Утверждаю Директор НОЧУ ДПО «Автошкола «ЮМАКС»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.В.Демаков 15.05.2019г

Описание упражнений Велошколы ЮМАКС для детей и молодежи не старше 18 лет.

Мероприятие Велофест

1. Тест по ПДД – Учитывается время.
Штраф:
- За каждую ошибку добавляется 5 сек к общему времени.
2. Змейка (8 метров, 9 конусов) – Учитывается время.
Штраф:
- Зацепил или сбил конус +10 секунд штрафного времени;
- Поставил ногу на землю, при выполнении упражнения + 5 секунд штрафного времени.
3. Разгон – торможение (20 метров, 4 конуса) – Учитывается время.
Штраф:
- Зацепил или сбил конус +10 секунд штрафного времени;
- Поставил ногу на землю, при выполнении упражнения + 5 секунд штрафного времени.
4. Восьмерка (16 конусов) – Учитывается время.
Штраф:
- Зацепил или сбил конус +10 секунд штрафного времени;
- Поставил ногу на землю, при выполнении упражнения + 5 секунд штрафного времени.
5. Циркуль (конус, 2 стойки, веревка) – Учитывается время. Одной рукой надо удержать стойку и на велосипеде нарисовать окружность.
Штраф:
- Зацепил или сбил конус +10 секунд штрафного времени;
- Поставил ногу на землю, при выполнении упражнения + 5 секунд штрафного времени;
- Уронил стойку + 5 секунд штрафного времени.
6. Футбол (10метров, 4 конуса, мяч) – Учитывается время. Три попытки. За каждый забитый гол минус 10 секунд от общего времени.
Штраф:
- Зацепил или сбил конус +10 секунд штрафного времени;
- Поставил ногу на землю, при выполнении упражнения + 5 секунд штрафного времени;
- Зацепил мяч ногой + 5 секунд штрафного времени.
7. Переставки (8 конусов, 5 метров) – Учитывается время.
Штраф:
- Зацепил или сбил конус +10 секунд штрафного времени;
- Поставил ногу на землю, при выполнении упражнения + 5 секунд штрафного времени.
8. Перескок (одна стойка). За каждый перескок передним колесом минус 5 секунд от общего времени всего заезда. Упражнение длится до первого касания ногой земли.
9. Удержание на месте (6 конусов, 6 метров) Необходимо разогнаться и остановиться и удержать велосипед на месте, не касаясь земли ногами. За каждую секунду удержания вычитается секунда из общего времени всего заезда.
10. Стойка на заднем колесе. За каждую секунду стойки на заднем колесе вычитается секунда из общего времени.
11. Стойка на переднем колесе. За каждую секунду стойки на переднем колесе вычитается секунда из общего времени.

Номинации:

ВелоMan

ВелоWoman

ВелоKinder

Тест по ПДД

1. **Велосипед это**…

**А.** Двух – или трехколесное механическое транспортное средство, максимальная конструктивная скорость которого не превышает 50 км/ч

**Б.** Устройство, предназначенное для движения по тротуарам

**В.** Транспортное средство, кроме инвалидных колясок, которое имеет по крайней мере два колеса и приводится в движение как правило мускульной энергией лиц, находящихся на этом транспортном средстве, в частности при помощи педалей или рукояток, и может также иметь электродвигатель номинальной максимальной мощностью в режиме длительной нагрузки, не превышающей 0,25 кВт, автоматически отключающийся на скорости более 25 км/ч.

1. **Велосипедная дорожка это …**

**А.** Конструктивно отделенный от проезжей части и тротуара элемент дороги (либо отдельная дорога), предназначенный для движения велосипедистов и обозначенный знаком 4.4.1.

 

**Б**.  Конструктивно отделенный от проезжей части элемент дороги (либо отдельная дорога), предназначенный для раздельного или совместного с пешеходами движения велосипедистов и обозначенный знаками 4.5.2 - 4.5.7.



**В**.  Полоса проезжей части, предназначенная для движения на велосипедах и мопедах, отделенная от остальной проезжей части горизонтальной разметкой и обозначенная знаком 5.14.2.

  

1. **Пешеходная и велосипедная дорожка (велопешеходная дорожка) это …**

**А**. Конструктивно отделенный от проезжей части и тротуара элемент дороги (либо отдельная дорога), предназначенный для движения велосипедистов и обозначенный знаком 4.4.1.

