



**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ КСТОВСКОГО  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 8  
С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ ОТДЕЛЬНЫХ ПРЕДМЕТОВ»**

Принята на заседании  
педагогического совета  
От «29» декабря 2023 г.  
Протокол № 4

Утверждаю  
Директор \_\_\_\_\_/Белаш Е.А.  
Приказ № 791С  
«29» декабря 2023 г.

**Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая)**

**программатуристско-краеведческой направленности**

**«Велотуризм»**

Возраст обучающихся: 10–16 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:  
Цирлин Игорь Борисович,  
педагог дополнительного образования

г.Кстово

2023 г.

## Оглавление

1. Пояснительная записка.....	<b>Ошибка! Закладка не определена.</b>
2. Учебный план .....	8
3. Содержание программы .....	9
4. Календарный учебный график.....	11
5. Оценочный материал .....	12
6. Методическое обеспечение.....	11
7. Материально-техническое обеспечение программы.....	13
8. Информационное обеспечение .....	14
9. Список литературы.....	

## **1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Велотуризм» туристско-краеведческой направленности базового уровня разработана в соответствии с нормативно-правовыми требованиями развития дополнительного образования детей и в соответствии с федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» и Концепцией развития дополнительного образования детей от 4 сентября 2014 г. № 1726-р.

### **Актуальность и отличительные особенности.**

Актуальность настоящей программы обусловлена необходимостью повысить интерес учащихся к познанию родного края, что позволяет формировать личность, соответствующую современному национальному воспитательному идеалу, заявленному в Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России; способностью сохранения и укрепления здоровья обучающихся, мотивации к здоровому образу жизни средствами туристско-краеведческой деятельности.

Данная Программа **педагогически целесообразна**, так как при её реализации обучающиеся имеют возможность заниматься велотуризмом, исследовательской деятельностью, постигать основы туризма, что способствует формированию гражданского сознания, воспитанию патриотизма, пропаганде здорового образа жизни.

**Отличительные особенности.** Занятия туризмом представляют собой эффективное средство физического оздоровления, воспитания и развития подростков, которое происходит в процессе организации коллективной походной жизни на спортивном маршруте и активной деятельности обучающихся в естественных природных условиях, что особенно важно в условиях все возрастающей гиподинамии школьников с ее негативными последствиями для здоровья. Активная и самостоятельная деятельность обучающихся в походных условиях спортивного маршрута способствует

приобретению ими необходимого социального опыта, опыта общественных и личностных отношений, облегчает процессы самоутверждения, особенно остропротекающие в подростковом возрасте.

Программа имеет **туристско-краеведческую направленность**.

**Уровень освоения:** базовый.

**Адресат программы:** обучающиеся 10 – 16 лет, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий данным видом деятельности. Прием осуществляется по желанию, с предоставлением медицинской справки о состоянии здоровья. Дети, успешно освоившие программу обучения, но не достигшие 18-летнего возраста, могут продолжить обучение по индивидуальному плану.

**Цель:** развитие физических и духовно-нравственных качеств подростков средствами туристско-краеведческой и спортивной деятельности.

**Задачи:**

Обучающие:

- изучить порядок и правила разборки и сборки велосипеда, смазки деталей, ухода и хранения транспортного средства;
- познакомить с техникой безопасности на занятиях, во время проведения различных соревнований по велосипедному туризму;
- изучить правила организации походов;
- изучить основы краеведения;

Развивающие:

- развить познавательные, творческие и двигательные способности детей;
- актуализировать потребности детей в самопознании, саморазвитии, самосовершенствовании и побудить их к формированию здоровья собственными силами;
- содействовать всестороннему и гармоничному развитию личности обучающихся.

Воспитательные: - способствовать к мотивации здорового образа жизни, безопасного поведения;

- воспитать у детей экологическую, валеологическую культуру и культуру поведения через формирование нравственных, духовных и волевых качеств;

- воспитать морально-волевые качества, гражданственности, чувства любви к Родине.

**Срок реализации программы:** рассчитан на 1 год.

**Объем программы:** общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения программы, составляет 144 учебных часа в год.

