

汽车陪练 伴你平安上路

图解手册

QICHEPEILIAN BANNIPING'ANSHANGLU 王志勇 编著

光盘和书相配合，采用实拍和图解的方式对实际道路驾驶中经常遇到的情况作出分析和判断，并给出了相应的解决办法和训练方法，是新司机的良师益友。

■ 是否能独立驾车自测 ■ 独特的起步与停车方法 ■ 安全行车“八不跟” ■ 会车、超车技巧 ■ 七种掉头、五种倒车情况 ■ 雨、雪、雾天气的行车 ■ 长安街上驾车注意事项 ■ 女司机练习计划



中国劳动社会保障出版社

TUJIESHOUCI

—— 汽车陪练 伴你平安上路 ——

图解手册

使用指导

私家车的不断增多，城市交通的拥挤堵塞，给刚刚走出驾校的新司机带来较大的压力。本书针对新司机在上路前及上路后可能遇到的各种问题，用图解的方式，教给他们常规的解决办法，以帮助新司机尽快掌握驾驶技术，实现安全上路。

图书在版编目(CIP)数据

汽车陪练伴你平安上路图解手册/王志勇著. —北京: 中国劳动保障出版社, 2008

ISBN 978-7-5045-7414-5

I. 汽… II. 王… III. 汽车-驾驶术-手册 IV. U471.1-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 151421 号

中国劳动保障出版社出版发行

(北京市惠新东街 1 号 邮政编码: 100029)

出版人: 张梦欣

*

新华书店经销

世界知识印刷厂印刷

北京密云青云装订厂装订

787 毫米×1092 毫米 32 开本 4.625 印张 120 千字

2008 年 9 月第 1 版

2008 年 9 月第 1 次印刷

定价: 28.00 元

读者服务部电话: 010-64929211

发行部电话: 010-64927085

出版社网址: <http://www.class.com.cn>

版权专有

侵权必究

举报电话: 010-64954652

CONTENTS

目录

● 第一部分 新司机上路恐惧心理“面面观”	
一、害怕公交车进出站	3
二、恐惧“遭遇”大货车	5
三、担心窄路行驶	6
四、害怕经过立交桥	7
五、害怕“坡起”	8
六、害怕“并线”和超车	8
七、害怕主辅路进出口	9
附件：新司机的几种想法和王师傅点评	11
● 第二部分 熟悉车况、培养路感	
——上路第一步	
一、坐姿与安全行车	15
二、操控装置及其使用方法	16
三、利用反光镜判断车道、车距、车速	23
四、八种不良习惯与校正方法	24
五、独特的起步与停车方法	29
六、城市交通左右转弯的特点	34
七、如何判断非机动车和行人的动向	36
八、正线调轮，感知车速，定位减挡	38
九、环线进出主、辅路	42
十、环线辅路行驶	43
十一、安全行车“八不跟”	45
十二、如何判断哪些辅路可以走	47
十三、哪些地方可以停车	47
附件1：女司机的练车计划	48
附件2：是否能独立驾车自测	56

● 第三部分 新司机行车技巧

——王师傅支招一

- 一、“让速不让道” 61
- 二、跟不上前方车辆的困惑 63
- 三、弯道坡起技巧 63
- 四、在道路上行驶车辆向右偏的原因 64
- 五、左右转弯练习 65
- 六、会车、超车技巧 72
- 七、七种调头情况 74
- 八、五种倒车情况 77
- 九、经过铁道道口的办法 79
- 十、各种环岛行驶方法 79
- 十一、胡同行车方法 81

● 第四部分 新司机行车技术提升

——王师傅支招二

- 一、并线入门解决盲区 85
- 二、窄路行驶 90
- 三、停车入位 92
- 四、行车中的前后左右距离感与视线夹角 96
- 五、该走就走，该让就让 97
- 六、遇到警车、救护车如何让行 99
- 七、自动挡汽车的驾驶 100
- 八、新司机不要用新车练习 104

● 第五部分 特殊天气和环境下的驾驶技术

——王师傅支招三

- 一、夜间驾驶 107

二、进出地下车库	108
三、雨、雪、雾天气的行车	110
四、高速公路驾驶	118
五、在长安街上驾车注意事项	121
● 第六部分 新司机知识必备	
一、简易养护	125
二、新车磨合期注意事项	125
三、新车使用注意事项	126
四、二手车的选择	127
五、汽车故障应急处理	128
六、交通事故责任判断	131
七、北京市道路交通安全违法行为 处罚及记分标准	133
八、新司机认路的方法	140

