



القيادة الوقائية



smsaexpress.com

مقدمة

ليس هناك وسيلة من وسائل النقل تتطلب مهارات المشغل الفردية و تركيزه كما تتطلبها قيادة سيارات النقل. إن أي مركبة متحركة على الطريق معرضة لحوادث السير، حتى المركبات التي تسير في طريق مستقيم و جاف و في جو صحو تكون عُرضة لأخطار حوادث السير. لذلك من الضروري أن تتعرف على حالات الحوادث المحتملة و أن تتكيف معها و تتجنبها.

إن القيادة الآمنة للسيارات ليست مسألة حظ، فقد أثبتت التجارب أن هناك طريقة سليمة وعملية للقيادة تتمثل في القيادة الوقائية التي متى ما تم استخدامها فإنها سوف تجعلك قادرا على أن تتفادى معظم حالات الحوادث. إن مسؤولية القيادة الآمنة تقع على عاتق جميع سائقي المركبات و بصفة خاصة على موزعي سمسا لأن التعامل مع استلام الشحنات و الالتزام بمواعيد التسليم تعترضه الكثير من المشاكل المرورية و أحوال الطرق التي تشكل مهمة ليست سهلة في كل الأوقات. إن هذا الملحق يبين أساسيات القيادة الآمنة التي عندما يتم تطبيقها ستؤدي إلى أن يقود السائقين سياراتهم بطريقة آمنة.

جدول المحتويات

الأهداف:

- ما هي القيادة الوقائية
- سياسة و إجراءات القيادة الوقائية
- الحوادث و الحوادث البسيطة
- تكاليف الحوادث
- تصنيف الحوادث
- إحصائية الحوادث الدولية
- أخطاء أخرى خاصة بقيادة المركبات
- الحيلولة دون وقوع الحوادث
- إجراءات الإبلاغ عن الحوادث

كيف تقود سيارتك بطريقة وقائية؟

- موقف السائق (طريقة تفكير أو سلوك السائق)
- حزام الأمان
- مفاتيح القيادة الوقائية الخمسة
- الأحوال الستة التي تؤثر على قيادة المركبة
- خيارات القيادة و آراء السائق
- أوضاع قيادة المركبات

الفهرس:

- المخالفات المرورية و رسومها
- إشارات المرور في المملكة العربية السعودية
- قوانين و لوائح أسطول سيارات سمسا

الأهداف:

بعد تلقي هذه الوحدة التدريبية في الوعي بالقيادة الوقائية، ستكون قادرا على:

- تعريف القيادة الوقائية
- التمييز بين الحادث و الحادث البسيط
- تحديد الأسس التي يتم على ضوئها تصنيف الحادث كحادث يمكن أو لا يمكن تجنبه
- تحديد أنواع الحوادث الشائعة التي تتم متابعتها لأغراض إحصائية تتعلق بالحوادث الدولية
- تحديد عناصر الصيغة القياسية لمنع الحوادث
- تحديد طريقة الإبلاغ عن الحوادث
- اختيار نقاط المراجعة في موقف السائق
- تحديد المظهر الأكثر أهمية لحماية الراكب في المركبة
- تحديد نقاط المراجعة المطلوبة لإجراء عمليات الفحص قبل و بعد الرحلة
- تحديد أوجه الشبه بين خيارات القيادة الوقائية مقرونة بآراء السائق و سيناريوهات القيادة

بعد تلقي هذه الوحدة التدريبية في الوعي بالقيادة الوقائية و أوضاع القيادة، ستكون قادرا على:

- اختيار المفتاح المناسب من «مفاتيح القيادة الوقائية الخمسة»
- اختيار الطريقة التي تمكنك من التعامل بنجاح و / أو التكيف مع «الأحوال الستة التي تؤثر على قيادة المركبات»
- تحديد كيفية المناورة بالمركبة في حالات معينة
- يجب إكمال كافة المهام أعلاه بدقة لا تقل عن ٩٠٪

ما هي القيادة الوقائية؟

القيادة الوقائية هي طريقة تمكنك من تفادي الأوضاع الخطيرة، توقع الأخطار (التي يسببها غيرك من السائقين، المشاة، الطريق و ظروف أخرى) و اتخاذ الإجراءات الضرورية لمنع وقوع الحادث.

من المستفيد من القيادة الوقائية؟

- أنت و أسرتك
- عامة الناس
- سمسا

إن فشل موظف سمسا في ممارسة القيادة الوقائية قد تترتب عليه نتائج سيئة تؤثر على:

شركة سمسا:

- ستفقد سمسا بريقها و تصبح صورتها باهتة
- تقليل الأرباح
- من الممكن أن تفقد الشركة الموظف
- زيادة في تكاليف التأمين
- قضايا في المحاكم
- خسارة أعمال الشركة

العملاء و عامة الناس

- إتلاف الممتلكات و احتمال الإصابات الجسدية أو فقدان الأرواح
- النظر إلى سمسا كشركة لا مبالية و لا تهتم بسلامة الناس
- فقدان ثقة الناس في قدرتنا على نقل طرودهم بطريقة آمنة
- لجوء العملاء إلى التعامل مع الشركات المنافسة

أنت

- سجل مروري سيء
- احتمال فقدان الراتب
- احتمال فقدان الوظيفة
- احتمال الإصابة الجسدية أو الوفاة

الحوادث و الحوادث البسيطة

تصنّف سمسا جميع حوادث المركبات كحوادث أو حوادث بسيطة. يجب على سائقي سمسا الإلمام بمتطلبات و مؤهلات وظيفة سائق المركبة بالإضافة إلى مسؤوليات السائق و كافة السياسات و الإجراءات ذات الصلة. كذلك على السائقين معرفة ما الذي عليهم أن يفعلوه عندما يتعرضون لحادث.

ماذا يعني مصطلح «حادث»؟

تعريف حادث المركبة : أي حادث تكون سيارة سمسا إكسبريس طرفاً فيه و ينتج عنه إصابات شخصية أو إضرار بالململكات تتجاوز تكاليفها مبلغاً ضخماً حيث أدى خطأ في قيادة المركبة أو خلل ميكانيكي إلى وقوع الحادث أو أسهم في وقوعه.

ماذا يعني مصطلح «حادث بسيط»؟

تعريف الحادث البسيط: أي حادث تكون سيارة سمسا إكسبريس طرفاً فيه و ينتج عنه أضرار بسيطة أو تكون تكلفته قليلة علماً بأن كل تجاهل واضح لمتطلبات السلامة يعتبر حادثاً.

تكاليف الحادث: عندما تفقد من تحب في حادث مروري فليس هناك قيمة مالية يمكن أن تعوّض ذلك. من ناحية أخرى تدرك سمسا تماماً أن موظفيها يشكلون أهم أصولها. إننا لهذين السببين نشجع شعار "السلامة أولاً" و نطالب بتدريب سائقي الشركة على القيادة الوقائية.

تقوم سمسا إكسبريس بمتابعة تكاليف الحوادث و تصنفها كتكاليف مباشرة و غير مباشرة.

التكاليف المباشرة:

هي التكاليف المتعلقة بالحادث مباشرة و تشمل المنصرفات الطبية، إصلاح الأضرار الأولية بالمركبة و المبالغ التي تُدفع للغير على أساس المسؤولية.

التكاليف غير المباشرة:

ليس من السهل تعريف التكاليف غير المباشرة. إن تكاليف الحادث غير المباشرة هي الخسائر التي نتكبدها شركتنا نتيجة لوقوع ذلك الحادث. فيما يلي بعض الأمثلة للتكاليف غير المباشرة:

- الإخفاق في تقديم الخدمات
- خسارة أعمال الشركة نتيجة لاستياء العملاء
- تكاليف تغطية الاحتياجات التشغيلية (مزيد من الموظفين، المركبات المستأجرة، الخ)

إن التكاليف غير المباشرة تُقدّر بسبعة أضعاف تكاليف المباشرة أو الفعلية للحدث.

تصنيف الحوادث:

تصنف سمسا إكسبريس الحوادث كحوادث يمكن منع وقوعها و حوادث لا يمكن منع وقوعها.

الحوادث التي يمكن منع وقوعها

الحدث الذي يمكن الحيلولة دون وقوعه هو ذلك الحادث الذي يفشل فيه السائق في القيام بكل ما هو ممكن لمنع وقوعه بما في ذلك توقّع الأخطار و تطبيق إجراءات القيادة الوقائية المناسبة. إنك كسائق محترف تتحمل مسؤولية أكبر من مسؤولية سائق المركبة العادي.

ملاحظة: قد يتم تحميل سائقي سمسا إكسبريس مسؤولية الحادث الذي يمكن الحيلولة دون وقوعه حتى لو لم يكن هو المخطئ قانونياً.

الحوادث التي يستحيل منع وقوعها

هي الحوادث التي يكون فيها السائق قد قام بكل شيء ممكن للحيلولة دون وقوعها (بما في ذلك توقع الأخطار). مديرك هو الذي يحدد هذا النوع من الحوادث.

إحصائية الحوادث الدولية:

تقع مسؤولية جميع معلومات الحوادث على عاتق إختصاصي السلامة المحلي أو مدير السلامة بالمنطقة. إن متابعة هذه البيانات تساعدنا على معرفة أكثر أنواع الحوادث شيوعاً و متى تحدث.

تقسّم الحوادث إلى ٨ أنواع
نوع ١: إصطدام عند التقاطع
نوع ٢: إصطدام بالمركبة التي أمامك
نوع ٣: صدم من الخلف
نوع ٤: الاصطدام بسيارة متوقفة في موقفها أو بجسم ثابت
نوع ٥: صدم جانبي
نوع ٦: صدم المركبة أثناء توقفها في الموقف / متروكة لا يرهاها أحد
نوع ٧: الرجوع إلى الخلف
نوع ٨: أي نوع آخر من أنواع الحوادث

ما الفائدة من ذلك؟ عندما يكون السائق مدركاً لأنواع الحوادث هذه، بإمكانه توقع حدوثها بصورة أفضل قبل أن تقع. إن وعي السائق يمثل جزءاً هاماً في القيادة الوقائية.

أخطاء القيادة الأخرى الشائعة:

عدم اليقظة :	دخول الشارع بدون الإنتباه للسيارات القادمة
عدم النظر في مرابيا المركبة:	تغيير الموقع بدون التأكد من حركة السير القادمة من الخلف
السرعة الزائدة	القيادة بسرعة تزيد عن السرعة التي تسمح بها الظروف
عدم الإنتباه	الاستغراق في أحلام اليقظة، مشاهدة المعالم و وسائل صرف الإنتباه الداخلية (الراديو، هاتف السيارة، المشاكل شخصية، الخ)
اتخاذ الإجراء الخاطئ	اختيار مناورة القيادة الوقائية الخطأ التي لا تتناسب مع الحالة (مثال: افتراض أن إحدى المركبات سوف تنعطف قبل أن تصلك، سوف تقف عند إشارة التوقف سوف تفسح لك الطريق)

الحيلولة دون وقوع الحادث

إن القدرة على منع وقوع الحادث تعتمد على اتخاذ القرار الفعال، و بما أنك سائق محترف فمن الضروري أن تتكيف حسب حالة الطريق و أن تتعامل بطريقة آمنة مع كل وضع من أوضاع قيادة المركبة علاوة على إدراك المشاكل المحتملة التي قد تعترضك و الاستجابة في الوقت المناسب. تشير الإحصائيات إلى أن أكثر من 50٪ من الحوادث يمكن تفاديها. عليك أن تستخدم صيغة إجراءات منع الحوادث القياسية (موضحة أدناه) لتساعدك على اتخاذ قرارات أكثر فعالية بالنسبة لقيادة المركبة.