**Количество обучающихся:** 30 человек. Количество обучающихся в одной группе – 15 человек.

**Режим занятий:** занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа (продолжительность академического часа – 40 минут, продолжительность перемены – 10 минут), общее количество учебных часов – 144ч./год.

**Формы организации занятий:** занятия проводятся в групповой форме.

Теоретические занятия могут проходить с применением дистанционных образовательных технологий. Такая двухсторонняя форма коммуникации позволяет обучающимся, не имеющим возможности посещать все занятия в силу различных обстоятельств, получить доступ к изучению программы.

Практические занятия проводятся в спортивном зале, на спортивной площадке.

Велопоходы осуществляются в пределах муниципального округа.

**Сетевая форма реализации образовательной программы**

На основании статьи 15 «Сетевая форма реализации образовательных программ» Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 31.07.2020) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.08.2020) реализация настоящей дополнительной общеобразовательной программы осуществляться в сетевой форме совместно с организациями-партнерами МАОУ СШ № 8: управлением культуры, туризма, спорта и молодежной политики, Дворцом культуры нефтехимиков г. Кстово, МБУК

«Централизованная клубная система», образовательными учреждениями Кстовского муниципального округа.

### **Электронное обучение и дистанционные образовательные технологии**

На основании статьи 16 «Реализация образовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий» Федерального закона от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 31.07.2020) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.08.2020) образовательная деятельность по дополнительной общеобразовательной программе может осуществляться с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

При реализации дополнительной общеобразовательной программы с применением **электронного обучения и дистанционных образовательных технологий** будут использованы следующие модели обучения с использованием ресурсов предоставляемых сетью Интернет:

1. Консультации обучаемых, в том числе рассылка и размещение заданий, проводятся с помощью электронной почты или дистанционной площадки (Сферум);

2. Онлайн консультации и занятия (групповые и индивидуальные) с обучаемыми, проводятся с помощью средств телекоммуникаций (Сферум).

Размещение видеоуроков занятий осуществляется на видеохостинге RUTUBE или дистанционной площадке объединения в социальной сети ВКонтакте.

#### **Обучающиеся должны знать и уметь:**

- порядок и правила разборки и сборки велосипеда, смазки деталей, ухода и хранения транспортного средства;
- правила по технике безопасности на занятиях, во время проведения различных соревнований по велосипедному туризму;
- оборудование велосипеда для различных соревнований по велотуризму;

- требования комплектования и транспортировки продуктов питания, соблюдения питьевого режима;
- способы транспортировки пострадавших, состав походной аптечки;
- особенности укрепления здоровья в подростковом возрасте;
- особенности организации привалов и ночлегов для различных соревнований по велосипедному туризму;
- основные понятия и представления по топографии и спортивному ориентированию;
- основы краеведения и экологии родного края.

Для проведения занятия по велотуризму используется оборудование, которое позволяет обеспечить необходимые требования безопасности и успешнее реализовывать поставленные туристские задачи:

- ✓ спортивный инвентарь (велостанок, палатки, велосипеды и другие);
- ✓ спортивная экипировка (шлемы, велоперчатки и другие);
- ✓ технические инструменты (насос, набор ключей и съемников и другие).

#### **Способы определения результативности:**

Реализация программы предусматривает входной контроль и итоговую аттестацию обучающихся.

Входной контроль проводится с целью выявления уровня подготовки учащихся и осуществляется в форме собеседования.

Итоговая аттестация проводится с целью усвоения обучающимися программного материала в целом.

**Формы подведения итогов реализации программы:** проведение соревнований по велосипедному туризму, внутригруппового конкурса, презентация проектов обучающихся.

## 2. Учебный план

№	Тема	Всего	Теория	Практика
1	Организационное занятие.	2	2	-
2	Начальная туристская подготовка	42	16	26
3	Топография и ориентирование	20	12	8
4	Общая физическая подготовка велотуриста	32	8	24
5	Техническая и тактическая подготовка велотуриста	46	18	28
6	Итоговое занятие	2	1	1
7	<b>Итого</b>	144	57	87

### **3. Содержание программы**

#### **1. Организационное занятие**

Особенности работы объединения юных велотуристов. Виды и категории походов. Техника безопасности. Правила поведения. Проведение инструктажей.

