

Ministerul Educației  
Naționale

Inspectoratul General al  
Poliției Române

Asociația Clubul Sportiv Silver  
Fox Deva

**CONCURSUL NAȚIONAL „CUPA DHS”  
REGULAMENT**

### **Art. 1. Context**

În conformitate cu prevederile legislative în vigoare, Ministerul Educației Naționale și Ministerul Afacerilor Interne au atribuții comune referitoare la derularea activităților de educație rutieră în rândul preșcolarilor și elevilor. Una dintre modalitățile de realizare a acestor atribuții este organizarea unor cercuri de educație rutieră în unitățile de învățământ, a căror activitate este evaluată în cadrul unor concursuri naționale de profil.

Aceste concursuri pot fi organizate în colaborare cu societatea civilă și mediul de afaceri, pentru a atrage cât mai mulți elevi și cadre didactice în activități de educație rutieră și promovare a unui stil de viață sănătos.

Un astfel de concurs, adresat elevilor din învățământul secundar inferior și superior este „Cupa DHS”, concurs de educație rutieră și îndemănare în utilizarea bicicletei.

Concursul se va derula potrivit prevederilor prezentului regulament.

### **Art. 2. Scopul concursului**

- Promovarea unui mod de viață sănătos prin mișcare;
- Prevenirea producerii accidentelor de circulație în rândul elevilor, prin însușirea corectă a regulilor de circulație și respectarea acestora
- Verificarea gradului de pregătire a elevilor în utilizarea corectă a bicicletei.

### **Art. 3. Probele de concurs**

- Proba teoretică: cunoașterea regulilor de circulație, istoria bicicletei, modele de biciclete – chestionar tip grilă;
- Proba practică: parcurgerea unui traseu cu bicicleta în poligon;  
Participarea la cele două probe de concurs este obligatorie pentru toți membrii echipajelor.

### **Art. 4. Condiții de participare la concurs**

La concurs participă echipaje de 4 elevi din aceeași unitate de învățământ, însoțite de un cadru didactic. Fiecare echipaj va fi format din două fete și doi băieți, după cum urmează:

- un băiat și o fată din clasele V - VI;
- un băiat și o fată din clasele VII - VIII;

Precizări:

- un concurent cu vârsta mai mică poate înlocui un concurent de la clasă mai mare; invers nu este posibil;
- în cazul în care echipajul provine dintr-un club/palat al copiilor, membrii echipajului trebuie să fie elevi la aceeași unitate de învățământ;
- echipajul care se prezintă la faza națională fără un membru va fi penalizat cu 150 puncte; în cazul în care unul sau mai mulți membrii vor fi înlocuiți, ei trebuie să aibă același sex și vârstă cu membrii pe care îi înlocuiesc;
- pentru stabilirea clasamentului final se vor lua în calcul rezultatele obținute de către toți membrii echipajului.

Participarea la concurs a echipajelor pentru toate fazele concursului se va face pe bază următoarelor documente:

- tabel nominal semnat și ștampilat de conducerea școlii (cf. anexă);
- copie după certificatul de naștere sau CI ale concurenților

- carnet de elev cu fotografia stampilata si viza anuala, sau alt document
- cu fotografie care să ateste identitatea concurentului.
- avizul epidemiologic si adeverinta apt clinic sănătos, pentru fiecare membru al echipajului și îndrumătorul acestuia (avizul epidemiologic, numai la etapa națională)

## **Art. 5. Etapele de desfășurare**

**Etapa județeană** se organizează în perioada aprilie – iunie, de către reprezentanții inspectoratelor școlare, Direcțiilor de Poliție și Clubului Silver Fox Deva. La organizarea acestei etape pot contribui și ale organizații din comunitate: Primăriile, Direcțiile pentru Tineret și Sport, Palatele Copiilor, Crucea Roșie și Asociațiile „Sportul Pentru Toți”.

Etapa județeană se desfășoară în orașul reședință de județ, începând cu ora 15:00 în datele și locațiile stabilite în anexa nr. 1 a prezentului Regulament (aprobată anual). Locațiile trebuie să fie locuri publice, cu impact vizual, astfel încât efortul participanților să fie văzut de cât mai multe persoane. Pentru situațiile în care condițiile meteo nu permit susținerea concursului, acesta se va amâna pentru o data ulterioară, stabilită de comun acord cu reprezentanții CS Silver Fox Deva.

