

在日常生活中我们坚持“安全驾驶，始于有备”的做法，养成良好的安全驾驶习惯，增强安全驾驶意识。今天为大家精心准备了驾驶员安全培训内容资料，希望对大家有所帮助！

驾驶员安全培训内容资料一篇

一、上车前检查及保持正确驾驶姿势

疲劳驾驶是安全驾驶的隐患之一，而不适的座椅位置则是导致驾驶员快速疲劳的罪魁祸首之一，因此正确的驾驶姿势可以有效保护驾驶者的安全。座椅高度以头顶距顶棚 1 拳为宜，前后使腿部保留一定弯曲度即可。反光镜调整左侧地平线高度 $1/2 \sim 1/3$ ，车侧迹线 $1/5 \sim 1/6$ 。右侧地平线 $1/2$ ，车侧迹线 $1/5$ 。此外，行车前对车辆的细致检查，如胎压、仪表盘等也可大大降低安全隐患。道路运输，是一个工作时间长、工作强度大的智力和体力交替进行的工作。车辆运行的安全如何至关重要。而影响安全的首要工作，就是在行车前、行驶中和行车后的安全检视。是指驾驶员在行车前、行驶中和收车后，对汽车运行中与安全有直接关系的零部件进行检查、观察的过程。近几年来，我国道路运输行业安全事故频频发生。治理安全问题一直是行业头等大事。在长期的实践中发现，驾驶员提前预防，即将许多项目制度化地在行车前、行驶中和收车后进行检查、观察，变得越来越重要。

二、始终使用安全带，安全才有保障

汽车安全带是一种有效的安全防护装置，被誉为“生命带”，在发生交通事故时能有效地减少人员伤亡。据国外数据统计，驾驶人未系安全带的事故死亡率约为系安全带的倍；前排同乘者未系安全带的事故死亡率约为系安全带的倍；后排同乘者未系安全带的事故死亡率约为系安全带的倍。因此，驾车过程应全程使用安全带，最大限度降低意外带来的损害。不系安全带是一种违法行为，

《中华人民共和国道路交通安全法》第 51 条明确规定：“机动车行驶时，驾

驾驶人、乘坐人员应当按规定使用安全带，摩托车驾驶人员应当按规定戴头盔。”不系安全带已构成违法，违法就应受到处罚。生活中，有许多人开车、乘车嫌麻烦，不系安全带，一旦发生碰撞，这是十分危险的事情。不系安全带，车辆发生激烈碰撞后的7个秒后就是死亡。

据交通安全测试，车辆发生激烈碰撞后的第一个秒，汽车前保险杠和“前脸”会被撞毁；

第二个秒，虽然汽车大架已经停下来，但汽车的其他部件仍然在以每小时88公里的速度前行，这时司机出于本能伸直双腿支撑，双腿会在膝关节处断裂；

第三个秒，方向盘开始破碎，且方向盘轴已接触到驾驶员的胸腔；

第四个秒，汽车前轮损毁，车体开始肢解；

第五个秒时，司机的躯体被方向盘轴刺穿，肺部开始出血；

第六个秒，冲击来得更加剧烈，汽车大架挤压成原来的一半大小，驾驶员的头撞上了挡风玻璃；

第七个秒，方向盘轴、车门断裂后挤压着司机，但这已经不会再对司机造成任何痛苦——因为司机已经死亡。

不系安全带是群死群伤的要素，系上安全带发生交通事故死亡率就大大减少，为有效防止客车群死群伤，交通运输部下发《关于开展“安全带—生命带”专项行动有关事项的通知》（厅运字〔20xx〕127号）文件，要求：一、督促企业按时完成规定车辆座椅安全带的安装。各地要督促客运企业对没有安装座椅安全带的高速公路客运车辆，抓紧安装改造。从20xx年6月份开始，客运站要把高速公路客运车辆安装安全带的情况作为出站检查的一项内容，进一步督促客运企业尽快为所属车辆加装符合标准的安全带。系好安全带提高到了更高

层次的要求，作为驾驶员不仅要自己系好安全带，还要督促同车的人系好安全带，一人安全不是安全，大家安全才是安全。

三、预先判断，轻松驾驶

在追尾的交通事故中，前车并线、急刹车造成的比例非常大。因此在行车过程中应养成预先判断的能力。行车时应保持合适的速度，变化车道前先观察后视镜并提前开启转向灯。不在未能了解前方路况的情况下盲目行车！任何一个有盲区的弯道、车前方、建筑物旁都有可能出现意想不到的“事”和“物”！“霉运”总是光顾没有准备的人！比如人、非机动车、动物的行为规则：