#### **2. Начальная туристская подготовка**

##### **2.1. Туризм в России. История и традиции.**

Беседа о туризме. Виды туризма и их особенности. Чем интересен и полезен велосипедный туризм. Нормативы на значки «Юный турист России» и «Турист России». Спортивные разряды в велосипедном туризме. Звание «Мастер спорта России». Положение о Почетном знаке «Заслуженный путешественник России» (1996 год).

Рассказ об интересном походе (фотографии, слайдфильм, компьютерная презентация, видеофильм). Туристские традиции и законы.

##### **2.2. Туристские возможности родного края.**

Географическое положение и природные особенности родного края (растительный и животный мир, почва, полезные ископаемые, рельеф, реки, озера, климат). Население края. Транспортные магистрали. Хозяйство края (промышленные предприятия и сельские хозяйства). История края (памятники истории и культуры). Туристские походы по родному краю (наиболее интересные районы, маршруты походов, достопримечательности и музеи).

##### **2.3. Туристское снаряжение для пешего похода.**

Виды снаряжения. Перечень и характеристика личного и группового снаряжения для однодневного и двухдневного пешего похода. Требования к одежде и обуви. Упаковка снаряжения. Укладка рюкзака.

Проведение смотра готовности снаряжения (личного и группового) к пешему походу выходного дня. Упаковка снаряжения. Укладка рюкзака

##### **2.4. Режим питания в походе.**

Требования к продуктам питания. Раскладка продуктовая. Подготовка,

упаковка, учет и транспортировка продуктов. Хранение продуктов в походе. Водно-солевой режим в походе. Общие кулинарные правила приготовления пищи в походных условиях. Соблюдение правил гигиены при приготовлении и приеме пищи. Меры безопасности при приготовлении пищи в походных условиях.

Подготовка к походу продуктов питания (закупка, расфасовка, упаковка, распределение), приготовление пищи на костре (горелке).

## **2.5. Привалы и ночлеги.**

Организация привалов (периодичность, продолжительность, выбор места, отдых на привале). Большой привал для приготовления обеда. Требования к месту бивака (дрова, вода, безопасность, эстетические и гигиенические условия). Организация бивачных работ. Виды палаток и технология их установки. Выбор места для установки палатки. Установка палаток и размещение в них.

Виды и характеристика дров. Складирование дров. Костер и его разведение.

Типы и виды костров. Работа с костром. Дежурство у костра. Сушка одежды и обуви. Организация костровой площадки.

Снятие с бивака. Уборка территории лагеря. Выход на маршрут. Организация ночлега в населенном пункте.

Установка палатки.

## **2.6. Подготовка к походу.**

Главная цель похода и его задачи. Район похода. Маршрут и картографические материалы. График похода. Личное и групповое снаряжение. Питание. Смета. Маршрутный лист. Основные обязанности в группе: командир, «завхоз» - заведующий хозяйством, «зав.пит.» - заведующий питанием, санинструктор, ремонтный мастер - мастер по ремонту снаряжения и другие.

Прокладывание веломаршрутов. Защита проекта.

Определение района похода и основных пунктов маршрута. Подбор

группы. Распределение обязанностей в группе.

### **2.7. Техника и тактика похода.**

Виды и нормы нагрузок в походе. Дисциплина. Строй велосипедной группы. Темп, интервал, ритм движения. Движение на равнине и в условиях сильно пересеченной местности. Естественные препятствия и способы их преодоления с велосипедом (бездорожье, завалы, овраги, густые заросли, заболоченные участки и т.п.). Организация простейших переправ с велосипедом.

Преодоление в лесу или на учебном полигоне различных естественных препятствий. Отработка строя велосипедной группы, темпа, интервала, ритма движения. Движение на равнине и в условиях сильно пересеченной местности.

