



Co-funded by
the European Union

ŞOFERİ SURZİ LİMBA SEMNELOR PENTRU ÎNSTRUIREA RUTIERĂ A ŞOFERILOR SURZİ



MODULUL 7: MODUL DE ÎNSTRUIRE PRIVIND CONDUSUL ÎN SIGURANȚĂ

ACTIVITATEA: 7.1. REGULI GENERALE PENTRU CONDUSUL ÎN SIGURANȚĂ





**Co-funded by
the European Union**

"Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them."

„Finanțat de Uniunea Europeană. Punctele de vedere și opiniile exprimate aparțin, însă, exclusiv autorului (autorilor) și nu reflectă neapărat punctele de vedere și opiniile Uniunii Europene sau ale Agenției Executive Europene pentru Educație și Cultură (EACEA). Nici Uniunea Europeană și nici EACEA nu pot fi făcute responsabile pentru acestea.”

This document has been prepared as free learning and teaching material (Open Educational Resource) and is published under the Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International license. To view a copy of this license, visit:

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

Aceste publicații și documente au fost create ca materiale gratuite de învățare și predare (Resurse Educaționale Deschise – OER) și sunt licențiate în conformitate cu licența Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International (CC BY-NC-SA 4.0). Pentru a consulta o copie a acestei licențe, vă rugăm să accesați:

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

Deaf Drivers



PLANIFICAREA ACTIVITĂȚII

Modul	Modulul 7. Modul de instruire privind condusul în siguranță	
Titlul activității	Activitatea 7.1. Reguli generale pentru condusul în siguranță (Activitatea 7.1)	
Rezumat	În cadrul acestei activități, conducătorilor auto le sunt prezentate semnificația și importanța condusului în siguranță, măsurile care trebuie adoptate în acest scop, precum și comportamentele adecvate la volan. Obiectivele activității includ evaluarea gradului de pregătire a conducătorilor auto pentru un condus în siguranță și dezvoltarea capacității acestora de a analiza factorii umani, factorii care țin de vehicul și factorii de mediu care influențează siguranța rutieră.	
Tema(e)	În cadrul acestei activități sunt abordate următoarele teme: 7. Condusul în siguranță 7.1. Reguli generale pentru condusul în siguranță 7.1.1. Condusul în siguranță 7.1.2. Reguli generale pentru condusul în siguranță 7.1.3. Condiții prealabile pentru dezvoltarea abilităților de condus în siguranță 7.1.4. Cei trei factori ai condusului în siguranță 7.1.4.1. Factorul uman 7.1.4.2. Factorul vehicul 7.1.4.3. Factorul de mediu	
Autor(i)	Data:	Versiunea:
Revizuit de:	Data:	Versiunea:

Rezultatele învățării

La finalul acestei activități, cursanții vor fi capabili:

- să definească noțiunea de condus în siguranță în trafic;
- să își explice îndatoririle și responsabilitățile în trafic și în interiorul vehiculului;
- să cunoască și să înțeleagă măsurile care trebuie adoptate pentru prevenirea accidentelor rutiere;
- să înțeleagă importanța respectării regulilor de condus în siguranță pentru asigurarea siguranței rutiere;
- să analizeze și să identifice factorii de risc în situații periculoase și să adopte acțiunile corecte și sigure la momentul oportun;
- să explice modul în care interacțiunea dintre factorul uman, starea vehiculului și condițiile de mediu poate crește riscul producerii accidentelor rutiere;



- să înțeleagă importanța abilităților cognitive și psihomotorii pentru manevrarea vehiculului în siguranță;
- să cunoască și să adopte comportamente și deprinderi de condus în siguranță.

Obiective didactice și scopul activității

Acest modul urmărește dezvoltarea următoarelor competențe în rândul cursanților:

- cunoașterea elementelor de bază privind controlul și starea tehnică a vehiculului;
- dobândirea cunoștințelor teoretice și tehnice necesare unui condus în siguranță;
- înțelegerea influenței celorlalți participanți la trafic și a factorilor de mediu asupra siguranței rutiere;
- cunoașterea și respectarea regulilor scrise, precum și a regulilor nescrise de comportament în trafic;
- identificarea pericolelor în vederea reducerii riscului de producere a accidentelor;
- aplicarea unor competențe precum discernământul, răbdarea și respectul, necesare pentru manevrarea vehiculului în condiții de siguranță și responsabilitate.