الخطوة الأولى: تعرف على الأخطار

كن يقظا و تعرف على ما يحدث من حولك في كل الأوقات، تحوط مسبقا لما قد يفعله الآخرون و عدّل طريقة قيادتك للسيارة وفقا لذلك. تذكر أن اليقظة عامل أساسي في قيادة المركبات و أنها الفاصل بين السائق الذي يلتزم بالقيادة الوقائية و بقية السائقين على الطريق.

الخطوة الثانية: تذكر أهمية الوقاية

تنبّه للظروف التي تحيط بك و ضع في اعتبارك أن كل شيء يمكن أن لا يسير على ما يرام و حدد طريقة قيادتك بناء على ذلك. عليك أن تقرر ما الذي سوف تفعله قبل أن تنشأ الأوضاع المواتية لوقوع الحادث. لا تفترض أن يتمتع السائقون باللفظ أو أن يلتزموا بقواعد المرور، كما عليك أن تستخدم طرق القيادة الوقائية الأكثر شيوعا:

- استعمال الفرملة (لتخفيف السرعة أو إيقاف المركبة)
- استعمال عجلة القيادة (للانعطاف ناحية اليمين أو اليسار)
- استعمال جهاز التنبيه (لتوصيل ما تنوي القيام به أو للإعلان عن وجودك)

الخطوة الثالثة: الاستجابة الصحيحة في الوقت المناسب

قم بإجراء المناورة الوقائية المناسبة بينما لا يزال لديك وقت لتغيير الوضع. يُشار إلى هذا الوقت بوقت الاستجابة. تذكر أن الاستجابة السريعة أفضل من الاستجابة البطيئة و أن الفشل في الاستجابة قد يؤدي إلى وقوع حادث مروري. عندما تكون مدركاً للأخطار فإنك سوف تعرف مناورات القيادة الوقائية. عليك أن تتصرف في الوقت المناسب و تطبق صيغة منع وقوع الحوادث.

إجراءات الإبلاغ عن الحوادث

إذا كنت طرفاً في حادث، فإنك تحتاج إلى اتباع السياسة و الإجراءات ذات الصلة.

ملاحظة: راجع دليل المستخدم (GUIDE) للاطلاع على إجراءات الإبلاغ عن الحادث.

من الضروري أن تحافظ على المهنية في طريقة تفكيرك و سلوكك و أن تكون استجابتك مناسبة للظروف و الأحوال في موقع الحادث لأن معرفة ما سوف تفعله في حالة وقوع حادث سيساعدك على أن تظل هادئاً.

تقرير عن حادث سير سيارة الموزع

يجب أن تكون هناك نسخة من تقرير حادث سير سيارة الموزع محفوظة في ظرف يوضع في الحجز الفاصل بين السائق و بقية المركبة. قم بتعبئة نموذج التقرير و التزم بما هو مطلوب في تقرير الحادث.

ما عليك أن تفعله عند وقوع الحادث

- توقف فوراً للتأكد مما حدث و قم بإبلاغ الشرطة
- ساعد كل من تعرض للإصابة و استدع الإسعاف أو الطبيب
- قم بحماية موقع الحادث بوضع وسائل التحذير و/أو عين شخصياً يقوم بتحذير المركبات
- قم بحماية معدّاتك و ما تحمله المركبة من بضائع
- لا تحرك معدّاتك إلى أن تصل الشرطة إذا كان ذلك ممكناً
- كن لطيفاً، لكن لا توقّع أو تناقش الحادث مع أي شخص عدا الشرطة و موظف شركة التأمين
- قم بإبلاغ مشرفك بواسطة الراديو أو الهاتف
- لا تعترف بأي مسؤولية أو توافق على دفع أي شيء.
- أحم نفسك بالحصول على شهود بما في ذلك أول من وصلوا إلى موقع الحادث
- إذا قال السائق الآخر إنك لست مخطئاً، تأكد من أن تحصل منه على مستند يثبت ذلك.

طريقة إعداد تقرير حادث سيارة الموزع

دَوِّن المعلومات المطلوبة في النموذج في أقرب وقت ممكن. يجب إعداد التقرير و تقديمه في موعد أقصاه نهاية يوم العمل التالي. يطلب منك النموذج أن تكتب التاريخ، الوقت، موقع الحادث، ظروف الحادث، الشهود، اسم الشرطي، الخ. كذلك يطلب منك النموذج أن ترسم رسماً تخطيطياً للحادث مستخدماً اسهم الاتجاهات. من الضروري أن توقع على النموذج و أن تثبت صحة المعلومات التي قدمتها.

كما سبق أن ذكرنا، مديرك هو الجهة التي تقرر إذا كان الحادث من النوع الذي يمكن منع وقوعه أم لا. إن المعلومات الدقيقة تساعد المدير على الحكم بصورة أفضل.

على نطاق أوسع، تساعد المعلومات الدقيقة و تقارير الحوادث سمسا في الدفاع عن نفسها أثناء عملية التقاضي.

الاجراءات التأديبية

إن عدم الالتزام بأداء الواجبات حسب ما هو منصوص عليه يمكن أن يؤدي إلى فرض إجراءات تأديبية على الموظف. فيما يلي بعض الأمثلة:

- الفشل في إبلاغ مديرك بالحادث أو الحادث البسيط
- تزوير المعلومات في سجلات قيادة المركبات في وقت إستئجارها
- أن يكون السائق تحت تأثير المسكرات أو المخدرات أثناء قيامه بأداء مهامه
- الفشل في الإبلاغ عن المخالفات المرورية
- قيادة سيارة الشركة برخصة سريان مفعولها موقوف مؤقتاً أو مقيّدة (محصورة على قيادة مركبات معينة)
- التورط في حادث دهس و هروب من موقع الحادث
- عدم حمل رخصة المشغل الحالي معك

كيف تقود المركبة بطريقة وقائية؟

موقف السائق (أي طريقة تفكير أو سلوك السائق)

يعتبر موقف السائق أهم عنصر في طريقة أدائه لمهامه. إن السائقين مسؤولون عن الحيلولة دون وقوع الحوادث و السائق اليقظ الذي يتمتع بالقدرة على تكييف موقفه يحظى بفرصة أفضل لتفادي وقوع الحادث.

إن الموقف هو عبارة عن النزعة إلى التصرف بطريقة معينة. يعكس الموقف طريقة تفكير الإنسان أو إحساسه تجاه الآخرين و يتم التعبير عن مواقفنا بواسطة مشاعرنا التي تؤثر على الطريقة التي نقود بها المركبة. إن المشاعر السلبية (كالغضب، الإحباط، نفاذ الصبر، الخ) قد تؤدي إلى أن يكون السائق عدوانياً،

فضلاً، لا يحترم القوانين، الخ بينما المشاعر الإيجابية (كالسعادة، التوقع، الإثارة، الخ) قد تؤدي لأن يكون السائق شارد الذهن أو غير متنبه.

فيما يلي المسببات الرئيسية للمواقف السلبية أثناء قيادة المركبات:

- نزاع مع المدير، الزوجة، زميل في العمل، عميل، الخ
- أن يتحكم برنامج عمل شخص آخر في عملك
- آمالنا التي لم تتحقق
- أفعال الآخرين

إن عادات قيادة المركبة يمكن أن تكون انعكاساً للسمات الشخصية للإنسان و قد تكشف لنا تلك العادات (العدوانية، أو المتسمة باللفظ) كيف يرى السائق نفسه و كيف يرى غيره من الناس، لكن هناك جانب واحد من جوانب القيادة يميزها عن بقية الأوضاع الاجتماعية الأخرى، و هو: إن حياة الآخرين في خطر. عندما يقوم السائق بقيادة مركبته بطريقة غير آمنة، فإنه بذلك يعرض حياة الآخرين للخطر بما في ذلك حياته هو نفسه.

يمكن للسائقين أن يطوروا مهاراتهم في قيادة المركبات بأن يقيموا عاداتهم بأمانة و أن يطبقوا المبادئ التالية:

- القيادة بطريقة وقائية
- التمتع باللفظ و التهذيب أثناء قيادة المركبة
- أن تكون متنبها
- الصبر و التحكم في النفس
- أن تكون حالتك الجسدية و العقلية جيدة

حزام الأمان

إن أهم مظهر من مظاهر الأمان في سيارتك هو حزام الأمان و تنص سياسة سمسا على أن يقوم كل موظف من موظفي سمسا بربط حزام الأمان في كل الأوقات سواء كان سائقاً أو راكباً سيارة الشركة.

لماذا ربط حزام الأمان؟

- الحوادث – يمكن أن تتعرض لحادث سير
- من متطلبات سمسا
- يفرضه القانون في كثير من الدول

فوائد حزام الأمان

يحميك من أن تُقذف خارج المركبة إذ أن احتمال بقائك على قيد الحياة داخل المركبة في حالة الاصطدام العنيف يساوي ٥ أضعاف احتمال بقائك على قيد الحياة و أنت خارجها.

يخفف من سرعة جسمك في اتجاه سير المركبة أثناء الاصطدام. إن الاصطدام يوقف المركبة بينما الجسم غير المكبوح ينطلق بسرعة المركبة الأصلية إلى أن يصطدم بعجلة القيادة أو لوحة القيادة بسرعة ٤٨ كيلومترا في الساعة (٣٠ ميل/الساعة) إن تأثير قوة الاصطدام بهذه السرعة يساوي الاصطدام بالأرض بعد القفز من أعلى مبنى يتألف من ٣ طوابق.

يساعدك حزام الأمان على أن تبقى متحكّما في المركبة و أن تظل منتبها، عندما يُربط حزام الأمان بالطريقة الصحيحة، لا يمكن أن ترتمي أو تجلس مترهلا على المقعد. إن حزام الأمان يحافظ عليك في أن تكون في وضع ثابت بإحكام خلف عجلة القيادة في حالة الوقوف أو الانعطاف المفاجئ

إربط حزام الأمان بطريقة صحيحة

حزام الحجر (الفخذين و الركبتين) - اربطة تحت البطن، عبر الحوض و تأكد من أنه محكم لكنه مريح

حزام الكتف - أربطه بحيث يكون مرتخيا للدرجة التي يسمح بها لقبضة يدك بالمرور بين الحزام و صدرك.

