

## Занятие по вождению автомобиля № 1

### «Готовимся в путь»

**Тема:** Посадка, приемы действия органами управления и приборами сигнализации;

**Цель:** Научить, обучающегося пользоваться регулировками сиденья, органами управления и приборами сигнализации;

**Задачи:**

1. Рассказать о безопасном управлении автомобиля и познакомить с принципами правильной посадки водителя.
2. Познакомить и показать приемы действия органами управления и приборами сигнализации.
3. Развивать самостоятельность и внимание при работе органами управления автомобиля и приборами сигнализации.

**Оборудование:** Грузовой и легковой автомобили;

**Ход занятия:**

**1. организационный этап:**

- постановка целей и задач занятия;
- объяснение алгоритма работы на занятии;

**2. основной этап:**

- теоретическое объяснение по конспекту;
- практический (показ);
- закрепление приобретенных навыков.

**3. заключительный этап:**

- вопросы по пройденной теме и оценивание.

### Конспект занятия

Прежде чем первый раз сесть за руль автомобиля, кандидат в водители должен научиться правильно сидеть. В будущем правильная посадка даст возможность хорошо и безопасно управлять автомобилем. Для того, чтобы правильно сидеть в автомобиле предусмотрено несколько регулировок сиденья:

- ручка продольного перемещения сиденья;
- ручка регулирования угла наклона спинки сиденья;
- ручка регулирования жесткости сиденья;
- ручка регулирования положения подушки по углу наклона.

Что такое правильная посадка? Принцип правильной посадки заключается в том, что водитель должен свободно сидеть за рулем. Руки и ноги должны быть свободны, иметь возможность шевелиться, чтобы управлять автомобилем. Основной ошибкой посадки является большая удаленность

подушки от рычагов управления или наоборот очень близкая, стесняющая действия водителя. Для того, чтобы подогнать сиденье под свой рост делается это следующим образом.

**Регулировка подушки сиденья:**

- носком левой ноги выжимаем сцепление до упора, при этом нога должна оставаться слегка согнутой в колене;
  - правую ногу ставим на педаль тормоза и перебрасываем на педаль газа «газ – тормоз» движение должно быть удобным;
- при необходимости подушка регулируется ручкой продольного перемещения сиденья.

**Регулировка спинки сиденья:**

- берем руль на 12 часов в кулак, рука при этом должна быть прямой;
  - опуская руки в рабочее положение 3 и 9 часов им будет удобно поворачивать руль в любую сторону;
- при необходимости регулируется ручкой угла наклона спинки сиденья.

На грузовых автомобилях конструкция сиденья отличается от конструкций сиденья легкового автомобиля и поэтому существуют регулировки жесткости сиденья по весу водителя, угла наклона подушки.

## **Техника рулевого управления**

Сейчас мы поговорим о технике рулевого управления. Для того чтобы показать вам, как правильно работать рулем мы поставим наш автомобиль на диски «грация». Эти диски позволят вам свободно на месте тренировать вращение руля, поворачивая колеса в любую сторону.

**Основное положение рук на руле:**

- 9 и 3, левая рука лежит на 9 часов, правая на 3 часа.
- Хват руля свободный, руки ослаблены, и все мышцы абсолютно расслаблены и свободны.

Для того, чтобы повернуть руль, делаем такое движение которое называется «веревка», представьте себе, что вы танцуете руками веревку на себя.

Точно так же, поочередным перехватом мы поворачиваем руль из стороны в сторону. Нельзя допустить того, чтобы руки не держались за руль, чтобы обе руки отпустили его. Руль обязательно контролируется хотя бы одной рукой не зависимо от того, в какую бы сторону вы его ни поворачивали.

При включении указателя поворота большой палец не снимаем с руля, а остальными пальцами легко включают и выключают указатели поворотов. Очень распространенная ошибка, когда рука снимается с руля, для того, чтобы включить указатели поворотов. Потому что физиология движения требует, чтобы вы хотя бы на секунду посмотрели на рычаг управления указателя, что заставляет вас оторвать глаза от дороги, что очень опасно во

время движения. Направление включения указателя поворотов по направлению движения руки. При правом повороте, левая рука идет вверх. При левом повороте, левая рука идет вниз.

### **Контрольный осмотр автомобиля.**

Перед выездом на маршрут обязательно проводится контрольный осмотр автомобиля.

1. Наличие охлаждающей жидкости в системе охлаждения.
2. Наличие масла в двигателе (проверяется мерной линейкой).
3. Исправность тормозной системы и наличие тормозной жидкости в бачке главного цилиндра.
4. Исправность рулевого управления.
5. Исправность электрооборудования (свет - дальний, ближний; указатели поворотов – левый, правый; фонари стоп – сигнала; фонари заднего хода; стеклоочистители и стеклоомыватель; отопитель кабины или салона).
6. Визуальный осмотр всех систем и агрегатов автомобиля.
7. Проверяется давление воздуха в шинах.

