

**Министерство труда и социальной защиты Саратовской области
Государственное автономное учреждение Саратовской области
«Центр адаптации и реабилитации инвалидов»**



«Утверждаю»

Директор ГАУ СО ЦАРИ

2022г.

**Программа обучения, совершенствования и
коррекции имеющихся навыков управления
автомобилем категории «В» с помощью
автотренажёра «Forward.VR».**

**Для людей трудоспособного возраста
с ограниченными возможностями здоровья
от 18 до 60 лет**

Саратов-2022г.

Структура образовательной программы

- 1.Цель.
- 2.Планируемые результаты обучения.
- 3.Учебный план.
- 4.Календарный учебный график.
- 5.Актуальность учебной программы для целевой аудитории.
- 6.Форма аттестации.
- 7.Список рекомендуемой литературы.

Цель программы – создать условия людям с ограниченными возможностями здоровья для первоначального обучения, коррекции и совершенствования имеющихся навыков вождения автомобилем категории «В» с помощью автотренажёра «Forward.VR».

Сформировать устойчивый навык безопасного вождения в различных дорожных и погодных условиях, который поможет уверенно передвигаться с помощью автомобиля.

Социализировать людей с ограниченными возможностями здоровья через самостоятельное передвижение с помощью автотранспорта.

Задачи курса:

- 1.Ознокомление с основными органами управления автомобиля: рулевой колонкой, педалями, рычагами переключения передач и стояночного тормоза, и т.д.
2. Имитация приемов трогания с места с различных позиций, руления, поворотов, торможения различными способами, движение задним ходом.
3. Выработка моторных навыков управления процессами типичных легковых автомобилей.
4. Имитация разгонных характеристик, изменения скорости движения в диапазоне скоростей реальной машины, времени движения по инерции, времени скатывания на подъёмах и спусках, торможение, имитацию поворотов в зависимости от действий обучаемого, характеристик грунта и профиля синтезируемой местности.
5. Изучение общих принципов управления транспортным средством при различных погодных условиях и разном времени суток.
6. Отработка движений по замкнутому испытательному маршруту автодрома с последовательным прохождением контрольных упражнений.
7. Отработка движений произвольно по улицам и дворам виртуального города.

8. Формирование умения применять знания о правилах дорожного движения и технике безопасности.

Планируемые результаты обучения

К концу курса реабилитации, обучающиеся должны уметь:

- Знать общие закономерности управления контрольно-измерительными приборами автомобиля, осуществлять правильную посадку в транспортное средство, регулировать положение сидения.
- Освоение техники работы с педалями автомобиля.
- Освоение техники вращения руля разными способами.
- Освоение навыков маневрирования транспортным средством.
- Освоение техники переключения передач в восходящем и нисходящем порядке.
- Маневрирование в ограниченном пространстве. Совершение маневра по заданной траектории.
- Разворот в ограниченном пространстве. Совершение маневра разворота по предложенной траектории.
- Проезд регулируемого перекрестка в указанном направлении согласно требованиям ПДД и сигналам светофора.
- Движение и маневрирование задним ходом, въезд в бокс задним ходом.
- Парковка транспортного средства и выезд с парковочного места.
- Остановка и начало движения на подъёме.
- Выезд на улицы города и движение в транспортном потоке.

Учебно-тематический план

№	Темы обучающей программы	Содержание	Теория	Практика
1.	Общие закономерности управления контрольно-измерительными приборами автомобиля	Выработка базовых моторных навыков управления типичным транспортным средством категории "В".	0,5 часа	1 час
2.	Освоение техники работы с педалями автомобиля	Посадка в транспортное средство и работа с		0,5ч.

		ножными педалями.		
3.	Освоение техники вращения руля разными способами	Освоение трёх основных приёмов руления.		1ч.
4.	Освоение навыков маневрирования транспортным средством.	Отработка правильного применения руления транспортным средством.		1ч.
5.	Освоение техники переключения передач в восходящем и нисходящем порядке.	Отработка на практике техники переключения передач в восходящем и нисходящем порядке.		1ч.
6	Маневрирование в ограниченном пространстве. Совершение маневра по заданной траектории.	Практическая отработка различного вида маневрирования		1ч.
7	Разворот в ограниченном пространстве. Совершение маневра разворота по предложенной траектории.	Практическая отработка разворотов транспортного средства		1ч.
8	Проезд регулируемого перекрестка в указанном направлении согласно требованиям ПДД и сигналам светофора.	Практическая наработка навыка проезда регулируемого перекрестка		1ч.
9	Движение и маневрирование	Практическая наработка		1ч.