 

**Б**.  Конструктивно отделенный от проезжей части элемент дороги (либо отдельная дорога), предназначенный для раздельного или совместного с пешеходами движения велосипедистов и обозначенный знаками 4.5.2 - 4.5.7.



**В**.  Полоса проезжей части, предназначенная для движения на велосипедах и мопедах, отделенная от остальной проезжей части горизонтальной разметкой и обозначенная знаком 5.14.2.

  

1. **Полоса для велосипедистов это…**

**А**. Конструктивно отделенный от проезжей части и тротуара элемент дороги (либо отдельная дорога), предназначенный для движения велосипедистов и обозначенный знаком 4.4.1.

 

**Б**.  Конструктивно отделенный от проезжей части элемент дороги (либо отдельная дорога), предназначенный для раздельного или совместного с пешеходами движения велосипедистов и обозначенный знаками 4.5.2 - 4.5.7.

 

**В**.  Полоса проезжей части, предназначенная для движения на велосипедах и мопедах, отделенная от остальной проезжей части горизонтальной разметкой и обозначенная знаком 5.14.2.

  

1. **Где должно осуществляться движение велосипедистов в возрасте младше 7 лет?**

**А**. Только по тротуарам

**Б**. По пешеходным и велопешеходным дорожкам (на стороне для движения пешеходов)

**В**. Только по тротуарам, по пешеходным и велопешеходным дорожкам (на стороне для движения пешеходов), а также в пределах пешеходных зон.

1. **Где должно осуществляться движение велосипедистов в возрасте 7-14 лет?**

**А**. Только по тротуарам, по пешеходным, велосипедным и велопешеходным дорожкам, а также в пределах пешеходных зон.

**Б**. По пешеходным, велосипедным и велопешеходным дорожкам

**В**. Только по тротуарам

1. **При каких условиях велосипедист старше 14 лет должен двигаться по правому краю проезжей части?**

**А**. Во всех перечисленных случаях

**Б**. Габаритная ширина велосипеда, прицепа к нему либо перевозимого груза превышает 1 м

**В**. Движение велосипедистов осуществляется в колоннах

**Г**. Отсутствуют велосипедная и велопешеходная дорожки, полоса для велосипедистов либо отсутствует возможность двигаться по ним

1. **Разрешено ли велосипедисту старше 14 лет двигаться по обочине?**

**А**. Разрешено

**Б**. Запрещено

**В**. Разрешено, но в случае, если отсутствуют велосипедная и велопешеходная дорожки, полоса для велосипедистов либо отсутствует возможность двигаться по ним или по правому краю проезжей части и - габаритная ширина велосипеда, прицепа к нему либо перевозимого груза превышает 1 м

1. **Разрешено ли велосипедисту старше 14 лет двигаться по тротуару?**

**А**. Разрешено при отсутствии велосипедной и велопешеходной дорожки, полосы для велосипедистов

**Б**. Возможны оба варианта

**В**. Разрешено при отсутствии возможности двигаться по велосипедной, велопешеходной дорожки, по полосе для велосипедистов, по правому краю проезжей части или обочине

1. **Если велосипедист сопровождает велосипедиста в возрасте до 7 лет имеет ли он право двигаться по тротуару?**

**А**. Да

**Б**. Нет

1. **Какие условия предъявляются к колонне велосипедистов?**

**А**. Колонна велосипедистов должна быть разделена на группы по 10 велосипедистов в случае однорядного движения либо на группы по 10 пар в случае двухрядного движения

**Б** Оба варианта

**В**. Для облегчения обгона расстояние между группами должно составлять 80 - 100 м.

1. **Если движение велосипедиста по тротуару, пешеходной дорожке, обочине или в пределах пешеходных зон подвергает опасности или создает помехи для движения иных лиц, велосипедист должен?**

**А**. Спешиться и руководствоваться требованиями, предусмотренными настоящими Правилами для движения пешеходов.

**Б**. Продолжить дальнейшее движение более аккуратно

1. **Водителю велосипеда запрещается?**

**А**. Управлять велосипедом не держась за руль хотя бы одной рукой

**Б**. Перевозить груз, который выступает более чем на 0,5 м по длине или ширине за габариты, или груз, мешающий управлению