### **2.8. Обеспечение безопасности в велопоходах.**

Безопасность - главное требование к организации и проведению похода. Инструктаж по технике безопасности для участников похода. Основные типичные причины возникновения опасности в велопоходах и меры по их предупреждению.

Отработка спуска, подъёма, поворота на велосипеде.

### **2.9. Первая (доврачебная) медицинская помощь в походе.**

Личная гигиена участников похода и ее роль в предупреждении травм и заболеваний. Значение своевременного оказания первой медицинской помощи. Основные виды травм. Симптомы заболеваний в велопоходах. Попадание насекомых в глаза. Меры оказания первой помощи. Медицинская аптечка, ее состав. Комплектование, упаковка, транспортировка аптечки. Хранение медикаментов и их использование. Санинструктор и его роль в походе.

Санинструктор группы и его функционал.

Комплектование медицинской аптечки, учебное оказание первой доврачебной медицинской помощи при имитации простейших травм.

### **2.10. Основы краеведческих наблюдений в походе.**

Сбор материалов по экономике, истории, культуре и природе района

похода. Наблюдения и записи во время экскурсий и встреч в соответствии с поставленной задачей и разработанной методикой. Сбор документов и реликвий. Коллекционирование. Ведение дневников наблюдений. Зарисовки. Фотографирование. Приборы и оборудование для краеведческих наблюдений.

Практика ведения записей в дневнике при наблюдениях по предложенной (разработанной) программе, простейшие зарисовки и фотографирование краеведческих объектов, памятников, достопримечательностей. Составление типового паспорта достопримечательности.

### **3. Топография и ориентирование.**

#### **3.1. Топография и ориентирование на местности.**

Компас и его устройство. Виды компасов. Правила обращения с компасом. Топографическая карта и топографические знаки. Масштаб. Виды масштабов. Измерение расстояний на карте и на местности. Рельеф и его изображение на карте. Азимут. Определение азимута и движение по азимуту. Ориентирование на местности с помощью карты и компаса.

Работа с компасом. Определение сторон горизонта с помощью компаса, определение направлений по заданным азимутам и азимутов по заданным ориентирам; прохождение лесных азимутальных участков, зарисовка топографических знаков; топографические диктанты; работа с картой - различные упражнения, измерение расстояний по карте и на местности.

### **4. Общая физическая подготовка туриста – спортсмена.**

Физическая подготовка и ее значение для туриста. Утренняя физическая зарядка. Комплексы физической зарядки. Нормы нагрузок в походах.

Освоение комплекса утренней физической зарядки. Выполнение комплекса упражнений из легкой атлетики, гимнастики, велоспорта. Кроссовая подготовка. Общая гигиена туриста. Врачебный контроль и самоконтроль. Проведение кроссов.

### **5. Техническая и тактическая подготовка велотуриста.**

#### **5.1. Велосипед и его устройство. Теоретическое занятие.**

Типы и марки велосипедов. Их основные характеристики. Понятие о

классе велосипеда и группе велосипедных деталей и узлов. Велосипед и его основные узлы. Уход за велосипедом и его хранение.

Разборка велосипеда и его основных узлов. Сборка. Регулировка. Смазка велосипеда.

### **5.2. Основы правильной езды на велосипеде.**

Посадка велосипедиста. Способы посадки на велосипед. Способы управления велосипедом во время движения, поворота, торможения, остановки. Способы схода с велосипеда.

Установка седла и руля по росту велосипедиста.

Ведение велосипеда в руках. Ведение велосипеда одной рукой за седло. Прямолинейное движение на велосипеде. Сохранение равновесия на велосипеде. Сохранение положения корпуса, рук и головы при езде на велосипеде. Работа ног - педалирование. Отработка действий по управлению велосипедом. Выполнение поворотов. Торможение. Остановка. Способы схода с велосипеда. Велопрогулки, велотренировки в парке, в лесу. Особенности езды в группе: плотной группой и в колонне по одному.

### **5.3. Велоигры и простейшие велосоревнования.**

Простейшее оборудование велодрома для проведения игр и соревнований. Методика проведения велоигр. Индивидуальные и групповые велоигры. Правила фигурного вождения велосипеда: змейка, коридор, колея, разворот в круге, восьмерка, ворота, качели, трамплин, яма, стоп-линия и другие фигуры.

