TMVI017PO. Fundamento de la conducción segura

Sku: PDG_TMVI017PO

Horas: 50

OBJETIVOS

Conocer los conceptos y técnicas para la prevención de accidentes y la disminución de riesgos en la conducción de vehículos, sensibilizando a los conductores sobre las graves consecuencias humanas, económicas y sociales que provocan los accidentes de tráfico.

CONTENIDOS

Unidad 1.- La prevención del riesgo laboral en la conducción
1.1. Análisis de riesgo.
1.2. Métodos de anticipación y previsión del riesgo.
1.3. Preparación del desplazamiento: ¿Qué hacer antes de salir?
1.4. Preparación del conductor: posición del conductor y manejo del volante.
1.5. Ergonomía.
1.6. Evitación de lesiones.
1.7. Preparación del vehículo.

Unidad 2.- El vehículo
2.1. Frenos, suspensiones y neumáticos.
2.2. Revisión y mantenimiento continuo.
2.3. Dispositivos de seguridad: cinturón de seguridad, apoyacabezas.
2.4. Objetos sueltos.

Unidad 3.- Frenada
3.1. Frenada de emergencia.
3.2. Frenada en esquiva y posterior estabilización.
3.3. Frenada en mojado.

Unidad 4.- Trazado de curvas

Unidad 5.- La vía
5.1. Conservación.
5.2. Señalización.
5.3. Climatología.

Unidad 6.- Causas más comunes de accidentes

6.1. La velocidad:
6.1.1. Introducción: la velocidad.
6.1.2. Velocidad adecuada, excesiva y exceso de velocidad.
6.1.3. Velocidad y distancia de seguridad.
6.1.4. Fundamentos teóricos de la velocidad.
6.1.5. Velocidad e impacto de objetos.
6.1.6. Velocidad y toma de curvas.
6.1.7. Las limitaciones de la velocidad.

6.2. El alcohol y la conducción:
6.2.1. Dimensión del problema: incidencia social.
6.2.2. Tipos de bebidas alcohólicas: grado alcohólico.
6.2.3. ¿Qué sucede con el alcohol que se ingiere?
6.2.4. La alcoholemia.
6.2.5. Efectos que produce el alcohol sobre la conducción.
6.2.6. El alcohol y los accidentes de circulación.
6.2.7. En relación con la práctica de las pruebas.

6.3. La fatiga, el sueño, la distracción y la conducción:
6.3.1. ¿Qué es la fatiga?
6.3.2. Efectos de la fatiga sobre el sistema nervioso y muscular.
6.3.3. Factores que potencian la aparición de la fatiga en la conducción.
6.3.4. Síntomas de la fatiga.
6.3.5. ¿Qué hacer para evitar o retardar la fatiga? Recomendaciones.

6.4. Conducción nocturna y en condiciones atmosféricas adversas:
6.4.1. La conducción nocturna.
6.4.2. La lluvia.
6.4.3. La nieve.
6.4.4. El hielo.
6.4.5. La niebla.
6.4.6. El viento.
6.4.7. El sol.

Unidad 7.- Análisis de un accidente

7.1. Realizar el desplazamiento.
7.2. Técnicas durante la conducción: ver y ser visto.
7.3. Las técnicas de visión.
7.4. Análisis de la información.
7.5. Previsión de situaciones desfavorables: actuación.
7.6. Velocidad y cómo anticipar.
7.7. Preservar el espacio de seguridad.
7.8. Colisiones viales.

Unidad 8.- Técnicas de conducción

8.1. Terminar el desplazamiento.
8.2. Aparcar y maniobrar de forma segura.

8.3. Situaciones de emergencia.
8.4. Desestabilización. Comprensión del comportamiento dinámico del vehículo.
8.5. Transferencia de masas y su control.
8.6. Estabilización y control de la carga lateral.
8.7. Frenada:
8.7.1. Frenada de emergencia.
8.7.2. Frenada en esquiva y posterior estabilización.
8.7.3. Frenada en mojado.
8.8. Comportamiento del ABS.
8.9. Pérdidas y recuperación de trayectorias.