

# Безопасное Вождение



Подготовлен:  
Транспортный Отдел ЮСС



# Добро пожаловать на Курс Безопасного Вождения ТШО

- Введение
- Техника Безопасности

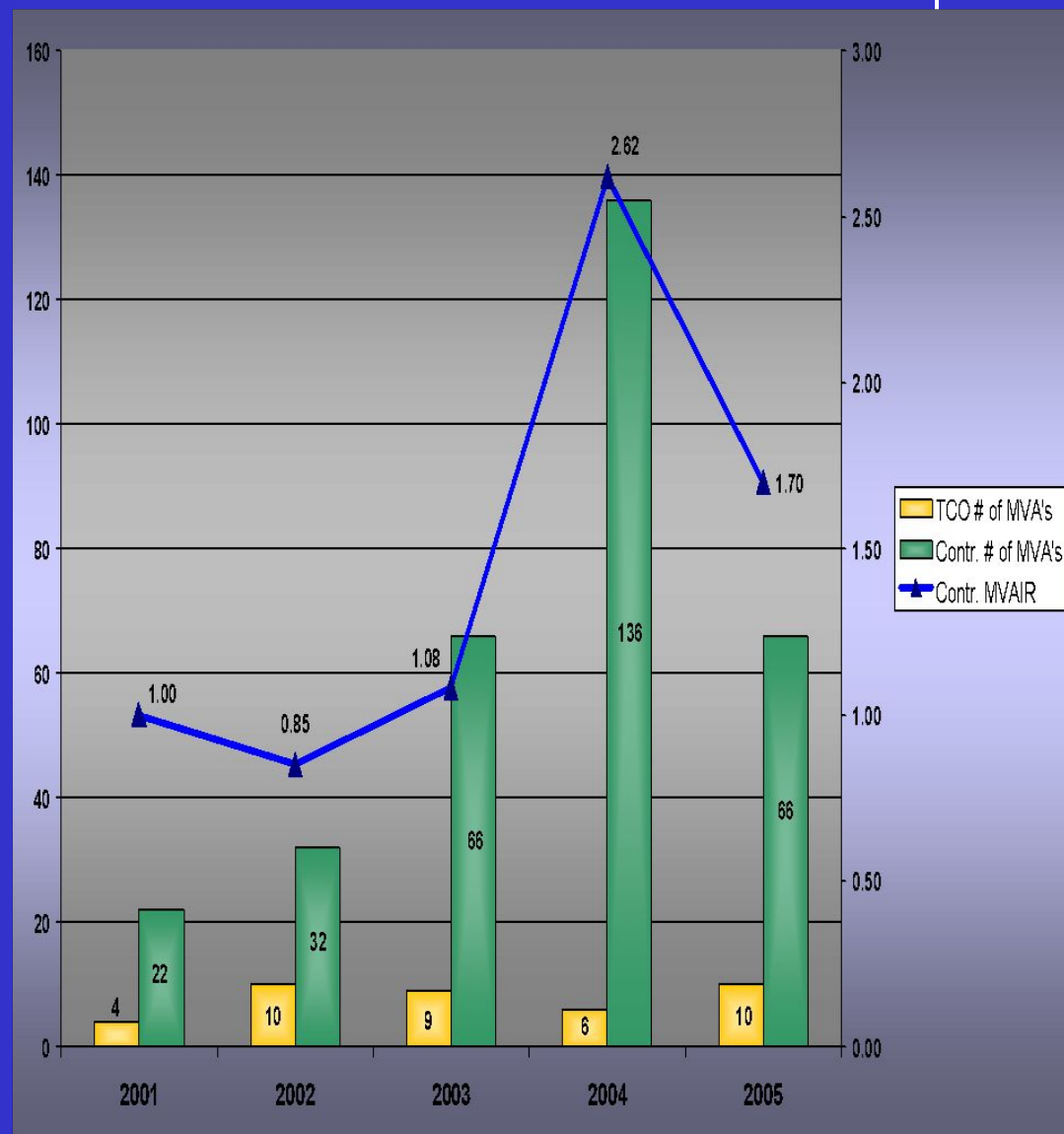


# Задачи курса

- Ознакомить с Политикой ТШО Обеспечение Безопасности Движения Автотранспорта.
- Определить факторы, препятствующие безопасному вождению.
- Определить факторы, влияющие на способность водителя остановить автомобиль или избежать опасности.
- Выявить потенциальные опасности и риски, связанные с вождением автомобиля.
- При появлении опасности или риска на дороге, изменить манеру вождения (определить один или несколько способов поведения и изменить).
- Продемонстрировать методы наблюдения.
- Продемонстрировать навыки надлежащего ухода и обслуживания автомобиля для безопасного вождения.
- Продемонстрировать вождение с комментариями при управлении автомобилем.

# СТАТИСТИКА ДТП В ТШО И ПОДРЯДНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ ЗА ПЕРИОД 2001- СЕНТЯБРЬ 2005

- Ежегодно 1,17 миллионов людей погибают в результате ДТП. Это равносильно тому, что каждые 30 сек в мире погибает 1 человек.
- 15 миллионов человек получают тяжелые травмы
- 70% погибают в развивающихся странах, велик процент погибающих пешеходов.
- ДТП является самой распространенной причиной смерти среди мужчин в возрасте 15-44 лет.
- В некоторых странах 40% всех смертельных случаев связаны с употреблением алкоголя.



# ТРЕБОВАНИЯ ТШО ПО ОТНОШЕНИЮ К БЕЗОПАСНОМУ ВОЖДЕНИЮ

- **Образование и квалификация водителя** – к управлению автомобилями на территории Тенгиза допускаются только работники ТШО и подрядных организаций, имеющие действующее водительское разрешение ТШО.
- **Ремни Безопасности** – все работники ТШО и подрядных организаций будучи в автомобиле, автобусе ТШО и подрядной организации, должны быть пристегнуты ремнем безопасности, если таковой имеется.
- **Фары** – на территории Тенгиза при движении фары всегда должны быть включены.
- **Алкоголь и наркотические вещества** – строго запрещается управлять автомобилем будучи под воздействие алкоголя или наркотических веществ.