Înscrierile se fac cu 10 zile înaintea desfășurării etapei județene la adresele de e-mail din anexă.

### **Precizări:**

Organizatorii etapei județene vor trimite prin mail la adresele precizate în anexă următoarele:

- poze cu toți participanții îmbrăcați cu tricourile CS Silver Fox Deva (min. 3 fotografii);
- poze din timpul concursului (min. 5 fotografii);
- poze cu premiarea locurilor I, II, III (min. 3 fotografii);
- o filmare de minimum 2 minute din timpul derulării concursului;
- lista de participanți și clasamentul.

Ca urmare a colaborării dintre CS Silver Fox Deva și Eurosport DHS, în calitate de sponsor oficial al concursului, câștigătorii etapei județene vor fi premiați de către Eurosport DHS doar dacă la această etapă vor participa **minimum 10 echipe**.

**Etapa națională** se organizează în perioada iunie – iulie, de către reprezentanții inspectoratului școlar și direcției de poliție din județul organizator, împreună cu reprezentanții CS Silver Fox Deva, cu participarea reprezentanților Ministerului Educației Naționale și ai Inspectoratului General al Poliției Române – Direcția Rutieră și cu sprijinul Eurosport DHS. La organizarea acestei etape pot contribui și ale organizații din comunitate: Primăria, Direcția Județeană pentru Tineret și Sport, Palatul Copiilor, Crucea Roșie și Federația Română „Sportul Pentru Toți”.

Etapa națională se va desfășura în locația și perioada stabilite prin anexa 1; la această etapă vor participa echipajele clasate pe locul I la etapa județeană. În cazul un echipaj a confirmat prezența la etapa finală și lipsește din motive neîntemeiate, acesta va fi penalizat cu 50 puncte la etapa județeană din anul următor.

Totii organizatorii vor promova concursul prin mijloacele media cunoscute: radio, presă scrisă și on-line, TV, facebook etc.

Detalii și informații suplimentare se găsesc pe site-ul [www.cupadhs.ro](http://www.cupadhs.ro) și pe pagina de [www.facebook.com/cupadhs/](http://www.facebook.com/cupadhs/)

## **Art. 6. Descrierea probelor**

La fiecare probă a concursului, echipa poate acumula un număr de puncte de penalizare. Pe baza însumării punctelor de penalizare ale celor două probe se va întocmi clasamentul general.

Echipa care va acumula cel mai mic număr de puncte de penalizare va ocupa primul loc în clasament la etapa județeană și va participa la etapa națională a concursului. În caz de egalitate de puncte de penalizare la primele trei locuri, se va organiza o probă de departajare, constând în parcurgerea poligonului de către un singur membru al echipei, iar în cazul că egalitatea persistă, se va relua proba de către un alt elev din echipaj.

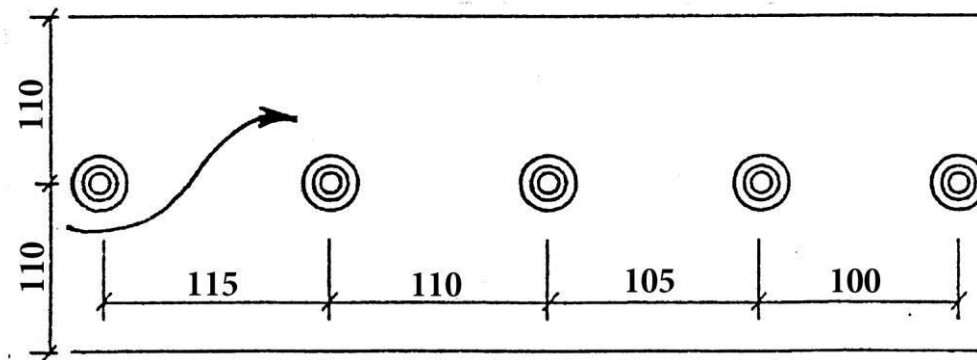
### **Proba teoretică - Cunoașterea regulilor de circulație, istoria bicicletei, modele de biciclete**