ملاحظة: أحزمة الأمان لا تعمل إلا إذا تم شبك الإبزيم لذا عليك أن تربط حزام الأمان قبل تشغيل الماكينة

المبادئ الرئيسية الخمسة للقيادة الوقائية

المبادئ الرئيسية الخمسة للقيادة الوقائية هي عبارة عن اقتباس من المبادئ الخمسة لنظام سميث و يطلق عليها أيضا المفاتيح الخمسة للقيادة بطريقة الحيز الوقائي. «سميث سيستم» اسم شركة متخصصة في مجال التدريب على قيادة المركبات.

• الأساس الذي يقوم عليه برنامج نظام سميث هو الوقاية من الحوادث بتبني الاستراتيجيات الثلاث الآتية:

- حيز للسيارة

- الرؤية للسائق

- الوقت لاتخاذ القرار (وقت رد الفعل)

إن هذه الاستراتيجيات موجودة في كل مفتاح من مفاتيح القيادة الوقائية الخمسة. في الصفحات التالية سيتم توضيح كل مفتاح من المفاتيح الخمسة التي يمكن أن تُضمّن في روتينك اليومي الذي تتبعه في قيادة المركبة.

المفتاح # ١: أنظر أمامك أثناء قيادة المركبة

السائق الذي يقود سيارته بطريقة وقائية يرى المكان الذي سيكون فيه قبل أن يصل إليه و بذلك يكون لديه الوقت الكافي للتعرف على المشاكل والمخاطر المحتملة و التكيف وفقا لذلك.

عندما تكون سائقا المركبة فإنك تستقبل على نحو متواصل منبهات بصرية .

”مدى الرؤية “ – (time lead Eye) تشير إلى المسافة التي يراها الحيوان أمامه و كلما كانت سرعة الحركة أكبر كلما كان من الضروري زيادة «مدى الرؤية ”. و بما أنك تستخدم المركبات التي تزيد سرعتها على سرعتك العادية (المشي) فإنك تحتاج إلى أن تزيد من «مدى رؤية عينيك». إن مدى رؤية العين لمدة ١٥ ثانية يعتبر مناسباً عندما تقود سيارة.

كيف تنظر أمامك أثناء قيادة سيارتك

١. عدّل مدى الرؤية لتتوافق مع السرعة التي تسير بها (في المدينة ١٥ ثانية أو مسافة مجمّع مباني، في الطرق الرئيسية (تربط بين المدن) - ٣٠ ثانية أي ما يساوي مجمّع مباني.
٢. امنح نفسك «مدى رؤية ” يساوي المسافة التي تقطعها المركبة في ١٥ ثانية. ضاعف المدة متي ما كان ذلك ضروريا
٣. حدد وضع إشارات المرور الضوئية البعيدة و عيّن السرعة التي تسير بها بين الإشارات. إن السائق الذي يسرع من إشارة ممرورية إلى أخرى لن يصل بسرعة إلى المكان الذي يقصده.
٤. دائما خفّض السرعة في الأوقات التي تكون فيها الرؤية ضعيفة

المفتاح # ٢ الصورة الكاملة

أن تكون ملما بالصورة الكاملة يعني أن تكون مدركا لما يحدث حولك و حول سيارتك. و تلعب مرايا المركبة دورا كبيرا في تشكيل دائرة وعي كاملة (٣٦٠°) تشمل الصورة الكلية لكل ما يمكن أن تراه أمام سيارتك، في جانبيها و خلفها. كذلك عليك أن تتعلم كيف تختار الأشياء ذات الصلة و تتجاهل تلك التي لا علاقة لها بسلامتك. إن الذين يسيرون على ممر المشاة من الناس، الضوء الأخضر لإشارات المرور أمامك، و المركبة المتوقفة على جانب الطريق كلها تعتبر ذات صلة بسلامتك. أما لوحات الإعلانات، الطائرة التي تظهر في الأفق، و حركة المرور على الطريق في الاتجاه المعاكس فإنها من الأشياء التي لا صلة لها بسلامتك.

المسافة بينك و بين المركبة التي أمامك و حواجز الرؤية

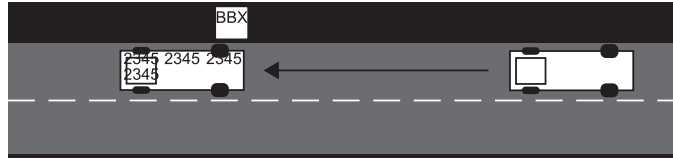
إن المسافة بينك و بين المركبة التي أمامك تؤثر على قدرتك على الرؤية أمامك. إذا كنت قريبا جدا من المركبة التي أمامك فإنها ستكون حاجزا للرؤية. حتى المركبات الصغيرة و الدراجات البخارية تصبح حاجزا للرؤية إذا كانت سببا في صرف انتباهك. إن المسافة التي تقطعها في ٤ ثوانٍ تعتبر كافية للتعامل مع الأخطار علما بأن الأحوال السيئة و الحمولة الثقيلة تتطلب زيادة المسافة بينك و بين المركبة التي أمامك

إلى مسافة أكبر من التي تقطعها في أربع ثوان. راجع الشكل الذي يبين قانون الأربع ثوانٍ في الصفحة التالية.

كيف تحصل على الصورة الكاملة؟

١. استخدم عينيّك و مرايا المركبة لتحصل على دائرة وعى كاملة (٣٦٠°)
٢. تفادى أن تُحجز في مساحة ضيقة. لا تسير خلف أي شيء قد يشكل حاجزا للرؤية
٣. عدّل سرعتك لتناسب مع الأحوال السيئة و الحمولة الثقيلة.
٤. اتخذ قراراتك و نفذها في وقت مبكر. استخدم المعلومات ذات الصلة و غير ذات الصلة لتعينيّك على اتخاذ القرار (الناس، الإشارات، التقاطعات المراقبة، الخ)
٥. تأكد من أن المسافة بينك و بين المركبة التي أمامك تناسب الأحوال التي تقود فيها المركبة.

الشكل أدناه يبين طريقة حساب المسافة بينك و بين المركبة التي أمامك.



١. اختر جسما ثابتا لم تتجاوزه بعد المركبة التي أمامك
٢. عندما تتجاوز واقية الصدمات الخلفية للسيارة التي أمامك ذلك الجسم، إبدأ العد «واحد و ألف، إثنان و ألف، الخ
٣. عندما تصل واقية الصدمات الأمامية لسيارتك الجسم الثابت، توقف عن العد. إذا وصلت إلى الجسم الثابت قبل أن تحسب أربعة و ألف (أربع ثوانٍ) فإنك قريب جدا من المركبة التي أمامك.

ملاحظة: في الأحوال الجوية الممطرة أو الزلقة، أترك مسافة تساوي ما تقطعه المركبة في خمس ثوانٍ. المركبات ذا الحمولة الثقيلة تتطلب مسافة أطول لإيقافها. على السائقين زيادة المسافة الواقية بناء على ذلك.

المفتاح # ٤ : حرّك عينيّك باستمرار

إن حركة العينين ضرورية لرؤية الأخطار التي حولك لأن التحديق المركّز في اتجاه واحد أو التحديق في لا شيء يمكن أن يكون سببا في فقدان رؤية الصورة الكاملة. يتم التحديق المركّز عندما تنظر إلى شيء أو مكان

لأكثر من ثوانٍ قليلة. أما التحديق الأعمى فإنه يحدث عندما تطيل النظري لشيء، و يعرف أحيانا بأحلام اليقظة. إن تحديق السائق يحول بينه و بين الإنتباه لأخطار محتملة من جانبي المركبة و خلفها.

السائقون المهرة هم الذي يقدرّون حجم الصورة الكبرى و يكتشفون بأطراف أعينهم الأجسام التي تهمهم و الحركة من حولهم. إنهم يجيلون نظرهم و يركزونه ليحصلوا على معلومات أكثر تفصيلا. إن تجوال النظر بصورة مستمرة نحو الأمام، الخلف و الجانبين يمكّن السائقين من تقييم صورة الحركة باستمرار.

مسح الحركة باستخدام المرايا

إن السائق المحترف يراقب من خلال المرايا ما يراقبه تقريبا من خلال زجاج المركبة الأمامي. إن الطريقة الوحيدة لمعرفة ما يجري حولك هي أن تقوم بعملية مسح كاملة بالنظر في مرايا المركبة كل 5 - 8 ثانية.. يجب الإنتباه عند استخدام المرآة لأن الأجسام في الواقع أقرب مما تبدو عليه في المرآة أو قد تتحول الى منطقة محجوبة (منطقة لا يستطيع السائق رؤيتها)

كيف تحافظ على الحركة المستمرة للعينين؟

١. لا تنظر إلى أي شيء لأكثر من ثانيتين
٢. أنظر في مرآة واحدة أو مرأتين كل 5 - 8 ثوانٍ
٣. أنظر في المرآة قبل تغيير المسار، الانعطاف، تخفيف السرعة أو الوقوف.
٤. إفحص مستوى الزيت، الوقود و درجة الحرارة في لوحة أجهزة القياس
٥. قم بمسح التقاطعات و الملتقيات الكبرى و الصغرى للطرق قبل الدخول في الطريق. أنظر يسارا- يمينًا - يسارا. أنظر يسارا مرتين لأنك على الجانب الأيمن من الطريق مما يرجّح أن تصدمك المركبات العابرة من ناحية اليسار- إن حدث اصطدام لا قدر الله.

المفتاح # ٤: أترك لنفسك مخرجا

توقع ما لا يُتوقع حدوثه!! عندما يخطئ سائق، فإن بقية السائقين يحتاجون إلى وقت و حيز للخروج ليتمكنوا من التصرف في مثل هذه الحالات. إن الحيز يمثل هامش السلامة الذي يحميك من السائقين الآخرين. بتوفير هامش جيد من الحيز أمام سيارتك وعلى جانبيها و حتى خلفها فإنك بذلك تحصل على ما يسمى «الحيز الوقائي» للسلامة. إن توفير حيز وقائي أثناء قيادة المركبة يمكنك من إيجاد مخرج من وضع التصادم. كسائق محترف ينبغي أن لا تكتفي فقط بتوقع كل الاحتمالات بل عليك أن تخطط «طريق الهروب» لكل حالة

كيف توفر لنفسك مخرجاً؟ (توفير حيز وقائي أثناء القيادة و المحافظة عليه)

١. اختر المسار الذي يحتوي على أقل عدد من العوائق.
٢. بمجرد اختيارك للمسار الذي يحتوي على أقل عدد من العوائق، حدد مدى الرؤية لمدة ١٥ ثانية و ٤ ثوانٍ للمسافة بينك وبين المركبة التي تسير أمامك بذلك تكون قد أعددت حيزاً وقائياً حول سيارتك.
٣. عدّل قيادة المركبة بصورة منتظمة لتحافظ على الحيز الوقائي. تجنّب إزدحام حركة المرور و كيّف سرعتك لتحافظ على الحيز الوقائي على جانبي المركبة و خلفها.
٤. تجنب أن تتبع المركبة التي أمامك عن كثب. دع الآخرين يتجاوزونك أو غيّر مسارك للمحافظة على الحيز الوقائي. في حالات الضرورة القصوى قد يتطلب الأمر أن تقود سيارتك إلى جانب الطريق إلى أن تتجاوزك المركبة التي تتبعك عن كثب. تجنب الطرق التي توقف فيها المركبات على الجانب الأيمن من الطريق لأنها تحد من الحيز الوقائي على الجانب الأيمن من المركبة.
٥. أترك مساحة مناسبة أمام سيارتك عندما توقفها (الحيز الوقائي المقترح ١٥ قدماً / ٤,٥ متراً) و بذلك توفر:
 - مساحة حول المركبة التي أمامك إذا كان ينبغي إيقافها
 - مساحة إضافية في حالة تدحرج المركبة التي أمامك
 - مساحة إضافية إذا صدمتك سيارة من الخلف
٦. توقف لمدة ثانيتين قبل أن تزيد السرعة من وضع التوقف لأنك بذلك سوف تُنشئ على الفور حيزاً وقائياً و مسافة تتبّع مناسبة بينك وبين المركبة التي أمامك.