Descrierea temelor

În cadrul acestei activități de formare, temele referitoare la condusul în siguranță vor fi abordate sub următoarele titluri:

7. Condusul în siguranță

7.1. Reguli generale pentru condusul în siguranță

7.1.1. Condusul în siguranță

7.1.2. Reguli generale pentru condusul în siguranță

7.1.3. Condiții prealabile pentru dezvoltarea abilităților de condus în siguranță

7.1.4. Cei trei factori ai condusului în siguranță

7.1.4.1. Factorul uman

7.1.4.2. Factorul vehicul

7.1.4.3. Factorul de mediu

În cadrul acestei activități poate fi aplicată tehnica „arată și explică”. Aceasta presupune prezentarea unor imagini care ilustrează situații diferite, explicarea lor clară și concisă, evidențierea relațiilor dintre cauză și efect și consolidarea învățării prin întrebări. De asemenea, poate fi utilizată metoda „Spune-mi”, prin care cursanților li se adresează diferite întrebări despre tema abordată. De exemplu: „Se modifică vizibilitatea atunci când geamurile vehiculului sunt murdare sau când plouă?”; „Cum este afectată vizibilitatea în condiții de ploaie?”. Răspunsurile sunt analizate împreună cu cursanții, care vor ajunge treptat să ofere răspunsuri corecte. În cadrul activităților bazate pe întrebări și răspunsuri și al metodei „Spune-mi”, comportamentele și tehnicile de condus în siguranță sunt explicate prin exemple.

Pe parcursul activității, gândirea critică a cursanților poate fi dezvoltată prin discuții desfășurate pe baza unor imagini sau materiale video. Analizarea unor înregistrări video cu situații în care accidente au fost evitate la limită, precum și examinarea unor scenarii inspirate din accidente reale vor contribui la aplicarea în practică a cunoștințelor teoretice.



Scenariul activității

7. Conducusul în siguranță

7.1. Reguli generale pentru conducusul în siguranță

7.1.1. Conducusul în siguranță

Conducusul în siguranță presupune folosirea vehiculului cu respectarea regulilor de circulație și a normelor de conduită rutieră, fără a pune în pericol propria viață, integritatea corporală ori bunurile conducătorului auto și nici siguranța celorlalți participanți la trafic, prin adoptarea comportamentelor corecte și adecvate în funcție de starea drumului, condițiile meteorologice, situația traficului și starea vehiculului.

Reguli generale pentru conducusul în siguranță

Pe lângă respectarea regulilor generale de circulație, conducătorul auto trebuie:

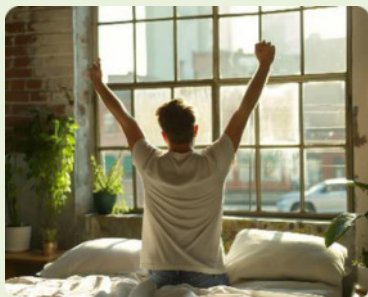
- să cunoască toate comenzile și funcțiile vehiculului;
- să asigure efectuarea la timp a verificărilor și a lucrărilor de întreținere a vehiculului;
- să își fixeze centura de siguranță înainte de punerea vehiculului în mișcare;
- să regleze corect scaunul și tetiera pentru adoptarea unei poziții corespunzătoare la volan;
- să țină corect volanul;
- să utilizeze tehnici corecte de manevrare a volanului;
- să regleze corect oglinzile retrovizoare;
- să își mențină permanent atenția asupra traficului;
- să cunoască foarte bine regulile de circulație;
- să respecte limitele legale de viteză și să adapteze viteza la condițiile concrete;
- să își adapteze modul de condus la condițiile meteorologice;
- să își adapteze modul de condus la starea și configurația drumului;
- să planifice timpul de deplasare și pauzele necesare înainte de plecare;
- să aleagă, înainte de plecare, traseele și rutele care oferă condiții mai bune de siguranță.