### **Контрольные вопросы.**

1. Как правильно отрегулировать сиденье водителя?
2. Рассказать и показать последовательность действий при освоении техники рулевания?
3. Что должен сделать водитель перед выездом на маршрут?

### **Подведение итогов.**

## **Занятие по вождению автомобиля № 2**

### **«Алгоритм движения»**

**Тема:** Приемы управления автомобиля.

**Цель:** Научить обучающегося приемам управления автомобилем.

**Задачи:**

1. Рассказать о безопасном управлении автомобиля и познакомить с приемами управления.
2. Познакомить и показать приемы управления автомобилем.
3. Развивать самостоятельность и внимания к реализации приемов управления автомобилем.

**Оборудование:** Грузовой и легковой автомобили;

**Ход занятия:**

**8. организационный этап:**

- постановка целей и задач занятия;
- объяснение алгоритма работы на занятии;

**9. основной этап:**

- теоретическое объяснение по конспекту;
- практический (показ);
- закрепление приобретенных навыков.

**10. заключительный этап:**

- вопросы по пройденной теме и оценивание.

### **Конспект занятия**

Сейчас поговорим о работе ног. Правильная работа ног – это залог безопасности вашего движения, это залог безопасного управления автомобиля. У нас три педали. Правая нога управляет двумя из них: педалью газа и педалью тормоза. Правильная постановка ноги на педаль таким образом, чтобы пятка стояла ровно под педалью тормоза. При перемене работы педали тормоза и газа перебрасывается только носочек ноги.

Поговорим о левой ноге. Левая нога – она работает только педалью сцепления и основное ее положение на полу. Она отрывается от пола только тогда, когда надо работать педалью, и, завершив работу педали возвратить ее на пол.

Выжимаем педаль носочком энергичным движением, плавно ослабляем ее и для удержки фиксируем пятку на полу. Удержали педаль нужное время и опустили всей ногой, и нога вернулась на пол – это правильная работа.

Человеку в жизни свойственно совершать симметрические движения. Начинающий водитель переносит этот навык и на управление автомобилем. Он старается, чтобы все его движения были симметричны. Основной ошибкой при управлении сцепления – это медленное выжимание педали, оно ассоциируется с медленным отпусканьем. Техника управления требует выжимать педаль энергично до упора, а затем отпускать по-другому – медленно с задержкой. Даже если с первого раза вам это движение покажется неудобным, не пугайтесь этого, вы буквально через несколько занятий привыкните к ним и поймете, что по другому управлять автомобилем просто нельзя.

### Трогание с места

Любое движение на улице начинается с трогания, и обязательно заканчиваются остановкой. Что об этом говорят правила дорожного движения? Перед началом движения водитель обязан подавать сигналы поворота соответствующего направления, при этом, маневр должен быть безопасен и не создавать помех другим участникам движения. Подача сигнала не дает водителю преимущества и не освобождает его от принятия мер предосторожности.

Какие же действия должен совершить водитель, чтобы выполнить эти требования?

Левой ногой энергично выжимаем педаль сцепления до упора, плавным движением перевести рычаг КПП в положение первой передачи. Не снимая руку с руля включить пальцем указатель левого поворота. Перевести носок правой ноги на педаль газа и плавно добавить обороты двигателя. Ослабляя левую ногу выбрать только свободный ход педали сцепления и зафиксировать пятку на полу. Затем смотрим в зеркало заднего вида, чтобы оценить ситуацию на дороге. Оценив ситуацию, начинаем движение. Чтобы начать движение ослабляем на несколько миллиметров педаль сцепления и фиксируем ее. Машина начинает движение, отпускаем педаль сцепления до конца, добавляем газ и разгоняем машину до скорости потока движения.

### Контрольные вопросы.

1. Какими педалями работают левая и правая ноги водителя?
2. Рассказать и показать последовательность действий при трогании с места?

### Подведение итогов.

## Занятие по вождению автомобиля № 4

### «Остановка и трогание на подъеме»

**Тема:** остановка и трогание на подъеме.

**Цель:** Научить обучающегося приемам остановки и трогания на подъеме.

**Задачи:**

1. Рассказать о остановке и трогании на подъеме.
2. Познакомить и показать приемы остановки и трогания на подъеме.
3. Развивать самостоятельность и внимания к реализации приемов остановки и трогания на подъеме.

**Оборудование:** Грузовой и легковой автомобили;

**Ход занятия:**

**1. организационный этап:**

- постановка целей и задач занятия;
- объяснение алгоритма работы на занятии;

**2. основной этап:**

- теоретическое объяснение по конспекту;
- практическое (показ);
- закрепление приобретенных навыков.