**В**. Оба варианта

1. **Разрешается ли велосипедисту перевозить пассажиров?**

**А**. Разрешается, если это предусмотрено конструкцией транспортного средства

**Б**. Запрещается

1. **Водителю велосипеда запрещается?**

**А**. Поворачивать налево

**Б**. Разворачиваться на дорогах с трамвайным движением и на дорогах, имеющих более одной полосы для движения в данном направлении

**В**. Поворачивать налево и разворачиваться на дорогах с трамвайным движением и на дорогах, имеющих более одной полосы для движения в данном направлении

1. **Разрешается ли велосипедисту пересекать дорогу по пешеходным переходам?**

**А**. Разрешается

**Б**. Запрещается

1. **Разрешается ли буксировка велосипедов и велосипедами?**

**А**. Разрешается

**Б**. Запрещается

**В.** Запрещается, кроме буксировки прицепа, предназначенного для эксплуатации с велосипедом

1. **Разрешается ли управлять велосипедом в состоянии алкогольного опьянения?**

**А**. Разрешается

**Б**. Запрещается

1. **Разрешается ли движение велосипеда по автомагистралям?**

**А**. Разрешается

**Б**. Запрещается

1. **Обязан ли велосипедист иметь при себе водительское удостоверение категории М?**

**А**. Обязан

**Б**. Не обязан

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Фамилия | Имя | Отчество |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **11** | **12** | **13** | **14** | **15** | **16** | **17** | **18** | **19** | **20** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Фамилия | Имя | Отчество |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **11** | **12** | **13** | **14** | **15** | **16** | **17** | **18** | **19** | **20** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Фамилия | Имя | Отчество |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **11** | **12** | **13** | **14** | **15** | **16** | **17** | **18** | **19** | **20** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Фамилия | Имя | Отчество |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **11** | **12** | **13** | **14** | **15** | **16** | **17** | **18** | **19** | **20** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Фамилия | Имя | Отчество |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **11** | **12** | **13** | **14** | **15** | **16** | **17** | **18** | **19** | **20** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Фамилия | Имя | Отчество |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **11** | **12** | **13** | **14** | **15** | **16** | **17** | **18** | **19** | **20** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Фамилия | Имя | Отчество |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **11** | **12** | **13** | **14** | **15** | **16** | **17** | **18** | **19** | **20** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Фамилия | Имя | Отчество |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **11** | **12** | **13** | **14** | **15** | **16** | **17** | **18** | **19** | **20** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Фамилия | Имя | Отчество |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **11** | **12** | **13** | **14** | **15** | **16** | **17** | **18** | **19** | **20** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Лист регистрации участников ВЕЛОШКОЛЫ

Добровольное согласие.
Ответственность за жизнь и здоровье велосипедиста, во время выполнения задания возлагается на самого велосипедиста, в случае, когда юный велосипедист находится в сопровождении взрослых, то ответственность возлагается на родителей (сопровождающих).

Каждый велосипедист выполняет только ту часть практического задания, которую он сможет выполнить.

В случае отказа подписать добровольное согласие, велосипедист допускается только до 1 го этапа.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Фамилия | Имя | Отчество | Пол | Возраст | Ознакомленподпись |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

ПРОТОКОЛ

1 этапа ПДД

Штраф
- За каждую ошибку добавляется 5 сек к общему времени

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Фамилия | Имя | Отчество |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
| **В** | **А** | **Б** | **А** | **В** | **А** | **А** | **В** | **Б** | **А** |
| **11** | **12** | **13** | **14** | **15** | **16** | **17** | **18** | **19** | **20** |
| **Б** | **А** | **В** | **А** | **В** | **Б** | **В** | **Б** | **Б** | **Б** |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Количество ошибок | Затраченное время | Штрафное время | Общее время  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

ПРОТОКОЛ

2 этапа Змейка

Змейка (8 метров, 9 конусов) – Учитывается время

Штраф:
- Зацепил или сбил конус +10 секунд штрафного времени;
- Поставил ногу на землю, при выполнении упражнения + 5 секунд штрафного времени.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Зацепил или сбил конус | Касание земли | Затраченное время | Штрафное время | Общее время  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |

ПРОТОКОЛ

3 этапа Разгон - торможение

Разгон – торможение (20 метров, 4 конуса) – Учитывается время.