Фигурное вождение велосипеда и велоигры. Простейшие велосоревнования. Велоэстафета. Велокросс. Велоориентирование. Элементы триала.

## **6. Итоговое занятие.**

**4. Календарный учебный график  
к дополнительной общеобразовательной  
(общеразвивающей) программе  
туристско-краеведческой направленности  
«Велотуризм»  
на 2024 – 2025 учебный год**

Начало учебного года	02.09.2024
Окончание учебного года	31.05.2025
Продолжительность учебных полугодий	I полугодие с 02.09.2024 года по 30.12.2024 года (34 занятия – 17 недель); II полугодие с 10.01.2025 года по 31.05.2025 года (38 занятий – 19 недель);
Продолжительность учебного года	36 учебных недель
Каникулы	10 дней (01.01.2025 – 09.01.2025)

## 5. Оценочный материал

Для определения достижения обучающимися планируемых результатов в течение всего года ведётся наблюдение и выставляются баллы в диагностическую карту контроля уровня обученности.

### Диагностическая карта контроля уровня обученности группы №

№	ФИ	Теоретич. знания	Выполнение практических работ	Решение учебных кейсов	Выполнение проекта	Участие в творческих конкурсах	Итого
1							
2							
3							
4							
5							

**Критерии** – \_\_\_\_\_

**5 баллов** – освоил в полном объеме все теоретические знания, виды практической и творческой деятельности, посетил все занятия, выполнил зачетную/выставочную работу, выполнил летнее задание.

**4 балла** – освоил в полном объеме все теоретические знания, виды практической и творческой деятельности.

**3 балла** – освоил более половины теоретических знаний, видов практической и творческой деятельности, предусмотренной образовательной программой.

**2 балла** – освоил менее половины теоретических знаний, видов практической деятельности, предусмотренных образовательной программой.

**1 балл** – частично усвоил образовательную программу.

**0 баллов** - не освоил образовательную программу.

## **6. Методическое обеспечение**

Процесс достижения поставленных целей и задач программы осуществляется в сотрудничестве обучающихся и педагога. При этом реализуются различные методы осуществления целостного педагогического процесса. На различных его этапах ведущими выступают отдельные, приведенные ниже методы.

### **Методы обучения:**

**объяснительно-иллюстративные** – демонстрация приёмов работы с соответствующим программным обеспечением (с использованием проектора, интерактивной доски);

**практические (репродуктивные), частично-поисковые** – изготовление продукта на основе технического задания, с помощью преподавателя;

**метод проектов** – индивидуальные или групповые;

**индивидуальные** – задания в зависимости от достигнутого уровня развития воспитанника.

**Методы стимулирования и мотивации учебно-познавательной деятельности:**

- привлекательные задания для обучающихся;
- коллективные обсуждения выполненных работ.

### **Методы воспитания:**

- беседы;
- метод примера;
- педагогическое требование;
- наблюдение, анализ результатов деятельности обучающихся;
- поощрение.

Выбор метода обучения зависит от содержания занятия, уровня подготовки и опыта обучающихся. На занятиях преобладают репродуктивный и репродуктивно-творческий методы.

### **Применяемые педагогические технологии:**

- Информационно – коммуникационная технология.
- Проектная технология.
- Игровые технологии.
- Кейс – технология.

#### Традиционные формы занятий

- Лекция - устное изложение какой-либо темы, развивающее мыслительную деятельность обучающихся.
- Экскурсия - коллективный поход или поездка с целью осмотра, знакомства с какой-либо достопримечательностью.
- Туристический поход - передвижение группы людей с определенной целью.
- Учебная игра - занятие, которое имеет определенные правила и служит для познания нового, отдыха и удовольствия.

#### Нетрадиционные формы занятий:

- Защита проекта - способность проецировать изменения действительности во имя улучшения жизни, соотнесение личных интересов с общественными, предложение новых идей.
- Конверт вопросов - свободный обмен мнениями на разные темы в дружеской обстановке.
- Кейс-метод – обсуждение различных ситуаций и поиск путей их решения.