	задним ходом, въезд в бокс задним ходом.	навыка движения и маневрирования задним ходом.		
10	Парковка транспортного средства и выезд с парковочного места	Освоение техники парковки автомобиля		1ч
11	Остановка и начало движения на подъёме.	Отработка навыка остановки транспортного средства на наклонном участке дороги и фиксирования его в неподвижном положении.		1ч.
12	Выезд на улицы города и движение в транспортном потоке.	Отработка навыков движения по городу по разным маршрутам .		1ч.
Итого:				12ч.

Календарный учебный график

Программа курса первоначального обучения, коррекции и совершенствования имеющихся навыков вождения автомобилем категории «В» с помощью автотренажёра «Forward.VR» предназначена для людей с ограниченными возможностями здоровья. Курс рассчитан на 12 часов. Занятия проводятся с одной группой 2 раза в неделю по 2 часа, в течение курса реабилитации (21 день) проводится 6 занятий.

Учебные темы предмета	Количество часов		Номер занятия						
	всего	из них	1	2	3	4	5	6	
Учебные предметы базового цикла									
Общие закономерности управления контрольно-измерительными приборами автомобиля Освоение техники работы с педалями автомобиля	2	теор.	0,5	0,5					
		практ.	1,5	1,5					
Освоение техники вращения руля разными способами Освоение навыков маневрирования транспортным средством.	2	теор.							
		практ.	2		2				
Освоение техники переключения передач в восходящем и нисходящем порядке. Маневрирование в ограниченном пространстве. Совершение маневра по заданной траектории.	2	теор.							
		практ.	2			2			
Разворот в ограниченном пространстве. Совершение маневра разворота по предложенной траектории. Проезд регулируемого перекрестка в	2	теор.							
		практ.	2				2		

указанном направлении согласно требованиям ПДД и сигналам светофора.									
Движение и маневрирование задним ходом, въезд в бокс задним ходом. Парковка транспортного средства и выезд с парковочного места	2	теор.							
Остановка и начало движения на подъёме. Выезд на улицы города и движение в транспортном потоке.	2	теор.							
		практ.	2				2		
ИТОГО		12	2	2	2	2	2	2	2

Актуальность программы учебного курса по первоначальному обучению, коррекции и совершенствованию имеющихся навыков вождения автомобилем категории «В» с помощью автотренажёра «Forward.VR» .

Существенная проблема многих людей с ограниченными физическими возможностями - это нарушение их связи с миром, бедность социальных контактов, ограниченная возможность приобщаться к культурным ценностям, получать необходимое образование и работу. Отсутствие жизненно необходимой мобильности затрудняет их социализацию. Существенно помочь в решении этой проблемы может имеющийся в распоряжении таких людей специально оборудованный автомобиль, которым они могут самостоятельно управлять.

Для людей с ограниченными возможностями здоровья автомобиль становится системой жизнеобеспечения, «связующей ниточкой» со всем обществом. Но в тоже время, при неправильной эксплуатации, автомобиль - это источник повышенной опасности, поэтому особое место должно уделяться вопросам активной безопасности за рулем, повышению качества подготовки водителей транспортных средств.

Люди, желающие управлять транспортным средством, могут быть с различными локомоторными проблемами - с нарушенной иннервацией конечностей или без левой-правой кистей рук, без одной или обеих ног и т. д. Если обучение вождению такого человека происходит с «нуля», то нужно говорить о развитии навыка вождения. Если же человек до травматичного случая умел управлять транспортным средством, то нужно говорить о восстановлении навыка вождения. С точки зрения психофизиологии проще развивать навыки, то есть обучать человека с самого начала. С позиции физиологии, нервные связи у них будут формироваться не на много дольше, чем у начинающих водителей с нормальным здоровьем. У людей с ограниченными физическими возможностями здоровья, обучающихся с «нуля», как правило, будет развиваться повышенное чувство ответственности за свое поведение на дороге, так как они сразу будут проходить обучение с поправкой на свое состояние.

Восстановление навыка вождения - для психики чуть более сложный процесс, чем развитие. Это связано с тем, что у абсолютного большинства уже сформировавшихся водителей есть понимание, что такое «правильно водить автомобиль». Садясь за руль после травмы, им придется преодолеть трудности психологической адаптации, а также физиологическую перестройку нервных связей на уровне спинного и головного мозга. Оба процесса достаточно энергоемки, и потребуют дополнительного времени.