Condiții prealabile pentru dezvoltarea abilităților de condus în siguranță

Condițiile prealabile pe care trebuie să le îndeplinească un conducător auto pentru a putea conduce în siguranță sunt următoarele:

Pregătirea fizică și psihică pentru condus



Imaginea 1

Înainte de a porni la drum, conducătorul auto trebuie să fie odihnit și pregătit din punct de vedere fizic și psihic. Acesta nu trebuie să fi consumat alcool, substanțe psihoactive sau medicamente care pot afecta capacitatea de a conduce, precum sedativele ori somniferele. Dacă resimte oboseală sau somnolență, trebuie să oprească într-un loc permis și sigur și să se odihnească, fără a încerca să combată aceste stări numai prin consumul de alimente, cafea, băuturi energizante sau alte produse stimulante.

Conștientizarea importanței respectării regulilor de circulație și a normelor de conduită rutieră

Atitudini și calități precum respectul, empatia, răbdarea și atenția sunt esențiale pentru un condus în siguranță. Atunci când conducătorii auto manifestă înțelegere și respect unii față de ceilalți și față de ceilalți participanți la trafic, dificultățile și stresul asociate deplasării se reduc. În schimb, comportamentele lipsite de respect, răbdare și responsabilitate îngreunează desfășurarea traficului, amplifică stresul și pot favoriza apariția situațiilor periculoase.



Imaginea 2

Evaluarea riscurilor în trafic



Imaginea 3

Una dintre cele mai importante componente ale condusului în siguranță este capacitatea de a anticipa pericolele, de a analiza riscurile și de a lua decizii corecte, în cunoștință de cauză. Identificarea din timp a zonelor periculoase și a situațiilor cu potențial de risc, precum și adoptarea măsurilor preventive adecvate contribuie la reducerea riscului de producere a accidentelor rutiere.



Importanța abilităților psihomotorii

Abilitățile psihomotorii presupun coordonarea dintre percepție, atenție, luarea deciziilor și mișcările necesare pentru controlul vehiculului. Prin instruire, exercițiu și experiență, unele dintre aceste acțiuni pot deveni automatisme corect formate. Abilitățile psihomotorii pot fi influențate de vârstă, oboseală, starea de sănătate, consumul de alcool sau de substanțe psihoactive și de anumite medicamente. Menținerea lor este susținută prin exerciții efectuate în condiții de siguranță, pregătire periodică și respectarea controalelor medicale. După o perioadă îndelungată în care o persoană nu a condus, reluarea condusului trebuie făcută treptat și, dacă este necesar, cu sprijinul unui instructor auto.



Imaginea 4

7.1.3.5. Alegerea unui traseu sigur și planificarea călătoriei



Imaginea 5

În special în cazul călătoriilor lungi, utilizarea autostrăzilor și a drumurilor expres, atunci când acestea sunt disponibile și oferă condiții mai bune de siguranță, poate reduce solicitarea și oboseala conducătorului auto. Drumurile înguste, condusul pe timp de noapte, vizibilitatea redusă și traficul aglomerat pot genera tensiune, iritabilitate sau furie. De aceea, planificarea traseului înainte de plecare, ținând cont de starea drumurilor, intensitatea traficului, condițiile meteorologice, durata deplasării și pauzele necesare, este esențială pentru un condus în siguranță. O planificare corectă poate face călătoria mai sigură, mai previzibilă și, atunci când condițiile permit, mai scurtă.

Cei trei factori ai condusului în siguranță

Condusul în siguranță este influențat de interacțiunea dintre trei factori principali: factorul uman, vehiculul și mediul rutier. În continuare, acești factori vor fi analizați separat:

- Factorul uman în condusul în siguranță
- Factorul vehicul în condusul în siguranță
- Factorul de mediu în condusul în siguranță

7.1.4.1. Factorul uman în condusul în siguranță

Factorul uman este o componentă esențială a siguranței rutiere, deoarece oamenii pot avea roluri diferite în trafic: conducători auto, pasageri, pietoni, bicicliști sau persoane implicate în supravegherea și dirijarea circulației. Competențele, cunoștințele, deprinderile și comportamentul conducătorului auto au o importanță deosebită pentru siguranța deplasării. Atenția, concentrarea, gândirea rațională, luarea deciziilor corecte, anticiparea pericolelor și reducerea riscului de accidente sunt elemente care depind în mare măsură de factorul uman. Condusul în siguranță presupune o atitudine preventivă și anticipativă. Atunci



când abilitățile și comportamentele necesare sunt bine dezvoltate și aplicate corect, riscul producerii accidentelor poate fi redus considerabil.