المفتاح # ٥: تأكد من أنهم يرونك

حركة المرور هي عبارة عن مجموعة من سائقي المركبات يستعمل كل واحد منهم مهارته في قيادة سيارته على الطرق العامة. أحياناً يتحتم عليك أن تعتمد على قدرة سائق آخر، للطفه، و / أو التزامه بقوانين المرور. إذا افترضت أن السائق الآخر سوف يقوم بأداء المناورة المناسبة، فإنك تبحث عن المتاعب. عندما يأتي سائق آخر بحركة خاطئة، فإن السبب في ذلك لأنه لم يكن يراك أو لأنه يعتقد أن لديه وقتاً / مساحة تمكنه من الحركة بطريقة آمنة.

كيف «تأكد من أنهم يرونك»؟

استخدم جهاز التنبيه بطريقة لطيفة لأن الغرض منه تنبيه الآخرين لوجودك. إذا شعرت بأنك سوف تكون مضطراً لإرسال تحذير، ضع يدك على جهاز التنبيه لتكون مستعداً لإبلاغ الآخرين بالخطر.

استخدم مصابيح المركبة الأمامية لأنها يمكن أن تكون ذات أثر فعال أثناء النهار.

استعمل الفرملة قبل وقت كافٍ لكي تضيء أنوارها و بذلك تمنح السائقين خلفك مزيداً من الوقت ليتمكنوا من التصرف.

استعمل مبيّن اتجاه الانعطاف مبكرا - قبل مسافة ٣٠ - ٩١ مترا من نقطة الانعطاف و إحدّر من أن تشوش على السائقين الذين يحاولون الخروج من الطرق المؤدية للمنازل أو الشوارع على نفس الجانب لأنهم قد يتوقفون على جانب الطريق على افتراض أنك تعتزم الانعطاف نحو موقعهم.

استخدم الإشارات اليدوية لأنها يمكن أن تكون فعالة.

إبتعد عن «المناطق المحجوبة» التي لا يراك فيها السائق الآخر. «المناطق المحجوبة» هي تلك المناطق على جانبي المركبة التي لا يستطيع السائق ملاحظتها حتى بمساعدة المرآة.

الأحوال الستة التي تؤثر على قيادة المركبات

- الضوء
- الطريق
- المركبة
- الطقس
- حركة السير
- السائق

إن هذه الأحوال تشكل خطورة محتملة تؤثر على قدرتك على قيادة المركبة بطريقة آمنة و تتطلب قدرات خاصة للتغلب عليها. ستنم مناقشة بعض هذه الأخطار في الصفحات القليلة التالية. إن المهارة الأهم من بين هذه المهارات هي القدرة على إدراك وجود هذه الأخطار.

حالة الضوء:

يؤثر الضوء على قدرتك على الرؤية و على قدرة الآخرين ليرونك. أحيانا لا يتوفر الضوء الكافي و أحيانا أخرى يكون الضوء أكثر مما هو مطلوب.

قيادة المركبات ليلا:

تزداد مخاطر الحوادث عندما تتعذر الرؤية. في الليل يتسع بؤبؤ العين ليسمح بدخول أكبر قدر ممكن من الضوء. لذا عندما تقود سيارتك ليلا عليك أن تقوم بما يلي:

١. خفف من سرعتك و بالتالي تزيد من الوقت المتاح لكي تتصرف في حالة الأخطار.
٢. أترك مسافة كافية للتوقف و لا تقد المركبة بسرعة فائقة تجعلك غير قادر على رؤية الأخطار في الوقت المناسب لكي تستطيع أن تتصرف بالطريقة الصحيحة إذ إن مجال الرؤية يقل كثيرا في الليل.

٣. استعمل الضوء الأمامي بعيد المدى عندما يكون ذلك ممكناً و تجنب أن تبهر الآخرين. خفف أنوار المركبة الأمامية قبل أن تصبح هذه الأنوار مشكلة بالنسبة للآخرين. و القاعدة العامة هي : لا تستعمل الأنوار الأمامية بعيدة المدى عندما تكون على بعد مسافة ١٥٢ متراً (٥٠٠ قدماً) من سيارة أخرى.

٤. تأكد من أن الزجاج الأمامي (حاجب الريح)، المصابيح الأمامية، و العاكسات نظيفة و في الوضع الصحيح

عندما لا تستطيع أن ترى بسبب الضوء الساطع لسيارة قادمة، فإن بؤبؤ العين يحتاج إلى فترة زمنية من ٤ ثوانٍ إلى ٧ ثوانٍ لكي يتكيف. حاول أن:

١. تنظر إلى أسفل أو إلى يمين المسار الأيمن أو طرف الخط الفاصل لتحافظ على موقع المركبة.
٢. تخفف السرعة و تزيد من المسافة بينك و بين المركبة التي تسير أمامك. لا تقم بتشغيل الأنوار الساطعة لترد على السائق الآخر لأن ذلك قد يؤدي إلى حادث اصطدام رأسي خطير.

القيادة نهائياً

عندما تقود سيارتك في ضوء الشمس الساطع:

١. نظف زجاج المركبة الأمامي و زجاج النوافذ لتقليل البهر
٢. أضبط واقية الشمس بحيث تقي عينيك بشكل كافٍ من وهج الشمس و أن لا تكون موجهة إليك لتتفادى أي إصابة محتملة للعين.
٣. استخدم نظارة شمسية تحجب الأشعة فوق البنفسجية و البهر و يمكن أيضاً أن تساعد على تخفيف عمي الجليد. العدسات الرمادية تمنع البهر.

الغسق، الفجر، الضباب، الضباب الدخاني أو العواصف الرملية

١. خفف السرعة. أعط نفسك مزيداً من الوقت لتستطيع أن تتصرف في مواجهة المخاطر
٢. أترك مسافة توقف مناسبة
٣. إضاءة مصابيح المركبة أثناء القيادة و يفضل استخدام الضوء الأمامي قصير المدى
٤. نظف و اضبط زجاج المركبة الأمامي، المصابيح الأمامية و العاكسات.

ملاحظة: عندما تدخل في أو تخرج من نفق مظلم امنح عينيك وقتاً لتتكيف مع التغيرات في حالة الضوء. عند دخول النفق المظلم: خفف السرعة، أشعل الأنوار و انزع النظارة الشمسية. عند مغادرة النفق المظلم: خفف السرعة، استعمل النظارة و اطفئ الأنوار.

أحوال الطريق

إن حالة الطريق يمكن أن تؤثر في قدرتك على التحكم في توجيه المركبة، إيقافها و المناورة بطريقة آمنة.

أمثلة لأحوال الطريق:

- المنعطفات، التلال، الأنفاق، الجسور
- نوع الرصف، عرض الطريق المرصوف، حالة سطح الطريق (تشقق، حفر، مطبات)
- عدد المسارات
- التشييد
- علامات الطريق
- نوع الطريق (مزدوج، طريق سريع)

كيف تتعامل مع الطرق الرديئة

١. حدد الطريق الذي ستقود فيه سيارتك. حاول أن تتجنب الطرق الرديئة (إذا أمكن)
٢. اضبط سرعتك لتتفادى الأخطار الناتجة من حالة الطريق. السرعات المحددة على الطرق هي للسيارات في الظروف المثالية و ليست للشاحنات.
٣. خفف السرعة عند دخول المنعطف أو صعود التل لأن مدى الرؤية يقل.
٤. تتباين أسطح الجسور، و تتأثر عمليات المناورة، توجيه المركبة، و إيقافها بالسطح الذي تلامسه عجلاتها. قد تؤدي الأحوال الجوية إلى تجمد أسطح الطرق كما أن الرياح قد تؤثر على توجيه المركبة على الجسور.

ملاحظة: إن حالة الطرق السريعة في المدينة أفضل من حالة الطرق في الريف.

حالة المركبة:

إن فحص المركبة يمكنك من أن تتأكد أن المركبة في حالة تشغيل جيدة. فحص المركبة قبل و بعد الرحلة يتم بواسطة السائق قبل السير على الطريق و بعد التوقف النهائي.

قبل الرحلة:

يجب أن تقوم يوميا بإجراء فحص مركبتك قبل الرحلة من قبل أن يتم تحميلها. لماذا؟ لأنه إذا اكتشفت مشكلة في المركبة أثناء عملية الفحص قبل الرحلة، سوف لن تضطر إلى نقل الشحنة من مركبة إلى أخرى.

يتم فحص المركبة قبل الرحلة بالنظر و يجب أن لا يتجاوز 3 - 5 دقائق. ابحث عن الأعطال الميكانيكية، أضرار بالجسم الخارجي للمركبة، مستويات زيت الماكينة، المحلول المبرد في جهاز تبريد المركبة (الرادياتور)، سائل ممسحة زجاج المركبة الأمامي، معدات السلامة و مستندات المركبة.

لماذا الفحص قبل الرحلة:

١. القانون - بعض الدول تطلب من سمسا و شركات النقل بالمركبات إجراء فحص قبل الرحلة لجميع المركبات يوميا
٢. سياسة سمسا - وفقا لسياسة سمسا، يجب على كل سائق أن يقوم بفحص المركبة التي يقودها قبل و بعد الرحلة و هذا منصوص عليه في تقرير السائق الخاص بفحص المركبة.

ملاحظة: إذا لم يقيم السائق بإجراء فحص ما قبل الرحلة أو فحص ما بعد الرحلة، عليه أن لا يوقع تقرير فحص المركبة لأنه إن فعل فإن ذلك يعتبر تزويرا في مستندات الشركة و قد يترتب عليه إنهاء خدمات الموظف.

