

## SPIS TREŚCI

BRD. BEZPIECZNA JAZDA POJAZDEM. ....	9
I. Bezpieczeństwo ruchu drogowego .....	9
1. Informacje wstępne. ....	9
2. Kierowca a BRD .....	16
2.1. Ograniczenia widzenia.....	17
2.2. Przeszkody na drodze .....	21
2.3. Temperament kierowcy a BRD .....	25
2.4. Nadmierna prędkość .....	26
2.5. Warunki drogowe .....	28
2.6. Alkohol .....	33
2.7. Przestrzeganie przepisów.....	35
2.8. Kultura jazdy.....	35
2.9. Zmęczenie .....	36
3. Pojazd a BRD.....	37
3.1. Bezpieczeństwo czynne pojazdu.....	37
3.1.1. Widoczność .....	38
3.1.2. Oświetlenie .....	40
3.1.3. Układ kierowniczy i hamulcowy .....	41
3.1.4. Dodatkowe wyposażenie .....	41
3.2. Bezpieczeństwo bierne pojazdu.....	41
3.2.1. Ostre krawędzie .....	42
3.2.2. Bezpieczna kierownica .....	42
3.2.3. Bezpieczne szyby.....	43
3.2.4. Poduszki powietrzne.....	43
3.2.5. Bezpieczne kotwiczenie foteli .....	44
3.2.6. Pasy bezpieczeństwa.....	45
3.2.7. Zagłówki siedzeń .....	47
3.2.8. Foteliki dla dzieci .....	48
3.2.9. Strefy zgniotu .....	48
3.2.10. Stan techniczny pojazdu. ....	49
4. Droga a BRD.....	53
4.1. Oświetlenie drogi.....	57
4.2. Organizacja ruchu na drodze .....	59
5. Inni uczestnicy ruchu drogowego a BRD .....	59
6. Działania profilaktyczne a BRD .....	62
6.1. Działania bezpośrednie .....	62
6.1.1. Badania lekarskie.....	62
6.1.2. Badania psychologiczne .....	62
6.1.3. Sprawdzanie kwalifikacji.....	63
6.2. Działania pośrednie.....	63
6.2.1. Wychowanie komunikacyjne.....	63
6.2.2. Uregulowania prawne.....	64
6.2.3. Nadzór nad ruchem drogowym .....	65
6.2.4. Działalność Ministerstwa Transportu .....	67
6.2.5. Droga i infrastruktura drogowa .....	68

## SPIS TREŚCI

II. Bezpieczna obsługa pojazdu .....	70
1. Bezpieczne łączenie naczepy i przyczepy .....	70
2. Zastosowanie, obsługa i konserwacja siodła .....	71
III. Technika jazdy a bezpieczeństwo.....	79
1. Jazda na zakrętach.....	79
2. Jazda pasem ruchu.....	79
3. Odstęp.....	81
4. Wyprzedzanie.....	81
5. Zwężenia dróg.....	82
6. Jazda na zakrętach.....	82
7. Wzniesienia i spadki.....	82
8. Jazda autostradą i drogą szybkiego ruchu .....	84
9. Zmiana kierunku jazdy (skręcanie) .....	85
10. Zawracanie .....	86
11. Jazda w terenie zabudowanym.....	86
12. Załadunek i rozładunek towaru w obszarze zabudowanym .....	86
13. Łamanie się pojazdu siodłowego .....	87
14. Zachowanie się kierowcy w różnych warunkach pogodowych .....	87
IV. Ergonomia w pracy kierowcy a bezpieczna jazda.....	91
1. Informacje wstępne. Definicje. ....	91
2. Sprawność kierowcy jako czynnik ergonomii jego pracy .....	93
2.1. Sprawność fizyczna kierowcy.....	93
2.2. Sprawność psychiczna kierowcy.....	93
3. Choroby zawodowe kierowców .....	96
4. Charakterystyka postawy ciała kierowcy .....	97
5. Ochrona oczu .....	99
6. Stres w pracy kierowcy i sposoby jego zwalczania.....	99
7. Zmęczenie kierowcy i jego wpływ na bezpieczeństwo pracy .....	100
8. Zasady prawidłowego odżywiania kierowcy .....	106
V. Ergonomia stanowiska kierowcy .....	108
1. Widoczność z kabiny kierowcy.....	112
2. Przestrzeń i wyposażenie kabiny kierowcy .....	114
3. Wentylacja i klimatyzacja miejsca pracy .....	115
4. Drgania i hałas w kabinie kierowcy .....	117
5. Ergonomia konstrukcji fotela kierowcy .....	119
VI. Pierwsza pomoc .....	126
1. Wypadki drogowe i związane z nimi urazy .....	126
2. Zasady udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej w zakresie urazów występujących w transporcie drogowym .....	128
2.1. Zabezpieczenie miejsca wypadku .....	128
2.2. Pierwsza pomoc psychologiczna .....	129
2.3. Resuscytacja krążeniowo – oddechowa .....	130
2.4. Resuscytacja krążeniowo – oddechowa u dzieci.....	134