În continuare sunt prezentate principalele abilități cognitive și psihomotorii care influențează comportamentul conducătorului auto.

Abilități cognitive

Abilitățile cognitive sunt procesele prin care o persoană primește, analizează, reține și utilizează informațiile necesare pentru a înțelege situațiile din trafic și pentru a lua decizii. Aceste abilități pot fi dezvoltate prin învățare și exercițiu, dar pot fi afectate de oboseală, stres, vârstă, starea de sănătate, alcool, substanțe psihoactive sau anumite medicamente. Principalele abilități cognitive care influențează condusul sunt:

- **Atenția și concentrarea:** permit observarea schimbărilor care apar în timpul deplasării și contribuie la identificarea riscurilor și a pericolelor;
- **Percepția:** permite observarea, înțelegerea și interpretarea corectă a evenimentelor și situațiilor întâlnite în trafic;
- **Memoria:** permite păstrarea și utilizarea informațiilor relevante pentru condus, precum regulile de circulație, semnificația indicatoarelor sau traseul către o anumită destinație;
- **Raționamentul și gândirea logică:** permit analizarea consecințelor unei situații, anticiparea evoluției acesteia și formularea unor concluzii pe baza experienței și a cunoștințelor anterioare;
- **Rezolvarea problemelor:** reprezintă capacitatea de a identifica și aplica soluții adecvate în situații cunoscute sau neprevăzute;
- **Luarea deciziilor:** reprezintă capacitatea de a alege și de a aplica, dintre mai multe variante posibile, acțiunea cea mai sigură și mai potrivită situației întâlnite.
- **Capacitatea de evaluare a unei depășiri:** presupune aprecierea corectă a vitezei și distanței față de vehiculul din față, a performanțelor propriului vehicul, a vizibilității, a configurației drumului și a distanței față de ceilalți participanți la trafic. Depășirea poate fi inițiată numai atunci când este permisă și poate fi efectuată în deplină siguranță.

Abilități psihomotorii

Principalele abilități psihomotorii care influențează condusul în siguranță sunt:

- **Timpul de reacție:** reprezintă intervalul dintre observarea unui stimul sau a unui pericol și inițierea răspunsului corespunzător. De exemplu, observarea unui obstacol și apăsarea promptă și controlată a pedalei de frână presupun un timp de reacție adecvat;
- **Coordonarea bilaterală:** reprezintă capacitatea de a utiliza coordonat ambele mâini și, atunci când este necesar, mâinile și picioarele pentru manevrarea vehiculului. Dificultățile de coordonare pot constitui un risc pentru siguranță. Aceste abilități pot fi dezvoltate prin exerciții specifice, desfășurate într-un mediu controlat și, dacă este necesar, sub îndrumarea unui instructor;
- **Coordonarea ochi-mână-picior:** reprezintă capacitatea de a coordona informațiile vizuale cu mișcările mâinilor și ale picioarelor necesare controlului vehiculului;

7.1.4.2. Factorul vehicul în condusul în siguranță

Asigurarea unei stări tehnice corespunzătoare a vehiculului este esențială pentru un condus în siguranță. Întreținerea periodică a vehiculului contribuie la prevenirea defecțiunilor și a accidentelor rutiere. Conducătorului auto îi revine responsabilitatea de a efectua verificările uzuale înainte de plecare, iar



lucrările de întreținere și reparațiile tehnice trebuie realizate la termenele prevăzute și de către personal calificat.