# ТРЕБОВАНИЯ ТШО ПО ОТНОШЕНИЮ К БЕЗОПАСНОМУ ВОЖДЕНИЮ

- **Сотовые телефоны** – при движении запрещается пользоваться телефонами, даже при включенном спикерфоне
- **Уменьшить количество используемых автомобилей** – для того, чтобы уменьшить риск и количество транспорта на дороге, работники ТШО и подрядных организаций по возможности должны использовать автобусы.
- **Обстоятельства** - водители, вовлеченные в ДТП или совершившие нарушение, должны понести наказание, согласно **Таблице последствий нарушения правил вождения** (см.Веб страничку отдела ТБ)

# ДОКУМЕНТЫ, НЕОБХОДИМЫЕ ПРИ УПРАВЛЕНИИ АВТОМОБИЛЕМ НА ТЕРРИТОРИИ ТШО

## Водитель должен иметь:

- Водительское удостоверение РК/ Международное водительское удостоверение
- Водительское удостоверение ТШО.

## В транспортном средстве должны находиться следующие документы:

- Технический паспорт.
- Талон прохождения годового технического осмотра.
- Талон страхования.
- Свидетельство на предмет содержания СО в выхлопных газах.
- Путевой лист.

Иностранные граждане, управляющие автомобилем ТШО, должны иметь при себе международное водительское удостоверение.

# Служба Безопасности

- Дорожная полиция (УДП), Национальная Организация, которая следит за соблюдением правил дорожного движения Республики Казахстан.
- Если вас остановили, будьте уважительны и действуйте спокойно. Помните о языковом барьере и объясните как можно более понятно, что вы являетесь сотрудником ТШО или подрядной организации.
- Если вам показалось что действия сотрудника дорожной полиции незаконны и безосновательны, свяжитесь с Аварийным Оператором по тел. 5555 или радиоканалу №2. По возвращении, сообщите в службу безопасности ТШО об обстоятельствах задержания.



# ДОСТУП НА ЗАВОД, ПРОМЫСЕЛ И ДРУГИЕ ПРОИЗВОДСТВЕННЫЕ ОБЪЕКТЫ

Все работники ТШО и подрядных организаций для получения доступа на Завод, Промысел и другие производственные объекты ТШО должны:

- Пройти обучение по ТБ для Завода и Промысла и получить красный пропуск ТШО, а также
- Пройти обучение Аварийный респиратор MSA Minifilter™/ Miniscape™

# Получения разрешения на въезд на Промысел.

Все подразделения ТШО (Промысловое Хозяйство, Бурение, Отдел Обустройства Промысла), имеющие постоянную работу в пределах Промысла, должны следовать установленной процедуре контроля въезда на Промысел и уведомлять Отдел Эксплуатации Промысла.

Всем посетителям необходимо получить соответствующее разрешение на въезд на промысел и следовать установленному порядку регистрации в ЦДП.

Более детальную информацию об инструкции въезда вы можете найти в

**Инструкции ТБ 127 Допуск на Завод, Промысел и другие производственные объекты ТШО на Веб Страничке отдела ТБ.**

# ДВИЖЕНИЕ И ПАРКОВКА В ПТШО

- Проезд по территории ПТШО запрещен, кроме обслуживающих транспортных средств
- Безопасным методом парковки является парковка задним ходом в свободное место или заезд на стоянку таким образом, чтобы была возможность выехать прямо.
- Парковка автотранспортных средств разрешается только на стоянках В4 и D.
- На транспортных средствах нарушителей будут установлены запирающие устройства.



# ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ НА СЛУЧАЙ ПОЛОМКИ АВТОМОБИЛЯ

- Технический помощь по радиоканалу №42, тел. 4505
- Если поломка вашего транспортного средства произошла в удаленном месте, либо вне дороги, где нет рации, и никто не знает, где вы находитесь, если у вас есть соответствующая одежда и вы можете сориентироваться, вы можете решить двигаться пешком
- Оставьте в машине записку с указанием направления вашего движения.

**Имейте в виду, что выезды в отдаленные точки без уведомления вашего супервайзера противоречат политике ТШО!**

# Оборудование Безопасности Автомобиля

- Каждый автомобиль должен быть оборудован средствами безопасности: аптечка первой помощи, огнетушитель, аварийный знак.
- Дополнительное оборудование:
- Запасное колесо, домкрат, баллонный ключ.
- Если вы едете в отдаленное место, вы должны позаботиться о том, чтобы в вашем автомобиле имелся набор необходимых инструментов, вода, а также теплые одеяла.

# ПРОЦЕДУРА ДОКЛАДА О ДТП

- Докладывайте обо всех ДТП с участием автомобилей ТШО или подрядных организаций, приведших к порче имущества или ранению людей.
- В случае дорожно-транспортного происшествия приведшего к травмам, также заполняется форма получения травмы Н-1.
- В случае дорожно-транспортного происшествия должен быть составлен и отправлен в отдел ТБ отчет о случившемся.

**Более детальную информацию вы сможете найти на Веб Страничке Отдела ТБ – Происшествия: отчетность и уведомление.**

# Аварии



- С Вами когда-нибудь случались аварии или потенциально опасные происшествия?
- Что именно произошло?
- Чему Вас это научило?
- Повлияло ли это на Вашу манеру вождения?



# Знаете ли вы, что происходит при столкновении автомобиля с твердым объектом на скорости 55 км/ч?

- Ломаются бампер и решетка
- Капот сминается
- Ноги водителя резко ударяются в коленном суставе
- Руль упирается в грудную клетку водителя
- С водителя слетают туфли
- Ломается педаль тормоза
- Машина выгибается в середине
- Голова водителя ударяется в ветровое стекло
- Задние колеса все еще крутятся
- Двери распахиваются
- Навесы ломаются

НО.....



Но их это не волнует.  
- они уже мертвы!

Пристегните  
ремни!

# Ремни Безопасности

- При пользовании ремней безопасности опасность потерять жизнь для находящихся на переднем сиденье автомобиля уменьшается на 45%.
- Пристегните ремни для безопасности



# Это знает каждый

- Ремень наиболее эффективен, если:
  - Плечевая ветвь перекинута через плечо, а не проходит под рукой или за спиной.
  - Поясная ветвь находится на уровне бедер, а не на животе.
- Ремни безопасности помогают водителю справиться с управлением.
  - Если вашей машине будет нанесен боковой удар, или вы совершите резкий маневр, вас по инерции кидает в сторону. Вы не сможете управлять машиной, если руль не находится прямо перед вами. Ремень же удержит вас на месте.
- Подушки безопасности не могут обеспечить тот же уровень защиты, что ремни
  - Подушки хорошо защищают от удара о руль, переднюю панель или лобовое стекло, но они не защитят вас, когда удар по машине приходится сбоку или сзади, или когда машина перевернулась.