- participarea la această probă se va face prin completarea de către fiecare echipă, a unui chestionar cu minim 20 întrebări, în 10 minute;
- chestionarele la etapa județeană vor fi întocmite de către C.S. Silver Fox Deva, împreună cu profesori de la Palatul Copiilor Deva; chestionarul de la etapa națională va fi întocmit de reprezentanții IGPR - DR și ai CS Silver Fox Deva.
- fiecare răspuns greșit, precum și lipsa unui răspuns vor fi penalizate cu 5 puncte;
- bibliografia necesară pentru proba teoretică este disponibilă pe [www.cupadhs.ro](http://www.cupadhs.ro) și pe pagina de [www.facebook.com/cupadhs/](https://www.facebook.com/cupadhs/)

### **Proba tehnică - Parcurgerea unui traseu de îndemânare cu bicicleta în poligon**

- poligonul se va amenaja cu cele 9 obstacole prezentate în continuare;
- proba va fi susținută individual de fiecare membru al echipei, care se va prezenta la start în ordinea înscrierii în tabelul de participare;
- concurenții pot participa numai cu biciclete roți de minim 24”(inch), fără modificări la sistemul de construcție. Echipele care nu au acest tip de bicicletă vor primi biciclete de la organizatori;
- ordinea amplasării obstacolelor în poligon va fi stabilită de juriu;
- distanța minimă între obstacole va fi de minim 250 cm;
- întoarcerea bicicletei pentru reluarea intrării în obstacol se penalizează cu 10 puncte;
- obstacolele deplasate ori doborâte de concurenți în timpul probei vor fi reșezate după comunicarea punctelor de penalizare juriului, respectiv înaintea intrării următorului concurent;
- în cazul unei defecțiuni tehnice a bicicletei, apărute pe traseu, participantul va opri și va anunța verbal „defecțiune” pentru a fi reluată proba din punctul de start; în cazul în care juriul nu confirmă defecțiunea, concurentul va continua proba din locul opririi, primind o penalizare de 10 puncte;
- căderea de pe bicicletă se consideră atunci când ghidonul atinge solul;
- la finalul parcurgerii probei de către toți membrii unui echipaj, juriul va anunța punctele de penalizare acumulate pentru fiecare concurent și totalul penalizărilor acumulate de întregul echipaj;
- în cazul unui număr mare de participanți comisia de organizare poate decide eliminarea unor probe din poligon.

## 1. Slalom printre jaloane:



Cele 5 jaloane vor fi așezate în linie dreaptă, la distanța măsurată din centrul conului (conform schiței) de 115 cm., 110 cm., 105 cm. și 100 cm., în ordine descrescătoare, pe sensul de deplasare și vor fi mărginite de un marcaj lateral, situat la 110 cm. distanță de o parte și de alta a șirului de jaloane.

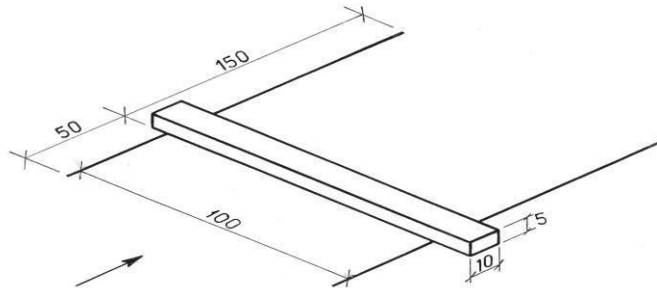
Concurentul va intra în slalom prin dreapta, ocolind jaloanele fără să le deplaseze.

### Penalizări:

- intrarea prin stânga în slalom = 5 puncte.
- evitarea, doborârea sau deplasarea unui jalon = 5 puncte;
- evitarea, doborârea sau deplasarea a doua jaloane = 10 puncte, ș.a.m.d.;
- depășirea marcajului lateral = 5 puncte;
- atingerea solului cu un picior = 5 puncte;
- atingerea solului cu ambele picioare = 10 puncte;
- căderea de pe bicicletă = 10 puncte;
- evitarea obstacolului = 50 puncte.