Înainte de utilizarea vehiculului trebuie verificate următoarele aspecte:

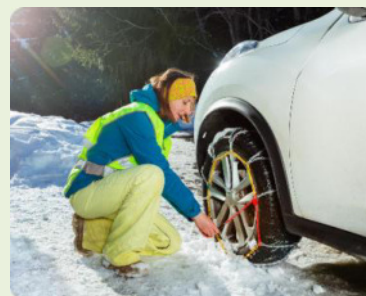
- efectuarea la timp a verificărilor și a lucrărilor de întreținere periodice, în funcție de intervalul de timp și de numărul de kilometri parcurși;
- valabilitatea inspecției tehnice periodice;
- utilizarea unor anvelope adecvate condițiilor de drum și montarea anvelopelor de iarnă atunci când carosabilul este acoperit cu zăpadă, gheață sau polei;
- menținerea presiunii corecte în anvelope și verificarea adâncimii profilului acestora;
- funcționarea corespunzătoare a sistemelor de iluminare și semnalizare;
- menținerea curată a parbrizului, a geamurilor și a oglinzilor;
- așezarea și fixarea corespunzătoare a obiectelor și bagajelor din interiorul vehiculului;
- înlocuirea lamelelor uzate ale ștergătoarelor;
- funcționarea corespunzătoare a ștergătoarelor și a instalației de spălare a parbrizului.

7.1.4.3. Factorul de mediu în condusul în siguranță

În contextul condusului în siguranță, factorul de mediu cuprinde toate elementele exterioare conducătorului auto și vehiculului, precum drumul, traficul, condițiile meteorologice și momentul deplasării. În această categorie pot fi incluse numeroase elemente, de la condițiile meteorologice și schimbările sezoniere până la intervalul orar, luminozitate, caracteristicile fizice și starea drumului, precum și gradul de aglomerare a traficului.

Printre principalele elemente care trebuie analizate în cadrul factorilor de mediu pentru un condus în siguranță se numără:

- **Tipul și caracteristicile drumului:** podurile, tunelurile, trecerile la nivel cu calea ferată, trecerile pentru pietoni, zonele cu lucrări rutiere, curbele, pantele, intersecțiile, precum și lățimea sau îngustarea părții carosabile sunt elemente care pot influența siguranța deplasării.
- **Traficul:** regulile de circulație aplicabile, indicatoarele, marcajele, semnalele luminoase, celelalte vehicule, pietonii și intensitatea traficului influențează condițiile de deplasare și nivelul de siguranță rutieră.
- **Condițiile meteorologice:** ceața, ploaia, vântul, ninsoarea, poleiul și alte fenomene meteorologice pot reduce vizibilitatea, aderența și posibilitatea de control al vehiculului.
- **Momentul deplasării:** condusul pe timp de zi sau de noapte, precum și poziția soarelui, în special la răsărit și la apus, pot influența vizibilitatea și capacitatea conducătorului auto de a observa la timp pericolele.



Imaginea 6



Provocări pentru persoanele surde	Soluții pentru persoanele surde
O parte importantă a avertizărilor din trafic este transmisă prin semnale sonore. Claxoanele, sirenele, zgomotul motoarelor și indicațiile verbale ale polițiștilor rutieri sau ale altor persoane nu pot fi percepute auditiv de unele persoane surde/hipoauzice, ceea ce poate îngreuna identificarea anumitor riscuri. De asemenea, explicațiile exclusiv verbale oferite în timpul instruirii sunt insuficiente, iar informațiile esențiale, în special cele privind comportamentul care trebuie adoptat în cazul unui accident, pot să nu fie înțelese complet. Regulile de circulație și responsabilitățile participanților la trafic sunt uneori prezentate prin enunțuri lungi, complexe sau excesiv de tehnice. Persoanele surde pot întâmpina dificultăți în urmărirea explicațiilor prezentate într-un ritm rapid sau fără suport vizual. Atunci când materialele educaționale video se bazează în principal pe informații sonore, accesul la conținut este incomplet dacă acestea nu sunt însoțite de subtitrări corecte și de interpretare în limba semnelor. În cazul accidentelor rutiere, indicațiile personalului de intervenție sau ale celorlalți participanți sunt adesea transmise verbal. Persoanele surde pot să nu înțeleagă aceste indicații sau pot reacționa necorespunzător din cauza lipsei accesului la informație. Sunt necesare sisteme vizuale de avertizare și modalități accesibile de comunicare, inclusiv utilizarea limbii semnelor. Prin urmare, instruirea rutieră destinată Comunității Surzilor trebuie să fie planificată cu suport vizual, subtitrări și interpretare în limba semnelor, fără a se baza exclusiv pe informații auditive.	- Instruirea rutieră destinată persoanelor surde trebuie planificată fără a se baza exclusiv pe semnale sau informații auditive. În acest scop, temele pot fi explicate în limba semnelor și pot fi utilizate materiale vizuale, precum planșe ilustrate, infografice, animații și materiale video scurte, pentru ca informațiile să fie transmise corect, clar și complet. - În timpul instruirii trebuie utilizate subtitrări și instrucțiuni scrise, iar conceptele complexe trebuie prezentate prin enunțuri scurte, clare și ușor de înțeles. De asemenea, diferite situații din trafic pot fi simulate în sala de curs sau în spații controlate și sigure, astfel încât cursanții să învețe prin aplicații practice responsabilitățile pietonilor, pasagerilor și conducătorilor auto. - Activitățile de instruire trebuie susținute prin exerciții scurte, simple și repetitive. Totodată, este necesară creșterea gradului de conștientizare la nivelul comunității, astfel încât conducătorii auto și pietonii să recunoască și să respecte nevoile de comunicare și siguranță ale persoanelor surde. În acest mod, persoanele surde își pot dezvolta cunoștințele, atitudinile și comportamentele necesare pentru protejarea propriei siguranțe și a siguranței celorlalți participanți la trafic.