٣. الصيانة الوقائية - تصور إتلاف محرك مركبة بسبب عدم التأكد من مستوى الزيت أو شق كتلة المحرك لعدم وجود المحلول المبرد في الرادياتور. إن المشاكل الصغيرة قد تصبح أعطالا خطيرة إذا لم يتم الاهتمام و تداركها بها في الحال.
٤. حس السلامة الجيد - هل يمكن أن تكون سائقا يلتزم بالقيادة الوقائية إذا لم تتأكد من معدات و أدوات السلامة في سيارتك؟

ملاحظة وجود تلف بجسم المركبة قبل استعمالها - نفس المركبة يقودها أناس آخرون و بالطبع لا ترغب في أن تُحمّل مسؤولية أي أضرار أولية بالمركبة لست أنت السبب فيها. عليك أن تحمي نفسك!!

قائمة مراجعة الفحص قبل الرحلة

قم بتحديث الجزء الخاص بالفحص قبل الرحلة

١. عندما تقترب من المركبة:

أنظر تحت المركبة لترى ما إذا كان هناك تسرب لأي سائل،
كسائل تبريد الماكينة، زيت، أو زيت جهاز نقل الحركة

٢. البداية - جانب السائق

- افتح الباب و تأكد من أن الفرملة اليدوية للطوارئ في وضع التشغيل.
- خذ كتيب فحص المركبة و راجعه قبل الاستخدام ثم وّقع.
- شغل المصابيح الامامية و ضوء الطوارئ الومضي رباعي الاتجاهات.
- إسحب مقبض فتح غطاء المحرك (إذا كان في المقصورة).

٣. تحرك نحو الجانب الأيسر لمقدمة المركبة.

- إفحص الإطار في الجانب الأيسر من مقدمة المركبة لتعرف إذا كان هناك قطع أو شق أو تآكل في سطح الإطار الملامس للأرض.
- إفحص المرآة و جسم المركبة في الناحية اليسرى لمعرفة أي أضرار أولية بهما.
- أفحص المصابيح والأنوار الومضية.

٤. أمام المركبة

- إرفع و آمن غطاء المحرك على أن يكون في وضع عمودي
- إفحص الزيت، خزان استعادة سائل التبريد و ممسحة الزجاج الأمامي و مستويات المواد السائلة
- إفحص بصريا حالة أقطاب / أطراف التوصيل في البطارية و الكابلات
- إفحص بصريا السيور و خراطيم المياه. (لا تسحب إطلاقا السيور أو خراطيم المياه)
- أغلق غطاء المحرك. إفحص بصريا مصابيح تحديد طول و عرض المركبة، الزجاج الأمامي، شفرات ممسحة الزجاج الأمامي، الشعار المُلصق، حالة جسم المركبة، واقية الصدمات و (إذا انطبق) لوحة الترخيص، مُلصق البضائع الخطرة، و الهوائي.
- إفحص المصابيح الامامية و الأنوار الومضية رباعية الاتجاهات.

خطوة ١: الاقتراب من المركبة

خطوة ٢: جانب السائق

خطوة ٣: مقدمة جانب المركبة الأيسر

خطوة ٤: الجزء الأمامي للمركبة

خطوة ٥: الجانب الأيمن من مقدمة المركبة

خطوة ٦: الجانب الأيمن من المركبة

خطوة ٧: الجزء الخلفي من المركبة:

خطوة ٨: الجزء الخلفي الأيسر من المركبة

خطوة ٩: المقصورة (جانب السائق)

تحرك إلى الناحية اليمنى لمقدمة المركبة:

- إفحص الإطار الأيمن في مقدمة المركبة لتعرف إذا كان هناك قطع أو شق أو تآكل في سطح الإطار الملامس للأرض
- إفحص الصامولة العروية (صامولة تربط العجل بمحوره) و ساق الصمّام
- إفحص المرآة و جسم المركبة في الناحية اليمنى لمعرفة أي أضرار أولية بهما.
- أفحص المصابيح والأنوار الومضية

0. جانب المركبة الأيمن

- إفحص طريقة عمل باب و زجاج الراكب لتعرف مدى صلاحيتها
- إفحص طريقة عمل باب البضائع (الشاحنات الصغيرة المقفلة)
- إفحص أنوار الجانب الأيمن و الأنوار الومضية
- إفحص غطاء خزان الوقود و نوع الوقود (يمكن أن يكون على أي من الجانبين)
- إفحص حالة الجسم و الشعار الملتصق و ملتصق البضائع الخطرة
- إفحص إطار/ إطارات الخلف اليمنى لتعرف إذا كان هناك قطع أو شق أو تآكل لسطح الإطار الملامس للأرض
- إفحص الصامولة العروية (صامولة تربط العجل بمحوره) و ساق الصمّام

1. إذهب إلى الجانب الخلفي من المركبة

- إفحص حالة الجسم و الشعار الملتصق
- إفحص الأنوار الومضية و أنوار الخلوص العلوية
- إفحص حالة المنطقة الداخلية الخاصة بالبضائع
- إفحص واقية الصدمات الخلفية و لوحة الترخيص بما في ذلك الأنوار
- إفحص الأنوار الخلفية و الأنوار الومضية رباعية الاتجاهات و كذلك
- مجسات سونار الرجوع إلى الوراء (إن وجد)
- إفحص ملتصق البضائع الخطرة (إذا وجد)

٧. تحول إلى الجانب الأيسر من مؤخرة المركبة

- إفحص غطاء خزان الوقود و نوع الوقود (يمكن أن يكون على أي من الجانبين)
- إفحص حالة الجسم و الشعار المُلصق. إفحص الأنوار، العاكسات، و المرايا (الفقاعية) المحدبة
- إفحص الإطار/ الأطارات الخلفية لمعرفة ما إذا كان هناك قطع أو شق أو تآكل في السطح الملامس للأرض
- إفحص صواميل العجل العروية و ساق الصّمام

٨. أدخل المقصورة (جانب السائق)

- إفحص ختم مطفأة الحريق و تأكد من أنها معبأة. إفحص عاكسات السلامة (المثلثات) و تأكد من أن الباب و النافذة يعملان بصورة جيدة.
- تأكد من أن مقعد السائق و حزام الأمان يعملان بصورة جيدة
- تأكد من وجود كل المستندات المطلوبة – تقرير الحادث، وثيقة التسجيل، بطاقة التأمين، كتيب التعامل مع الطوارئ، تصاريح الأعمال التي تنطوي على مخاطر و أي تصاريح تنظيمية أخرى
- شغل المحرك و إفحص أجهزة القياس و أنوار مؤشرات التنبيه (أترك المحرك يعمل فقط للمدة التي تكفي للقيام بعملية الفحص قبل الرحلة داخل المقصورة)
- استمع لصوت المحرك لمعرفة ما إذا كان يصدر أصواتا غير عادية. إفحص عجلة القيادة لمعرفة ما إذا كان مقدار الحركة عادي أم لا.
- تأكد من أن ممسحة و جهاز غسل الزجاج الأمامي يعملان بصورة جيدة
- إفحص جهاز التنبيه للتأكد من أنه يعمل بصورة جيدة
- إفحص الأنوار الأمامية بعيدة المدى و الأنوار الومضية بعيدة المدى رباعية اتجاهات
- إطفئ الأنوار الأمامية و أنوار الطوارئ الومضية رباعية الاتجاهات
- إفحص الإشارة الاتجاهية و تأكد من أنها تعمل بطريقة سليمة
- إفحص جهاز التسخين و جهاز إزالة الصقيع و المروحة للتأكد من سلامتها
- شغل فرملة الطوارئ و عشّق ناقل الحركة إلى الأمام، أسرع قليلا لفحص مقاومة الفرملة
- ارخ فرملة الطوارئ، و سر إلى الأمام لفحص الفرملة القدمية (المكبح القدمي) و التأكد من أنها تعمل بصورة سليمة
- إفحص أنوار الفرملة و الأنوار الاحتياطية و التأكد من صلاحيتها للعمل من طريق الانعكاس أو استخدام النظام الترافقي

- أفحص جهاز الراديو و السماعات و تأكد من صلاحيتها للعمل
- إفحص وحدة سونار الرجوع إلى الوراء و تأكد من أنها تعمل بشكل جيد (إذا كانت المركبة مجهزة بسونار). تأكد من أن لوحات "البضائع الخطرة" موجودة بالمركبة، إذا كانت مطلوبة
- إرجع بالمركبة إلى الوراء و (استعمل جهاز التنبيه قبل أن تبدأ الرجوع).
- أوقف المحرك، إنزع المفتاح و أمّن المركبة
- وقّع تقرير فحص المركبة لتثبت الانتهاء من عملية الفحص.

فحص المركبة بعد نهاية الرحلة

فحص المركبة بعد الرحلة إلزامي و بنفس الطريقة التي تم بها الفحص قبل الرحلة. أنظر قائمة مراجعة فحص المركبة لمعرفة النقاط المعينة للمراجعة.

الفحوصات التالية لا حاجة لها بعد نهاية الرحلة:

١. فحص مستويات الزيت و سائل التبريد
 ٢. تشغيل المحرك
 ٣. فحص جهاز الراديو
 ٤. فحص حزام الأمان.
- إن فحص المركبة بعد الرحلة ليس مكثفا كالفحص قبل الرحلة لكنه لا يقل أهمية. في النهاية، يجب على الموزع أن يكمل تقرير فحص المركبة بتعبئته و تدوين أي عطل أو ضرر حدث بالإضافة إلى التوقيع و كتابة الرقم الوظيفي.

إذا تعطلت المركبة

١. إفحص وضع السلامة بصورة عامة. حاول أن تبتعد قدر الأمكان من موقع إنسياب الحركة
 ٢. ضع المثلث العاكس بالطريقة الصحيحة
 ٣. اتصل بالمحطة و اخبرهم بموقعك بالضبط و المشكلة التي تعاني منها المركبة
 - استخدم الراديو إذا كان ذلك ممكنا
 - إذا لم يكن لديك جهاز راديو، أمّن سيارتك و اتجه نحو أقرب هاتف.
 ٤. إرجع إلى سيارتك و انتظر إلى أن تصل المساعدة.
- من متطلبات سمسا وضع أجهزة تحذير في حالة الطوارئ عندما تتعطل مركبة في أي وقت من الأوقات و

تستخدم سمسا في مثل هذه الحالة مثلثات عاكسة برتقالية اللون، بجنب وضع العواكس على بعد مناسب من المركبة المعطلة لتعطي تحذيرا كافيا للسائق الآخر بحيث يمكنه أن يرى المركبة المتوقفة و يتجنب الاصطدام بها.

١. الأحوال الجوية

عندما تصارع العوامل الجوية من أجل تثبيت المركبة على الطريق (الاحتكاك الالتصاقي لعجلات المركبة)، وضوح الرؤية، و التحكم في المركبة فإن سلاحك الأفضل هو حسن التقدير. من الضروري أن تكون قادرا على أن تقرر متى تكون الأحوال الجوية سيئة بحيث لا تسمح بقيادة المركبة. العوامل الجوية الأساسية أربعة. و هي كما يلي:

أشعة الشمس

إن أشعة الشمس لا تشكل تهديدا لمدى الرؤية إذ يمكنك ببساطة أن ترتدي نظارة شمسية أو تنزل واقية الشمس لتحمي عينيك من أشعة الشمس المباشرة أو التي تسبب البهر. إن سطوع الشمس يعادل الحرارة، و الحرارة بدورها تؤثر على قدرتك التحكم في المركبة.