**Ремнем безопасности должно быть оборудовано каждое место в машине**

# ПАССАЖИРЫ НА ЗАДНЕМ СИДЕНЬЕ

По статистике, только 48% взрослых пристегивают ремни безопасности, находясь на заднем сиденье, по сравнению с 92% сидящих на переднем сиденье. Что должны знать эти 48%:

- При столкновении на скорости 30 км/ч непристегнутый пассажир на заднем сиденье продолжит движение к переднему сиденью с такой же скоростью – 30 км/ч.
- Для пассажиров заднего сиденья, не пристегнутых ремнями, высока вероятность получить травмы грудной клетки, сломать ребра, тазобедренные суставы, голени, порезать лицо, получить черепно-мозговую травму или травму брюшной полости.
- Для пассажиров заднего сиденья, не пристегнутых ремнями, вероятность погибнуть или получить серьезную травму в три раза выше по сравнению с пристегнутыми пассажирами..

**При столкновении пассажиры на заднем сиденье могут убить впереди сидящих при движении вперед.**

**КРАСНАЯ  
МАШИНА.  
ФАКТЫ:**

**Если вам нужны доказательства:**

**СЕРАЯ  
МАШИНА.  
ФАКТЫ:**

- Водитель мертв
- Трое серьезно травмированы
- Один получил незначительную травму (мальчик, пристегнутый ремнем)

Пассажир с заднего сиденья красной машины вылетел через лобовое стекло и упал здесь.

Сиденье водителя с силой прижато к панели от удара пассажиром заднего сиденья, когда он летел внутри машины. Водитель погиб.

**ТСО**

**Из 5 человек  
ремень пристегнут  
только у одного**

**4 человека – все  
ремни пристегнуты**

- Одна незначительная травма (водитель сломал ребро от контакта с ремнем)
- Все остальные целы и невредимы.



**Местные жители  
не пристегнулись.**

**Пассажиры в этой  
машине пристегнулись.**

# Пассажиры

- Всегда пристегивайтесь ремнем безопасности
- Не отвлекайте водителя
- Никогда не вставайте, не ходите между рядами автомобиля до его полной остановки
- Не сорите в салоне автомобиля.



# Пять моментов, важных для сохранения жизни

1. Определите необходимость каждой поездки
2. Пристегните ремни безопасности
3. Не управляйте автомобилем, будучи под воздействием алкоголя или наркотиков.
4. Не управляйте автомобилем, если устали.
5. Сохраняйте скоростной режим в соответствии с дорожно-климатическими условиями

**Берегите Жизнь! Водите безопасно, или не водите вообще. Берегите ваших родных и близких от стресса попасть в ДТП**



# Определение термина «Безопасное Вождение»

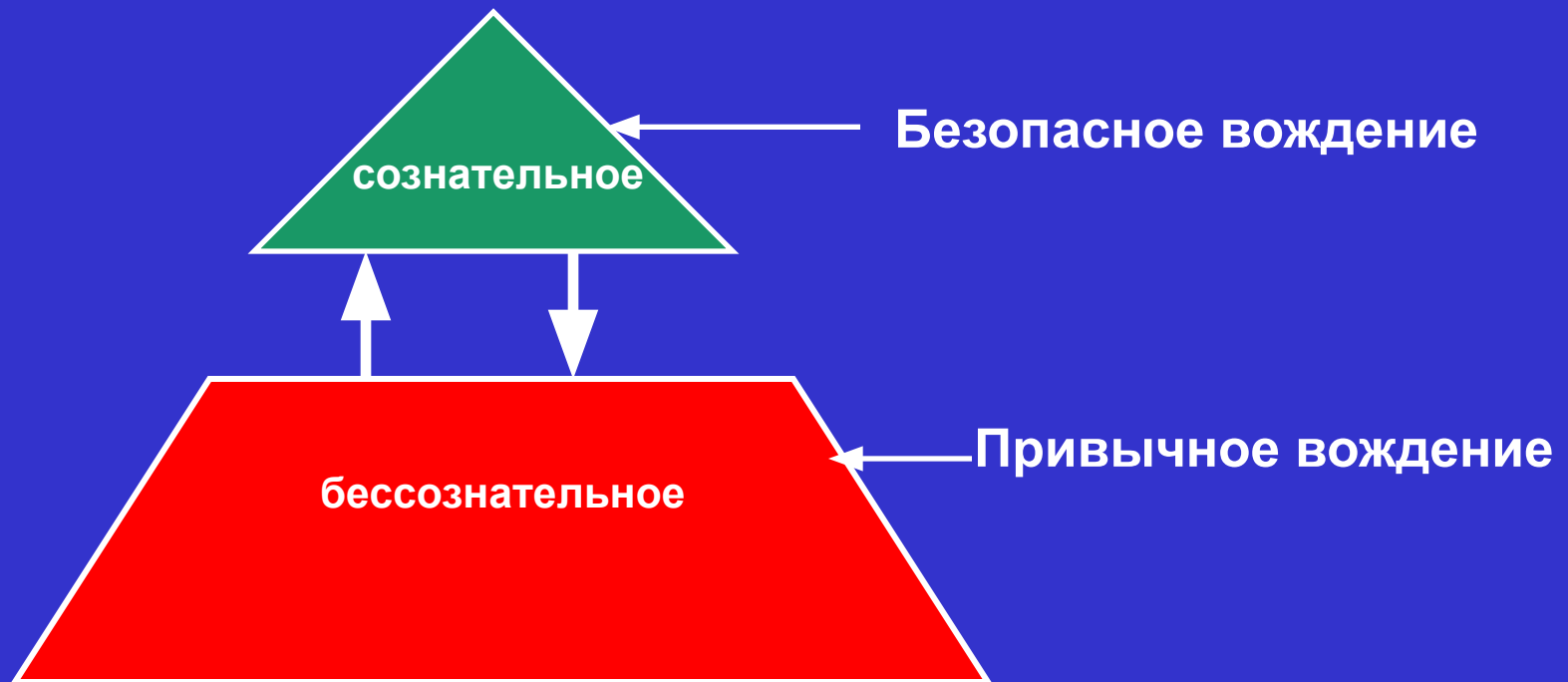
*Вождение автомобиля с использованием испытанных методов безопасности, в независимости от дорожных условий и действий других участников движения.*

# Отношение - Самооценка

- Как вы понимаете Ваши способности, как водителя?
- Оцените Ваши способности водителя по десятибальной системе.  
(1 = низкий показатель, 10 = высокий показатель)
  - С точки зрения навыков
  - С точки зрения безопасного вождения

# Отношение – помехи на пути к Безопасному вождению

- Сознательное и бессознательное мышление?

