

1 *Reglarea corectă scaun și oglinzi retrovizoare*

POZITIA LA LOCUL DE CONDUCERE AL CONDUCATORULUI AUTO

Are drept scop combaterea și remedierea tendinței începătorilor de a se așeza prea aproape de volan. Poziția incorectă la volan atrage inevitabil ineficiențe în ceea ce privește protejarea conducătorului auto în cazul loviturilor frontale ale autoturismului. Pentru ca sistemele de siguranță (activ și pasiv) al mașinii să fie eficiente se impune:

- o poziție corectă a mainilor pe volan
- o reglare corectă a scaunului, pe verticală, pe orizontală, a volanului, a spatarului

Altfel apar:

- instalarea prematură a oboselii la volan
- scăderea nivelului de atenție
- diminuarea vigilenței.

În concluzie, consecințele reducerii vigilenței sunt accidente de circulație grave, prin evaluarea greșită a situațiilor din trafic sau cu întârziere și ezitări în situații dificile.

- **Poziția la locul de conducere se execută după următoarele criterii de bază astfel:**

Se așează mainile pe volan la o înălțime normală corespunzătoare acelor de ceasornic **9 și 15**. Această poziție formează un unghi aproximativ de 90 de grade a mainilor în raport cu volanul și oferă:

1. **control** asupra volanului;
2. **siguranță** din punct de vedere al condiției de siguranță pasivă al mașinii;
3. **confort** prin așezarea bratelor pe volan ușor flexate.

Apropierea excesivă de volan devine ineficientă și constă în faptul că la deschiderea airbagului în cazul poziționării scaunului prea aproape de volan, **consecințele au urmări grave**. Apropierea de volan trebuie să țină cont de anumiți factori precum distanța față de volan recomandată fiind la **30-40 cm**, unde protecția airbagului în raport cu șoferul este maximă, forța de deschidere a acestuia fiind foarte mare, iar la impactul cu fata (capul) poate cauza leziuni la fel de mari ca și în cazul când airbagul nu se deschide sau lipsește din dotarea autovehiculului.



Distanța prea mare de volan face și ea ineficientă protecția conducătorilor auto în cazul accidentelor suferite. Motivul principal în astfel de cazuri (la impactul frontal) fiind același

2 *Reglarea corectă scaun și oglinzi retrovizoare*

descriș mai sus la paragraful „poziția coducatorului auto prea aproape de volan”, deoarece atunci când airbagul se umflă, iar șoferul se află la o distanță prea mare de volan – peste limita de 40 cm, el lovește cu fața (capul) un airbag la fel de tare, pentru că forța de deschidere a acestuia cu aer comprimat dezvoltă o presiune foarte mare (300km/ora), iar dacă impactul cu acesta are loc după ce airbagul s-a deschis, devine la fel de ineficient ca în cazul loviturii cu un obiect dur (volan) și poate crea leziuni la nivelul feței – nasul, dinții etc.

REGLAREA SCAUNULUI

Reglarea scaunului pe verticală (sus - jos) astfel încât distanța de la plafon la nivelul capului să nu depășească 15 cm, din această poziție elevul are o imagine de ansamblu optimă asupra drumului și totodată o imagine clară asupra roților din față, traiectoria acestora fiind ușor de urmărit.

Reglarea scaunului pe orizontală (fața-spate), astfel încât cu piciorul drept deasupra pedalei de frână, genunchiul să fie ușor flexat, pentru a avea o forță optimă de apăsare a franei în condiții de siguranță activă, dar și din punct de vedere al siguranței pasive pentru că **dacă nu avem un unghi în genunchi (piciorul ușor flexat la frânare) ci este întins la 180 de grade (piciorul drept), în cazul unui impact frontal forța socului este preluată în plin de soldul bazinului piciorului cu consecințe grave**, decât dacă piciorul ar fi corect așezat pe frână. Astfel frâna asupra roților să fie distribuită rapid, timpul de reacție și distanța de oprire să fie cea dorită de conducătorul auto.

Reglarea spatarului se face în poziția verticală pentru că în momentul în care apăsăm frâna, acesta ne oferă suport. Dacă poziția acestuia este pe spate la apăsarea pedalei de frână corpul tinde să se ridice din scaun iar o parte a presiunii de frânare se pierde, iar distanța de oprire invariabil se mărește.

Reglarea volanului la mașinile noi se face **sus, jos / pe adâncime**.

Reglare volan sus-jos

Se reglează astfel încât prin inelul volanului să putem privi toate informațiile de la bord;

Reglare volan pe adâncime

Reglarea se execută astfel încât distanța dintre piept și volan trebuie să fie de aproximativ 30-40 cm. Din această poziție volanul este conceput să ofere: control, siguranță și confort.

1. **control** optim, o imagine de ansamblu completă asupra drumului și o privire bună asupra traiectoriei roților din față.
2. **siguranță** deoarece, în cazul siguranței pasive a autovehiculului, **airbagul** este conceput să ofere protecție maximă de la distanța aceasta (30-40 cm). Dacă deschiderea airbag-ului se face atunci când distanța dintre piept și volan este prea mare efectul de protecție se diminuează, astfel lovim un airbag care este în proces de dezumflare, iar lovitura primită este

3 *Reglarea corectă scaun și oglinzi retrovizoare*

intr - un corp dur. Dacă poziția față de volan este prea mică – sub 30 cm, atunci deschiderea airbagului poate provoca accidente grave asupra coloanei cervicale, din cauza forței presiunii aerului comprimat din interiorul acestuia. Sistemul de siguranță pasiv cu care este echipată mașina oferă protecție maximă conducătorului auto în cazul accidentelor frontale iar împreună cu **centura de siguranță** sau **tetiera**, pot salva sau diminua mult din gravitatea leziunilor suferite.

3. **confort** care este asigurat în mare parte de poziția corectă a brațelor pe volan, coatele fiind ușor flexate și prin așezarea mâinilor în dreptul acelor de ceasornic 9 și 15.

OGLINZILE RETROVIZOARE

- Oglinzile retrovizoare vor fi reglate astfel încât elevul, fără a-și mișca corpul, să vadă părțile laterale ale mașinii.
- **In oglinda retrovizoare din stanga** trebuie urmărite vehiculele care vin din spate și execută manevra de depășire.
- **Oglinda din dreapta** are rolul de a urmări vehiculele ce tocmai au fost depășite.
- **Oglinda interioară** se va urmări vehiculele care venind din spate nu pot fi observate în oglinzile laterale atunci când se află în unghiul mort al oglinzilor laterale.