

СОДЕРЖАНИЕ

СЛОВО К ЧИТАТЕЛЮ	5
ПОСАДКА ЗА РУЛЕМ	6
НАСТРОЙКА ЗЕРКАЛ ЗАДНЕГО ВИДА	8
НАСТРОЙКА БОКОВЫХ ЗЕРКАЛ ЗАДНЕГО ВИДА	9
ОРГАНЫ УПРАВЛЕНИЯ	11
ГАБАРИТЫ АВТОМОБИЛЯ	12
ПРАВЫЙ И ЛЕВЫЙ БОРТ АВТОМОБИЛЯ	17
Правый борт автомобиля	17
Левый борт автомобиля	19
ОБЪЕЗД ЯМ И УХАБОВ ПОСЕРЕДИНЕ АВТОМОБИЛЯ	21
МАНЕВРИРОВАНИЕ И ОБЪЕЗД ПРЕПЯТСТВИЙ	22
ПОВОРОТЫ НА 90°	23
ДВИЖЕНИЕ ЗАДНИМ ХОДОМ	25
ПАРКОВКА В ГАРАЖЕ, ЗАДНИМ ХОДОМ К БОРДЮРУ/СТЕНЕ	28
ПАРАЛЛЕЛЬНАЯ ПАРКОВКА (К БОРДЮРУ) ЗАДНИМ ХОДОМ	34
Парковка к правой стороне, когда парковочного пространства много	34
Парковка к правой стороне, когда парковочного пространства не хватает	36
ДИАГОНАЛЬНАЯ ПАРКОВКА ПЕРЕДОМ	39
ПЕРЕСТРОЕНИЯ	41
ПЕРЕСТРОЕНИЕ В ЗАТОРАХ И ПЛОТНОМ ПОТОКЕ	44
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	45
БЛАГОДАРНОСТИ	46



СЛОВО К ЧИТАТЕЛЮ

Если Вы держите в руках эту книгу, значит, уже испытываете потребность изучить свой автомобиль и понять, на что он способен. В этом я и помогу Вам разобраться.

Кому будет полезна эта книга?:

- ученикам автошкол;
- людям, давно не сидевшим за рулём;
- опытным водителям, чтобы им было легче правильно объяснить новичкам, что да как;
- да и просто родителям, чтобы помочь детям освоиться за рулём.

Лучше всего, если Вы будете осваивать материал книги с помощью инструктора или более опытного водителя, чем Вы сами, и практиковаться станете сначала на площадке. Всё, что написано в этой книге, опробовано на практике мною вместе с моими учениками.

Я сознательно не делил автомобили по коробке передач и габаритам, т.к. под каждый автомобиль методику надо дорабатывать. Я привожу стандартные принципы для работы с легковым автомобилем, который может немного отличаться от Вашего. Не для грузовиков, минивэнов, микроавтобусов.

Применять без подготовки, на дорогах общего пользования —

ЗАПРЕЩЕНО!!!

СНАЧАЛА – ПЛОЩАДКА!!!

Итак, вперёд, к освоению своего автомобиля! 😊

ПОСАДКА ЗА РУЛЕМ

Да-да, именно с посадки водителя начинается путь вождения автомобиля. Это первое что Вы должны освоить, от этого будет зависеть всё дальнейшее.

1. Выпрямите спину. Устройтесь удобно, как в обычном кресле, но не полулёжа и не вжимаясь в руль.

2. Отрегулируйте сиденье по высоте, если есть «лифт»: чем выше, тем лучше. Только одно правило: Ваш кулак должен свободно помещаться между Вашей головой и крышей. Это очень важно. Спасатели его называют «кулак жизни», поскольку если при аварии машина опрокидывается, для деформации крыши остается пространство, а голова не страдает *(рис. № 1)*.

3. Подвигайте ногами вперёд-назад. Мысок ноги должен легко дотягиваться до пола под педалью тормоза; тогда при нажатии

на педали ноги будут расположены под анатомически правильным углом, что позволит сохранить нормальную циркуляцию крови, и Вы их не «отсидите». Не говоря уже о том, что в любой экстренной ситуации первое действие — выжать педаль тормоза в пол, и ничто не должно этому помешать.



(Рис № 1)

Проверьте положение правой ноги — несколько раз перенесите её с педали тормоза на педаль газа и обратно. Если вы сидите правильно, в голеностопе не должно возникать неприятных ощущений, особенно боли.

Если у Вас автомобиль с МКПП¹, левая нога должна свободно выжимать педаль сцепления в пол.

Важный момент: педали нажимаем мыском стопы — не пальцами и не половиной стопы, иначе возникает риск, что нога соскочит с педали в самый ответственный момент, либо произойдет блокировка педалей.

4. Отрегулируйте руль по вылету и высоте, если есть такая возможность. Вытяните его к себе так, чтобы запястье свободно лежало на рулевом колесе, как на отметке «двенадцать часов» на циферблате. Теперь — регулировка по высоте. Первое: приборная панель должна быть видна полностью. Второе: руль не должен мешать обзору дороги. Зафиксируйте руль в этом положении. Теперь в точках «на 9/3 часов» и «на 10/2 часов» ваши руки будут лежать на руле немного согнутыми, под углом примерно 120°. В этих точках момент приложения силы максимальный, и реакция рук быстрее и точнее *(рис. № 2)*.

Если всё правильно настроено, то Вы видите больше, остаетесь за рулем дольше, меньше устаёте, лучше управляете своим автомобилем, лучше его чувствуете.



(Рис № 2)

¹ Механическая коробка переключения передач.