



СОГЛАСОВАНО:
Руководитель Администрации
Эжвинского района МО ГО «Сыктывкар»
В.В. Воронин
«30» июля 2022 год

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МАУ

«КДЦ «Шудлун»

Н.В. Милорадова

«30» июля 2022 год



СОГЛАСОВАНО:

Директор МАКДУ

«Эжвинский ДКБ»

Н.М. Шакирзанова

«30» июля 2022 год



Положение

о проведении районного спортивного праздника «Велодень - 2022»

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение определяет порядок организации и проведения районного спортивного праздника «Велодень - 2022» (далее - Велодень).

1.2. Велодень проводится в рамках мероприятий, посвященных празднованию Дня Эжвинского района г. Сыктывкара.

1.3. Учредителями и организаторами Велодня являются администрация Эжвинского района МО ГО «Сыктывкар» и муниципальное автономное учреждение «Культурно-досуговый центр «Шудлун».

1.4. Непосредственное проведение Велодня осуществляет муниципальное автономное культурно-досуговое учреждение «Эжвинский Дворец культуры бумажников» (далее — Оргкомитет).

1.5. Помощь в организации и проведения Велодня оказывают: УМВД России по г. Сыктывкару, Сыктывкарский поисково-спасательный отряд – филиал СЗ РПСО МЧС России поиска и спасения на водных объектах, МАУ «СШ «Северная Олимпия», волонтеры.

1.6. Для проведения Велодня организатор:

- Объявляет о начале Велодня;
- Разрабатывает нормативные документы;
- Осуществляет контроль над организацией и проведением Велодня;
- Формирует судейские бригады для проведения Велодня;
- Утверждает итоги Велодня.

2. Цели и задачи конкурса

2.1. Соревнования проводятся с целью массового привлечения жителей Эжвинского района к регулярным занятиям физической культурой и активному отдыху.

2.2. Задачи:

- Формирование интереса к здоровому образу жизни;
- Пропаганда физической культуры и активного отдыха;
- Поддержка инициатив, жителей района к занятиям велоспортом;
- Формирование позитивных жизненных установок;
- Повышение мастерства вождения велосипеда;
- Развитие системы активного досуга.

2.3. Планируемые результаты:

- Увеличение количества жителей, занимающихся физической культурой;

Примерный перечень станций

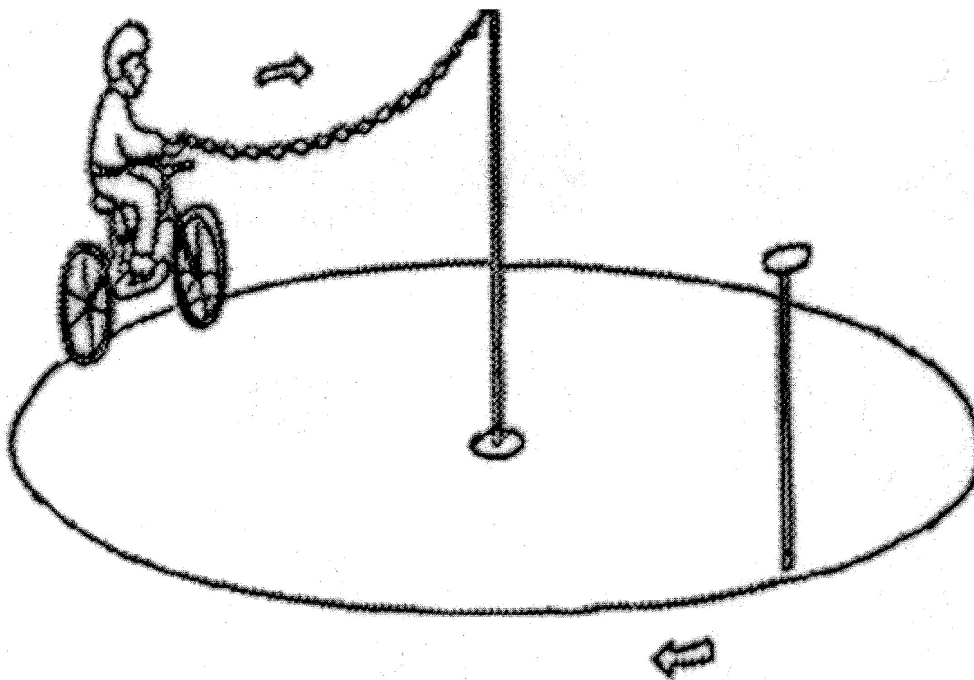
Внимание:

Возможно объединение нескольких станций!

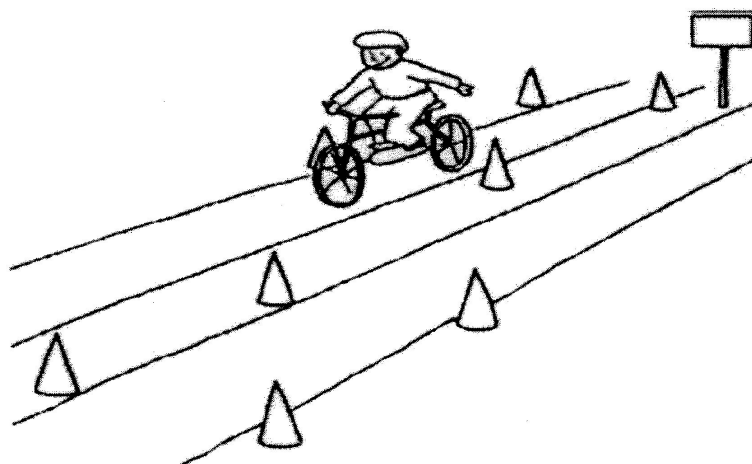
Для участников возрастной группы - до 8 лет задания на станциях будут упрощены, а также разрешена помощь родителей/сопровождающих при прохождении дистанции!

- **Техническое обслуживание велосипеда** (отрегулировать высоту сиденья, поставить цепь, накачать колесо);
- **Знание правил дорожного движения;**
- **Оказание первой медицинской помощи;**
- **Велоориентирование.** Участник проезжает по маркированной трассе, выполняя отметки на КП в путевом листе.
- **«Круг».** Участник подъезжает к крайней стойке, берет жезл с прикрепленной верёвкой в правую или левую руку, проезжает круг по часовой или против часовой стрелки и кладет жезл на площадку крайней стойки.

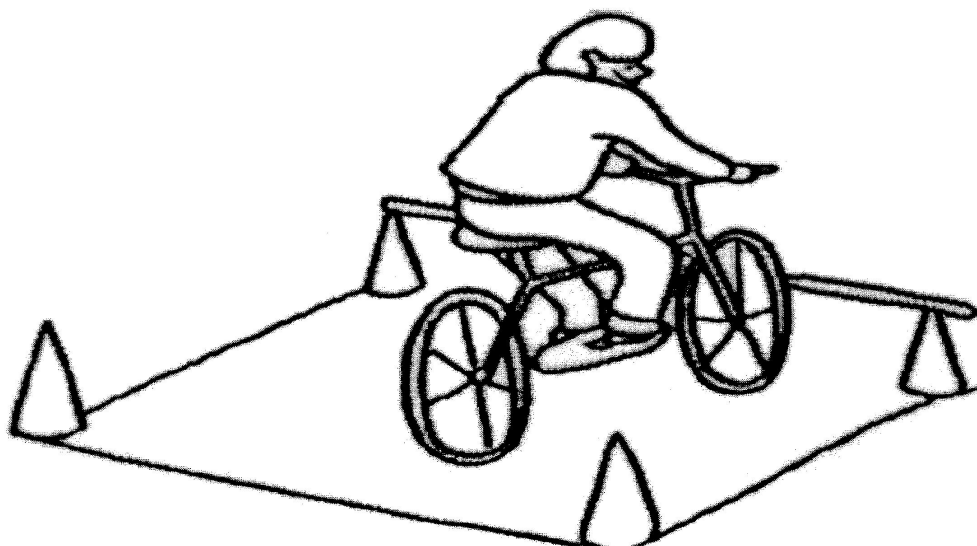
Ошибки при выполнении: не взята верёвка, бросание верёвки, касание верёвкой поверхности площадки (каждое касание), касание верёвкой центральной стойки (каждое касание), касание велосипеда рукой, удерживающей верёвку, смещение опоры, опрокидывание стойки.