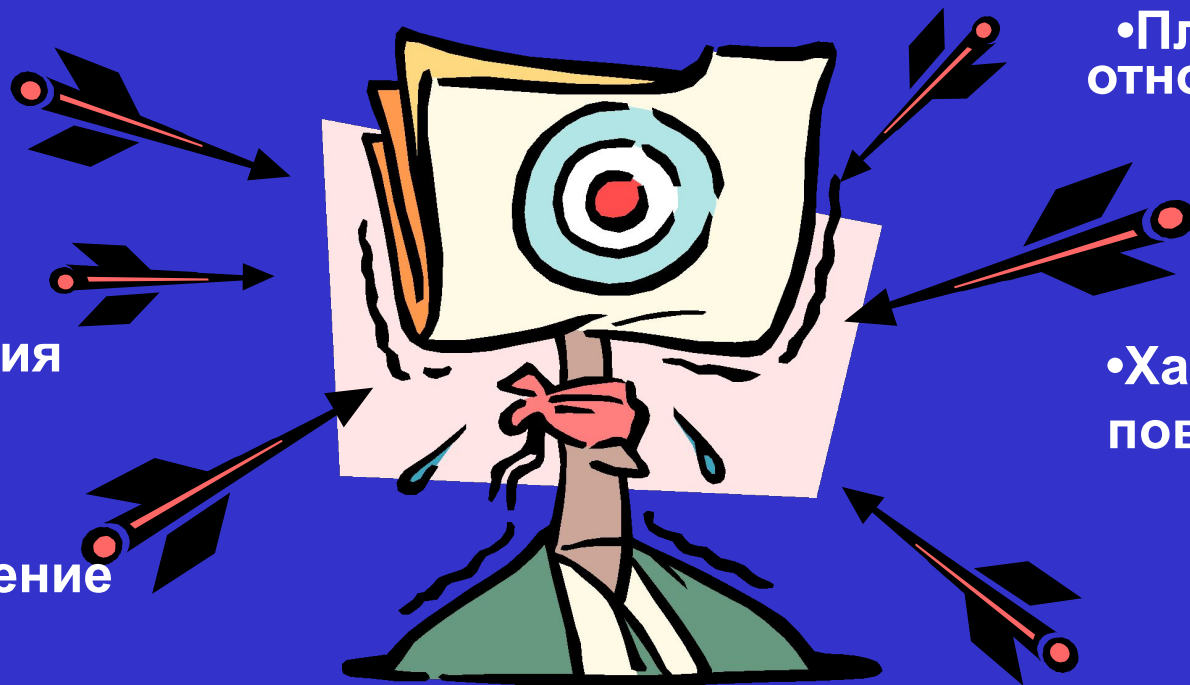


# Отношения – помехи на пути к Безопасности

- Нарушение скоростного режима

- Дух соревнования

- Несоблюдение техники безопасности



- Плохое отношение

- Халатное поведение

- Завышенная самооценка

# Техника Безопасного Вождения – Зоны Наблюдения

## 1. Зоны планирования

Зоны планирования



# Нацеливайтесь на дальние объекты

Старайтесь видеть как можно дальше  
впереди

- **Красная Зона** в пределах 4 – 6 секунд

*Зона действия*

- **Желтая Зона** в пределах 12 – 15 секунд

*Зона планирования*

- **Зеленая Зона** в пределах 15 -- 30 секунд

*Зона видимости*

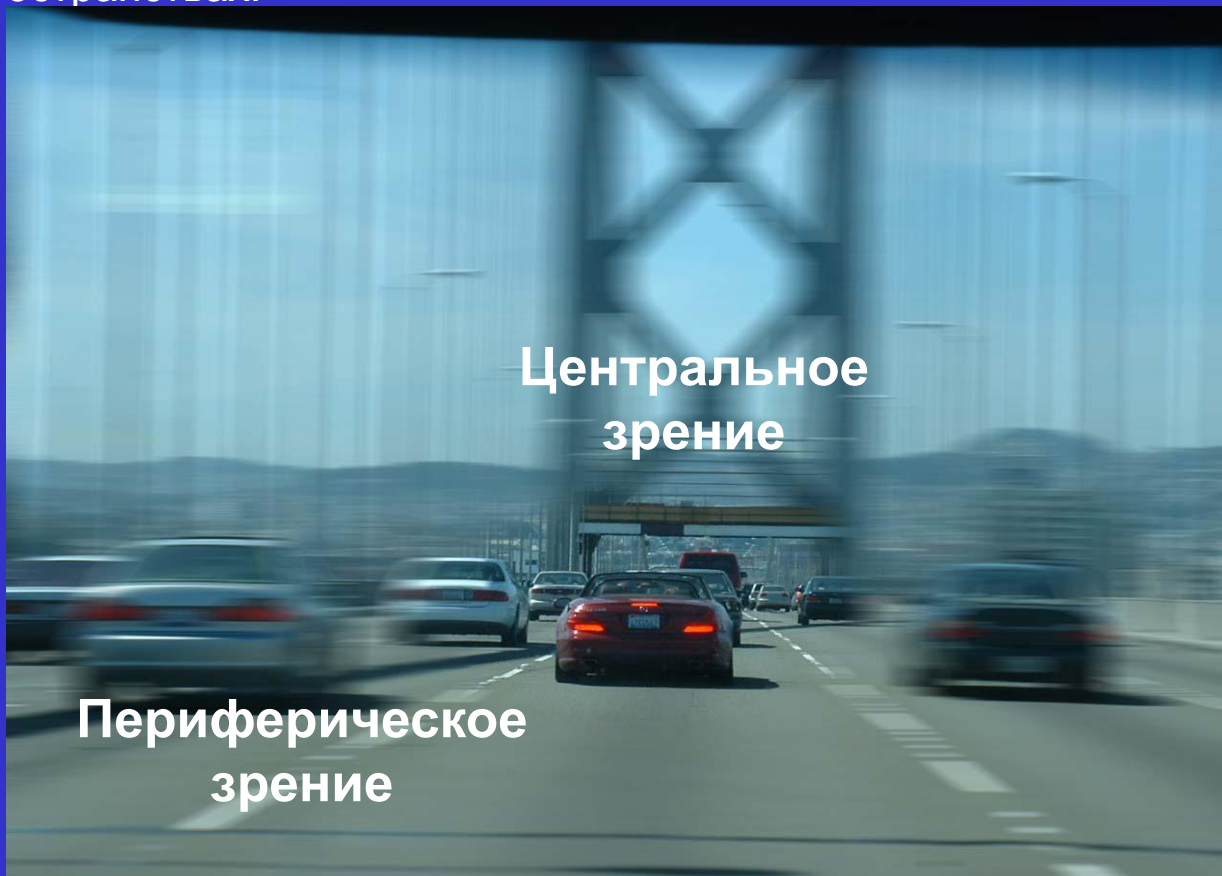
# Оставляйте возможность для выхода из ситуации

