- участие в соревнованиях по картингу;

- управлять катком в экстремальных ситуациях;

- знать оптимальные пути прохождения простых, сложных и фигурных поворотов

К концу пятого года обучения учащиеся будут знать:

- технику торможения в сложных ситуациях;

- базовые правила пилотирования.

Уметь:

- преодолевать сложных поворотов;

- пилотировать катком в дождь, аквапланирование;

- преодолевать повороты с уменьшающимся, увеличивающимся радиусом;

- двигаться и маневрировать на площадке, оборудованной для фигурного вождения;

- прохождение поворотов на максимальной скорости без сноса колес.

К концу шестого года обучения учащиеся будут знать:

- правила соревнований по картингу;

- влияние на управляемость автомобилем погодных условий;

- тактику командной гонки в экстремальных погодных условиях.

Уметь:

- проходить простые, сложные и фигурные повороты в дождь, зимой, на льду;

- выбирать оптимальные пути прохождения трассы в экстремальных ситуациях;

- управлять катком в заносе, разворот в заносе и во вращении.

К концу седьмого года обучения учащиеся будут знать:

- правила пожарной безопасности, о техническом обслуживании при вождении автомобиля (карта);

- особенности техники вождения с маневрированием на сухом и мокром дорожном покрытии, на льду, проходить повороты и виражи различного радиуса и сложности;

Уметь:

- выполнять комбинированное торможение;

- входить в повороты, в поворот с переключением передач, выходить из поворота;

- удерживать автомобиль «карт» в заносе на повороте;

- обгонять одного соперника, обгонять группы;

- начинать движение, скоростное движение, маневрирование, остановка, стоянка;

5 раздел

Организационно педагогические условия реализации программы

Занятия объединения проводятся в кабинете, отвечающим санитарно-гигиеническим условиям, техническим требованиям, оснащенном наглядными пособиями. Для проведения практических занятий необходимо наличие площадки.

Специальные средства обучения: мини автомобиль «карт», демонстрационно-учебные двигатели.

Информационное обеспечение: плакаты, книги по картингу, интернет источники.

Обучать по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Картинг» может педагог, имеющий среднее профессиональное или высшее педагогическое образование.

6 раздел

Формы аттестации /контроля и оценочные материалы

Формы аттестации. Контроль проводится в конце каждой темы в различных формах - устный опрос, наблюдение, собеседование, соревнования, решение проблемных задач, зачет, групповая оценка работ.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: видеозаписи, грамоты, дипломы, фото.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: открытое занятие, участие в республиканских соревнованиях.

Методы обучения: словесный, наглядный практический; объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, частично-поисковый, исследовательский проблемный, игровой, дискуссионный и методы воспитания: убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация.

Педагогические технологии, применяемые в обучении:

- технология индивидуализации обучения,
- технология группового обучения,
- технология коллективного взаимообучения,
- технология развивающего обучения,
- технология проблемного обучения,
- технология коллективной творческой деятельности,
- здоровьесберегающая технология.

7 раздел Список литературы

1. Правила дорожного движения РФ.
2. Шафранов Е.А Методические разработки по вождению и ремонту картингов. Казань 1999г.
3. Шафранов Е.А Подготовка и проведение соревнований по картингу. Казань 2002г.

Электронные ресурсы:

1. Григорьев. Мотоцикл без секретов.
2. Классификационные и технические требования к гоночным автомобилям «карт»
3. Классификация и технические требования к автомобилям, участвующим в соревнованиях.
4. Таблицы допусков и посадок: сборник нормалей.
5. <https://www.youtube.com/watch?v=nr5bFsPpfbM>
6. <https://www.youtube.com/watch?v=KVeAzTDxOxg>
7. <https://www.youtube.com/watch?v=8tywGGSAYT0>
8. <https://www.youtube.com/watch?v=mDVWTIV35CQ>
9. <https://www.youtube.com/watch?v=kGx7huOf590>
10. <https://www.youtube.com/watch?v=inMaahfrMI0>
11. https://www.youtube.com/watch?v=J_xsg3B_up0
12. https://www.youtube.com/watch?v=oG7dPo_05Tc
13. <https://www.youtube.com/watch?v=xyNUOFKQL7I>
14. <https://www.youtube.com/watch?v=uVn37Fs2J1c>
15. <https://www.youtube.com/watch?v=Pryelsizi1Y>
16. <https://www.youtube.com/watch?v=i0ycTQBacCQ>
17. <https://www.youtube.com/watch?v=nk4fxINA-ew>
18. <https://www.youtube.com/watch?v=OnFrsCFnP6s>
19. <https://www.youtube.com/watch?v=Ehcc-B5lryQ>
20. <https://www.youtube.com/watch?v=yOWGvOzjBUc>

В данном документе прошнуровано,
пронумеровано и скреплено печатью

30 (тридцать) листов

Директор МБДО «ЦДТ г. Азнакаево»

Р.М. Хасанова