## 2. Săritura:



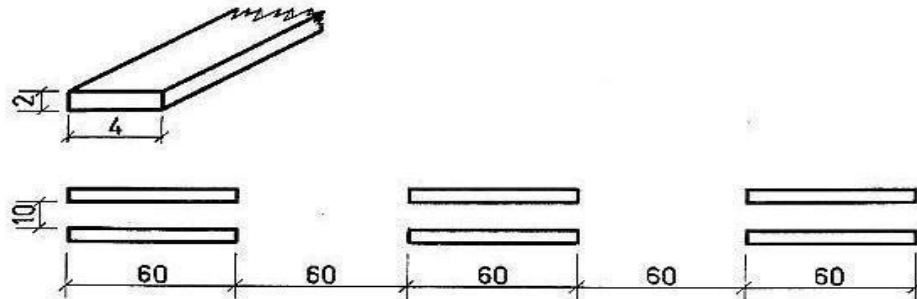
Concurentul trebuie să sară cu roata din față peste obstacolul format dintr-o bară prismatică cu lungimea de aproximativ 110 cm, lățimea de 10 cm și înălțimea de 5 cm, așezată transversal pe un culoar cu lungimea de 200 cm și lățimea de 100 cm (conform schiței), fără să atingă obstacolul sau să depășească marcajul care delimitează culoarul.

### Penalizări:

- atingerea obstacolului cu roata din față = 5 puncte;
- depășirea marcajului lateral = 5 puncte;
- atingerea solului cu un picior = 5 puncte;
- atingerea solului cu ambele picioare = 10 puncte;
- căderea de pe bicicletă = 10 puncte;
- evitarea obstacolului = 50 puncte.



### 3. Trecerea printr-un coridor format din trei perechi de scândurele:



Scândurelele lungi de 60 cm. vor fi așezate pe direcția de deplasare, la 60 cm. o pereche de alta, lățimea coridorului fiind de 10 cm.

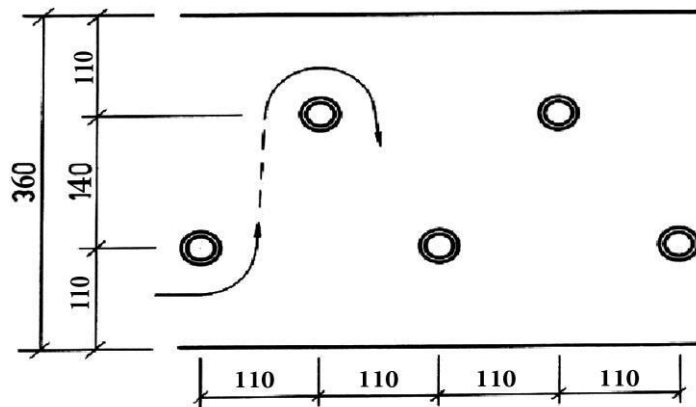
În timpul trecerii prin coridor concurentul nu trebuie să deplaseze scândurelele sau să evite culoarul format din perechea de scândurele. Prin evitarea culoarului perechii de scândurele se înțelege evitarea trecerii cu ambele roți ale bicicletei prin coridorul (intervalul) de 10 cm dintre două scândurele.

#### Penalizări:

- deplasarea unei scândurele = 5 puncte;
- deplasarea unei perechi de scândurele = 10 puncte;
- evitarea culoarului unei perechi de scândurele = 10 puncte;
- evitarea culoarului a două perechi de scândurele = 20 puncte;
- atingerea solului cu un picior = 5 puncte;
- atingerea solului cu ambele picioare = 10 puncte;
- căderea de pe bicicletă = 10 puncte;
- evitarea obstacolului = 50 puncte.



#### 4. Slalom printre jaloane așezate în zigzag:



Obstacolul este format din 5 jaloane, așezate în zig-zag, pe două rânduri. Acestea vor fi mărginite la distanța de 110 cm. de un marcaj lateral. Intervalul dintre cele două rânduri este de 140 cm., iar distanța dintre două jaloane pe aceeași direcție, distanța măsurată din centrul bazei jalonului (conform schiței) este de 110 cm.

Intrarea în slalom se va face prin dreapta primului jalon.