Для отработки практических навыков вождения в учебной аудитории, используется автотренажер. Автотренажер предназначен для автошкол, осуществляющих подготовку водителей транспортных средств категории "В" с ограниченными возможностями. Автотренажер отвечает требованиям "Примерной программы подготовки водителей транспортных средств категории "В"", разработан в соответствии с нормами противопожарной, электрической и санитарно-гигиенической безопасности.

Таким образом, в результате использования подобных тренажеров у водителей-инвалидов появляется возможность предварительной подготовки к управлению транспортным средством в максимально безопасных и приближенных к реальности условиях. Автотренажер даёт возможность обучаемому приспособиться к управлению транспортным средством, освоить навыки вождения и подготовиться к занятиям на реальном автомобиле, как в физическом, так и в психологическом плане. Тренажёр позволяет не только осуществить подготовку водителей-инвалидов впервые сающихся за руль, но и подходит для переобучения водителей имевших водительское удостоверение до получения инвалидности.

Психологические задачи программы направлены на формирование мотивации к включению в социальную и профессиональную деятельность, создание

психологического комфорта с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся с ограниченными физическими возможностями.

По окончании курса у таких людей с ограниченными возможностями здоровья должны сформироваться навыки управления автомобилем в условиях мегаполиса, произойти активизация процесса формирования активной жизненной позиции.

Формы аттестации

Так как, программа рассчитана на людей с ограничением здоровья, то аттестация полученных знаний и практических умений проходит в форме итогового практического занятия. Главный акцент в реализации данной программы сделан на социальную реабилитацию людей с ограниченными возможностями здоровья.

Список рекомендованной литературы:

1. А.Д.Прозоров Практические советы автомобилисту / А.Д.Прозоров. - М.: АСТ, Сова, 2017. - 255 с.
2. Автомобиль. Описательный курс. - М.: Государственное научно-техническое издательство машиностроительной и судостроительной литературы, 2017. - 576 с.
3. Барбакадзе, Андрей Книга-тренажер. Как научиться водить автомобиль (+ CD-ROM) / Андрей Барбакадзе. - М.: АСТ, 2015. - 176 с.
4. Ваганов, В. И. Езжу без аварий / В.И. Ваганов, А.А. Пинт. - М.: Патриот, 2015. - 192 с.
5. Гейко, Юрий. Как за рулем выжить, и удовольствие получить / Юрий Гейко. - М.: Комсомольская правда, 2016. - 144 с.
6. Гладкий, Алексей Самоучитель безопасного вождения / Алексей Гладкий. - М.: БХВ-Петербург, 2016. - 701 с.
7. Горбачев, М. Г. Безопасное вождение современного автомобиля / М.Г. Горбачев. - М.: Рипол Классик, 2017. - 256 с.
8. Громаковский, А.А. 3 в 1. Все, что нужно для сдачи экзамена в ГИБДД: ПДД, билеты, вождение (с изменениями на 2015 год) / А.А. Громаковский. - М.: Эксмо, 2015. - 272 с.
9. Колотыгин, Ю.Л. Твой автодруг (малая энциклопедия автолюбителя). Выпуск 2 / Ю.Л. Колотыгин. - М.: Твой Автодруг, 2017. - 205 с.
10. Куперман, А. И. Безопасное управление автомобилем / А.И. Куперман. -

- М.: Транспорт, 2017. - 160 с.
11. Лобков, С. Дорога полна неожиданностей / С. Лобков. - М.: Лениздат, 2017. - 120 с.
 12. Милушкин, А. А. Справочник водителя автомобиля / А.А. Милушкин, В.А. Черняйкин. - М.: Транспорт, 2016. - 240 с.
 13. Назаров, Г. Самоучитель по вождению автомобиля / Г. Назаров. - М.: Феникс, 2016. - 241 с.
 14. Осокина, Алла Библия автомобилистки / Алла Осокина. - М.: АСТ, Сова, Харвест, 2017. - 384 с.
 15. Плотников, Ю. В. Учитесь управлять автомобилем / Ю.В. Плотников. - М.: Транспорт, 2015. - 144 с.
 16. Полезные советы автолюбителю. - М.: Родина, 2016. - 704 с.
 17. Фейгин, З. И. Справочник автолюбителя / З.И. Фейгин, Р.П. Гнатюк-Данильчук. - М.: Ураджай, 2017. - 256 с.