1

第一部分

新司机上路恐惧心理“面面观”

- 一、 害怕公交车进出站
- 二、 恐惧“遭遇”大货车
- 三、 担心窄路行驶
- 四、 害怕经过立交桥
- 五、 害怕“坡起”
- 六、 害怕“并线”和超车
- 七、 害怕主辅路进出口

附件：新司机的几种想法和王师傅点评

一、害怕公交车进出站（图1-1）

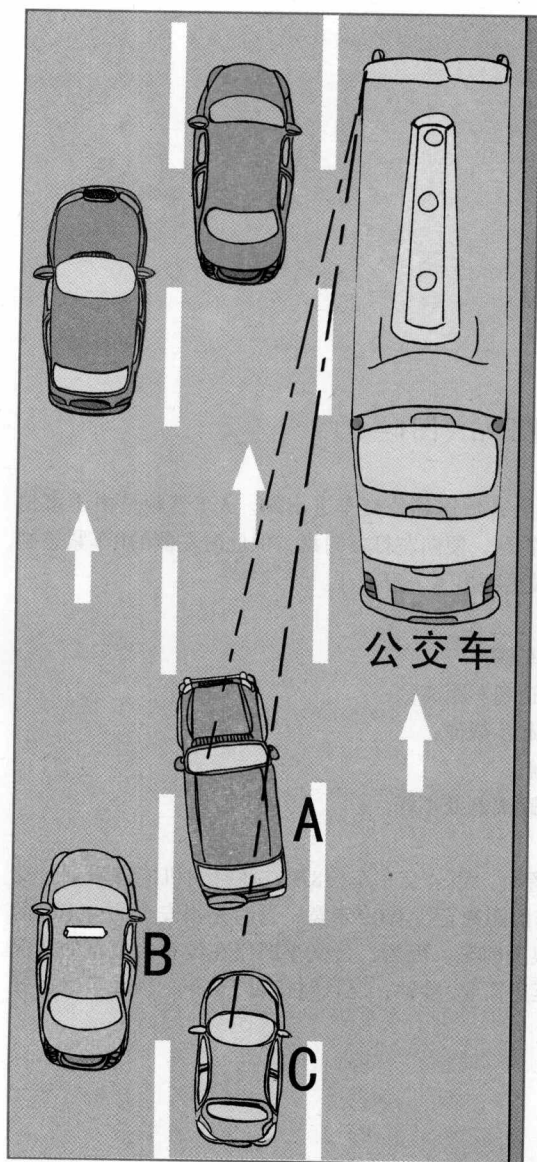
新司机上路，一般害怕遇到公交车进出站。A车驾驶员由于害怕公交车这个“庞然大物”，便向左打方向盘，但此时左侧的B车紧急制动、鸣笛，使A车驾驶员吓出了一身冷汗。

原因分析：

- ◎没能跟上前方车辆；
- ◎有点慌，不知道超车距离；
- ◎不知道公交车起步规律；
- ◎对路权不太理解；
- ◎对汽车右侧的距离判断不好。

解决方法：

当A车处于C位置时，距公交车车位8米，此时司机能够看到公交车的车头，离公交车的距离至少有0.5米宽，这时是很安全的，正确的做法是加把“油”跟上前车。因为，公交车即使在没有人上车的情况下，停车再起步也至少需要3秒钟；况且路权属于A车，因此可以放开胆量，加速跟上。



小贴士：

“路权”是指车辆在道路上正常行驶的权利，例如当直行车遇到转弯、并线的车辆时，路权属于直行车。又如，车辆起步、停车需让正常行驶的车辆通过，也应该让非机动车先通过，否则发生交通事故要负全责。

图1-1 害怕公交车出站

二、恐惧“遭遇”大货车（图1-2）

在道路上行驶，新司机通常害怕与大货车会车。A车驾驶员看到大货车迎面驶来，速度很快，好像冲着自己就开过来似的，第一个反应就是向右打方向盘。但是，此时如果右边有直行车、行人或者边道，还能这么办吗？