**3. заключительный этап:**

- вопросы по пройденной теме и оценивание.

#### Конспект занятия

Упражнение «остановка и трогание на подъеме» ставит свое целью проверить умение кандидата в водители начать движение в затрудненных условиях. Для этого используется специальное сооружение напоминающую эстакаду с продольным уклоном в пределах от 8 до 16 %, а коэффициент сцепления покрытия сооружения с шинами при любых погодных условиях должен быть не ниже 0,4. В ходе выполнения упражнения кандидат в водители должен начать движение и остановиться на наклонном участке перед линией «стоп» и зафиксировать автомобиль в неподвижном состоянии с помощью рабочего или стояночного тормоза. После этого необходимо начать движение с минимальным откатом. Для наиболее объективной оценки для кандидата в водители целесообразно использовать следующий способ контроля. На расстоянии соответствующим величине допустимого уклона устанавливается контрольная стойка, которая будет сбита если откат превысит допустимую величину.

**Для трогания с места необходимо:**

- утопить кнопку фиксатора рычага стояночного тормоза, но продолжать удерживать рычаг в верхнем положении;
- довести с помощью педали газа обороты коленчатого вала двигателя до 2000 оборотов в минуту;
- отпустить плавно педаль сцепления в среднее положение, соответствующее моменту касания дисков сцепления.

Ощутить этот момент не сложно, частота вращения коленчатого вала уменьшится, а переднеприводная машина как бы прижмется к земле. Когда вы почувствуйте, что машина готова тронуться с места необходимо опустить рычаг стояночного тормоза.

Если передержать рычаг стояночного тормоза на верху, то заглохнет двигатель, а если не додержать и отпустить ручник раньше срока, то автомобиль просто покатится назад. В реальных условиях подобные ситуации возникают, например, во время остановки на запрещающий сигнал светофора, на участке проезжей части имеющей продольный уклон. Если сзади на небольшом расстоянии остановится автомобиль или пересекает проезжую часть пешеход, откат транспортного средства может повлечь дорожно-транспортное происшествие «ДТП».

#### **Контрольные вопросы:**

1. Для чего нужно уметь выполнять упражнение «Остановка и трогание на подъеме»?
2. Рассказать и показать последовательность действий при выполнении упражнения «Остановка и трогание на подъеме»?

**Подведение итогов.**

## Занятие по вождению автомобиля №6

### «Остановка. Развороты»

**Тема:** остановка в заданном месте, развороты.

**Цель:** Научить обучающегося приемам торможения, остановки автомобиля и разворотам.

**Задачи:**

1. Рассказать о торможении, остановки автомобиля и разворотах.
2. Познакомить и показать приемы торможения, остановки автомобиля и развороты.
3. Развивать самостоятельность и внимания к реализации приемов торможения, остановки автомобилем и разворотов.

**Оборудование:** Грузовой и легковой автомобили;

**Ход занятия:**

1. организационный этап:
  - постановка целей и задач занятия;
  - объяснение алгоритма работы на занятии;
2. основной этап:
  - теоретическое объяснение по конспекту;
  - практическое (показ);
  - закрепление приобретенных навыков.
3. заключительный этап:
  - вопросы по пройденной теме и оценивание.

#### Конспект занятия

Одна из типичных причин столкновения между автомобилями – это не соблюдение дистанции, либо не верное торможение.

И так, как же правильно нажимать на педаль тормоза? Как правильно тормозить? Как сделать так, чтобы машина слушалась вас, чтобы это не было просто торможением, а было процессом снижения скорости? При нажатии на педаль тормоза возможно два способа:

1. можно нажимать быстро, можно нажимать медленно;
2. можно нажимать сильно, можно нажимать слабо.

И это не одно и то же, и не обязательно медленно и слабо, а если быстро, то сильно. Можно нажимать быстро и не сильно (с небольшой силой давления), поэтому, нажимая на педаль тормоза, регулируем силу давления.

У педали тормоза есть свободный ход, когда выбирается зазор между тормозной колодкой и барабаном. В этот момент нажимая на педаль тормоза, машина еще не тормозит. Она начинает тормозить, когда колодка

соприкасается с тормозным барабаном. Торможение ногой подается энергичным, но не сильным давлением. Если нажимать на педаль тормоза сильно, то колеса станут колом и удара сзади не избежать.

Давление на педаль тормоза должно быть мягкое, дозированное. Энергично выбирается только свободный ход тормоза. Для того чтобы машина плавно тормозила по мере замедления скорости нажатие на педаль тормоза приослабляют.

### **Остановка**

Сколько бы мы не двигались по улицам населенного пункта, рано или поздно должны остановиться.