كيف تتحكم في المركبة؟

حافظ على السرعة المحددة أو أقل منها. كن يقظا دائما

إذا بدأ المحرك يسخن أكثر مما ينبغي عليك في هذه الحالة أن تضحى بإيقاف مكيف الهواء. أنزل الزجاج و شغل جهاز التسخين لسحب الحرارة من المحرك. إذا لم يكن ذلك مجديا، قد المركبة إلى جانب الطريق و أوقف المحرك. إفحص الخراطيم. لا تزيل غطاء الرادياتور قبل أن يبرد المحرك. قم بإبلاغ منسق التوزيع و/أو محطتك بأسرع ما يمكن.

٢. الأمطار

تسبب الأمطار نوعين من المخاطر: (١) عند هطول الأمطار يرتفع الزيت إلى سطح الطريق و تصبح الطريق زلقة (٢) يقل مدى الرؤية من داخل المركبة.

قلة الاحتكاك الالتصاقي لدواليب المركبة

عندما يبدأ المطر في الهطول، خفف السرعة لأن الأمطار تتسبب في أن يطفو الزيت على السطح و يصبح الطريق زلقا بشكل خطير. حتى في حالة الأمطار الغزيرة، يستغرق غسل الطريق من الزيت نصف ساعة. في معظم الأحيان تقف حوادث الطرق في بداية الجو الممطر.

كيف تحافظ على ثبات الدواليب على الطرق الزلقة (الاحتكاك الالتصاقي):

- خفف السرعة عند بداية هطول المطر
- قم بزيادة الحيز الوقائي إلى ٤ - ٦ ثوانٍ
- حافظ على أن تكون الدواسات جافة و خالية من الطين
- أشعل أنوار المركبة قصيرة المدى. كلما تقوم بتشغيل ممسحات الزجاج الأمامي ، عليك أن تضيء المصابيح الأمامية للمركبة.
- استخدم جهاز إزالة الصقيع / المكيف لتحافظ على النوافذ خالية من الضباب. استخدم منشفة من القماش أو الورق عند اللزوم.
- إنته للمشاة لأنهم قد لا يستطيعون رؤيتك من تحت مظلاتهم
- كن أكثر حذرا في الجو البارد. قد تكون الطرق مبتلة، لكن الجسور و المعابر الفوقية قد تكون مغطاة بالثلج لأنها أبرد بحوالي خمس أو ست درجات.

مدى الرؤية

في الأمطار الغزيرة تقل الرؤية أو تنعدم. وجّه المركبة نحو جانب الطريق و ابتعد عن الطريق ما أمكن ثم أوقف المركبة. شغل المصابيح الومضية

الفيضان

قُد المركبة في المياه الجارية فقط عندما تكون متأكدا من عمق الماء و حالة الطريق تحت الماء. عندما تخرج من الماء إفحص الفرملة. شغل الفرملة تدريجيا إلى أن تجف، إذا اقتضى الحال.

إنزلاق عجلات المركبة على طريق مبتلة

يحدث مثل هذا الانزلاق عندما تفقد إطارات سيارتك ملامسة الطريق و تسير على طبقة رقيقة من الماء بين الإطارات و سطح الطريق.

لماذا يحدث انزلاق عجلات المركبة على الطرق المبتلة؟

سرعة المركبة عالية للغاية مقارنة بالأحوال الجوية

الماء غير جارٍ

الإطارات غير قادرة على أن تحل محل المياه بالسرعة الكافية
محيط الإطار الملامس للطريق منخفض / ضغط الهواء في الإطارات غير كافٍ
حمل ثقيل جدا مركّز في الجزء الخلفي من المركبة

كيف تمنع انزلاق العجلات على الطرق المبتلة؟

عدّل السرعة لتتماشى مع الحالة الجوية
تأكد من أن سطح الإطارات الملامس للطريق و ضغط الهواء كما ينبغي
وزع الوزن / الحمل بالتساوي على جميع أنحاء المركبة
تجنّب حركة عجلة القيادة / الفرملة المفاجئة.
قدّ مركبتك في خط سير المركبات التي أمامك بحيث لا تكون على مقربة دانية من مؤخرة المركبة التي أمامك.

الضباب أو العواصف الرملية

إن الضباب حالة خطيرة تحدث عندما يكون الجو حاراً و درجة الرطوبة عالية و من الصعب جداً التنبؤ به لأنه يمكن أن يظهر بدون إنذار. يمتد الضباب إلى بضعة أقدام أو كيلومترات.

معلومات مفيدة تساعدك على القيادة في الضباب

خفف السرعة

استخدم المصابيح قصيرة المدى. استخدام المصابيح بعيدة المدى يجعلك غير قادر على الرؤية لأن الضباب يعكس الضوء.

حاول رؤية حافة الرصيف / الطريق لتساعدك على السير في الاتجاه الصحيح. قدّ المركبة إلى جانب الطريق و توقف إذا كان الضباب كثيفاً. لتجنب الحوادث ابتعد عن الطريق ما أمكن و شغلّ مصابيح الطوارئ الوضعية

الثلج و الجليد

إن القيادة على الطرق الثلجية و الجليدية تضع مهاراتك في القيادة أمام اختبار صعب لأن رقائق الثلج تقلل مدى الرؤية بالتصاقها على مركبتك و عكسها للضوء. و قد يحجب الثلج الأجسام التي على سطح الطريق و بالتالي يحول دون رؤيتها. في مثل هذه الأحوال تقل القدرة على التحكم في قيادة المركبة. أما الجليد فإنه يقلل القدرة على التحكم بدرجة أكبر. في حالات الثلج و الجليد، تذكر أن:

تخفف السرعة و تتجنب الانزلاق

تزيد من الحيز الوقائي

تنظف الثلج و الجليد من النوافذ

تدرك أن الجليد يتكون بسرعة أكبر و يدوم لفترة أطول على الجسور و المناطق المظللة.

تفحص ثبات الإطارات على الطريق (الاحتكاك الانزلاقي) بتشغيل الفرملة تشغيلا خفيفا على أن تكون المركبة سائرة ببطء لكي تستطيع أن تتحسس الطريق.

تستخدم النظارة الشمسية الواقية من الأشعة فوق البنفسجية لتتفادى البهر.

الانزلاق:

الانزلاق مشكلة كبيرة مرتبطة بالثلج و الجليد، إذا بدأت مركبتك في الانزلاق، وجّه المركبة في نفس اتجاه الانزلاق، أبعد رجلك من الفرملة، بذلك تتمكن من التحكم في العجلات الأمامية بصورة أفضل. التحول لتروس السرعات البطيئة يساعد على إبطاء سرعة المركبة و في نفس الوقت لا يعوق قدرتك على توجيهها.

كيف تتجنب الانزلاق؟

خفف السرعة . استخدم تروس السرعات البطيئة

زد الحيز الوقائي تدريجيا

تجنب زيادة السرعة أو التوقف فجأة

أنقر على الفرملة أو أضغطها ثم أطلقها / أبعد رجلك عنها لتوقف المركبة. إبدأ التوقف قبل الفترة المعتادة بكثير

أحوال حركة المرور

أحوال حركة المرور يشكلها عدد المركبات و المشاة الذي يستخدمون الطريق أو الشارع، و مستوى جودة هندسة الطرق لكي تتحمل حركة المرور في وقت محدد. و تتأثر أحوال المرور كذلك بالوقت من اليوم و في أي يوم من أيام الأسبوع، و أي وقت من السنة بالإضافة إلى العوامل المناخية.

التكيف مع أحوال حركة المرور

أترك الجانب الأيمن من الشارع للمشاة

أترك للدراجات النارية قدرا من مساحة الطريق يساوي الذي تتركه للسيارات أوالشاحنات

كن مستعدا للاضطرابات الهوائية عندما تتجاوز شاحنة ضخمة أو سيارات التخييم

ضع خطة لمسار مركبتك لتتفادى الازدحام

قد مركبتك مع حركة المرور لتتجنب التخطي

أنظر في المرايا كل 5 – 8 ثوانٍ لتتعرف على حالة حركة السير خلف سيارتك

استخدم جهاز التنبيه، نبّه الآخرين لوجودك بطريقة سليمة

ابتعد عن المركبات الضخمة التي تحجب عنك الرؤية. لا تقد مركبتك في النقاط المحجوبة عن الرؤية

حافظ على حيز وقائي في حدود 4 ثوانٍ على الأقل بينك و بين المركبة التي تسير أمامك. إذا كانت مركبتك تسير على مقربة من مؤخرة المركبة التي أمامك، في هذه الحالة عليك أن تزيد من الحيز الوقائي لتوفير مساحة لتوقف طويل و بطيء.

ملاحظة: لأن أحوال حركة المرور قد تؤدي إلى ردود أفعال انفعالية بين السائقين، يسعى سائقو سمسا إلى التأثير على الآخرين بإبداء اللطف و مراعاة أولوية السائقين الآخرين و مشاعرهم في جميع الأوقات

أحوال السائق:

أحوال السائق تشير إلى حالته البدنية و العقلية و سرعة انفعاله. إنها الحالة الأهم من أحوال القيادة الست الهامة، لأن السائق الذي يكون في قمة لياقته البدنية و العقلية و الانفعالية يمكن أن يكيف نفسه مع كل الأحوال الأخرى و مع أحوال الآخرين كذلك. إن ٩٦٪ من حوادث السير تُعزى للأخطاء البشرية.

أحوال السائق سيئة الأثر:

المشروبات الكحولية: إن الكحول تؤثر بصورة سيئة على قدرتك على التمييز و تقدير الأمور، التصرف السليم و التنسيق بين أعضاء الجسم.

العمر: أعرف أوجه القصور فيك و عدّلها

- إن الذين يبلغون من العمر أقل من ٢٥ عاما يتمتعون بلياقة بدنية جيدة لكنهم يفتقرون

إلى الخبرة و القدرة على التقدير السليم

- الذين تجاوزوا الـ ٤٠ عاما تقل قدرتهم على الرؤية بطريقة جيدة في الليل

- الذين تجاوزوا الـ ٦٥ عاما تقل قدرتهم البدنية و الحسية لكنهم يتمتعون بالحكمة

المكتسبة من الخبرة.

الموقف (طريقة التفكير و السلوك): إن الشخصيات العدوانية و الأنانية هي سبب حوادث الاصطدام في معظم الأحيان.