原因分析：

汽车在静止时和行驶时给人的感觉是不一样的：在行驶中速度越快，感觉距离就越窄。要找到“车距感”，需要一段时间的训练或反复实践。

解决方法：

一般来说，当A车处于C位置时，眼睛能看到B车的车尾，这时距离大货车约有10米的距离，此时会车离货车的宽度应该在0.5米以上，是安全的。

如果还是觉得不好把握，平时可以有意识地训练一下：找一辆停着的车，离10米看到对面车尾，看一下宽度是否为0.5米。多练习、多体会，上路才会有“感觉”。

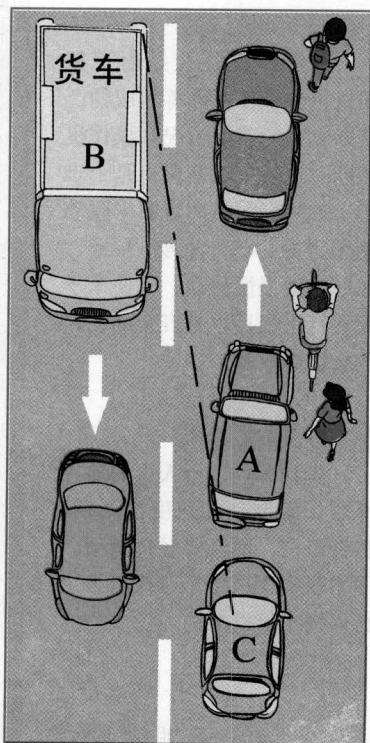


图1-2 恐惧“遭遇”大货车

三、担心窄路行驶(图1-3)

新司机上路，往往担心窄路行驶。比如，A车在窄路上行驶，前方又有很多行人、自行车，汽车只得走一走停一停，这时后面汽车又在鸣笛催促。此情此景，新司机往往不敢放开胆量前行，经常用力踩制动，起车又用不好离合，真是“左右不是”。

原因分析：

这种情况往往是由于新司机机械操作不熟练造成的。判断复杂的路面情况和操作机械同时进行，对新司机是个难题。如果新司机离合器半联动使用得好，汽车能够5厘米、10厘米地慢慢移动，即使车子距离行人很近也是安全的，人群会慢慢散开。

解决方法：

先到车辆、行人少的地方练习，踩制动的速度控制在1秒钟以内，而且要轻抬制动。用半联动尝试将车速控制为比行人慢一倍以上。

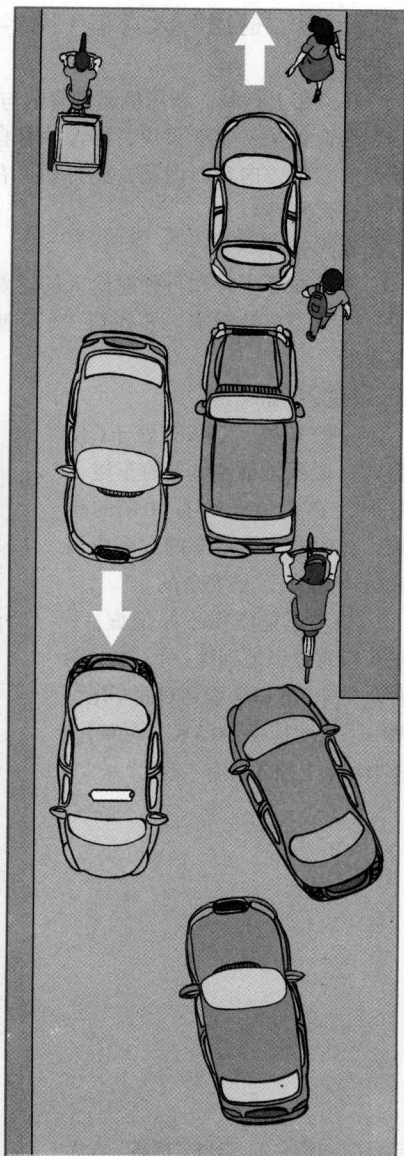


图1-3 担心窄路行驶

四、害怕经过立交桥（图1—4）

新司机在经过立交桥时往往会产生恐惧的心理，担心并错线，担心驶上错误的路线，等等。

原因分析：

- ◎在车辆行驶到立交桥前不知道立交桥转弯方法。
- ◎道路车辆较多、只忙着行驶顾不上看转弯导向标志。
- ◎二环、三环、四环立交桥转弯方法不尽相同，容易迷失。
- ◎在立交桥上行驶车速太慢，后车催促，右侧超车，对右侧视觉感觉不好，认为右车离自己的车很近，会害怕。
- ◎对操控装置使用不熟练，车速快慢控制不好。