Штраф:
- Зацепил или сбил конус +10 секунд штрафного времени;
- Поставил ногу на землю, при выполнении упражнения + 5 секунд штрафного времени.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Зацепил или сбил конус | Касание земли | Затраченное время | Штрафное время | Общее время  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |

ПРОТОКОЛ

4 этапа Восьмерка

Восьмерка (16 конусов) – Учитывается время.

Штраф:
- Зацепил или сбил конус +10 секунд штрафного времени;
- Поставил ногу на землю, при выполнении упражнения + 5 секунд штрафного времени.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Зацепил или сбил конус | Касание земли | Затраченное время | Штрафное время | Общее время  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |

ПРОТОКОЛ

5 этапа Циркуль

Циркуль (конус, 2 стойки, веревка) – Учитывается время. Одной рукой надо удержать стойку и на велосипеде нарисовать окружность.

Штраф:
- Зацепил или сбил конус +10 секунд штрафного времени;
- Поставил ногу на землю, при выполнении упражнения + 5 секунд штрафного времени;
- Уронил стойку + 5 секунд штрафного времени.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Зацепил или сбил конус | Касание земли | Уронил стойку | Затраченное время | Штрафное время | Общее время  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

ПРОТОКОЛ

6 этапа Футбол

Футбол (10метров, 4 конуса, мяч) – Учитывается время. Три попытки. За каждый забитый гол минус 10 секунд от общего времени.

Штраф:
- Зацепил или сбил конус +10 секунд штрафного времени;
- Поставил ногу на землю, при выполнении упражнения + 5 секунд штрафного времени;
- Зацепил мяч ногой + 5 секунд штрафного времени.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Зацепил или сбил конус | Касание земли | Зацепил мяч ногой | Затраченное время | Забил гол | Штрафное время | Общее время  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

ПРОТОКОЛ

7 этапа Переставки

Переставки (8 конусов, 5 метров) – Учитывается время.

Штраф:
- Зацепил или сбил конус +10 секунд штрафного времени;
- Поставил ногу на землю, при выполнении упражнения + 5 секунд штрафного времени.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Зацепил или сбил конус | Касание земли | Затраченное время | Штрафное время | Общее время  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |

ПРОТОКОЛ

8 этапа Перескок

Перескок (одна стойка). За каждый перескок передним колесом минус 5 секунд от общего времени всего заезда. Упражнение длится до первого касания ногой земли.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Количество перескоков | Затраченное время | Общее время  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

ПРОТОКОЛ

9 этапа Удержание на месте

Удержание на месте (6 конусов, 6 метров) Необходимо разогнаться и остановиться и удержать велосипед на месте, не касаясь земли ногами. За каждую секунду удержания вычитается секунда из общего времени заезда. Упражнение длится до первого касания ногой земли

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Затраченное время | № п/п | Затраченное время |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

ПРОТОКОЛ

10 этапа стойка на заднем колесе

Стойка на заднем колесе. За каждую секунду стойки на заднем колесе вычитается секунда из общего времени.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Затраченное время | № п/п | Затраченное время |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

ПРОТОКОЛ

11 этапа Стойка на переднем колесе

Стойка на переднем колесе. За каждую секунду стойки на переднем колесе вычитается секунда из общего времени.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Затраченное время | № п/п | Затраченное время |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

Протокол ВЕЛОШКОЛА

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **ФИО** | **ПДД** | **Змейка** | **Разгон – торможение** | **Восьмерка** | **Циркуль** | **Футбол** | **Переставки** | **Перескок** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Главный судья \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(А.Б. Белоусов)

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **ФИО** | **Удержание** | **Стойка на заднем колесе** | **Стойка на переднем колесе** | **Общее время заезда** | **Место** |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

Главный судья \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(А.Б. Белоусов)

|  |  |
| --- | --- |
| № п/п | Отметка о прохождении этапов (по завершению вернуть в судейскую машину) |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| № п/п | Отметка о прохождении этапов (по завершению вернуть в судейскую машину) |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| № п/п | Отметка о прохождении этапов (по завершению вернуть в судейскую машину) |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| № п/п | Отметка о прохождении этапов (по завершению вернуть в судейскую машину) |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| № п/п | Отметка о прохождении этапов (по завершению вернуть в судейскую машину) |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| № п/п | Отметка о прохождении этапов (по завершению вернуть в судейскую машину) |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |