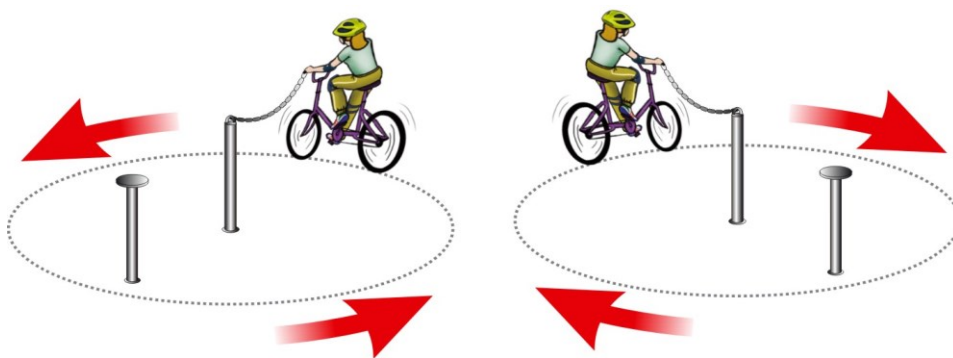


**Размеры элементов (препятствий),
используемых на станции «Фигурное вождение велосипеда»,
и таблицы штрафных баллов**

Препятствие 1 «Круг»

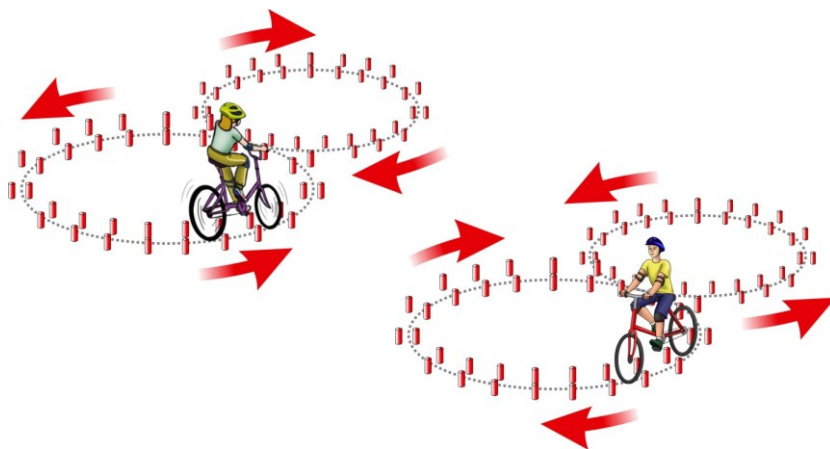
Центральная и крайняя стойки высотой от 1 до 1,5 м. на тяжелом основании. Наверху крайней стойки находится квадратная магнитная (магнит слабый) площадка размером 12 см. К верхней части центральной стойки прикрепляется один конец цепи (легкой, можно пластмассовой). В торец палочки (жезла) крепится второй конец цепи. На жезле с двух сторон прикреплены магнитные площадки шириной 2,5 см и длиной 7 см, ближе к концу крепления с цепочкой. Радиус круга – 2 м. Длина цепи – 2,5 м. Длина жезла – 25 см. Диаметр жезла – 2,5 см.



<p>«Круг». Участник подъезжает к крайней стойке, берет жезл с прикрепленной цепочкой в правую или левую руку, проезжает круг по часовой или против часовой стрелки и кладет жезл на площадку крайней стойки.</p>	Не взята цепочка	3
	Бросание цепочки	3
	Касание цепочкой поверхности площадки (каждое касание)	1
	Смещение опоры	1
	Касание велосипеда рукой, держащей цепочку	2
	Опрокидывание стойки	2

Препятствие 2 «Восьмерка» или «Круг от восьмерки»

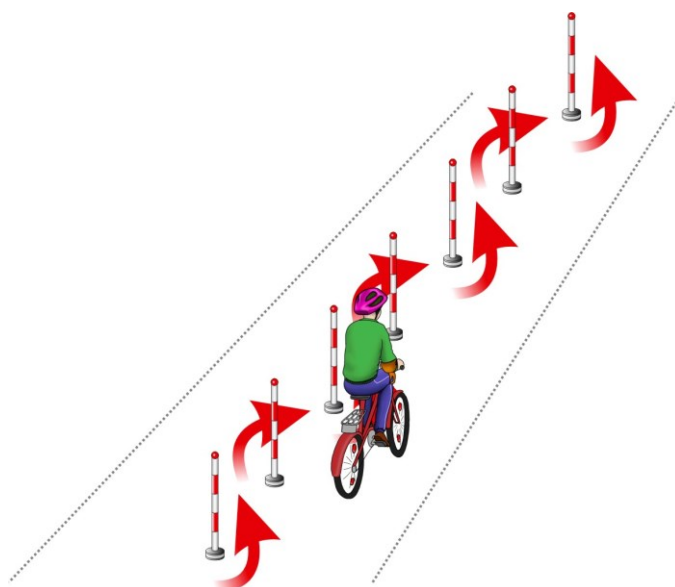
Используются фишки (кегли) высотой до 25 см. и диаметром до 7 см. Фишки (кегли) выставляются в виде двух соприкасающихся кругов. Малый круг: внешний радиус от 2,5 до 3,5 м, внутренний радиус от 2 до 3,0 м. Большой круг: внешний радиус от 3 до 4 м, внутренний радиус – от 2,5 до 3,5 м. Расстояние между фишками не более 50 см.



<p>«Восьмерка» или «круг от восьмерки». Участник проезжает препятствие по коридору, образованному фишками (кеглями), которые расположены по линиям малого и большого кругов. Заезд в препятствие с любой стороны.</p>	Падение 1 фишки (кегли) (каждой)	1
	Выезд за пределы препятствия (за каждую непройденную фишку (кеглю))	1
	Выезд за пределы препятствия (за пропущенные 10 и более фишек (кеглей))	10
	Падение 10 и более фишек (кеглей)	10

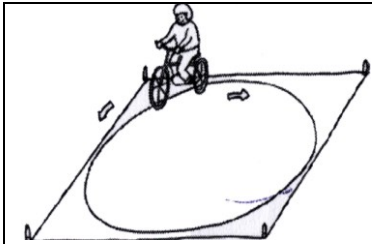
Препятствие 3 «Слалом»

Используются стойки на основании. Основание – утяжеленный цилиндр диаметром 15 см и высотой 10 см. К центру основания крепится полая металлическая или пластиковая трубка. Общая высота стойки от 1,3 до 1,7 м. Расстояние между первой и второй стойками 1,3 м. Каждое следующее расстояние между стойками уменьшается на 5 см. Всего в препятствии используется не более 7 стоек. Ограничительная линия проходит по всей длине препятствия на расстоянии 1 м слева и справа от стоек.



«Слалом». Участник проезжает между стойками, поочередно огибая каждую с правой или левой стороны и стараясь не задеть их.	Смещение или касание стойки	1
	Падение стойки	2
	Пропуск стойки	3
	Выезд за пределы трассы	3

Препятствие 4 «Езда по квадрату»

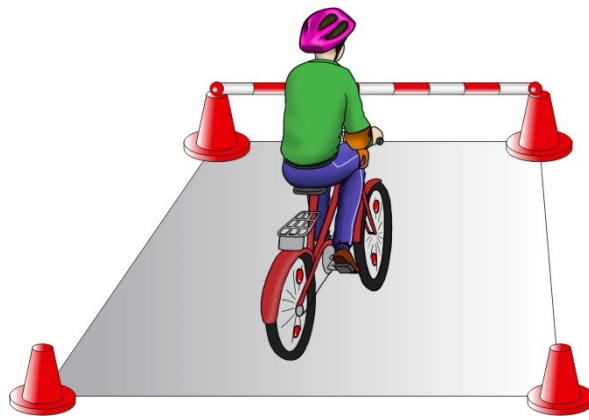


Используются четыре конуса по четырем углам квадрата и еще один для обозначения въездных ворот. На все конусы ставится 4 планки (полые алюминиевые трубки), три трубки, равные по длине стороне квадрата, одна трубка на 1,25 м короче. В результате образуется квадрат с въездными воротами. Каждая сторона 2,2 м. Ширина «въездных ворот» - 1,25 м.

Содержание ошибки	Штрафные баллы
Выезд за пределы трассы (каждый выезд)	3
Касание или сдвиг граничных конусов, смещение планок (каждое нарушение)	2
Касание ногой поверхности площадки при выполнении препятствия (каждое нарушение)	2

Препятствие 5 «Прицельное торможение»

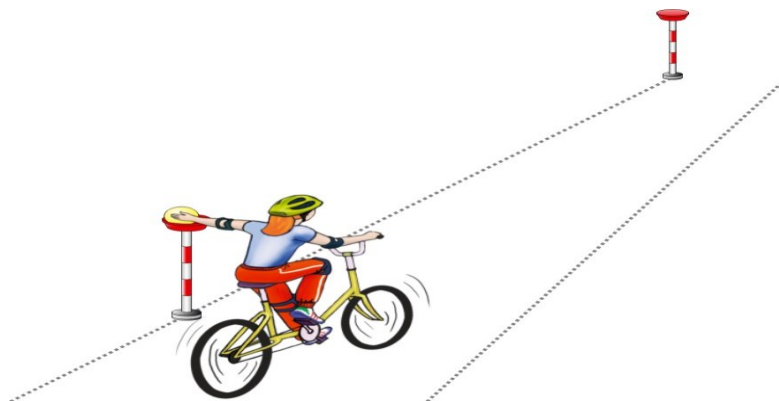
Длина коридора на 5 см больше велосипеда, предоставляемого организаторами. Ширина коридора 80 см. Контур очерчивается линиями. По углам элемента устанавливаются конусы. Высота конуса до 40 см, радиус основания до 25 см. На верхнюю часть выездных конусов кладется планка (полая металлическая или пластиковая трубка) длиной 1 м.



«Прицельное торможение». Участник, заезжая в коридор, должен произвести торможение велосипеда, максимально приблизив переднее колесо к планке, но не сбив ее.	Нога или ноги находятся за пределами ограждения	1
	Велосипед находится за пределами ограждения	2
	Падение планки	3

Препятствие 6 «Перенос предмета»

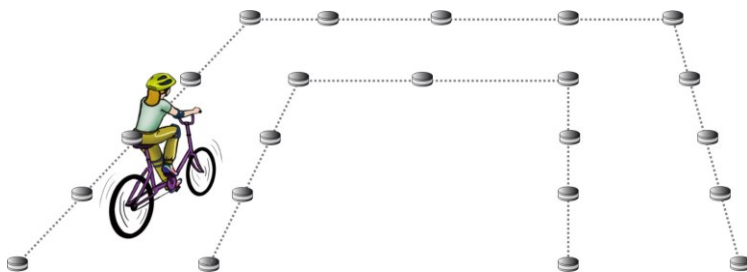
Используются две стойки, которые состоят из тяжелого основания, полый пластиковой трубы, с прикрепленными на их верхней части чашами. Высота стоек 1,2 м. Переносимый предмет – теннисный мяч или шар. Расстояние между стойками не менее 3 м.



«Перенос предмета». Участник подъезжает к стойке, в чаше которой находится предмет. Берет предмет в правую руку и, держа его в руке, доезжает до следующей стойки, в чашу которой кладет предмет.	Проезд мимо стойки с предметом	3
	Падение предмета с конечной стойки (предмет не положен в чашу стойки)	3
	Падение предмета во время движения	2
	Падение стойки	2
	Касание велосипеда рукой, держащей предмет	2
	Выезд за пределы трассы	1

Препятствие 7 «Кривая дорожка»

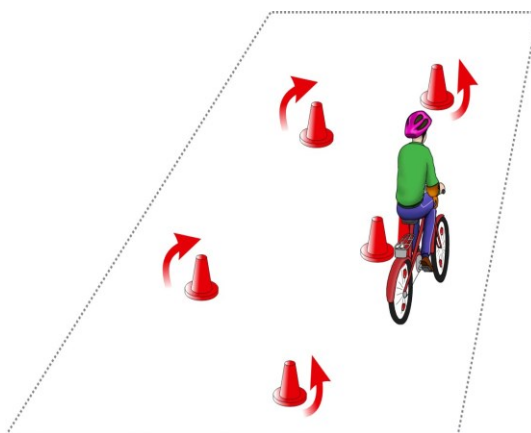
Используются фишки диаметром до 7 см и высотой 12 см. Необходимо не менее 20 фишек, которые устанавливаются, образуя габаритную букву «П». Расстояние между фишками 70 см, ширина габаритного коридора 70 см. Длина верхней перекладины, образованной габаритной буквой «П», 340 см. Расстояние между 1 и 2 фишками верхней перекладины 70 см, между 2,3 и 3, 4 – 100 см.



«Кривая дорожка». Участник проезжает по дорожке из фишек, стараясь их не коснуться.	Падение фишки (за каждую)	1
	Сдвиг фишки (за каждую)	1
	Выезд за пределы габаритов препятствия (каждый)	2

Препятствие 8 «Узор из конусов»

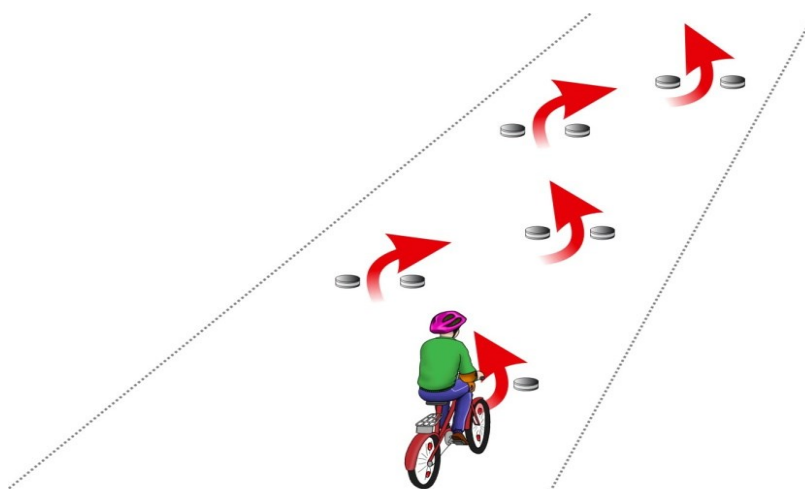
Используются дорожные конусы в количестве 5 штук, которые устанавливаются на площадке длиной 5,5 м и шириной 3 м. Расстояние между конусами и ограничительными линиями – 80 см. Расстояние от 1 до 2 конуса – 1,15 м, от 1 до 3 конуса – 2,3 м.



«Узор из конусов». Участник проезжает между всеми конусами по порядку, стараясь их не задеть и не выехать за габариты площадки.	Сдвиг конуса (за каждый)	1
	Падение конуса (за каждый)	2
	Пропуск конуса	2
	Выезд за пределы габаритов препятствия (за каждый)	2

Препятствие 9 «Змейка»

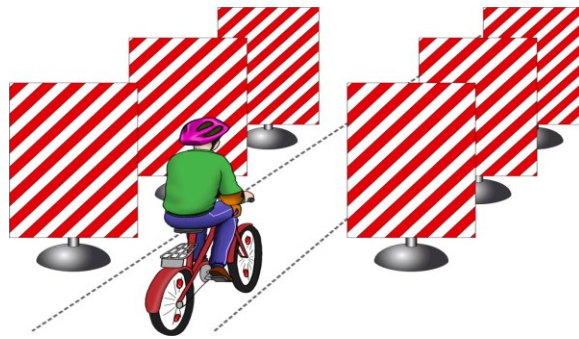
Используются фишки диаметром до 7 см и высотой 2,5 см. Необходимо не менее 10 фишек. Расстояние между фишками – 15 см. Длина «змейки» не менее 6 м. Расстояние между парами фишек – 50 см. Расстояние от первой пары фишек до второй – 1,5 м. Расстояние между крайними фишками и ограничительными линиями – 80 см.



«Змейка». Участник проезжает между парами фишек по порядку, стараясь их не задеть и не выехать за габариты площадки.	Сдвиг фишки	1
	Не проехал между фишками передним колесом	3
	Не проехал между фишками задним колесом	2
	Выезд за пределы габаритов препятствия (за каждый)	2

Препятствие 10 «Узкий проезд»

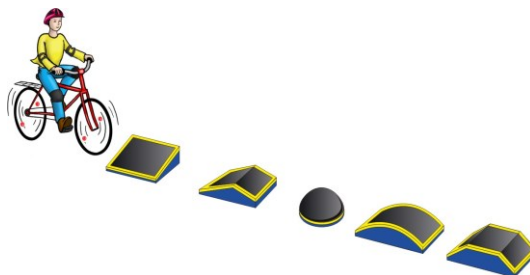
Используются стойки на утяжеленном основании высотой 1,7 м. На стойки надеваются щиты высотой 1,2 м так, чтобы от нижнего края щита до пола было не менее 80 см. Щиты должны свободно вращаться на стойке. Одна сторона белая, на другой – чередование наклонных белых и красных полос шириной 15 см. Ширина проезда с каждой стороны на 6 см больше (относительно ширины руля) велосипеда, предоставляемого организаторами. Необходимо не менее 6 стоек, образующих до 3 пар узких проездов, расположенных друг от друга на расстоянии не более 1 м.



<p>«Узкий проезд». Участник должен проехать между нескольких пар стоек со щитами, стараясь не задеть их.</p>	Касание одного щита в первой паре ограждения	4
	Касание двух щитов в первой паре ограждения	5
	Касание одного щита во второй паре ограждения	3
	Касание двух щитов во второй паре ограждения	4
	Касание одного щита в третьей паре ограждения	2
	Касание двух щитов в третьей паре ограждения	3

Препятствие 11 «Дорога с выбоинами»

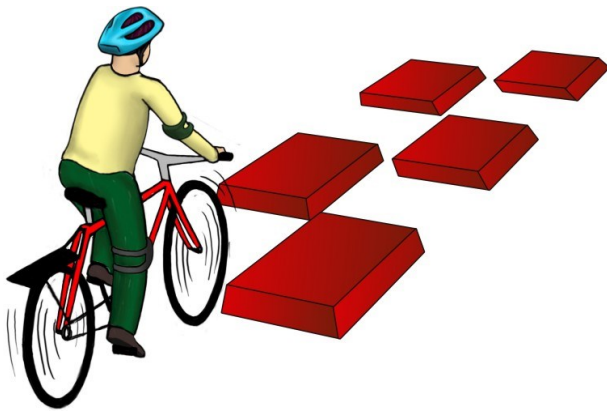
Используется не более 5 объемных фигур различной геометрической формы, которые расположены на расстоянии 30 - 50 см друг от друга. Длина, ширина и высота каждой из фигур обеспечивает безопасный проезд участников.



<p>«Дорога с выбоинами». Участник должен проехать обоими колесами по импровизированному участку дороги с выбоинами, стараясь не съехать с него.</p>	<p>Выезд за боковую линию (каждый случай)</p>	<p>2</p>
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------	-----------------

Препятствие 12 «Дорога с искусственными неровностями для ограничения скорости»

Используется не менее 5 объемных фигур прямоугольной формы, которые располагаются в шахматном порядке. Размер каждой из фигур 30 на 40 см.