解决方法：

◎新手在行驶过程中，通过看交通标志或预感快到转弯立交桥前，需要提前向右并线，行驶在右侧车道，提前看转弯导向箭头标志。

◎二环、三环转弯方法是“一右二左”。“一右”是指立交桥第一个口一般是右转弯方向，“二左”是指过第一个立交桥的路口，到第二个口向右转弯盘桥完成左转弯。还需要注意的是，有些立交桥转弯是在辅路上完成的，所以需要在立交桥转弯走右侧车道，有辅路出口时，提前出辅路。

立交桥转弯行驶的规律是“两头慢、中间快”，即入口和出口慢，中间行驶时可以快些。新司机必须在立交桥上多练习才能解决问题。

◎上路前在地图上熟悉一下自己即将经过的立交桥，从哪上去，从哪出来，从哪拐弯，等等，心里要有个初步的印象。

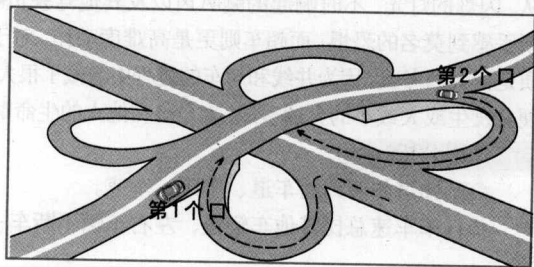


图1—4 “一右二左”

五、害怕“坡起”（图1-5）

新手在实际路面遇有立交桥车辆拥堵时，经常溜车，会害怕。

原因分析：

◎因驾校练习坡起可加速，而在实际路立交桥下坡起时往往前面有车，相距不到1米，所以跟车坡起时不能加速，容易造成熄火。

◎驾校车辆怠速过高，对坡起只是一种初步体验。

◎立交桥下坡起，新司机本身就有恐惧心理。

解决方法：

新司机应知道离合器是有联动点的，坡起关键点在于联动点，不是加速踏板。加速坡起只适合快速坡起。

在无人有坡的地方，好好练习一下“坡起”技术：踩离合器挂挡，慢抬离合器，至车头上调，车身有震动的声音（同时左腿有震感）的时候，轻踩油门加油，稳住，松手刹，两脚保持合适的力度（这个力度要感觉），开始爬坡。

“坡起”成功！

反复练习，直到感觉轻松自如。

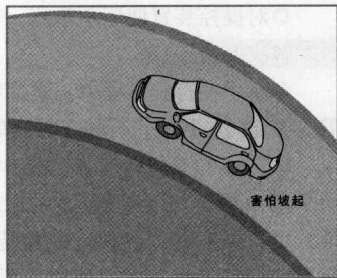


图1-5 “坡起”

六、害怕“并线”和超车

“并线”和超车令不少新手“心发慌手脚忙”。并线时，川流不息的车队、闪烁的灯光、不时响起的喇叭声以及其他驾驶员嘲笑的眼神，都会令新手感到莫名的恐惧；而超车则更是高难度动作，对于新手脆弱的心理素质是极大的考验。因为并线和超车的过程中隐藏了很大的风险，稍有不慎，便会发生或大或小的交通事故，对自己和他人的生命财产安全造成危害。

原因分析：

◎不知道如何判断车道、车距、车速。

◎行车车速总比其他车辆慢，左右车辆不断车，并线困难。

◎缺少道路上行车经验，简单说实战太少。

解决方法：

(1) “并线”：抓住时机，干净利落。

新手在未完全掌握通过后视镜观察后方路况、跟车距离等基本技能时应当尽量老老实实开车，不到万不得已时不要并线。待技术成熟之后，你会发现并线其实很简单。

并线的基本原则就是不能影响其他车的正常行驶，正常行驶的车没有义务和责任让并线车辆先通行，因此不要强行并线。并线时一定要把握好时机，并线动作要干净利落，一气呵成。并线要提前做准备，一定要将车道前后的状况都看清楚再并线，重点看要并入车道里车的行驶情况，诸如该车道内车辆的速度，前方是否有拥堵或减速情况，两车之间是否有足够的距离，后视镜盲区内是否有车辆。并线时先打转向灯，然后加速驶入要并入的车道，完全进入车道后回正方向盘，并将转向灯回位。