## SPIS TREŚCI

2.5. Rodzaje ułożeń poszkodowanego – pozycja boczna ustalona .....	135
2.6. Zranienia, stłuczenia i krwotoki.....	137
2.7. Złamania .....	138
2.8. Zadławienia.....	139
2.9. Utraty przytomności .....	140
2.10. Wstrząs.....	141
2.11. Porażenie prądem elektrycznym.....	142
2.12. Utonięcia.....	144
2.13. Oparzenia.....	145
2.14. Zatrucia.....	146
MOCOWANIE ŁADUNKÓW .....	151
I. Wpływ zasad ładowania i mocowania ładunku na pojeździe na bezpieczeństwo przewozu .....	151
II. Siły działające na ładunek. Stateczność pojazdu. Zasady rozmieszczania ładunku na pojeździe. ....	157
1. Siły działające na ładunek pojazdu .....	157
2. Plan rozmieszczenia ładunku .....	162
3. Wybór pojazdu i załadunek.....	165
4. Wymagania konstrukcyjne.....	166
III. Metody i środki mocowania ładunków. ....	173
1. Sposoby mocowania ładunków .....	173
2. Mocowanie blokowe .....	173
2.1. Blokowanie za pomocą materiałów sztauerskich .....	173
2.1.1. Palety .....	173
2.1.2. Poduszki powietrzne .....	174
2.1.3. Ramy rozporowe.....	174
2.1.4. Listwy ukośne i poprzeczne .....	175
2.2. Mocowanie progowe i płytowe.....	175
2.3. Mocowanie blokowe między rzędami sekcji ładunku .....	176
2.3.1. Listwy drewniane przybite do platformy ładunkowej .....	177
2.3.2. Kliny i łożyska klinowe .....	178
3. Mocowanie z użyciem odciągów .....	179
3.1. Odciąg pętlowy .....	180
3.2. Mocowanie szpringowe .....	181
4. Mocowanie odciągami przepasującymi ładunek.....	182
4.1. Mocowanie z użyciem odciągów – osprzęt mocujący .....	183
4.1.1. Urządzenia z taśm.....	184
4.1.2. Odciąg łańcuchowe.....	186
4.1.3. Odciąg z lin stalowych .....	188
4.1.4. Napinacze .....	190
4.1.5. Siatki i płachty z odciągami.....	191
4.1.6. Liny.....	192
4.1.7. Taśmy stalowe .....	193
4.1.8. Płyty mocujące pośrednie .....	194
5. Ryglowanie .....	194

## SPIS TREŚCI

6.	Złożone mocowanie ładunków .....	194
7.	Dodatkowy osprzęt stosowany do mocowania ładunków .....	195
7.1.	Maty antypoślizgowe .....	195
7.2.	Przekładki płytowe.....	196
7.3.	Kantówki.....	196
7.4.	Folia termokurczliwa i rozciągliwa.....	196
7.5.	Taśmy stalowe lub plastikowe .....	197
7.6.	Listwy kątowe .....	198
7.7.	Ochroniacze taśm tkanych z tworzyw sztucznych .....	198
7.8.	Przekładki ochronne.....	199
7.9.	Jeże.....	199
IV.	Wybrane metody mocowania różnego rodzaju ładunków .....	201
1.	Walce, beczki i ładunki cylindryczne.....	201
2.	Papier w rolach.....	201
3.	Beczki.....	202
4.	Pudła.....	203
5.	Torby, beły i worki .....	203
6.	Palety i wózki .....	205
7.	Blachy płaskie .....	206
8.	Ładunki długie.....	207
9.	Belki .....	208
10.	Kręgi.....	209
11.	Druty i pręty w zwojach .....	211
12.	Duże ładunki jednostkowe i odlewy.....	212
13.	Ładunki wiszące .....	215
14.	Ładunki płynne masowe.....	216
V.	Inne ładunki – wymagania .....	216
1.	Drobnica .....	216
2.	Drewno .....	217
3.	Duże kontenery oraz duże i ciężkie opakowania.....	221
4.	Nadwozia wymienne bez naroży zaczepowych .....	224
5.	Pojemniki zdejmowalne .....	224
6.	Sztauowanie towarów w kontenerach .....	225
7.	Ładunki masowe luzem (Np. piasek, podsypka, kruszywo) .....	226
8.	Płyty sztauowane na płaskiej platformie z A – kształnymi stojakami .....	227
9.	Maszyny inżynieryjne / sprzęt budowlany / maszyny samojezdne .....	228
10.	Pojazdy .....	231
11.	Przewóz samochodów osobowych, furgonetek i małych przyczep .....	232
12.	Przewóz płyt szklanych o różnej wielkości do maksymalnych dozwolonych rozmiarów.....	235
13.	Przewóz małych ilości szkła okiennego, ram, itp. ....	235
14.	Materiały niebezpieczne .....	236