## 7. Материально-техническое обеспечение программы

Помещение для теоретических занятий с группой - учебный класс на 15 учащихся. Велосипедная мастерская для ремонта велосипедов и практических учебных занятий. Помещение для хранения велосипедов, запасных частей, инструмента и туристского, спортивного и экспедиционного снаряжения.

Спортивный зал и спортивная площадка для проведения занятий по спортивной и туристической подготовке.

№	Наименование	Количество
1	Рюкзак объемом не менее 80 литров	15
2	Палатка туристическая с тентом (каркасно-дуговая) четырехместная	4
3	Палатка хозяйственная	5
4	Спальный мешок	15
5	Коврик теплоизоляционный	15
6	Тент от дождя	2
7	Оборудование для приготовления пищи (примусы, газовые плиты, горелки и т.д.)	1
8	Комплект котелков для приготовления пищи (8, 9, 10 л)	1
9	Компас жидкостный	15
10	Курвиметр	15
11	Фонарь налобный	15
12	Топор туристический	5
13	Пила	5
14	Лопата складная	5
15	Костровое оборудование (тросик, таганок, сетка и т.п.)	1
16	Радиостанции портативные	15
17	Навигационное устройство походного типа	15

18	Спутниковый трек типа SPOT	15
19	Спутниковый телефон	15
20	Зарядное устройство на солнечных батареях	15
21	Ремонтный набор	1
22	Фотоаппарат	1
23	Индивидуальный медицинский пакет туриста	15
24	Каска туристическая	15
25	Перчатки туристические	15
26	Планшет велосипедный	15
27	Велосипед	15
28	Рюкзак велосипедный	15
29	Квадрокоптер	1
30	Экшен-камера	1

## 8. Информационное обеспечение

1 Учебные фильмы

2 Презентации

3 Интернет сайты, электронные ресурсы:

1) «Костры, их типы. Правила разведения костров» (ЭОР)

2) Алешин В.М. Карта в спортивном ориентировании

[http://tourlib.net/books\\_tourism/aleshyn.htm](http://tourlib.net/books_tourism/aleshyn.htm)

3) Статья «Как правильно пользоваться компасом при спортивном ориентировании» <http://www.karabin.su/kak-polzovatsya-kompasom/>

4) Презентация «Ориентирование на местности»

<http://present.griban.ru/file/21-orientirovanie-na-mestnosti.html>

5) Ганопольский В.И., Безносиков Е.Я. и др. «Основы техники пешеходного и горного туризма»

[http://tourlib.net/books\\_tourism/ganopolsky07.htm](http://tourlib.net/books_tourism/ganopolsky07.htm)

6) Правила безопасности поведения на воде - ЭОР

7) Детская мультимедийная энциклопедия «Опасности в природе» -

<http://www.spas-extreme.ru/el.php?SID=146>

## 9. Список литературы

### Нормативная правовая документация

1. Закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273 – ФЗ (ред. от 04.08.2023 № 479-ФЗ).
2. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”
3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".
4. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 №09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ» (включая разноуровневые программы)).
5. Письмо Министерства образования и науки России от 28.08.2015 года № АК – 2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»).
6. Письмо Министерства образования и науки России от 29.03.2016 № ВК-641/09 "О направлении методических рекомендаций" (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»).
7. Письмо Министерства Просвещения России от 01.08.2019 № ТС-1780/07 «О направлении эффективных моделей дополнительного образования для учащихся с ОВЗ».

8. Устав МАОУ СШ № 8.

### **Литература для педагога**

1. Архипов Е.М., Седов А.В. «Велосипедный спорт».
2. Руководство по эксплуатации и сборке велосипеда.
3. Руководство пользователя велосипедом для туризма и скоростной езды.
4. Прокопюк Е.А. канд. пед. наук. Применение гипоксической тренировки для повышения общей и специальной работоспособности велосипедистов - шоссейников: Автореф. ФиС Смоленск, 2001 г.-22 стр.