1. 人在行动中间遇见状况的时候，一般反应是往前面跑。所以你在这样的情况下，尽量从人背后通过。除非与你有并排的车。你需要当心人在发现你并排的车以后突然停止运动或者折返。没有可靠的通过空间时，一边往人背后插过去一边迅速减速。有空间的情况下，尽量留出余地。

2. 老人、儿童要尽量减少吓到他们的可能，不要到跟前突然按喇叭，也不要突然爆发撕心裂肺般声音的‘紧急刹车。这样反而容易出现意外。有些老人行为比较奇怪的，看见你就是故意慢慢走，容忍容忍。

3. 冬天、下雨，非机动车由于防寒、防雨用具的原因，听力、视线都不好，寒冷还让人行动迟缓，这样的時候尽量离他们远一点。

4. 傍晚的时候，天将黑不黑，视线非常差，灯光也不怎么起作用，人都是忙碌了一天的，开车的人和走路的人都会反映迟钝，这个时间段行车要特别小心，尽量慢一点都可以。

5. 路遇动物，早按喇叭，动物只能是声音惊吓。但是有些动物不怕声音，比如鹅，鸭子，特别是牛马，更加不怕，车顶它屁股都不让，看见他们放慢速度！狗啊猫咪什么的聲音可以驱赶！

四、保持 3 秒安全距离

为了避免追尾，除了预先判断之外，最直接有效的方法就是保持 3 秒的安全行车距离。“3 秒法则”最初由北美流行的“2 秒法则”发展而来，依据是根据人的反应速度(时间) 踩制动踏板开始到制动起作用的时间 车辆制动开始到停止的时间，得出的安全间隔距离。

上图分别以时速 36km/h(10m/s)和 54km/h(15m/s)为例，绿色实线代表发现危险的反应时间(0.5s)和踩下制动踏板到制动工作的时间(0.2s)的行驶距离，红色虚线代表刹车至完全停下的距离。由图中可知，36km/h 的刹停距离为，而 54km/h 的刹停距离则增大为 13m，远远大于我们平时理解的距离。因此，切忌勿超速行驶，在复杂路段一定要降低车速，防止事故的发生。

五、恶劣天气下的行车要点

每年，因天气原因而造成的车祸都占总事故的很大比例，如何在雨天、雪天、雾天等恶劣条件下做到安全行车对于很多司机和新手来说的确是件很挠头的事。其实，在恶劣天气下做到安全行车并不是很难。在雨天行车时，最大的问题是车窗易出雾，自动空调只需按下自动除霜键，手动空调用外循环热风吹挡风玻璃即可。另外，由于地面湿滑，制动系统进水而效率降低，应适当延长与前车距离，躲避行人。

雪天行车因轮胎与路面间的磨擦系数极小，容易产生滑溜现象，使行车方向失去控制而导致车祸。应保持匀速行驶，防大油门加速，减少或尽可能避免变更车道、超车等操作，以减少或防止侧滑，注意前后车距，加大安全系数。

雾天驾驶最重要的首先是要与前车保持足够的安全车距，不开远光开雾灯且勤用喇叭；应低速行驶，以能见度为依据。

控制车速与转向，不要急刹车与急打方向盘，防止追尾刮蹭。万一发生事故，应立即放置警示标志，必须防止二次事故！万一发生事故了，第一个要报单位，为什么呢？因有单位安全员不是专家，但是安全员处理事故过，有经验，报了他们，到现场他们交待你们该怎么做怎么说，有时他们会叫你们跑，群众激动想杀人打人你不跑呀，也可以哄说自己不是司机，但对交警要说自己是司机，对我们就不用说了，我们认得你，只说事情经过就得了。第二是报交警；第三是报保险，保险卡上有电话，实在那几号码不认识你，就叫单位帮报。发生事故千万不要逃逸，那是犯罪，也不要乱改变现场，要保护好现场等交警来到为止。

六、实用的驾驶技巧

在行车过程中，如何正确的过弯、过坎也是一门比较深的学问，转弯不足和转向过度都有可能诱发交通安全意外。当出现转向不足时，先将车速稍微降低，略收油门(但切记千万不要猛踩制动踏板或是认为转向盘没转够而继续转，否则你就会在马路上表演 360° 转圈。)然后再修正方向盘即可。当出现转向过度时，应迅速将方向盘反向转动以抑制车尾的滑移，前驱车可在反向转向后适当加油，切记不要踩下刹车踏板。

七、紧急情况处理

车行千里，难免会遇到一些特殊的紧急情况。但是遇到这些特殊的紧急情况时你会有怎样的反应，又该怎样去处理呢？其实在这样的情况下，你只要保持镇定的头脑、正确的处理方法，相信你都会化险为夷的。