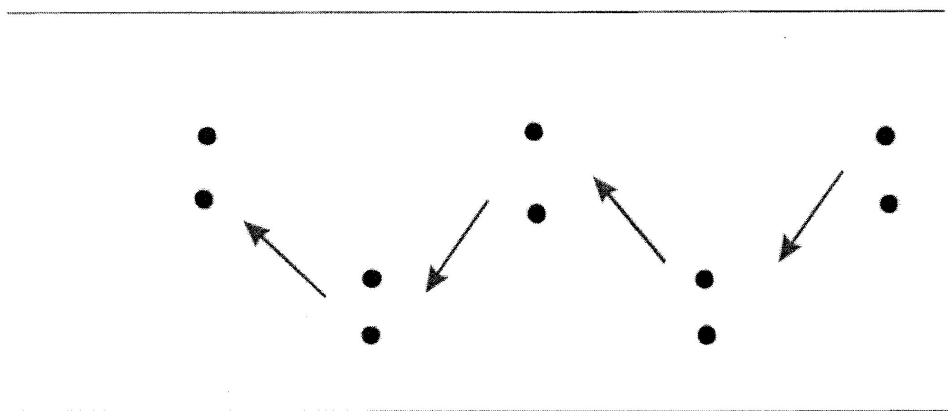
- **Восьмерка».** Участник проезжает препятствие по коридору, образованному фишками (кеглями), которые расположены по линиям малого и большого кругов. Заезд в препятствие с любой стороны



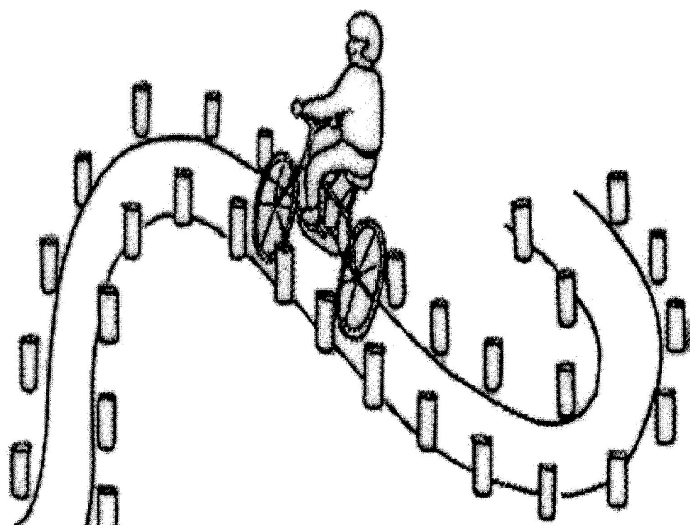
- **«Прицельное торможение».** Участник, заезжая в коридор, должен затормозить велосипед, максимально приблизив переднее колесо к планке и не сбив ее при этом.



- **«Перенос предмета».** Участник подъезжает к стойке, в чаше которой находится предмет. На ходу берет предмет из чаши и держа его в руке доезжает до следующей стойки, в чашу которой кладет предмет.



- «S-образная дорога». Участник должен проехать по габаритной дорожке между фишками, стараясь их не задеть.



- «Узкая доска». Участник должен проехать по доске обеими колесами, стараясь не съехать с нее.