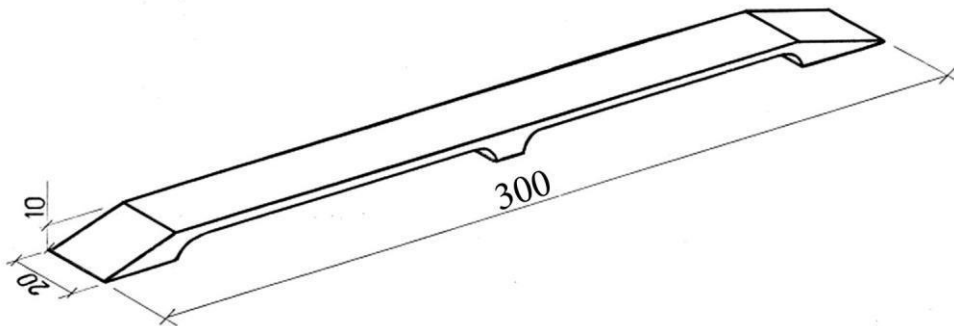
##### Penalizări:

- evitarea, doborârea sau deplasarea unui jalon = 5 puncte;
- evitarea, doborârea sau deplasarea a două jaloane = 10 puncte;
- depășirea marcajului lateral = 5 puncte;
- atingerea solului cu un picior = 5 puncte;
- atingerea solului cu ambele picioare = 10 puncte;
- căderea de pe bicicletă = 10 puncte;
- evitarea obstacolului = 50 puncte.





## 5. Trecerea pe punte:



Puntea, așezată la 10 cm de sol este formată dintr-o scândură cu lungimea de cel puțin 300 cm și lățimea de 20 cm.

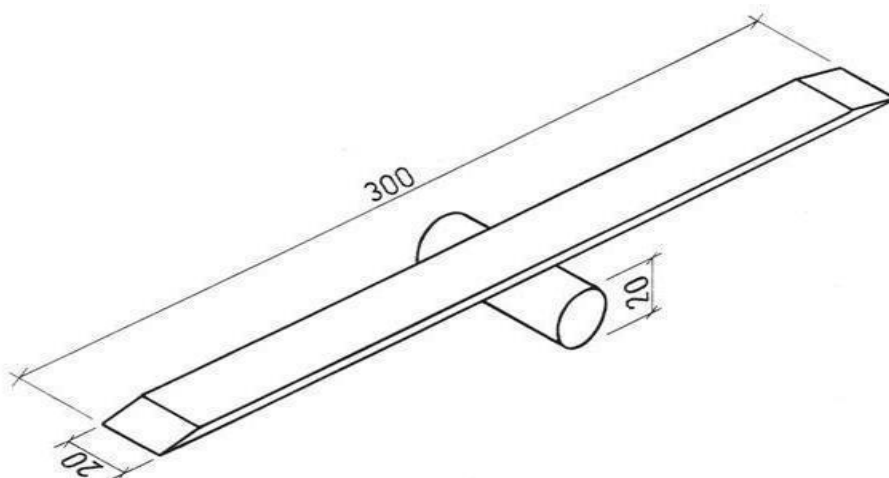
Concurentul trebuie să traverseze obstacolul de la un capăt la celălalt, fără să coboare cu bicicleta în lateral.

### Penalizări:

- căderea de pe obstacol cu o roată = 5 puncte;
- căderea de pe obstacol cu ambele roți = 10 puncte;
- atingerea solului cu un picior = 5 puncte;
- atingerea solului cu ambele picioare = 10 puncte;
- căderea de pe bicicletă = 10 puncte;
- evitarea obstacolului = 50 puncte.



## 6. Cumpăna.



Obstacolul este format dintr-o scândură lungă de cel puțin 300 cm și lată de 20cm, așezată pe un suport cilindric cu diametrul de 20 cm.