Cadru conceptual

În cadrul acestei activități se acordă atenție următoarelor concepte și expresii:

<i>condus în siguranță</i>	<i>atenție</i>	<i>răbdare</i>
<i>dizabilitate vizuală</i>	<i>participant la trafic</i>	<i>abilități psihomotorii</i>
<i>risc</i>	<i>reglarea scaunului</i>	<i>întreținerea vehiculului</i>
<i>condiții meteorologice</i>	<i>abilități cognitive</i>	<i>distragerea atenției</i>
<i>sistem de climatizare</i>	<i>efect negativ</i>	<i>concentrare</i>
<i>oboseală</i>	<i>distanță</i>	<i>conduită rutieră</i>
<i>mediu rutier</i>	<i>poziția corectă a scaunului</i>	<i>reglarea corectă a înclinării spătarului</i>
<i>înălțime</i>	<i>coliziune</i>	<i>perceperea pericolului</i>
<i>factor uman</i>	<i>factor vehicul</i>	<i>factor de mediu</i>

Echivalentele acestor termeni în limba semnelor române (LSR) trebuie prezentate și explicate înainte de desfășurarea activității. Pentru termenii care nu au un semn consacrat sau nu sunt incluși în resursele terminologice disponibile, se recomandă elaborarea unor explicații vizuale clare și stabilirea unor modalități adecvate de exprimare în colaborare cu persoane surde, interpreți de limba semnelor române și specialiști în educație rutieră.

Resurse

- 🚦 Ordonanța de urgență a Guvernului nr. 195/2002 privind circulația pe drumurile publice, republicată, cu modificările și completările ulterioare <https://legislatie.just.ro/Public/DetaliiDocument/74028>
- 🚦 Hotărârea Guvernului nr. 1.391/2006 pentru aprobarea Regulamentului de aplicare a OUG nr. 195/2002 <https://legislatie.just.ro/Public/DetaliiDocument/79058>
- 🚦 Hotărârea Guvernului nr. 682/2022 pentru aprobarea Strategiei naționale privind siguranța rutieră pentru perioada 2022–2030 <https://legislatie.just.ro/Public/DetaliiDocument/255841>
- 🚦 Poliția Română – Buletinul siguranței rutiere, inclusiv Raportul pentru anul 2024 <https://politiaromana.ro/ro/prevenire/buletinul-siguranței-rutiere>



Evaluare

- Condiții de evaluare

Pentru măsurarea și evaluarea nivelului de învățare al cursanților, în cadrul acestei activități de instruire trebuie avute în vedere următoarele aspecte:

- Enunțurile întrebărilor trebuie să fie clare, concise și ușor de înțeles.
- Întrebările trebuie elaborate sub forma unor itemi cu alegere multiplă.
- Fiecare întrebare trebuie să aibă patru variante de răspuns, dintre care una singură corectă.
- La formularea întrebărilor trebuie utilizate noțiuni care pot fi redade clar în limba semnelor.
- Întrebările trebuie să vizeze informațiile prezentate în cadrul acestei activități de instruire.
- Cheia răspunsurilor și grila de punctaj trebuie elaborate separat.

