

ПРАВИЛА ПОСАДКИ ВОДИТЕЛЯ

Разработал: педагог дополнительного образования

Гуркин Д.А.

УПРАВЛЕНИЕ АВТОМОБИЛЕМ НАЧИНАЕТСЯ С ПОСАДКИ
ЗА РУЛЕМ.

СЕВ ЗА РУЛЬ АВТОМОБИЛЯ, ПРЕЖДЕ ЧЕМ ПРИСТЕГНУТЬ
РЕМЕНЬ БЕЗОПАСНОСТИ, МЫ НАСТРАИВАЕМ
ПОЛОЖЕНИЕ СИДЕНЬЯ.

КАК ПРАВИЛЬНО ВЫПОЛНИТЬ НАСТРОЙКУ?
ВЕДЬ ОТ ПОСАДКИ ЗАВИСИТ НЕ ТОЛЬКО КОМФОРТ, НО И
БЕЗОПАСНОСТЬ.

НУЖНО СДЕЛАТЬ ВЫБОР МЕЖДУ БЕЗОПАСНОСТЬЮ И
КОМФОРТОМ, НО ГЛАВНОЕ-ЭТО **БЕЗОПАСНОСТЬ.**

5 ОСНОВНЫХ ПРАВИЛ ПОСАДКИ ВОДИТЕЛЯ

ПРАВИЛО № 1.
НОГИ И РУКИ ДОЛЖНЫ КОМФОРТНО
ДОСТАВАТЬ ДО ОРГАНОВ УПРАВЛЕНИЯ, НЕ
ВЫТЯГИВАЯСЬ
(НЕ САДИМСЯ СЛИШКОМ ДАЛЕКО).

ПРАВИЛО № 2.
ПЛЕЧЕВОЙ ПОЯС ДОЛЖЕН ПЛОТНО
КОНТАКТИРОВАТЬ СО СПИНКОЙ СИДЕНЬЯ.

ПРАВИЛО № 3.
ГОЛОВА НЕ ДОЛЖНА ЛЕЖАТЬ НА
ПОДГОЛОВНИКЕ (ОСТАВЛЯЕМ ЗАЗОР).