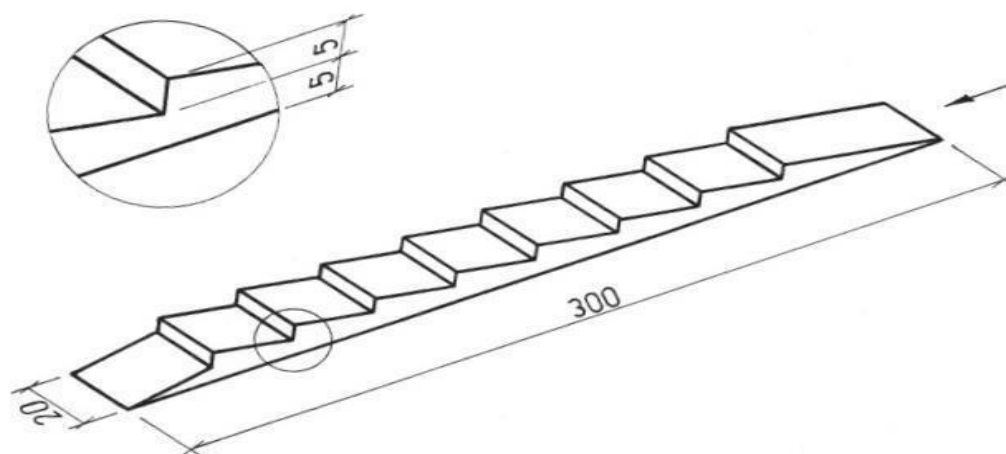
Concurentul trebuie să parcurgă întreaga lungime a scândurii fără să iasă cu bicicleta, înainte de capătul acesteia.

Penalizări:

- căderea de pe cumpănă cu o roată = 5 puncte;
- căderea de pe cumpănă cu ambele roți = 10 puncte;
- atingerea solului cu un picior = 5 puncte;
- atingerea solului cu ambele picioare = 10 puncte;
- căderea de pe bicicletă = 10 puncte;
- evitarea obstacolului = 50 puncte.



## 7. SCÂNDURA CU SUPRAFAȚA DENIVELATĂ (ZIMȚATĂ).



Obstacolul, cu lungimea de cel puțin 300 cm și lățimea de 20 cm, are pe suprafața superioară aproximativ 7-9 profile tăiate asemănător unor dinți de ferăstrău.

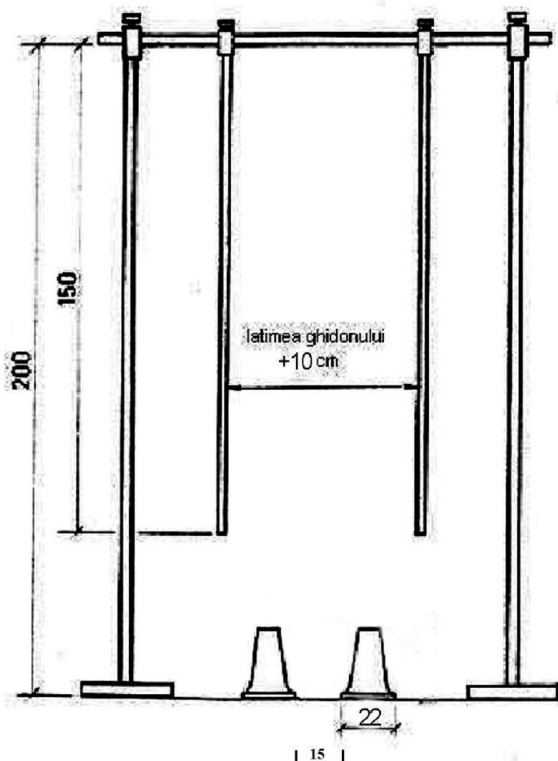
Concurentul trebuie să străbată obstacolul fără să coboare cu bicicleta înainte de capătul acestuia.

### Penalizări:

- căderea de pe obstacol cu o roată = 5 puncte;
- căderea de pe obstacol cu ambele roți = 10 puncte;
- atingerea solului cu un picior = 5 puncte;
- atingerea solului cu ambele picioare = 10 puncte;
- căderea de pe bicicletă = 10 puncte;
- evitarea obstacolului = 50 puncte.



## 8. POARTĂ CU BARE MOBILE.



Concurentul trebuie să treacă printre cele două bare mobile fixate la o distanță, între ele, egală cu lățimea ghidonului bicicletei cu care se concurează, plus 10 cm, fără să le atingă.