النعاس و الإعياء : ابتعد عن القيادة عندما تكون متعبا

العقاقير: أعرف تأثير العقاقير التي تُصرف بوصفات طبية و بدون وصفات طبية، و كذلك تأثير تناول أكثر من عقار واحد في نفس الوقت على القدرة على قيادة المركبة. إن استعمال العقاقير الممنوعة يعتبر مخالفة لسياسات الشركة و من الأسباب التي تؤدي لإنهاء الخدمات.

الضعف البدني: ضعف النظر أو السمع، ضعف العضلات، الصرع الذي لا يمكن السيطرة عليه، مرض القلب و الداء السكري يمكن أن تزيد من مخاطر القيادة.

الانفعالات: الغضب، اللجباط، و القلق تقلل من القدرة على التركيز. كل أنواع الابتهاج و الإثارة يمكن أن تشغلك عن مهمة القيادة.

التعليق على القيادة

التعليق على القيادة هو عبارة عن وصف شفهي لما يراه السائق، كيف يتعامل مع ما يراه و لماذا تصرف بتلك الكيفية؟ إنها مهارة معقدة تتطلب من الفرد:

- التعرف على الخطر
- معرفة كيفية تفادي الخطر
- التصرف بطريقة صحيحة في الوقت المناسب
- تقديم تعليق يبين أسباب اللجوء إلى القيادة بالطريقة التي اختارها السائق

قائمة المراجعة للتعليق على القيادة	
القيادة بسرعة تتناسب و مدى الرؤية	تحدد أحوال القيادة سرعة المركبة
أنظر أمامك إلى مسافة بعيدة أثناء القيادة	استباق المركبة في رؤية الطريق الذي تسير فيه
الصورة الكبرى	وعي كامل لما يحيط بالمركبة من كل الجوانب
حواجز الرؤية	أي جسم يحجب طريق الرؤية
النقاط العمياء	المناطق التي لا يمكن رؤيتها من داخل المركبة حتى باستخدام المرايا
التحديق الأعمى	التحديق في لا شيء على وجه الخصوص أو أحلام اليقظة
استخدام الفرملة قبل وقت كافٍ	ينبّه الذين خلفك للمخاطر المحتملة و قد يشير إلى احتمال الحاجة للتوقف
تغيير المسار من أجل القيادة المريحة	تحول إلى المسار الأقل زحمة - تغيير لم يفرضه خطر معين
تغيير المسار للطوارئ	إقتضته مخاطر معينة
النظر مباشرة إلى الشخص الذي ينظر إليك في نفس الوقت	إحدى طرق الاتصال بالآخرين لتتأكد من أنهم يرونك
فترة مدى الرؤية أثناء القيادة	أنظر أمامك إلى المكان الذي سوف تصل إليه بعد 10 ثانية و يعتمد ذلك على سرعة المركبة
التحديق لفترة طويلة	تحديق النظر في شيء واحد
مسافة السير خلف المركبات	المسافة بين سيارتك و المركبة التي أمامك
لتكن عينك في حركة دائمة	الحركة الدائمة للعين ضرورية للتعرف على المخاطر
المسار الأقل ازدحاما	المسار الذي يحتوي على أقل عدد من المركبات أو المخاطر
يسار - يمين - يسار	أمعن النظر في كل التقاطعات الكبرى و الصغرى لتستبين المخاطر
تأكد من أن الآخرين يرونك	تشمل كل ما تقوم به لتبين للآخرين ما تنوي القيام به
إرفع قدمك من دواسة البنزين و غطي بها دواسة الفرملة بحيث تكون فوقها و لا تلامسها.	إحدى أساليب القيادة الوقائية تستخدم استعدادا للتوقف إذا كان هناك ما يبرره. يتم القيام بها قبل نقطة اللاعودة عند التقاطع. هذه الطريقة توفر انتقالا سلسا من وضع التسريع إلى الإيقاف
حدد السرعة	اضبط سرعتك حسب إشارات المرور الضوئية لتقلل من التوقف و الانطلاق مرة أخرى
نقطة اللاعودة	المكان الذي لا تستطيع فيه أن توقف مركبتك بأمان عندما تتغير إشارات المرور الضوئية
الحيز الوقائي	المسافة بينك و بين المركبات أو الأجسام الأخرى
الأخضر المنتهي	إشارة المرور الضوئية التي ظلت خضراء لبعض الوقت و على وشك أن تتغير فجأة
حشد من المركبات	عدد كبير من المركبات يسير في مجموعات في اتجاه واحد و عادة ما يكون الحيز الوقائي معدوما أو بسيطا للغاية.
التوقف ثابتيين	وقفة لفترة قصيرة قبل أن تنطلق من وضع التوقف. وقر حيزا وقائيا و مسافة مناسبة بينك و بين المركبة التي تسير أمامك

ملاحظة: مصطلحات التعليق على القيادة أعلاه جزء من لغة موزعي سمسا الشفهية. قد يطلب منك المدراء أو مدرب السائقين أن تبين عملياً أي من نقاط التعليق المذكورة كجزء من جولة فحص الأداء أو القيادة الوقائية. البيان العملي للتعليق على القيادة يتطلب منك أن تقيّم ما تقوم به من أفعال و تصفها للآخرين – إنها مهارة معقدة. بالتمرين، يمكن أن تكون ماهراً جداً في عرض التعليق على القيادة.

أوضاع القيادة

تؤلف أحوال القيادة الست مع عادات الرؤية الخمسة إطار القيادة الوقائية. إن إتقانك لمهارات القيادة المطلوبة لتقود مركبتك بأمان توفر للسائق القدرة الأساسية للسفر بسلام من مكان إلى آخر. الانتقال بالمركبة من النقطة (أ) إلى (ب) يتطلب أن يقوم السائق بالتحليل و المناورة حسب الأوضاع الشائعة لقيادة المركبات.

فيما يلي عناصر أوضاع القيادة

- التقاطعات
- المنعطفات
- السير على مقربة من المركبة التي أمامك
- النقاط العمياء / المحجوبة من الرؤية
- التخطي
- الوقوف
- الرجوع إلى الوراء

١. التقاطعات

التقاطع عبارة عن نقطة خطيرة يلتقي فيها المشاة، الطرق و المركبات و تتقاطع فيها مسالك كل منهم مع الآخر.

أنواع التقاطعات الثلاثة:

١. التقاطعات المراقبة

- تقاطع إشارات المرور الضوئية
- توقف رباعي الاتجاهات
- شرطي المرور

٢. التقاطعات شبه المراقبة

- إشارة أو إشارتي توقف عند التقاطع
- الضوء الأحمر الومضي
- الضوء الأصفر الومضي
- إشارة إعطاء أولوية المرور

٣. التقاطع غير المراقب

- لا توجد إشارات ضوئية
- لا توجد إشارات السير
- طرق الدخول (إلى المنازل)
- مواقف المركبات
- المناطق السكنية

طريقة السير عبر التقاطعات

الخطوة الأولى: هدى السرعة

الخطوة الثانية: غط دواسة الفرملة بقدمك بحيث لا تلامسها، أنظر يسارك - يمينك - يسارك قبل دخول التقاطع

الخطوة الثالثة: إذا كان الطريق سالكا، تابع السير عبر التقاطع

من الذي له أولوية المرور عند التقاطع المراقب؟

الإشارات الضوئية

السائق الذي تكون إشارته الضوئية خضراء، إن الضوء الأصفر هو إشارة لتهديئة السرعة تمهيدا للتوقف (و ليس لاجتيازه و مواصلة السير)

توقف رباعي الاتجاهات

المركبة التي تصل أولا و تقف عند التقاطع. عندما تصل مركبتان إلى التقاطع في نفس الوقت، في هذه الحالة تكون أولوية العبور للمركبة التي إلى يمينك.

شرطي المرور

يوجه شرطي المرور حركة السير

من الذي له أولوية المرور عند التقاطع شبه المراقب؟

- المركبات التي تسير في الطريق الذي ليس فيه إشارات توجيهية أو أي إشارات مرورية أخرى
- المركبات التي تصل إلى الإشارة التوجيهية أولا
- عندما تصل سيارتان أو أكثر في نفس الوقت، المركبة التي على اليمين لها أولوية المرور أولا

من الذي له أولوية المرور عند التقاطع غير المراقب؟

- ليس لدى أي سائق أولوية المرور
- ينص القانون على أن المركبة التي على اليسار هي التي يجب أن تعطي أولوية المرور للمركبة التي على يمينها. في حالة حدوث اصطدام، يُحمّل السائق الذي على اليسار مسؤولية فشله في إعطاء أولوية المرور للسيارة التي على يمينه.
- عند مدخل / مخرج المواقف أو الطرق الخاصة المؤدية إلى المباني، المركبة الداخلة إلى الطريق العام هي التي يجب عليها أن تعطي أولوية المرور للمركبات الأخرى.

أوضاع أخرى للتقاطعات

إشارة إعطاء أولوية المرور اقترب من إشارة إعطاء أولوية المرور برفع رجلك من دواسة

البنزين، غطِ بقدمك دواسة الفرملة و انظر إلى يسارك - يمينك -

يسارك و استعد للتوقف.

استعد للتوقف. في كثير من الأماكن تعتبر مواصلة السير عندما يكون

الضوء الأصفر

الضوء أصفر مخالفة للقانون إذا توفر لك مجالاً كافياً للتوقف

الضوء الأخضر الذي
أوشك أن يتغير
هو الضوء الذي ظل أخضر لفترة و قد يتحول إلى الأحمر عندما تصل
إلى التقاطع. إرفع قدمك من دواسة البنزين و غط دواسة الفرملة بقدمك
عندما تقترب من التقاطع

ملاحظة: مركبات الطوارئ لها أولوية المرور!

٢. المنعطفات

طريقة الانعطاف يمينا

١. عند اقترابك من التقاطع، تحول إلى المسار الأقرب إلى خط الوسط قبل ١٠٠ قدما على الأقل (حوالي طول ٦ سيارات) قبل أن تنعطف.
٢. إلقاء نظرة على المرايا الجانبية و تشغيل مابين الاتجاه. خفف السرعة تدريجيا
٣. البقاء بجوار الرصيف أو حافة الطريق لأن ذلك لا يشجع راكبي الدراجات الهوائية و البخارية و سائقي المركبات الصغيرة على تجاوزك من ناحية اليمين.
٤. إلقاء نظرة على المرايا الجانبية اليمنى و اليسرى. تأكد أيضا من المشاة على الرصيف قبل أن تنعطف.
٥. عندما تبدأ الانعطاف لا تدور بالمركبة في منحنى عريض (لا يكون قطر دائرة الانعطاف كبيرا).
٦. دخول المسار الأقرب إلى الرصيف عندما تكمل الدوران
٧. إلقاء نظرة على المرايا لترى من انعطف معك و مواقعهم

طريقة الانعطاف يسارا

١. عند اقترابك من التقاطع، تحول إلى المسار الأقرب إلى الرصيف قبل ١٠٠ قدما على الأقل (٣٠ مترا) قبل أن تنعطف.
٢. إلقاء نظرة على المرايا الجانبية و تشغيل مابين الاتجاه. خفف السرعة تدريجيا و توقف إذا لزم الأمر
٣. المحافظة على العجلات في خط مستقيم لأنه لو حدث أن صُدمت من الخلف و كانت عجلات مركبتك قد أُستديرت فمن الممكن حدوث اصطدام مواجهة (بمقدمة المركبة) مع المركبات القادمة
٤. لا تدخل التقاطع قبل المنعطف
٥. دع المركبات تعبر التقاطع إلى أن يصبح سالكا. القي نظرة على المرايا لتتأكد من أن لا أحد يحاول أن يتخطاك. انعطف إلى المسار الأقرب إلى خط الوسط.
٦. إلقاء نظرة على المرايا لترى من انعطف معك و مواقعهم

الدوران:

- الدورانات مخالفة للقانون في معظم الأماكن و ينبغي تجنبها.
 - القيادة على مقربة دانية من مؤخرة سيارة أخرى
- إن القيادة بهذه الطريقة لا تمكنك من التوقف أو الانحراف في حالات الطوارئ.