- Имейте пространство для маневра
- Спрашивайте себя – «Что, если?»
- Избегайте быть зажатыми
- Оставляйте свободное пространство – будьте готовы к неожиданностям

# Техника Безопасного Вождения – Зоны Наблюдения

## 2. Зона действия

Две зоны наблюдения: Центральное зрение – обеспечивает четкое изображение происходящего. Периферийное зрение – сигнализирует о движении происходящем в боковых пространствах.





# Техника Безопасного Вождения – Зоны Наблюдения

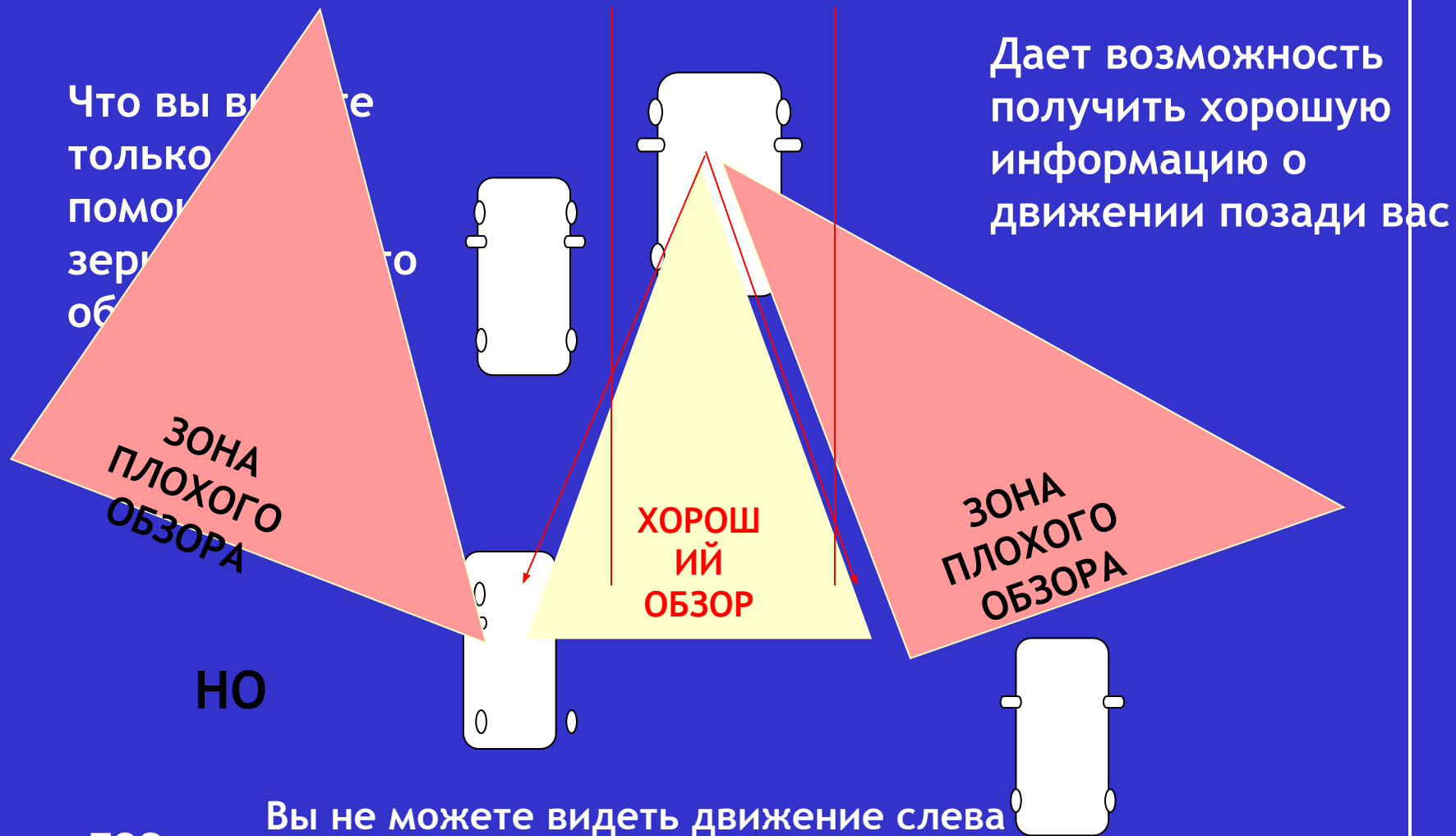
## 3. Круговой Обзор



# Смотрите по сторонам

- Не смотрите в одну точку – это усыпляет
- Не фиксируйте взгляд на одном объекте более 2 секунд
- Смотрите в зеркала заднего обзора каждые 5-8 секунд
- Избегайте стимуляторов, таких как кофе, напитки колы и т.п. – соответствующий отдых является лучшим средством для поддержания бодрости во время движения