## SPIS TREŚCI

PRZEWÓZ DROGOWY ZWIERZĄT .....	237
I. Podstawowe akty prawne obowiązujące w zakresie zagadnień związanych z przewozem drogowym zwierząt .....	237
II. Definicje .....	237
III. Prawa zwierząt .....	239
IV. Rodzaje przewozów zwierząt .....	240
V. Podstawowe wymagania w transporcie zwierząt .....	241
VI. Obowiązki przewoźnika, kierowcy i konwojenta .....	243
VII. Zachowania behawioralne zwierząt. Stres. ....	244
VIII. Pojazdy do transportu zwierząt .....	247
1. Ogólne wymagania dotyczące pojazdów. ....	248
2. Wymagania dla pojazdów do przewozów krótkotrwałych i długotrwałych .....	249
3. Dodatkowe wymagania dla pojazdów do przewozów długotrwałych. ....	253
IX. Planowanie transportu zwierząt. Dziennik podróży .....	256
X. Dokumentacja transportu dotycząca przewożonych zwierząt .....	256
XI. Zasady transportu zwierząt .....	260
1. Załadunek zwierząt. ....	260
2. Rozmieszczenie zwierząt. ....	262
3. Postoje. Opieka nad zwierzętami . ....	269
3.1. Czas podróży zwierząt .....	270
3.2. Ograniczenia .....	272
3.3. Zapotrzebowanie na wodę .....	272
3.4. Opóźnienia podczas transportu .....	273
XII. Postępowanie ze zwierzętami chorymi, rannymi i padłymi podczas transportu ...	273
XIII. Kontrola .....	275
PRZEWÓZ ARTYKUŁÓW ŻYWNOŚCIOWYCH SZYBKOPSUJĄCYCH SIĘ.....	277
I. Informacje ogólne .....	277
II. Podstawowe akty prawne obowiązujące w zakresie zagadnień związanych z przewozem drogowym artykułów żywnościowych szybkopsujących się .....	278
III. Podstawowe definicje .....	278
IV. Transport a przepisy sanitarne .....	282
V. Pojazdy i kierowcy .....	284
VI. Dokumentacja transportowa .....	290
VII. Organizacja transportu towarów szybkopsujących się .....	295
1. Dobór pojazdu. ....	295
2. Załadunek .....	296
3. Obowiązki kierowcy .....	297
4. Ograniczenia w ruchu pojazdów .....	304
VIII. Kontrola przewozu artykułów szybkopsujących się .....	304

## SPIS TREŚCI

PRZEWOZY DROGOWE SUBSTANCJI PŁYNNYCH POJAZDAMI Z CYSTERNĄ .....	309
I. Informacje ogólne .....	309
II. Podstawy prawne dotyczące przewozów w cysternach .....	310
III. Definicje .....	310
IV. Przykłady różnych rodzajów przewozów w cysternach .....	314
V. Pojazdy .....	316
VI. Dokumentacja .....	333
VII. Organizacja przewozów w cysternach .....	338
1. Informacje ogólne .....	338
2. Wyposażenie pojazdów .....	340
3. Napełnianie i rozładunek cystern .....	342
4. Siły działające na ładunek. Technika jazdy pojazdem z cysterną .....	345
5. Oznakowanie cystern .....	346
6. Obowiązki kierowcy .....	350
VIII. Kontrola przewozów drogowych w cysternach .....	351
PRZEWÓZ DROGOWY DREWNA .....	355
I. Informacje wstępne .....	355
II. Podstawowe akty prawne obowiązujące w zakresie zagadnień związanych z przewozem drogowym drewna .....	356
III. Podstawowe definicje .....	356
IV. Przykłady różnych rodzajów przewozów drewna .....	358
V. Pojazdy do przewozu drewna .....	360
VI. Organizacja przewozów drewna .....	364
VII. Kontrola przewozów drewna .....	369
NIENORMATYWNE PRZEWOZY DROGOWE .....	373
I. Informacje ogólne .....	373
II. Podstawowe akty prawne obowiązujące w zakresie zagadnień związanych z przewozem ładunków nienormatywnych .....	374
III. Definicje .....	375
IV. Drogi .....	378
V. Maksymalne wymiary, masa i naciski pojazdów .....	385
VI. Przykłady przewozów nienormatywnych .....	386
VII. Wymagania wobec pojazdów do przewozów nienormatywnych .....	389
VIII. Dokumentacja .....	396
IX. Realizacja przewozów nienormatywnych .....	401
X. Kontrola przewozów nienormatywnych .....	412