

HƯỚNG DẪN CƠ BẢN LÁI XE AN TOÀN

BƯỚC 3

TƯ THẾ LÁI XE



3 - TƯ THẾ LÁI XE

Chúng ta cùng tìm hiểu nội dung tiếp theo là: “Tư thế lái xe”

Ngồi đúng tư thế lái xe sẽ giúp cho người lái xe quan sát tốt tình trạng giao thông, giữ cho người và xe cân bằng, giảm mệt mỏi khi đi xe đồng thời giúp cho người lái xe dễ dàng tiếp nhận thông tin & phản ứng kịp thời và chính xác với những tình huống bất ngờ xảy ra trên đường. Tư thế lái xe gồm có 7 điểm cần chú ý như sau:

1. Mắt: Nhìn thẳng, chú ý nhìn xa để có tầm quan sát rộng
2. Vai: Thả lỏng để điều khiển xe được tốt khi vào cua hay chuyển hướng, tránh mệt mỏi khi lái xe trên đường dài.
3. Khủy tay: Thả lỏng, hơi khép nhẹ vào trong, luôn để tay gập tự nhiên không căng quá để điều khiển xe được dễ dàng.
4. Bàn tay: Nắm tròn & vào chính giữa tay nắm, không đặt ngón tay lên cần phanh hay đặt cả năm ngón tay về 1 phía (cả 5 ngón tay lên phía trên tay nắm)
5. Hông: Ngồi chính giữa yên xe để người và xe tạo thành 1 khối thống nhất, không ngồi quá gần hoặc quá xa tay lái.
6. Đùi: Hai đùi khép song song thân xe, đầu gối hướng về phía trước
7. Bàn chân: Đặt chính giữa gan bàn chân lên thanh để chân, mũi bàn chân hướng thẳng về phía trước, đối với xe số mũi bàn chân phải đặt nhẹ lên cần phanh, bàn chân trái tránh tỳ lên cần số

3 - TƯ THẾ LÁI XE

Tác dụng của tư thế lái xe đúng

1. Giúp người lái xe quan sát tốt
2. Giúp cho người và xe cân bằng
3. Giảm mệt mỏi khi đi xe

Tư thế lái xe đúng

