

## SPIS TREŚCI

BRD. BEZPIECZNA JAZDA POJAZDEM. ....	9
I. Bezpieczeństwo ruchu drogowego .....	9
1. Informacje wstępne oraz statystyki dotyczące wypadków drogowych.....	9
2. Kierowca a BRD .....	23
2.1. Ograniczenia widzenia.....	25
2.2. Przeszkody na drodze .....	29
2.3. Temperament kierowcy a BRD .....	33
2.4. Nadmierna prędkość .....	34
2.5. Warunki drogowe .....	36
2.6. Alkohol .....	41
2.7. Przestrzeganie przepisów.....	43
2.8. Kultura jazdy.....	43
2.9. Zmęczenie .....	44
3. Pojazd a BRD.....	45
3.1. Bezpieczeństwo czynne pojazdu.....	45
3.1.1. Widoczność .....	46
3.1.2. Oświetlenie .....	48
3.1.3. Układ kierowniczy i hamulcowy .....	49
3.1.4. Dodatkowe wyposażenie .....	49
3.2. Bezpieczeństwo bierne pojazdu.....	49
3.2.1. Ostre krawędzie .....	50
3.2.2. Bezpieczna kierownica .....	50
3.2.3. Bezpieczne szyby.....	51
3.2.4. Poduszki powietrzne.....	51
3.2.5. Bezpieczne kotwiczenie foteli .....	52
3.2.6. Pasy bezpieczeństwa.....	53
3.2.7. Zagłówki siedzeń.....	55
3.2.8. Foteliki dla dzieci .....	56
3.2.9. Strefy zgniotu .....	56
3.2.10. Stan techniczny pojazdu. ....	57
4. Droga a BRD.....	61
4.1. Oświetlenie drogi.....	65
4.2. Organizacja ruchu na drodze .....	67
5. Inni uczestnicy ruchu drogowego a BRD .....	67
6. Działania profilaktyczne a BRD .....	70
6.1. Działania bezpośrednie .....	70
6.1.1. Badania lekarskie.....	70
6.1.2. Badania psychologiczne .....	70
6.1.3. Sprawdzanie kwalifikacji.....	71
6.2. Działania pośrednie.....	71
6.2.1. Wychowanie komunikacyjne.....	71
6.2.2. Uregulowania prawne.....	72
6.2.3. Nadzór nad ruchem drogowym .....	73
6.2.4. Działalność Ministerstwa Transportu .....	75
6.2.5. Droga i infrastruktura drogowa .....	76

## SPIS TREŚCI

II. Bezpieczna obsługa pojazdu .....	78
1. Bezpieczne łączenie naczepy i przyczepy .....	78
2. Zastosowanie, obsługa i konserwacja siodła .....	79
III. Technika jazdy a bezpieczeństwo.....	87
1. Jazda na zakrętach .....	87
2. Jazda pasem ruchu.....	87
3. Odstęp.....	89
4. Wyprzedzanie .....	89
5. Zwężenia dróg .....	90
6. Jazda na zakrętach .....	90
7. Wzniesienia i spadki.....	90
8. Jazda autostradą i drogą szybkiego ruchu .....	92
9. Zmiana kierunku jazdy (skręcanie) .....	93
10. Zawracanie .....	94
11. Jazda w terenie zabudowanym .....	94
12. Załadunek i rozładunek towaru w obszarze zabudowanym .....	94
13. Łamanie się pojazdu siodłowego .....	95
14. Zachowanie się kierowcy w różnych warunkach pogodowych .....	95
IV. Ergonomia w pracy kierowcy a bezpieczna jazda.....	99
1. Informacje wstępne. Definicje. ....	99
2. Sprawność kierowcy jako czynnik ergonomii jego pracy .....	101
2.1. Sprawność fizyczna kierowcy.....	101
2.2. Sprawność psychiczna kierowcy.....	101
3. Choroby zawodowe kierowców .....	104
4. Charakterystyka postawy ciała kierowcy .....	105
5. Ochrona oczu .....	107
6. Stres w pracy kierowcy i sposoby jego zwalczania.....	107
7. Zmęczenie kierowcy i jego wpływ na bezpieczeństwo pracy .....	108
8. Zasady prawidłowego odżywiania kierowcy .....	114
V. Ergonomia stanowiska kierowcy .....	116
1. Widoczność z kabiny kierowcy.....	120
2. Przestrzeń i wyposażenie kabiny kierowcy .....	122
3. Wentylacja i klimatyzacja miejsca pracy .....	123
4. Drgania i hałas w kabinie kierowcy .....	125
5. Ergonomia konstrukcji fotela kierowcy .....	127
VI. Pierwsza pomoc .....	134
1. Wypadki drogowe i związane z nimi urazy .....	134
2. Zasady udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej w zakresie urazów występujących w transporcie drogowym .....	136
2.1. Zabezpieczenie miejsca wypadku .....	136
2.2. Pierwsza pomoc psychologiczna .....	137
2.3. Resuscytacja krążeniowo – oddechowa .....	138
2.4. Resuscytacja krążeniowo – oddechowa u dzieci.....	142

