

## Técnicas De Conducción A La Defensiva

**Objetivos Generales** Al Finalizar El Curso, Los Alumnos Serán Capaces De Aplicar Las Técnicas De Conducción A La Defensiva En Sus Acciones Laborales

### **1 Aplicar Actitudes Que Debe Poseer Un Conductor Seguro Antes, Durante Y Después De La Conducción**

- 1.1 Actitud Del Conductor Seguro.
- 1.2 Actitud Del Conductor Seguro Antes
- 1.3 Actitud Del Conductor Seguro Durante
- 1.4 Programe La Conducción Prepare La Ruta
- 1.5 Preocúpese De Su Condición Física.
- 1.6 Observe, Piense Y Actúe

### **2 Identificar Los Riesgos Derivados Del Conductor.**

- 2.1 Riesgos Psicológicos Asociados Al Conductor
- 2.2 Riesgos Derivados De La Condición Del Conductor; Vista, Estrés, Fatiga, Depresión E Higiene Del Sueño.
- 2.3 Riesgo Derivados Por Consumos; Consumo De Drogas, Consumo De Medicamentos Y Consumo De Alcohol.
- 2.5 Medidas De Control

### **3 Aplicar Conducción Asociados Del Clima Y Sus Condiciones**

- 3.1 Conducción Con Nieve
- 3.2 Conducción Con Lluvia
- 3.3 Conducción Con Niebla
- 3.4 Conducción Con Viento
- 3.5 Conducción Con Calor
- 3.6 Conducción Nocturna

#### **4 Identificar Y Aplicar Los Riesgos Asociados A Los Factores Del Camino**

4.1 Riesgos Derivados Del Camino

4.2 Superficies Resbalosas

4.3 Zonas De Trabajo

4.4 Desniveles

4.5 Objetos Extraños En El Camino

4.6 Animales En El Camino

4.7 Rampas De Entrada Y Salida

4.8 Caminos Difíciles: Piedras, Huellas, Ripio.

#### **5 Aplicar Técnicas De Conducción Segura Que Le Permitirán Enfrentar Los Riesgos Asociados A La Conducción, Realizando Las Maniobras De Manera Efectiva**

5.1. Técnicas De Conducción Defensiva Para Evitar Accidentes De Tránsito.

5.2 Visibilidad; Dirija Sus Ojos En Movimientos. Asegure De Que Otros Lo Vean. Dirija Su Mirada Lejos. Dirija Su Mirada Alrededor.

5.3 Utilice Los Espejos Correctamente.

5.4 Distancias; Distancia Segura De Seguimiento, Distancia De Percepción/Reacción, Distancia Total De Frenado Y Distancia Total De Detención.

5.5 Velocidad; Velocidad Legal, Límites Máximo De Velocidad, Restricción De Velocidad, Velocidad De Operación, Velocidad/Tiempo De Viaje Y Velocidad De Acuerdo A La Superficie Del Camino.

5.7 Espacios; Espacio En La Vía, Espacio Adelante, Espacio Atrás, Espacio A Los Lados, Espacio Arriba, Espacio Abajo, Espacio Para Los Virajes Y Espacio Necesario Para Cruzar O Incorporarse Al Tráfico

5.8 Procedimiento En Caso De Accidentes