٤. الحيلولة دون القيادة على مقربة دانية من المركبة التي أمامك:

اتبع قاعدة الأربع ثوانٍ

عندما يتخطى سائق المركبة التي أمامك علامة ثابتته (إشارة، عمود، الخ) إبدأ في العد: ألف... ألف و إثنان، ألف و ثلاثة، ألف و أربعة

إذا وصلت إلى العلامة قبل أن تصل إلى نهاية العد، فأنت تقترب كثيرا من المركبة التي أمامك. هدى السرعة و أبدأ العد مرة ثانية

مسافة الأمان (الحيز الوقائي)

- ٤ ثوانٍ للأحوال الجافة
- ٥ - ٦ ثوانٍ للأحوال الممطرة و الزلقة
- الحمولة الزائدة تتطلب زيادة في المسافة الضرورية للتوقف.

الإجراء الوقائي:

عندما يقود سائق مركبته على مقربة دانية من مركبتك:

- هدى السرعة تدريجيا
- دع المركبة التي تتبعك عن قرب تتخطاك
- إن تخفيف السرعة تدريجيا سوف يسمح للذي يتبعك عن كثب أن يتصرف و يتجنب صدم الجزء الخلفي من سيارتك بينما يكون لديك مساحة كافية لتتفادى الاصطدام بمؤخرة المركبة التي أمامك.
- إذا واصلت المركبة التي تتبعك السير على مقربة دانية منك، في هذه الحالة توجه بسيارتك إلى جانب الطريق و أوقف المركبة.

النقاط العمياء / محجوبة الرؤية

أي منطقة خلف، أمام أو على جانبي السائق لا يمكن رؤيتها حتى باستخدام المرايا تعتبر نقطة عمياء / محجوبة الرؤية. إن تغيير المسارات بدون التأكد من النقطة العمياء يكون سببا لحدوث حادث مروري مع المركبة التي تسير خلفك أو اصطدام جانبي مع المركبة التي تسير إلى جانبك

قبل تغيير المسار

- ألق نظرة على المرايا
 - قم بتشغيل مبيّن الاتجاه
 - غيّر المسار ببطء و حذر
 - في حالة الشاحنات الصغيرة المقفلة، كن حذرا جدا خاصة عند الانعطاف يمينا
- ملاحظة:** من المحتمل أن يختفي المشاة، راكبو الدراجات النارية و الهوائية لذلك عليك أن تبحث عنهم بدقة. تذكر أن مركبتك قد تكون في النقطة العمياء / محجوبة الرؤية بالنسبة لسائق آخر.

- تجنب القيادة في ذلك الموقع
- إذا كان لا بد من ذلك في منطقة تشهد ازدحاما في حركتها المرورية ، راقب بدقة إلى إشارة تدل على تغيير للمسارات قد يحدث فجأة أمامك.
- شغل جهاز التنبيه لتلفت نظر السائق إلى وجودك
- إذا كانت مركبتك مزودة بمرآة بياضوية (محدبة)، استخدمها لترى هل هناك من أحد يقود مركبته على مقربة منك خلف المركبة.

٥. التخطي

إجراءات التخطي الآمن

١. إجعل لك حيزا وقائيا لمسافة تبلغ ما تقطعه المركبة في ٣ ثوانٍ
 ٢. تأكد من عدم وجود الأخطار على الطريق و خارج الطريق
 ٣. ألق نظرة على المرايا و تحرك نحو خط الوسط. كن مستعدا للعودة لموقعك السابق و حاول مرة أخرى.
 ٤. أنظر أمامك للتأكد من أن الطريق خالية من الموانع و أن مسافة التخطي آمنة.
- ٩ - ١٠ ثوانٍ عندما تتخطى المركبات و الشاحنات الصغيرة المقفلة (الفانات)
 - ١٣ - ١٥ ثانية عندما تتخطى الشاحنات و الباصات

٥. أشر ناحية اليسار

٦. تأكد من النقاط العمياء / محجوبة الرؤية

٧. تخطي المركبة:

- اسرع بالدخول إلى مسار التخطي. تأكد من عدم وجود أخطار على الطرق و خارج الطريق. إرجع إلى حيث كنت إذا كان ذلك ضروريا
- اسرع أكثر من المركبة التي تتخطاها بما يعادل ١٠ - ١٥ كلم / الساعة.
- تأكد من العجلات الأمامية للمركبة التي تتخطاه فربما تكون قد تحولت إلى مسارك. (إذا تحولت المركبة التي تتخطاها إلى مسارك، شغل جهاز التنبيه أو مصابيح المركبة الأمامية).
- إلق نظرة على المرايا

٨. العودة إلى المسار الأيمن

- إلق نظرة على المرايا لترى المركبة التي تخطيتها
- شغل إشارة الانعطاف ناحية اليمين - عُد إلى مسارك السابق
- أدخل المسار و حافظ على سرعة التخطي
- أوقف إشارة الانعطاف إلى اليمين
- خفف السرعة تدريجيا إلى أن تصل إلى حد السرعة المسموح به

عندما يتخطاك سائق آخر

- حافظ على سرعة ثابتة
- تحرك نحو الجانب الأيمن من مسارك
- خفف السرعة إذا تسبب السائق المتخطي في خلق وضع خطر.

٦. إيقاف المركبة في الموقف

بعض المعلومات المفيدة التي تساعدك على تجنب مشاكل إيقاف المركبة في المواقف:

- تجنب الوقوف المزدوج
- عند الوقوف أترك حيزا وقائيا أماميا
- تجنب الرجوع إلى الوراء بعد إيقاف المركبة في الموقف
- أوقف المركبة خارج نطاق طرق الدخول (للمنازل)، التقاطعات، معابر المشاة

- شغل الفرملة اليدوية (فرملة الوقوف)
- ضع ناقل الحركة في الوضع الصحيح
- أوقف المركبة على بعد ٨ - ١٢ بوصة من الرصيف
- قم بمناورات الإيقاف الصحيحة المتوازية و الآمنة
- تجنب المواقف المزدحمة
- تجنب إيقاف المركبة في الأزقة
- تجنب المناطق التي يكثر فيها النشاط
- تجنب مواقف المناطق التجارية و مواقف المتاجر التيسيرية
- عندما تغادر مركبتك بعد إيقافها:
- أدر عجلات مركبتك ناحية حاجز الرصيف (إذا كنت على الطريق)
- شغل فرملة اليد (فرملة الوقوف)
- أغلق المركبة

عند عودتك إلى المركبة:

- سير خلف المركبة لترى ما إذا كانت هناك أي عوائق
- قم بإزالة أي إشارة أو مخروطي تنبيه أو سائدة عجلات.
- إربط حزام الأمان، شغل المحرك، إفحص المرايا، أرخ الفرملة اليدوية و أشّر لتبين أنك تعتزم مغادرة الموقف.

٧. الرجوع إلى الورا

تجنب الرجوع إلى الورا كلما أمكن ذلك، إن الرجوع إلى الورا هو أكثر أنواع الحوادث تكرارا في سمسا.

قواعد الرجوع إلى الورا:

- إرجع إلى الورا عندما يكون ذلك ضروريا فقط.
- ربما تتغير الأوضاع قبل أو بعد العودة إلى المركبة. و قد يكون الرجوع إلى الورا لا مفر منه.
- إفحص المنطقة حول المركبة قبل الرجوع إلى الورا.
- تأكد من القيام بفحص المنطقة قبل أن تدخل في مركبتك. إذا نسيت أترك المركبة لتقوم بعملية الفحص البصري.

- إرجع إلى الوراء أولاً.
 - قم بكافة إجراءات الرجوع إلى الوراء قبل أن تكمل أي عمل ورقي أو تغادر المركبة.
 - إلق نظرة على المرايا
 - ألق نظرة على المرايا قبل و أثناء الرجوع إلى الوراء لتقدير المسافات و تحدد ما إذا كان بإمكانك الرجوع إلى الوراء بطريقة آمنة.
 - شغل جهاز التنبيه.
 - قبل أن تعشّق إلى الوراء، شغل جهاز التنبيه مرتين و واصل تشغيل جهاز التنبيه إثناء الرجوع إلى الوراء، لتنبيه الآخرين إلى وجودك.
 - إرجع إلى الوراء في جانب الرؤية بالنسبة لسيارتك
- عندما ترجع إلى الوراء يكون جانب الراكب هو الجانب الذي تكون فيه الرؤية محجوبة. إن مجال الرؤية في جانب الراكب تكون أقل منها في جانب السائق. عندما ترجع إلى الوراء في زقاق أو طريق دخول (للمنزل)، ليكن جانب السائق هو الأقرب إلى أي مبنى. استخدم الإشارات الومضية أو مابين الاتجاه لتنبيه الآخرين.
- إرجع إلى الوراء ببطء
 - التحكم في السرعة أمر هام عند الرجوع إلى الوراء
 - استعن بمؤجّه يُعتمد عليه، إذا كان موجوداً، ليساعدك في الرجوع إلى الوراء.
 - حافظ على أن تكون مسافة الرجوع إلى الوراء في حدها الأدنى.
 - استعن برفيق، إن كان موجوداً.
 - النجاح في الرجوع إلى الوراء يعتمد على خمس من القدرات الهامة للقيادة:
 - الوضع الصحيح للجسم،
 - الرؤية بواسطة المرايا
 - استعمال عجلة القيادة
 - التحكم في السرعة
 - مكان المركبة

الرحلة المثالية هي التي يتم إنهاؤها بدون حدوث أي مما يلي:

- إصطدام
- مخالفة مرورية
- سوء استخدام للسيارة

- التأخير الزائد عن الحد في المواعيد المحددة في الجدول الزمني
- أي أفعال تتسم بالفضاظة و قلة التهذيب

فيما يلي الذين يستفيدون من مهارتك في القيادة الاحترافية في كل مرة تكون فيها رحلتك مثالية:

- أنت
- أسرّتك
- سمسا
- عامة الناس



smsaexpress.com