## SPIS TREŚCI

2.5. Rodzaje ułożeń poszkodowanego – pozycja boczna ustalona .....	143
2.6. Zranienia, stłuczenia i krwotoki.....	145
2.7. Złamania .....	146
2.8. Zadławienia.....	147
2.9. Utraty przytomności .....	148
2.10. Wstrząs.....	149
2.11. Porażenie prądem elektrycznym .....	150
2.12. Utonięcia.....	152
2.13. Oparzenia.....	153
2.14. Zatrucia.....	154
MOCOWANIE ŁADUNKÓW .....	159
I. Wpływ zasad ładowania i mocowania ładunku na pojeździe na bezpieczeństwo przewozu .....	159
II. Siły działające na ładunek. Stateczność pojazdu. Zasady rozmieszczania ładunku na pojeździe. ....	165
1. Siły działające na ładunek pojazdu .....	165
2. Plan rozmieszczenia ładunku .....	170
3. Wybór pojazdu i załadunek.....	173
4. Wymagania konstrukcyjne.....	174
III. Metody i środki mocowania ładunków. ....	181
1. Sposoby mocowania ładunków .....	181
2. Mocowanie blokowe .....	181
2.1. Blokowanie za pomocą materiałów sztauerskich .....	181
2.1.1. Palety .....	181
2.1.2. Poduszki powietrzne .....	182
2.1.3. Ramy rozporowe.....	182
2.1.4. Listwy ukośne i poprzeczne .....	183
2.2. Mocowanie progowe i płytowe.....	183
2.3. Mocowanie blokowe między rzędami sekcji ładunku .....	184
2.3.1. Listwy drewniane przybite do platformy ładunkowej .....	185
2.3.2. Kliny i łożyska klinowe .....	186
3. Mocowanie z użyciem odciągów .....	187
3.1. Odciąg pętlowy .....	188
3.2. Mocowanie szpringowe .....	189
4. Mocowanie odciągami przepasującymi ładunek.....	190
4.1. Mocowanie z użyciem odciągów – osprzęt mocujący .....	191
4.1.1. Urządzenia z taśm.....	192
4.1.2. Odciąg łańcuchowe.....	194
4.1.3. Odciąg z lin stalowych .....	196
4.1.4. Napinacze .....	198
4.1.5. Siatki i płachty z odciągami.....	199
4.1.6. Liny.....	200
4.1.7. Taśmy stalowe .....	201
4.1.8. Płyty mocujące pośrednie .....	202
5. Ryglowanie .....	202

## SPIS TREŚCI

6.	Złożone mocowanie ładunków .....	202
7.	Dodatkowy sprzęt stosowany do mocowania ładunków .....	203
7.1.	Maty antypoślizgowe .....	203
7.2.	Przekładki płytowe.....	204
7.3.	Kantówki.....	204
7.4.	Folia termokurczliwa i rozciągliwa.....	204
7.5.	Taśmy stalowe lub plastikowe .....	205
7.6.	Listwy kątowe .....	206
7.7.	Ochroniacze taśm tkanych z tworzyw sztucznych .....	206
7.8.	Przekładki ochronne.....	207
7.9.	Jeże.....	207
IV.	Wybrane metody mocowania różnego rodzaju ładunków .....	209
1.	Walce, beczki i ładunki cylindryczne.....	209
2.	Papier w rolach.....	209
3.	Beczki.....	210
4.	Pudła.....	211
5.	Torby, bele i worki .....	211
6.	Palety i wózki .....	213
7.	Blachy płaskie .....	214
8.	Ładunki długie.....	215
9.	Belki .....	216
10.	Kręgi.....	217
11.	Druty i pręty w zwojach .....	219
12.	Duże ładunki jednostkowe i odlewy.....	220
13.	Ładunki wiszące.....	223
14.	Ładunki płynne masowe.....	224
V.	Inne ładunki – wymagania.....	224
1.	Drobnica .....	224
2.	Drewno .....	225
3.	Duże kontenery oraz duże i ciężkie opakowania.....	229
4.	Nadwozia wymienne bez naroży zaczepowych .....	232
5.	Pojemniki zdejmowalne .....	232
6.	Sztauowanie towarów w kontenerach .....	233
7.	Ładunki masowe luzem (np. piasek, podsypka, kruszywo) .....	234
8.	Płyty sztauowane na płaskiej platformie z A – kształnymi stojakami .....	235
9.	Maszyny inżynieryjne / sprzęt budowlany / maszyny samojezdne .....	236
10.	Pojazdy .....	239
11.	Przewóz samochodów osobowych, furgonetek i małych przyczep .....	240
12.	Przewóz płyt szklanych o różnej wielkości do maksymalnych dozwolonych rozmiarów.....	243
13.	Przewóz małych ilości szkła okiennego, ram, itp. ....	243
14.	Materiały niebezpieczne .....	244