<p>«Дорога с искусственными неровностями для ограничения скорости». Участник должен проехать по импровизированному участку дороги с искусственными неровностями между фигур, стараясь не задеть их.</p>	<p>Выезд за пределы дороги (включает в себя сдвиг любой фигуры)</p>	<p>2</p>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------	-----------------

Препятствие 13 «Проезд под перекладиной»

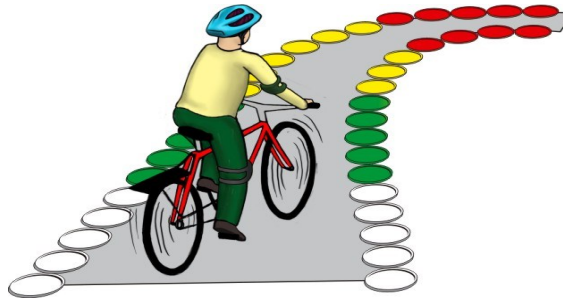
Используются стойки на тяжелом основании (три пары). На стойке на соответствующей высоте установлен небольшой выступ с углублением. Две стойки и поперечная планка (полая алюминиевая или пластиковая трубка) образуют проезд под перекладиной. Высоты выступов — от 1,33 до 1,5 м, от 1,3 до 1,4 м, от 1,27 до 1,3 м, расстояние между проездами не более 2 м. Ширина между стойками не менее 1,2 м. Проезды устанавливаются в порядке убывания высоты.



«Проезд под перекладиной». Участник, наклонившись к рулю, проезжает препятствие (3 шт. подряд), стараясь не задеть стойки и верхнюю планку.	Касание верхней планки	1
	Касание верхней планки и стоек	2
	Сбить планку или стойку	3

Препятствие 14 «Зауженная дорожка с поворотом»

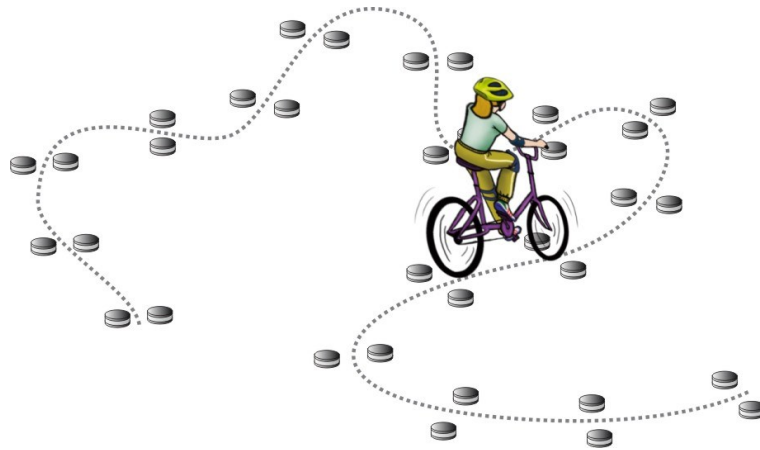
Используются фишки (тарелки) 4-х цветов, которые расположены вплотную друг к другу. Длина дорожки не менее 4 м. Ширина в начале дорожки не менее 50 см, в конце - 15 см (расстояние измеряется между внутренними краями фишек (тарелок)).



«Зауженная дорожка с поворотом». Участник должен проехать по габаритной дорожке из фишек (тарелок), стараясь не сместить их.	Смещение фишек (тарелок) в первом секторе	4
	Смещение фишек (тарелок) во втором секторе	3
	Смещение фишек (тарелок) в третьем секторе	2
	Смещение фишек (тарелок) в четвертом секторе	1

Препятствие 15 «Кривая дорожка»

Используются фишки (шайбы) высотой до 3 см. Необходимо не менее 16 фишек (шайб), которые устанавливаются парами, образуя извилистую дорожку. Расстояние между внутренними краями шайб 15 см, расстояние между парами шайб не более 2 м.