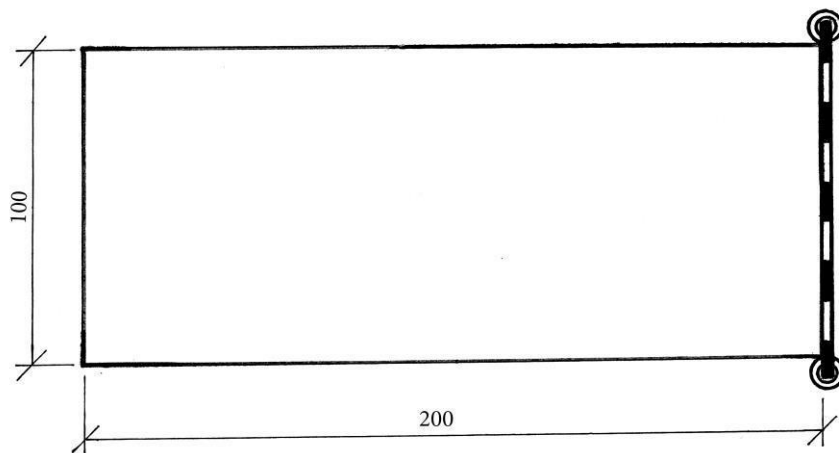
De asemenea, concurentul va trebui să treacă și printre cele două jaloane de la baza porții, amplasate la 15 cm unul de altul (baza de jos), fără să le deplaseze.

### Penalizări:

- atingerea unei bare = 5 puncte;
- atingerea ambelor bare = 10 puncte;
- deplasarea unui popic = 5 puncte;
- deplasarea ambelor popice = 10 puncte;
- atingerea solului cu un picior = 5 puncte;
- atingerea solului cu ambele picioare = 10 puncte;
- căderea de pe bicicletă = 10 puncte;
- evitarea probei = 50 puncte.



## 9. Spațiul de oprire:



Spațiul în care concurentul va trebui să oprească și să coboare cu ambele picioare, fără a-l depăși, are forma unui dreptunghi cu laturile de 100x200 cm. Pe latura opusă intrării în obstacol se află o stinghie având dimensiunile 2,5 x 5 x 110 cm, sprijinită pe doi suportți, la o înălțime de aproximativ 35 cm față de sol, pe care concurentul va avea grijă să nu o doboare la oprire.

### Penalizări:

- ieșirea din spațiu cu o roată = 5 puncte
- ieșirea din spațiu cu ambele roți = 10 puncte;
- doborârea stinghiei = 5 puncte
- ieșirea din spațiu cu un picior = 5 puncte;
- ieșirea din spațiu cu ambele picioare = 10 puncte;
- necoborârea ambelor picioare = 5 puncte;
- căderea de pe bicicletă = 10 puncte;
- evitarea probei = 50 puncte.