爆胎处置方法：当遭遇前轮爆胎时，车辆会马上跑偏或出现严重摇摆现象，应双手用力控制住方向盘，放松油门踏板，让车沿原行驶方向继续行驶一段路程，自行停车，也可采用减档来减速。而若是后轮爆胎，车辆会出现较大颤动，但方向不会出现大摆动，这时应轻踩制动，让车缓缓停下即可。

制动失灵处置办法：在行驶中，制动失灵怎么办，制动过程中，由于制动器某些零部件的损坏或发生故障，使运动部件(或运动机械)不能保持停止状态或不能按要求停止运动的现象。遇到这样的情况首先要保持冷静。眼睛盯住前面的路面，继续控制方向盘。集中注意力在车辆前面的路况上，注意前方的车辆、行人以及障碍物。在做好上面的工作之后，排查第一种制动失灵的状况，就是看是否有异物卡在了制动踏板的下面，如果是这样，用脚将异物踢开，绝对不要弯腰去用手操作。如果不是则要警告其他车辆的驾驶员以及行人。把双闪警示灯打开，并用喇叭提醒周围的车辆以及行人你的车子出了问题。即使你不能告诉周围的人你究竟出了什么问题，这种提醒也可以让他们注意到你的车，而且会小心地关注你的车辆下一步的动作。第三，来回踩踏制动踏板，这可以帮助恢复制动系统中的压力，这有可能使你的制动系统恢复正常。如果有时间的话，你可以多尝试几次这样的操作。第四，尽快挂入低挡，尤其是当你驾驶的是手动变速的车辆。第五，除了挂入低挡位的方法之外，还可以应用驻车制动来减速。最后，如果上面的方法都不能使车辆减速，就只能利用一切可以利用的障碍使车辆停下来。

制动失灵的判断与排除：

(1)连续踩下制动踏板，如踏板逐渐升高且有弹性感觉，但稍停一会后再踩踏板时仍然很低，即为制动系统内有空气，这时应对制动系统进行排气。

(2)一脚制动不灵，但连续踩几次踏板时制动效果很好，一般为制动踏板自由行程过大或制动间隙过大。应调整踏板自由行程，而后检查制动器间隙，必要时进行制动器解体修理。

(3)踩下制动踏板时，不软弱不沉，但就是制动效果不良，这一现象为车轮制动器故障，如制动蹄片有油或接触不良、摩擦片老化、磨损、制动鼓磨损不均。应对制动技术状况进行检查，必要时进行调整和修复。

如遇起火、碰撞等突发情况，应先确保人员安全，尽快撤离事故现场。灭火不就跑，不要等烧到油箱爆炸了，灭火不得还不跑，到时爆炸了不是跑了，是炸飞天了。

转向失灵应急处置：转向突然失去控制时，不可惊慌失措，要沉着冷静判明险情程度，采取应急措施，避免险情加剧。若车辆和前方道路情况允许保持直线行驶时，不可使用紧急制动，应立即松开加速踏板，抢档减速，均匀而用力拉紧驻车制动器进行辅助；当车速明显减弱时，轻踏制动踏板，缓慢平稳地停车。当车辆已偏离直线行驶方向，事故已经不可避免时，应果断地连续踏制动踏板，使车辆尽快减速停车，尽量缩短停车距离，减轻撞击力度。采取应急措施的同时，可对道路上其他通行的车辆及行人发出示警信号，如打开危险报警灯、开大灯、鸣喇叭或打手势等。

山区道路安全行车要点：在山区道路行车要严格控制车速，尤其在弯道和下陡坡路段应减速行驶，充分使用发动机的制动作用控制车速，严禁空档滑行和紧急制动。下坡途中随时注意制动器的工作效能，气压制动的车辆要经常观察气压表读数，液压制动的车辆要防止“气阻”；感到踏板“软弱”或异常时，应及时停车检查。载货车辆在较长的下坡路段行驶时，应在行驶一段路程后，选择安全地点停车休息，以降低轮毂温度。

八、做好雨暑季行车安全

现值雨暑季节，雨暑季、强降雨对行车安全造成的影响和不利因素，加强对驾驶员的安全宣传教育工作，不断提高驾驶员在强降雨等恶劣天气下的安全驾驶意识、驾驶技术和应急处置能力。暑季高温闷热的天气，使人变得容易烦躁、疲劳、注意力分散，对安全行车极为不利，驾驶员要注意休息，控制情绪；雨中行车时，驾驶员要注意观察路面上的车辆和行人的动态，并与其保持足够的安全距离；跟车、超车、会车时，要与车辆及道路边缘适当加大安全距离，严禁强行超车和超速行驶；在傍山路或沿河边路上，不宜沿路边缘行驶，久雨