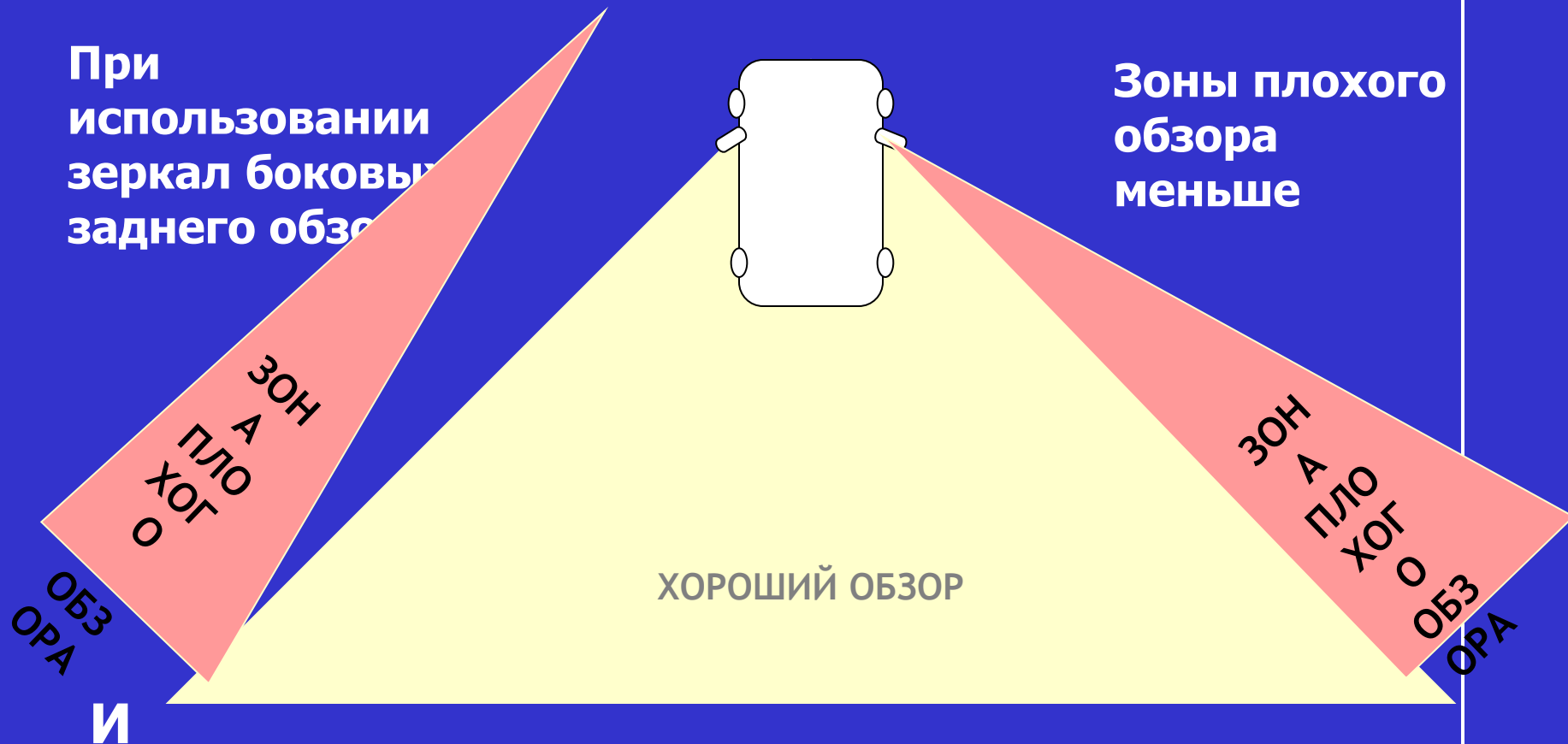
# Задний обзор через зеркало (внутри) недостаточен



# Нормальное положение бокового зеркала – (Вы можете видеть бок автомобиля)

При использовании зеркал бокового заднего обзора

Зоны плохого обзора меньше



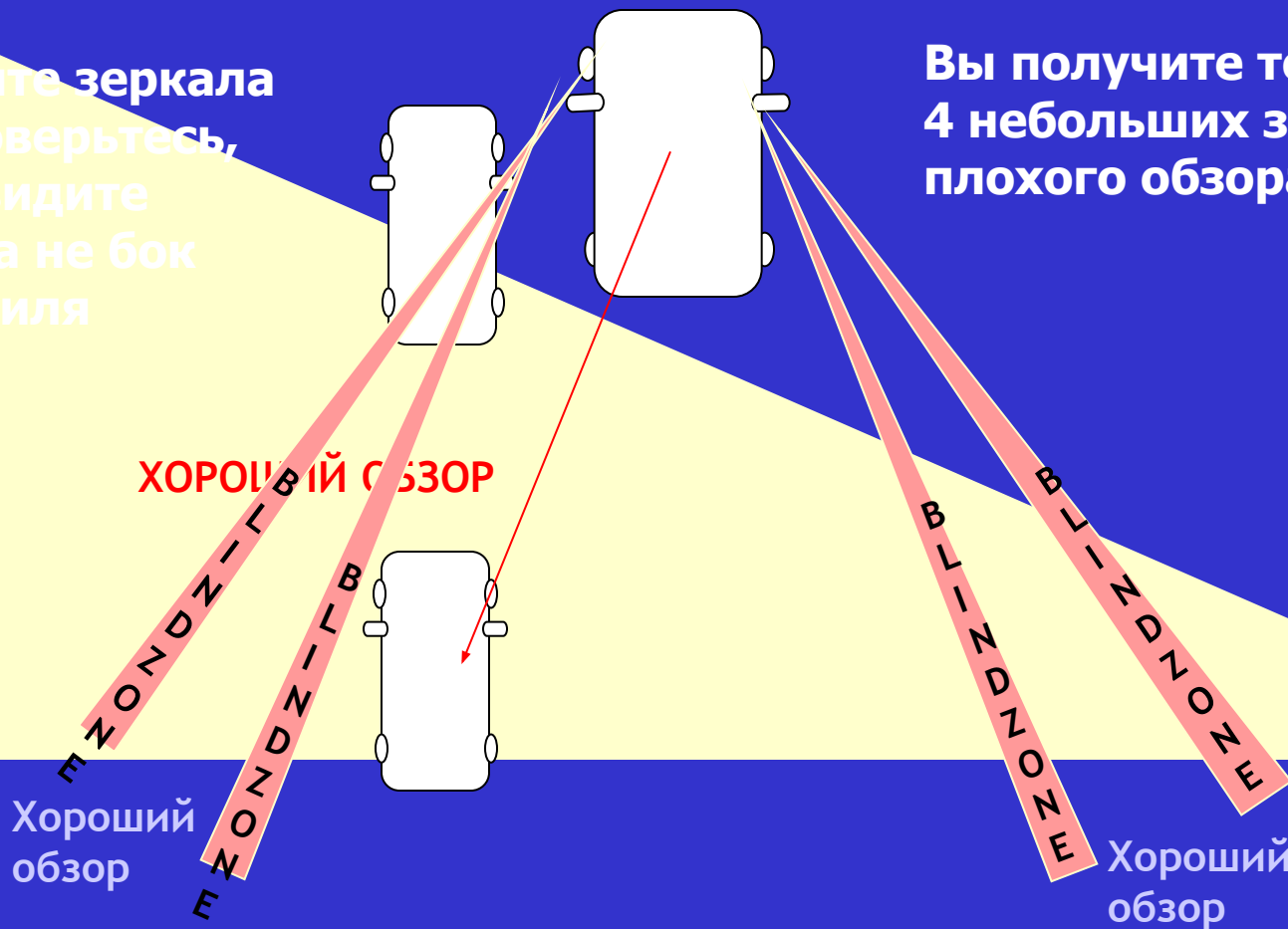
Другие участники движения дольше находятся в поле вашего зрения