## Anexa 1: Calendarul ediției 2019

### Locațiile și datele de desfășurare a etapei județene

Nr. crt.	Localitate	Jud.	Data faza județeană*	Loc de desfășurare concurs	Persoana de contact	Adresa email
1	Alexandria	TR	2 aprilie	Parcul Central	Adrian Marcel	adimitran@yahoo.com
2	Slatina	OT	3 aprilie	Parcul Esplanada	Telespan Ion	dedutelespan@gmail.com
3	Tulcea	TL	19 aprilie	Piața Civică	Topolianu Dumitra	topolianu_dumitra@yahoo.com
4	Giurgiu	GR	5 aprilie	Parcul Allei	Grigore Rodica	ro_co_grig@yahoo.com
5	Buzau	BZ	9 aprilie	Platoul Primărie	Trandafir Veronica	trandafirveronica@gmail.com
6	Slobozia	IL	17 aprilie	Parcul de la Catedrala	Ionescu Carmen	camy_0476@yahoo.com
7	Craiova	DJ	11 aprilie	P-ța Mihai Viteazu	Gîngioveanu Cosmina	gyasmyna@yahoo.com
8	Dr. Turnu Severin	MH	12 aprilie	Pietonal central	Nef Sandu Daniel	nefsandu@yahoo.com
9	Arad	AR	9 mai	Platou Primărie	Iazbinsky Gabriel	iazbinskygabriel@yahoo.com
10	Oltenița	CL	9 mai	Platou Primărie	Mirela Constantin	mirela.constantin@yahoo.com
11	Constanta	CT	10 mai	Piața Ovidiu	Ionut Pandelescu	ionpan84@gmail.com
12	București - Chitila	IF	10 mai	Casa de cultura Tudor Arghezi	Marian Gîrleanu	nita_cristina91@yahoo.com
13	Costești	AG	14 mai	Piața Primăriei	Pascu Nicolae	pascunicolae21@yahoo.com
14	Blaj	AB	4 iunie	Str. Eroilor între ganguri	Codruța Lodroman	codrutaab@yahoo.com
15	Cluj Napoca	CJ	15 mai	Piața Unirii	Verde Dorel	dorelverde@gmail.com
16	Reșița	CS	15 mai	Platou Prefectură	Selariu Alina	sel_ali_69@yahoo.com
17	Tg. Jiu	GJ	16 mai	Centru pietonal	Capraru Gabriela	gabriela_capraru07@yahoo.com
18	Sibiu	SB	23 mai	Piața mică	Nanu Daniel	danynanu@yahoo.com
19	Timișoara	TM	17 mai	Parcul Central	Bușe Ionela	buseionela@yahoo.com
20	Mizil	PH	17 mai	Platoul pietonal central	Nitu Virgil	nituluminita@gmail.com
21	Târgoviște	DB	31 mai	P-ța Mihai Viteazu	Bordeianu Aurel	mayarel@yahoo.com
22	Bistrița	BN	21 mai	Centru, pietonal	Dan Aurelia	danaurelia26@yahoo.com
23	Oradea	BH	22 mai	Parcul 1 Decembrie 1918	Sopota Daniela	daniela_sopota@yahoo.com
24	Reghin	MS	22 mai	Parcul central	Moldovan Ion Danut	moldovandacara@yahoo.com
25	Sf. Gheorghe	CV	22 mai	Parcul Elisabeta	Fail Tamás	tomesi18@yahoo.com
26	Satu Mare	SM	23 mai	Pasaj pietonal C. Coposu	Miclaus Nicu Sever	n_miclaus@yahoo.com
27	Brașov	BV	23 mai	Piața Sfatului	Florin Ercuș	ercusf@yahoo.com
28	Zalău	SJ	23 mai	Platou Prefectură	Jurca Viorel	profjurca@yahoo.com
29	Botoșani	BT	24 mai	Parcul Mihai Eminescu	Alin Mantaluta	alinmantaluta@yahoo.com
30	Sighetu Marmăției	MM	28 mai	Parcul central	Miel Nelu	nelumiel@yahoo.co.uk
31	Odorheiu Secuiesc	HR	28 mai	Parcul orașului	Imre Ildikó	szitanci@gmail.com
32	Focșani	VN	28 mai	Piața Unirii	Simion Mihaela	prof.mihaelasimion@yahoo.com
33	Bacău	BC	29 mai	Parcul Cancicov	Diac Eugen	diac_eugen@yahoo.com
34	Suceava	SV	29 mai	Platou Casa de Cultura	Beatrice Choleva	beatrice_choleva@yahoo.com
35	Vaslui	VS	30 mai	Platou Casa de cultură	Mosnianu Mihai	mihai_mosnianu@yahoo.com
36	Rm. Vâlcea	VL	30 mai	Parcul Palatul Copiilor	Traistaru Gabriela	educativvl@gmail.com
37	Piatra Neamț	NT	31 mai	Platou Primărie	Romeo Roman	roman.romeo@yahoo.com

38	Deva	HD	31 mai	Statuia Traian, pietonal	Ciolan Calin	calin_seduk@yahoo.com
39	Iași	IS	4 iunie	B-dul Ștefan cel Mare	Apopei Alla	lavricbogdan1@yahoo.com
40	Brăila	BR	4 iunie	Platou Prefectură	Ion Aurelia	aurelia.ion2012@gmail.com
41	Galați	GL	5 iunie	Alee pietonală	Stase Adrian	krys_adi@yahoo.com

\*Datele pot suferi modificări, în funcție de condițiile meteo și calendarul activităților școlare, precum și al ofițerilor/agenților de poliție

**Etapa națională va avea loc la Craiova, în Piața Mihai Viteazu, în perioada 21 – 24 iunie 2019.**

**Persoane de contact:**

Marius Pantilimon – **tel:** 0722335157; **e-mail:** silverfoxdodi@yahoo.com

Florin Firescu – **tel:** 0763653510; **e-mail:** concurs@cupadhs.ro

Fona Gelu – **tel:** 0728285831; **e-mail:** gelu.fona@dhsfitness.ro