## SPIS TREŚCI

PRZEWÓZ DROGOWY ZWIERZĄT .....	245
I. Podstawowe akty prawne obowiązujące w zakresie zagadnień związanych z przewozem drogowym zwierząt .....	245
II. Definicje .....	245
III. Prawa zwierząt .....	247
IV. Rodzaje przewozów zwierząt .....	248
V. Podstawowe wymagania w transporcie zwierząt .....	249
VI. Obowiązki przewoźnika, kierowcy i konwojenta .....	251
VII. Zachowania behawioralne zwierząt. Stres. ....	252
VIII. Pojazdy do transportu zwierząt .....	255
1. Ogólne wymagania dotyczące pojazdów. ....	256
2. Wymagania dla pojazdów do przewozów krótkotrwałych i długotrwałych .....	257
3. Dodatkowe wymagania dla pojazdów do przewozów długotrwałych. ....	261
IX. Planowanie transportu zwierząt. Dziennik podróży .....	264
X. Dokumentacja transportu dotycząca przewożonych zwierząt .....	264
XI. Zasady transportu zwierząt .....	268
1. Załadunek zwierząt. ....	268
2. Rozmieszczenie zwierząt. ....	270
3. Postoje. Opieka nad zwierzętami . ....	277
3.1. Czas podróży zwierząt .....	278
3.2. Ograniczenia .....	280
3.3. Zapotrzebowanie na wodę .....	280
3.4. Opóźnienia podczas transportu .....	281
XII. Postępowanie ze zwierzętami chorymi, rannymi i padłymi podczas transportu ...	281
XIII. Kontrola .....	283
PRZEWÓZ ARTYKUŁÓW ŻYWNOŚCIOWYCH SZYBKOPSUJĄCYCH SIĘ.....	285
I. Informacje ogólne .....	285
II. Podstawowe akty prawne obowiązujące w zakresie zagadnień związanych z przewozem drogowym artykułów żywnościowych szybkopsujących się .....	286
III. Podstawowe definicje .....	286
IV. Transport a przepisy sanitarne .....	290
V. Pojazdy i kierowcy .....	292
VI. Dokumentacja transportowa .....	298
VII. Organizacja transportu towarów szybkopsujących się .....	303
1. Dobór pojazdu.....	303
2. Załadunek .....	304
3. Obowiązki kierowcy .....	312
4. Ograniczenia w ruchu pojazdów .....	312
VIII. Kontrola przewozu artykułów szybkopsujących się .....	312

## SPIS TREŚCI

PRZEWOZY DROGOWE SUBSTANCJI PŁYNNYCH POJAZDAMI Z CYSTERNĄ .....	317
I. Informacje ogólne .....	317
II. Podstawy prawne dotyczące przewozów w cysternach .....	318
III. Definicje .....	318
IV. Przykłady różnych rodzajów przewozów w cysternach .....	322
V. Pojazdy .....	324
VI. Dokumentacja .....	341
VII. Organizacja przewozów w cysternach .....	346
1. Informacje ogólne .....	346
2. Wyposażenie pojazdów .....	348
3. Napełnianie i rozładunek cystern .....	350
4. Siły działające na ładunek. Technika jazdy pojazdem z cysterną .....	353
5. Oznakowanie cystern .....	354
6. Obowiązki kierowcy .....	358
VIII. Kontrola przewozów drogowych w cysternach .....	359
PRZEWÓZ DROGOWY DREWNA .....	360
I. Informacje wstępne .....	360
II. Podstawowe akty prawne obowiązujące w zakresie zagadnień związanych z przewozem drogowym drewna .....	361
III. Podstawowe definicje .....	361
IV. Przykłady różnych rodzajów przewozów drewna .....	363
V. Pojazdy do przewozu drewna .....	365
VI. Organizacja przewozów drewna .....	369
VII. Kontrola przewozów drewna .....	374
NIENORMATYWNE PRZEWOZY DROGOWE .....	378
I. Informacje ogólne .....	378
II. Podstawowe akty prawne obowiązujące w zakresie zagadnień związanych z przewozem ładunków nienormatywnych .....	379
III. Definicje .....	380
IV. Drogi .....	383
V. Maksymalne wymiary, masa i naciski pojazdów .....	396
VI. Przykłady przewozów nienormatywnych .....	397
VII. Wymagania wobec pojazdów do przewozów nienormatywnych .....	401
VIII. Dokumentacja .....	408
IX. Realizacja przewozów nienormatywnych .....	409
X. Kontrola przewozów nienormatywnych .....	419