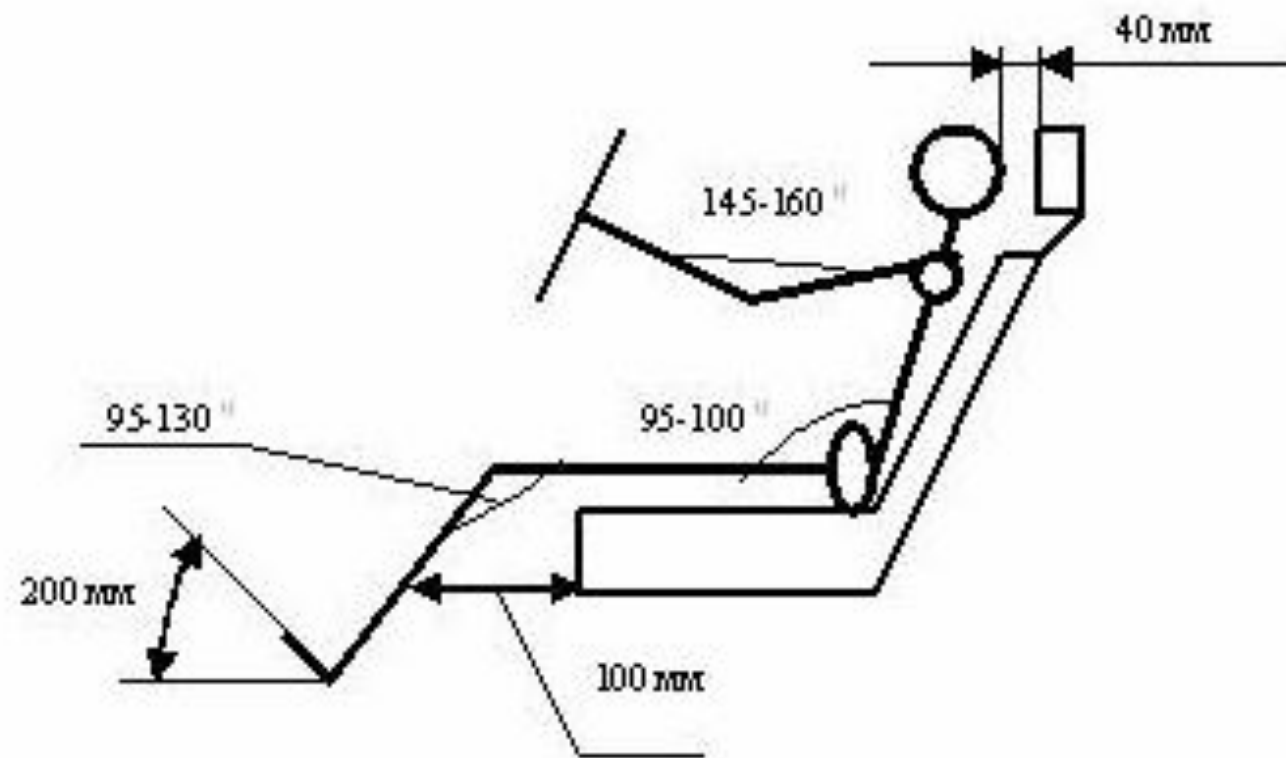
ПРАВИЛО № 4.
ЛОКТИ И КОЛЕНИ НЕ ДОЛЖНЫ БЫТЬ ИЗЛИШНЕ
СОГНУТЫ (НЕ САДИМСЯ СЛИШКОМ БЛИЗКО).

ПРАВИЛО № 5.
РАССТОЯНИЕ МЕЖДУ НИЖНИМ СЕКТОРОМ РУЛЯ
И НОГАМИ ДОЛЖНО РАВНЯТЬСЯ ШИРИНЕ
ВАШЕЙ ЛАДОНИ.

СЕРИЙНЫЙ АВТОМОБИЛЬ ПО ПОСАДКЕ РАССЧИТАН НА
СРЕДНЕСТАТИСТИЧЕСКОГО ЧЕЛОВЕКА РОСТОМ 175 СМ, С 42-
М РАЗМЕРОМ ОБУВИ.

НЕСТАНДАРТНОМУ ПО МОРФОЛОГИИ ЧЕЛОВЕКУ НУЖНО
ПРИСПОСОБИТЬ АВТОМОБИЛЬ К СЕБЕ, ЛИБО
ПРИСПОСОБИТЬСЯ К АВТОМОБИЛЮ. ПОСАДКА
ПОДБИРАЕТСЯ ИНДИВИДУАЛЬНО И ДОЛЖНА ОБЕСПЕЧИВАТЬ
КАК ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЙ, ТАК И ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ
КОМФОРТ ВОДИТЕЛЯ.

ПРИМЕР ПОСАДКИ



ИНСТРУКЦИЯ «ПОСАДКА ВОДИТЕЛЯ»

ПОСАДКА ВОДИТЕЛЯ

Правильно



Поза готовности к экстренным действиям

Ошибка



Расслабленно-вальсяжная посадка
Опущенные руки не позволят выполнить "взрывных" действий

Ошибка



"Таксистская посадка"
Руль не должен быть опорой для туловища. Отрыв корпуса от спинки сидения влияет на потерю "чувства автомобиля"

Ошибка



"Полулежачая посадка"
Резкие амплитудные действия спровоцируют потерю контакта с сидением и спинкой

Ошибка



"Пляжная посадка"
В таком положении можно находиться при заглушенном двигателе

Ошибка



"Поза мотоциклиста"
Руки внутри обода руля - травмоопасная позиция.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!