(2) 超车：头脑清醒，胆大心细。

新手上路一般不敢轻易超车，不同的路段、不同的路况超车，都有不同的驾驶方法。如无特殊情况，尽量从左侧超车。超车时，首先观察左前方，再观察左后视镜及左后视镜死角（盲区），确认安全后，打左转向灯，逐渐切入前方车辆左侧行车道。在接近前车左后方时，可鸣笛提醒前车（在市区禁止鸣笛的地方不要鸣笛）。超车完成后，转向灯复位。如果夜间超车，则用变换远近光的办法提醒对方。超车后根据前方路况决定是继续沿着当前行车道前进，还是汇入原右行车道（如果在高速公路上超车，必须返回右侧行车道）。如果需要返回右侧行车道时，则必须与被超车辆拉开一定距离时，再打右转向灯转换到右侧行车道。

七、害怕主辅路进出口

在环路上，有的进出口主路、辅路是分开的，这种进出口对新司机难度小些；但是还有一部分主辅路在一起的进出口，给新司机带来了难度。

原因分析:

◎车辆拥堵排队，需要反复加减挡几秒钟一次，新手在驾校一分钟减一次挡，现实中的路况是几秒钟踩一次制动，还要踩离合踏板，看着前车，新手会感觉到手忙脚乱，心里会有压力。

◎进辅路时常有公交车、出租车并线向左挤，让行需要减挡给自己造成麻烦，不让行公交司机贴你的车很近，你感觉要撞上了，但公交车司机仍然向你车方向靠，作为一名新手不害怕的人没几个。

◎进了主路入口后要让主路车辆，主路左侧直行车几分钟不间断地过车，新手会感觉到自己的眼慢、手慢、脚更慢。

解决方法:

◎先到一般路况道路上练习，减速倒脚，车速快时，先刹后离，车速慢时先离后刹，再练减速时，踩制动快而轻，再松制动，做到二挡或一挡，熟点后三四五挡，三秒钟踩一次制动松一次制动共3次。不踩离合器踏板，车辆接着走。对跟车方面会有进步，免得总减挡不容易跟上前车。

◎如果遇到右车向左并线，如果不让要果断，提前做出走的动作，或加速，或不减速，这样右车知道后不敢再抢行。

◎当车速稍快时，预感有车辆要并线，提前发出信号，避免他车突然并线，使你会打方向挤其他车辆。

◎进主路入口后，车辆已斜至 30° 角左右，前方车辆慢，需要把挡位减好，加速、减速反复用，向右动方向，再向左动，向右动方向，加速动方向配合方可安全进入主路。

以上问题，都是“王师傅”从历届陪练的学员共同存在的一些问题中提炼出来的，它代表了部分“准司机”们上路前的心理状态。

但是，经过一段时间有的放矢的训练，学员们绝大多数实现了最初考驾照的想法，自己“轻松上路”了。

附件：新司机的几种想法和王师傅点评

新司机的几种想法：

- ◎认为自己在驾校驾驶得很好，到实际路面行车也应该没什么问题。
- ◎认为有家人、朋友陪驾，可以放心大胆地上路驾驶。
- ◎认为可以直接找陪练公司陪练。
- ◎认为自己在驾校练车时就差，实际路面的情况比驾校复杂多了，心里有些恐惧。
- ◎暂时还没有打算开车，需要驾车前再练习。

王师傅点评：

第一、二种人的乐观态度值得新司机学习，即使在实际路面出现一些问题也无大碍，只要敢于在驾车中实践、善于摸索、纠正驾驶中的弱点、不断提高安全意识是可以安全驾驶车辆的。

第三种人很坚决地找汽车陪练公司，说明有决心把车练好，心理压力已减轻，也是可行的。

第四种人要向前三种人学习：要向第一、二种人学习的乐观态度，实际路面的情况虽然比驾校复杂，但每年仍有十万至二十万新司机能够独立驾车上路行驶，因此要有信心，相信别人能做到的自己也一定能做到；还要学习第三种人的坚决，先调整心情，建立自信心，才能走出实际路面驾车的一步。

第五种人的想法也是正确的，在平时坐车多观察道路上的行车规律，知道一些行车方法，熟悉一下行车路线，也是为以后驾车做准备。