

Juhi töökoht.

Juhi töökoht sõidukis on väga tähtis. Sageli ei pööra juhid sellele piisavalt tähelepanu ning seetõttu võib juht kiiresti väsida. Autole mõjuvad jõud kanduvad juhini läbi sõiduki istme. Õigesti reguleeritud juhiistmest ja juhi istumisasendist sõltub juhi võime tegutseda äkkolukorras.

Juhi istumise asend.

Reguleeritava kõrgusega (alumise) istmepadja korral paigalda see kõigepealt kõrgusele, mis jätab juhi pea ja sõiduki lae vahele vähemalt rusika laiuse vahe. Sõiduki ümberpaiskumisel väldib see otsesed löögid vastu juhi pead.

Juhiistme alumine padi tuleb reguleerida kaugusele, mis sidurile ja pidurile tugevalt vajutades jätab juhi põlved painutatuks. Sõiduki võimaliku kokkupõrke ajal võib deformeeruda pedaalide asend sõiduki põranda suhtes ja juhi sirgete jalgade korral võib see saada vaagna- ja jalaluumurdude põhjuseks. Kõverdatud põlvede korral on selliste luumurdude tekke võimalus väiksem.

Juhiistme seljatoe kaudu tunnetab juht sõidukile mõjuvaid jõudusid. Ühtlasi kaitseb õigesti paigaldatud seljatugi juhti ka kokkupõrke korral. Õigesti reguleeritud seljatoe kalde korral toetuvad juhi õlad vastu istme seljatuge ja väljasirutatud käte randmed ulatuvad rooliratta ülaservani.

Tagant otsasõidu korral kaitseb juhi kaela peatugi. Peatoe ülemise serva kõrgus peab olema vähemalt 5 cm juhi või reisija kõrvadest kõrgemal.

Tüüpilisteks vigadeks juhiistme reguleerimisel on selle vale kaugus pedaalidest ja seljatoe ebaõige kalle, kus juhi käed ei ulatu roolirattale või on roolirattas liiga lähedal juhi rinnakorvile.

Tagasivaatepeeglite reguleerimine.

Tagasivaatepeeglid aitavad avardada juhi vaatevälja. Sõidukis paiknev peegel paigalda nii, et võimalusel oleks nähtav kogu sõiduki tagaaken. Sõiduki küljepeeglid reguleeri aga asendisse, kus ilma kehaasendit muutmata on võimalikult palju näha sõiduki kõrvale ja taha ning veidi ka sõiduki külge. Peeglid tuleb õigeks reguleerida pärast seda, kui juhiiste on juba õiges asendis.

Turvavöö kinnitamine

Õigesti kinnitatud turvavöö kaitseb juhti sõiduki pikikokkupõrkel ja sõiduki ümberpaiskumisel. Kinnitades turvavöö ilma seda käsitsi pingutamata, ei paku see õnnetuse korral praktiliselt kaitset. Lukustame eelnevalt pingutamata turvavöö ja vaatame, mis juhtub juhi paiskumisel ette. Nagu näeme, ei kaitse eelnevalt pingutamata turvavöö juhti.

Turvavöö peab paiknema selle kasutaja kehale võimalikult lähedal. Kandes jopet või mantlit, ava selle hõlmad ja kinnita turvavöö üleriie alt. Turvavöö asetus peab

paiknema üle rangлуу ja üle reite ülaosa. Katseks lukustame turvavöö käsitsi ja korrates eelnevat katset, näeme et juht on praegu tunduvalt paremini kaitstud.

Laialt levinud veaks on turvavöö kasutamine üleriie peal või selle eelnevalt pingutamata jätmine. Kokkupõrke korral selline turvavöö juhti ja reisijaid sisuliselt ei kaitse.

Käte asend roolil.

Sõiduki üle kontrolli säilitamine igas olukorras algab käte asendist roolil. Parimaks loetakse asendit, kus käed asuvad piirkonnas “kümme enne kahte” kuni “kolmveerand kolm”. Selline käte asend tagab rooli kõige ulatuslikuma pööramise käsi roolirattalt eemaldamata. Enamiku sõitudest saame ära teha, pöörates rooliratast kuni pool pööret. Sellist roolipööret saab harjutada takistustest nii paremalt kui ka vasakult mööda sõites. Seejuures peavad roolipöörded olema võimalikult täpsed.

Veidi keerulisem on rooli pööramise tehnika rooli lõppasendite vahelises ulatuses. Vajadus rooli pööramiseks täies ulatuses võib tekkida manööverdamisel, järsematel pööretel ja sõiduki külglibisemise korral. Kui käsi jõuab rooliratta pööramise suunal alumisse asendisse, vabastame selle ja haarame üle teise käe roolirattast uuesti ja jätkame pööramist kuni sõiduki vajaliku suuna saavutamiseni või rooliratta äärmise asendini. Käte töö osavuse saavutamiseks võib kasutada harjutust “ristikuleht”. Nimetatud harjutus koosneb neljast rombikujuliselt paigaldatud koonusest. Põhikoonuse ja abikoonuste ümber sõidetakse kordamööda “kaheksat”. Sõitmise ajal jääb põhikoonus juhust vasakule, abikoonused aga paremale.

Kordan: väike roolipööre – kiire või aeglane - toimub käsi roolirattalt lahti laskmata. Ulatuslikuma pöörde korral tuleb haarata alumisse asendisse jõudnud käega rooli vastasküljelt. Vajadusel peab roolipööre olema võimalikult kiire ja täpne.

Juhi asend sõidukiga tagurdades.

Tagurpidi sõites jälgime liiklust üle parema õla. Pärast liikumise alustamist surume vasaku jala vastu põrandat ja juhime sõidukit vasaku käega, hoides rooli ülaosa keskelt, parem käsi haarab tugevalt ümber kõrvalistuja seljatoe. Vajadusel saab kasutada ka küljepeegleid, kuid sõiduki liikumissuuna tunnetamine küljepeeglite abil on keeruline ja eelistada tuleb liikluse jälgimist üle parema õla. Tagurpidi sõidu harjutamiseks sobib jällegi slaalomi sõitmine koonuste vahel.

Liiklusohu vältimiseks tuleb võimalusel tagurdamisest hoiduda või kasutada tagurdamise juurest teiste isikute abi.

Kordan kokkuvõtlikult: Istudes juhina sõidukisse paigalda iste nõnda, et oled ise õiges istumisasendis. Reguleeri õigesse asendisse kõik tagasivaatepeeglid. Kinnita õigesti turvavöö ja pinguta seda kergelt. Sõidu ajal kasuta optimaalset käte asendit roolil. Tagurdades jälgi teed üle parema õla.

Õige istumisasend ja õige roolikäsitsus loovad eeldused sõiduki täpseks juhtimiseks ja liikluse turvalisuse tagamiseks. Head reisi!