- Test de evaluare

1. Care dintre următoarele elemente aparține factorului de mediu în condusul în siguranță?

- A) Reglarea corectă a scaunului
- B) Condițiile meteorologice
- C) Capacitatea de concentrare
- D) Presiunea din anvelope

2. Care dintre următorii factori are rolul principal în adoptarea unui comportament de condus în siguranță?

- A) Factorul uman
- B) Factorul vehicul
- C) Factorul rutier
- D) Factorul meteorologic

3. Care dintre următoarele afirmații descrie corect comportamentul unui conducător auto responsabil?

- A) Conduce cu viteză ridicată pentru a reduce timpul petrecut în trafic.
- B) Își asumă riscuri atunci când consideră că situația o permite.
- C) Continuă să conducă timp îndelungat, chiar dacă resimte oboseală.
- D) Respectă regulile de circulație și își adaptează modul de condus la condițiile concrete.



4. Care dintre următoarele acțiuni NU reprezintă o verificare uzuală pe care conducătorul auto o poate efectua înainte de plecare?

- A) Verificarea funcționării luminilor și a lămpilor de avertizare
- B) Verificarea curățeniei geamurilor și a oglinzilor
- C) Verificarea vizuală a stării anvelopelor
- D) Verificarea uzurii interne a plăcuțelor de frână prin demontarea roților

5. Care dintre următoarele elemente aparține factorului uman în condusul în siguranță?

- A) Presiunea necorespunzătoare din anvelope
- B) Ploaia torențială
- C) Oboseala conducătorului auto
- D) Deteriorarea suprafeței carosabile

Cheia de răspuns

1 – B | 2 – A | 3 – D | 4 – D | 5 – C

Fiecare item valorează **20 de puncte**, iar punctajul maxim este de **100 de puncte**.



Autoevaluare

Vă rugăm să evaluați fiecare afirmație pe o scală de la 1 la 5:

1 = Dezacord total

2 = Dezacord

3 = Nici acord, nici
dezacord

4 = Acord

5 = Acord total

Enunțuri pentru autoevaluare	1	2	3	4	5
1. Înțeleg regulile condusului în siguranță.	☐	☐	☐	☐	☐
2. Cunosc verificările pe care trebuie să le efectuez înainte de plecare.	☐	☐	☐	☐	☐
3. Înțeleg riscurile generate de factorul uman, factorul vehicul și factorul de mediu.	☐	☐	☐	☐	☐
4. Cunosc abilitățile cognitive și psihomotorii necesare condusului în siguranță.	☐	☐	☐	☐	☐
5. Cunosc modul corect de reglare a scaunului, tetierei și oglinzilor, precum și poziția corectă la volan.	☐	☐	☐	☐	☐

Grila de interpretare a punctajului

- **21–25 de puncte:** nivelul autoevaluat de cunoaștere, conștientizare și aplicare a comportamentelor preventive este foarte bun. Cunoașteți și înțelegeți regulile de circulație prezentate.
- **16–20 de puncte:** nivelul autoevaluat de cunoaștere, conștientizare și aplicare a comportamentelor preventive este bun, însă anumite aspecte mai pot fi îmbunătățite.
- **11–15 puncte:** nivelul autoevaluat de cunoaștere, conștientizare și aplicare a comportamentelor preventive este mediu; este recomandată aprofundarea anumitor informații.
- **6–10 puncte:** nivelul autoevaluat de cunoaștere, conștientizare și aplicare a comportamentelor preventive este scăzut; se recomandă reluarea și aprofundarea conținutului activității.
- **5 puncte:** nivelul autoevaluat de cunoaștere, conștientizare și aplicare a comportamentelor preventive este foarte scăzut; este necesară reluarea integrală a conținutului.