ТСО

# Новое положение боковых зеркал – Вы смотрите вдоль дороги, а не на бок автомобиля

Поверните зеркала – удостоверьтесь, что вы видите дорогу, а не бок автомобиля

Вы получите только 4 небольших зоны плохого обзора



Вы можете видеть других участников движения раньше и дольше

# Техника Безопасного Вождения – Дистанция

## 4. Правило 4-х секунд



**Правило 4-х секунд обеспечивает Вам безопасную дистанцию и видимость.**

# Правило 4-х секунд

**На территории Тенгиза вы можете для соблюдения этого правила использовать дорожные столбики:**

**Расстояние между столбиками = 4 секунды при скорости 70 км/ч**



# Техника Безопасного Вождения – Дистанция

## 5. Буферная зона



**По возможности при остановке оставляйте дистанцию, равную длине одного автомобиля**



# Прогноз

Что Вы видите?

Что Вы не можете видеть?

Что Вы ожидаете увидеть?

Не переоценивайте себя –

Ищите факты:

- Изучите культуру
- Изучите правила
- Будьте бдительны на 100%
- Постарайтесь понять поведение участников движения



# Убедитесь, что вас видят

Лучшее средство – это коммуникация

- Используйте клаксон, лишь слегка надавив на него
- Используйте поворотные сигналы заблаговременно
- Включите свет
- Подайте сигнал рукой, там где это возможно



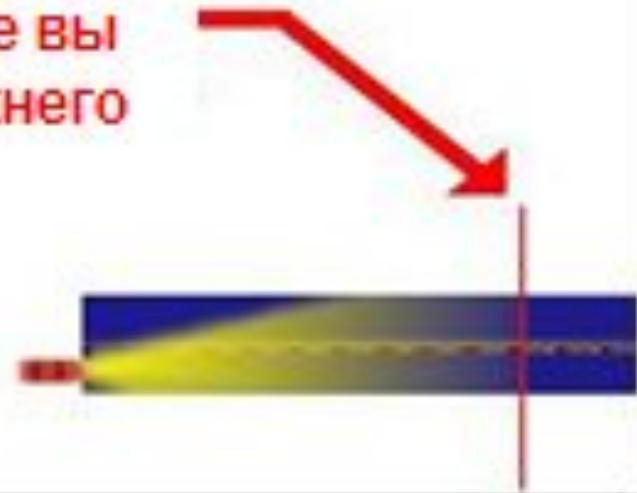
# Реакция

- Средний остановочный путь

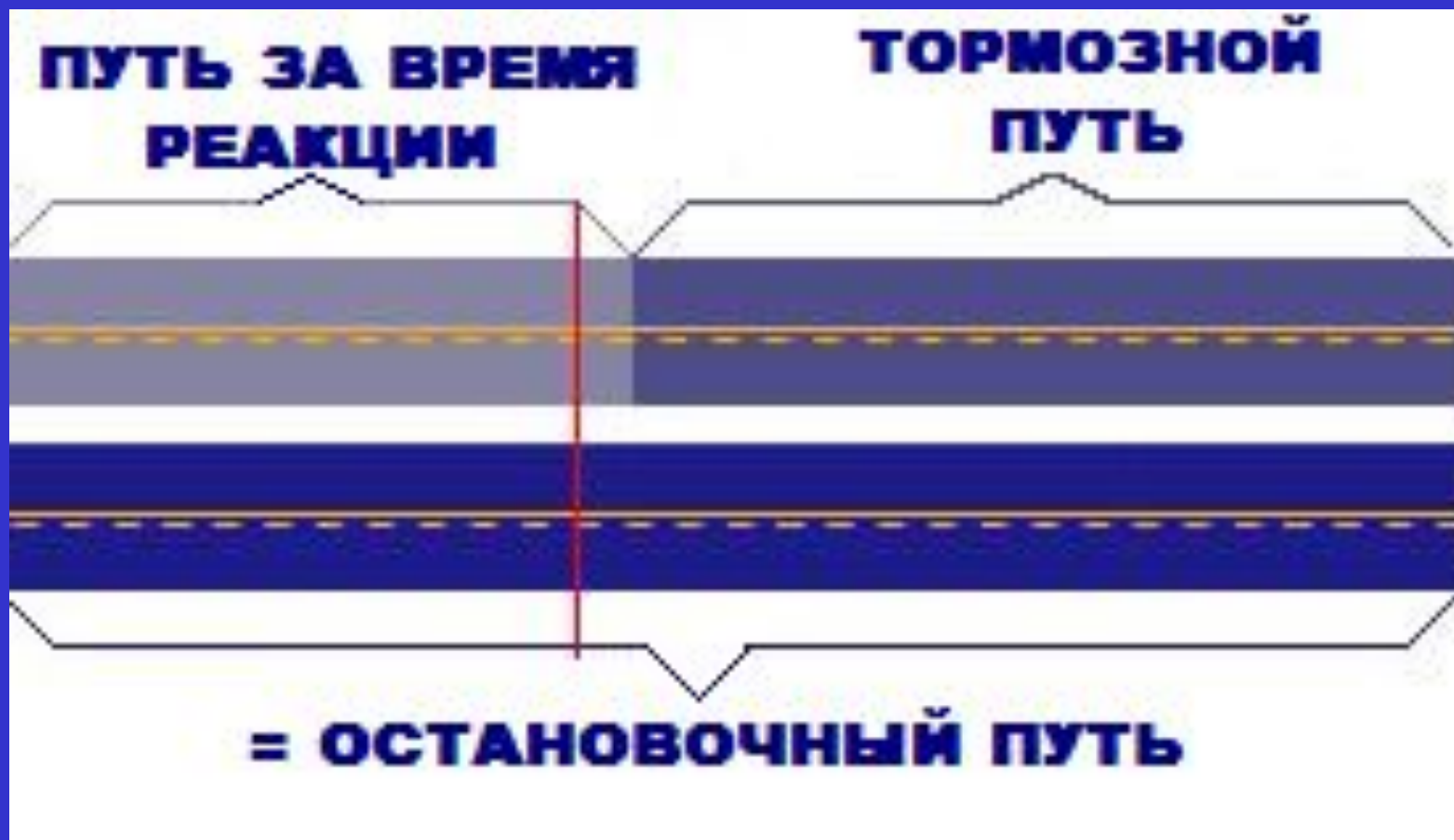
Скорость +	Время на реакцию $\frac{3}{4}$ секунды +	Тормозной путь =	Общий остановочный путь
60 км/ч 35 миль/ч	12м 39 футов	22м 72 футов	34 метра 112 футов
70 км/ч 45 миль/ч	14м 46 футов	29м 95 футов	43 метра 141 футов
100км/ч 65 миль/ч	28м 92 футов	60м 197 футов	88 метров 289 футов