«Кривая дорожка». Участник проезжает по дорожке из нескольких пар фишек (шайб), стараясь их не сдвинуть.	Перемещение 1 фишки (шайбы)	1
	Перемещение 2-4 фишек (шайб)	2
	Перемещение 5 фишек (шайб)	3

Штрафные баллы, начисляемые за нарушения на всех элементах (препятствиях) четвертой станции «Фигурное вождение велосипеда»

Пропуск препятствия целиком	Суммарное количество штрафных баллов, которое можно получить на данном препятствии
Пропуск препятствия целиком	20
Неполный проезд препятствия (кроме препятствий, специально оговоренных в настоящих Правилах)	15
Падение с велосипеда	5
Касание ногой поверхности площадки при выполнении препятствия (каждое касание)	1

**Таблица штрафных баллов на станции
«Знание основ оказания первой помощи»
(Класс «Практика»)**

Таблица штрафных баллов

№ п/п	Перечень мероприятий по оказанию первой помощи		Штрафной балл		
			Меры не приняты	меры приняты	
				не своевременно	не правильно
1.	Мероприятия по оценке обстановки и обеспечению безопасных условий для оказания первой помощи	1) определение угрожающих факторов для собственной жизни и здоровья	3	1	2
		2) определение угрожающих факторов для жизни и здоровья пострадавшего	3	1	2
		3) устранение угрожающих факторов для жизни и здоровья (знак аварийной остановки)	3	1	2
		4) использование медицинских перчаток	3	1	2
2.	Вызов скорой помощи, других специальных служб, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь в соответствии с федеральным законом или со специальным правилом		3	1	2
3.	Определение наличия сознания у пострадавшего (определение наличия дыхания и кровообращения)		5	5	3
4.	Мероприятия по поддержанию проходимости дыхательных путей (придание устойчивого бокового положения)		5	5	3
5.	Мероприятия по обзорному осмотру пострадавшего и временной остановке	1) прямое давление на рану либо пальцевое прижатие артерии, либо максимальное сгибание конечности в суставе	5	5	3
		2) наложение давящей повязки (при венозном кровотечении)	5	5	3

	наружного кровотечения	3) наложение жгута (при артериальном кровотечении)	5	5	3
6.	Мероприятия по подробному осмотру пострадавшего в целях выявления признаков травм, отравлений и других состояний, угрожающих его жизни и здоровью, и по оказанию первой помощи в случае выявления указанных состояний	1) проведение осмотра головы	3	1	0
		2) проведение осмотра шеи	3	1	0
		3) проведение осмотра груди	3	1	0
		4) проведение осмотра спины	3	1	0
		5) проведение осмотра живота и таза	3	1	0
		6) проведение осмотра конечностей	3	1	0
		7) наложение повязок при травмах различных областей тела, в том числе окклюзионной (герметизирующей) при ранении грудной клетки	3	1	2
		8) проведение иммобилизации (с помощью подручных средств, аутоиммобилизации, с использованием изделий медицинского назначения*)	3	1	2
		9) фиксация шейного отдела позвоночника (вручную, подручными средствами, с использованием изделий медицинского назначения*)	3	1	2
		10) местное охлаждение при травмах, термических ожогах и иных воздействиях высоких температур или теплового излучения	3	1	2
		11) термоизоляция при отморожениях и других эффектах воздействия низких температур	3	1	2

7.	Придание пострадавшему оптимального положения тела	3	1	3
8.	Контроль состояния пострадавшего (сознание, дыхание, кровообращение) и оказание психологической поддержки	3	0	2
9.	Передача пострадавшего бригаде скорой помощи, другим специальным службам, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь в соответствии с федеральным законом или со специальным правилом	3	0	0
10.	Нарушение алгоритма действий	5		

*В соответствии с приказом Минздрава России от 15 декабря 2020 г. № 1331н «Об утверждении требований к комплектации медицинскими изделиями аптечки для оказания первой помощи работникам» (зарегистрирован Минюстом России 10 марта 2021 г., регистрационный № 62703).