天气或大雨中行车，要注意路基是否疏松和可能出现的坍塌情况。要特别提醒驾驶员，在行车中遇到漫水、路面塌陷、边坡塌方等险情时，不能盲目通过，一定要做到先看后查，确定安全后再通过；遇到暴雨、雷雨一定要减速慢行，正确使用制动，严防车辆侧滑。

九、文明驾驶车辆

怎样才能做到文明驾驶，主要有以下几个方面一是驾驶员要加强政治业务学习，不断提高自己的政策理论水平，提高解决问题、处理问题的能力。驾驶员素质的高低，将直接影响车辆交通安全，积极参加技能培训、法规学习，通过学习使驾驶员对交通安全工作的重要性从灵魂深处得到高度认识，做到自觉遵守交通法律法规，使驾驶员牢固树立安全第一的思想，不断提高安全防事故的意识，切实提高驾驶人熟练驾驶技能。二是加强车辆保养。驾驶员要对自己驾驶的车辆做到经常保养，经常检修，保持车内整洁卫生，车况良好，把事故隐患消灭在萌芽状态。特别是夏天麦收季节，车辆驾驶人员要查看车辆线路避免造成火灾。夏季天气热，驾驶员要调整好作息时间，做到劳逸结合，避免疲劳驾驶。三是加强职工道德教育。驾驶员要有良好的职业道德和敬业精神，听从命令，服从安排，遵守交通规则，特别是遇有雨、雾天要减速慢行，避免事故的发生。平时做到不开英雄车、斗气车、酒后不驾车、不把车辆转交给无证驾驶人员等。

驾驶员安全培训内容资料二篇

一、司机职责驾驶员安全培训内容资料

第一章司机的职责及管理

- 1、爱岗敬业，热爱幼儿园，维护幼儿园良好的形象；
- 2、认真钻研技术，提高自身素质和服务水平；

- 3、遵守国家法律、条例和幼儿园各项规章制度；
- 4、服从命令、听从指挥，努力完成各项任务；
- 5、精心爱护车辆，保证车况良好，车容整洁，各种设备齐全；
- 6、正确驾驶车辆，预防车辆事故。

二、司机交通行为规范

1、遵守行为美德和职业道德，文明驾驶、礼貌行车，严格遵守交通法规和幼儿

园各项规章制度；

2、坚持车辆“三检查制度”，安全设备保持齐全有效，车容保持整洁，不驾驶机

件失灵的或存在安全隐患的车辆；

3、随身携带驾驶证，不准驾驶与准驾车种不符的车辆，严禁将车辆交给非司机

驾驶；

4、驾驶车辆时要精力集中，不超速行驶，不强行超车，严禁疲劳驾驶、酒后驾

驶；

5、停放车辆要遵守规定，严禁乱停乱放，拉好手制动，锁好车门，确保安全，

注意保管货物，防丢失、破损；

6、行车中发生交通事故应保护现场，积极抢救伤者并及时报告交通民警和幼儿

园领导。

三、司机工作规章

1、遵守作息时间，按时上下班和按规定加班；

2、工作中必须随身携带通信工具，并保证每天开机；

3、修理车辆必须提前一天或头天晚上申报，任何司机不得在工作时间擅自拆卸

车辆；（特殊情况例外）

4、工作期间严禁喝酒；

5、值班司机必须坚守岗位，一律在幼儿园待命，不得擅自离岗；

6、严禁非司机开车，严禁擅自将车辆交给他人驾驶或私自驾驶别人的车辆；

7、严禁私自乱拿他人随车工具。

第二章车辆使用规定

一、车辆使用管理规定

1、司机上班时要认真保存好车钥匙，出车必须带好相关证件（驾驶证、行驶证）。

2、司机在执行任务的过程中必须保证通讯工具畅通，不得无故关机，拒接电话；

3、必须严格遵守幼儿园的相关车辆管理规定，严禁非司机开车和疲劳驾驶，严

禁公车私用，严禁用幼儿园的财产做交易。

4、爱护幼儿园车辆，定期维护检查，预防事故发生；

5、发生交通事故时，应报告事故发生时间、地点、准确位置，保护好现场，并

急时上报上级领导和保险幼儿园。

6、有意损坏车辆及幼儿园财物者，按损失额赔偿并予以辞退，情节严重者移交

司法行政机关处理；

7、未经允许，严禁司机开车回家或办私事。

二、随车工具及随车证件管理

1、因工作需要司机更换车辆，必须在上级领导的参与下办好证件的交接（行驶

证交接），如有丢失由交车司机负责赔偿；

2、司机有事请假，要向替班司机讲明车辆有关事宜。（行驶证交接和车辆存在的一些问题。）

5、如有丢失或损坏车辆随车工具和证件，司机必须立即上报上接领导，并追究

当事人责任，如系个人原因，当事人按照实际价值赔偿；

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/708071105142007005>