# Фары освещения в ночное время

Красная линия на всех графиках - на расстоянии 53 м : расстояние, которое вы можете видеть, благодаря фарам ближнего света



# Реакция



# Реакция

При скорости 32км/ч путь за время реакции всего 14,4 м

Тормозной путь 8 м

**32км/ч**

Таким образом, общий остановочный путь 22,5 м

(путь за время реакции + тормозной путь = остановочный путь)

При скорости 48 км/ч путь за время реакции 21,5 м

Тормозной путь 19 м

**48 км/ч**

Общий остановочный путь = 40,5 метра

Если вы следите за дорогой, у вас достаточно времени, чтобы затормозить перед препятствием, видимым в зоне света ближних фар

# Реакция

При скорости 64 км/ч на реакцию уходит 29 метров

Тормозной путь = 33 метра

**64 км/ч**

Остановочный путь = 62 метра

"Х-мм... Увидели в свете фар, попытались остановиться, но не успели сделать это вовремя.

При скорости 80км/ч путь за время реакции 36 метров

На торможение уходит еще 52 метра

**80км/ч**

Остановочный путь = 88 метров

Даже если вы надавите на тормоз в момент появления объекта в свете ближних фар...

# Реакция

При скорости 96 км/ч путь за время реакции 43,5 метра

Торможение = 75 метров

**96км/ч**

Остановочный путь  
= 118,5 метра

Не важно, как быстро вы реагируете, вы не сможете остановиться вовремя

При скорости 112км/ч путь за время реакции = 51 метр

Вы даже не успеете нажать на педаль тормоза

**112км/ч**



# Задний Ход

**Если вам необходимо сдать назад при заезде или выезде с места парковки, всегда придерживайтесь следующих правил:**

- Проверьте сзади автомобиля, перед тем, как сесть в него.
- Визуально просмотрите всю территорию перед тем, как сдавать назад.
- Не полагайтесь только на зеркала или на вид из боковых окон.
- Повернитесь и посмотрите через правое плечо при движении задним ходом.
- Не смотрите в одну точку при движении назад
- Не полагайтесь на периферическое зрение при движении назад.
- Всегда сдавайте задним ходом медленно.
- Следите за изменениями (автомобили и опасности)
- Дайте звуковой сигнал перед движением.

# Факторы, понижающие сосредоточенность

## Отвлечение внимания

- Трудности маршрута
- Чувство тревоги
- Вид из окна (пейзаж)
- Действия в автомобиле
- Незнакомое задание
- Мобильные/ сотовые телефоны
  - Политика ТШО запрещает использование сотовых телефонов водителями во время движения автомобиля.



**См. Правила  
использования сотовых  
телефонов на Веб  
страничке Отдела ТБ**

# Факторы, понижающие сосредоточенность

## Утомление



- Утомление:
  - сонливость, усталость или истощение
  - как психологически, так и физиологически
- Утомление влияет на трезвость ума и может воздействовать на каждого
- В частности опасно при:
  - когда утомление накапливается
  - невозможно определить уровень утомления, будучи под его воздействием

# Признаки утомления

## Самые распространенные признаки утомления водителя:

- Напряжение в спине;
- Неглубокое дыхание;
- Потеря внимания;
- Чувство усталости;
- Усталость и резь в глазах;
- Зевота;
- Вы не помните как проехали последние километры;
- Медленная реакция;
- Чувство скуки;
- Раздражимость или беспокойство;
- Сонливость;

# Утомление

## Как бороться с утомлением:

- Отправляться в поездку надо отдохнувшим
- Перед поездкой ночной сон должен составлять не менее 7-8 часов
- Отправляясь в поездку, убедитесь , что вы имеете досточный запас времени
- По возможности, не отправляйтесь в поездку в одиночестве
- Избегайте длительных поездок в ночное время
- В салоне автомобиля должно быть прохладно (не жарко и не холодно)
- Слушайте соответствующую музыку
- Следите за положением своего тела
- Часто останавливайтесь для отдыха
- Носите солнцезащитные очки (только в дневное время)
- НЕ ПОЛЬЗУЙТЕСЬ системой автоматического регулирования скорости автомобиля.
- Если необходимо **ОСТАНОВИТЕСЬ**. Лучше поздно, чем никогда!

# Факторы, понижающие сосредоточенность

## Алкоголь

- 41% всех ДТП со смертельным исходом так или иначе связаны с алкоголем
  - Даже небольшая доза алкоголя снижает восприятие
  - Алкоголь ухудшает работу нервной системы, уменьшая Вашу способность воспринимать и реагировать
- Превышение допустимого уровня содержания алкоголя в 20 раз увеличивает шансы совершить аварию.



# Алкоголь и управление автомобилем

По закону РК, ноль – единственный приемлимый уровень содержания алкоголя в крови

- Если вас остановили сотрудники управления дорожной полиции (УДП), то вы можете быть подвергнуты проверке на содержание алкоголя в крови.
- Нет и не принимаются никакие оправдания за вождение автомобиля в нетрезвом состоянии.
- Если вы плохо себя чувствуете и не уверены в безопасности своего вождения, то не рискуйте, используйте предоставляемый транспорт, либо найдите другого водителя.

**См. Политику ТШО в отношении алкоголя и наркотических веществ на Веб страничке Отдела Кадров.**

# Понятие опасности

Что такое опасность?

Все, что потенциально  
может принести вред

ТСО





# Понятие опасности

Что такое риск?



# Восприятие опасности

## План управления риском



- **Выявите риск**
- **Оцените риск**
- **Внесите изменения**
- **Повторите процесс**

# Вождение с комментариями

Цель – выразить словами:

- Что вы видите
- Что Вы делаете
- Почему Вы это делаете