#### **Остановка:**

1. включаем, правы указатель поворота, сзади начинает моргать сигнал поворота, предупреждая участников движения о намерении остановиться;
2. нажимаем на педаль сцепления, а правая нога переносится на педаль тормоза, сзади загораются фонари стоп – сигнала;
3. подводим машину к краю проезжей части (обочины), выравниваем ее и педалью тормоза останавливаем машину;
4. выключаем указатель поворота, выключаем передачу и ставим рычаг КПП в нейтральное положение, отпускаем педаль сцепления, ослабляем педаль тормоза, ставим машину на стояночный тормоз (ручник). Вот только теперь машина остановилась полностью.

### **Развороты**

Упражнение «разворот» моделирует ситуацию, когда необходимо развернуться на  $180^{\circ}$  в ограниченном по ширине пространстве, например на двухполосной дороге. Параметры упражнения выбраны таким образом, что даже максимальный угол поворота управляемых колес автомобиля не позволяет выполнить разворот, не прибегнув к движению задним ходом.

Однако если спроектировать ситуацию на реальные дорожные условия, то чтобы не создавать помех водителям других транспортных средств маневр должен быть выполнен достаточно быстро. В этой связи повторное включение передач заднего хода не допускается.

Для правильного выполнения упражнения у кандидата в водители должны быть выработаны навыки построения оптимальной траектории маневра. Вы начинаете движение от линии «старт» с минимальной скоростью, как можно ближе прижимаетесь к правой границе коридора и максимально быстро поворачиваете руль налево до упора. К моменту окончания движения у левой стенки ваша машина должна быть ориентирована под углом близким  $90^{\circ}$  по отношению к стартовому расположению. Перед остановкой у левой стенки начинайте выворачивать руль вправо. После остановки включите заднюю передачу, начиная движение задним ходом и одновременно доворачиваем руль в крайнее правое

положение. Двигаясь назад, учите, что вам необходимо не выехав за габариты площадке оставить себе максимально большее расстояние для последующего движения вперед.

**Перед окончанием движения:**

- выворачивайте руль влево;
- остановите движение задним ходом;
- включите первую передачу и завершите разворот.

Наиболее часто такая ситуация встречается при разрешенном правилами развороте на двухполосной дороге в условиях движения машин по встречной полосе.

#### **Контрольные вопросы.**

1. Рассказать и показать последовательность действий при торможении и остановки автомобиля?
2. Как развернуть автомобиль на  $180^0$ ?

**Подведение итогов.**

## Занятие по вождению автомобиля № 7

### «Въезд в бокс»

**Тема:** маневрирование в ограниченных проездах.

**Цель:** Научить обучающегося приемам маневрирования в ограниченных проездах.

**Задачи:**

1. Рассказать о маневрировании в ограниченных проездах.
2. Познакомить и показать приемы маневрирования в ограниченных проездах.
3. Развивать самостоятельность и внимания к реализации приемов маневрирования в ограниченных проездах.

**Оборудование:** Грузовой и легковой автомобили;

**Ход занятия:**

1. организационный этап:
  - постановка целей и задач занятия;
  - объяснение алгоритма работы на занятии;
2. основной этап:
  - теоретическое объяснение по конспекту;
  - практическое (показ);
  - закрепление приобретенных навыков.
3. заключительный этап:
  - вопросы по пройденной теме и оценивание.

#### Конспект занятия

В ходе упражнения «въезд в бокс» проверяется умение кандидата в водители поставить транспортное средство на стоянку перпендикулярно краю проезжей части, в зону ограниченную с трех сторон. В жизни место стоек справа и слева могут быть, например, припаркованные автомобили, а сзади тротуар или ограда. Аналогичная задача стоит перед водителем при въезде задним ходом в бокс. От кандидата в водители требуется умение построить оптимальную траекторию манера. Не менее важно так же выработать чувство габарита транспортного средства, в первую очередь боковых и заднего. Следует подчеркнуть, что удобство въезда в условный бокс будет зависеть в том числе от промежуточного положения автомобиля перед началом движения задним ходом. Требование осуществить маневр быстро, так же является одним из основных. По этому при выполнении упражнения допускается только однократное включение передачи заднего хода. Чтобы правильно выполнить упражнение, начиная движения назад ориентируйтесь по крайней правой стойке бокса. Постарайтесь приблизиться

к ней на минимальное расстояние, практически вплотную. Если вам это удалось, переключайте внимание на выравнивание машины. Управляемые колеса машины должны оказаться в выровненном положении не позже чем машина займет место в боксе параллельно левой и правой стенок. Точный расчет траектории движения при заезде в бокс задним ходом определяет умение кандидата в водителя поставить транспортное средство на стоянку перпендикулярно проезжей части.

### **Контрольные вопросы:**

1. Какую цель преследует упражнение «въезд в бокс» задним ходом?
2. Рассказать и показать упражнение «въезд в бокс» задним ходом?

### **Подведение итогов.**