

# Bonsaksen

## Trafikkskule

Informasjonshefte

Klasse B



Elev: \_\_\_\_\_

Ha alltid dette heftet med deg på timen!

## Reglar ved trafikkskulen

Me ved Bonsaksen Trafikkskule vil ynskja deg velkomen til eit moderne og effektivt læringsmiljø! Førarkortopplæringa vert i dag gjeve etter læreplanar, utarbeida av Vegdirektoratet, der ein del av opplæringa er obligatorisk. Erfaringsmessig vil ein trenge fleire øvingstimar i tillegg til obligatoriske timar. Kor mange timar ein vil trenge før ein er klar for førarprøve hjå Statens vegvesen, vil variere mykje.

### Søknad

Det må sendast inn søknad til Statens vegvesen før ein kan ta teoriprøven. Søknaden finn du ved å logge deg inn med BankID her: <http://www.vegvesen.no/dinside>. Har du nedsatt syn eller psykiske eller fysiske utfordringar må synsattest eller helseattest leverast. Inne på di side kan du også gje trafikkskulen fullmakt til å bestille førarprøve på nett etter at du har greidd teoriprøven. Trykk på «**Ditt førarkort**» og «**Gje fullmakt til trafikkskule**». Då kan me ved trafikkskulen bestille førarprøve til deg på nettet.

### Skikka til å køyra

Personar som har gjort noko straffbart kan verta gjevne sperrefrist av politiet. Har du sperrefrist, har du ikkje lov å øvingskøyra verken privat eller ved trafikkskule. Som elev ved trafikkskulen må ein vera "skikka til å køyra", det vil mellom anna seia at ein ikkje kan vere sjuk eller påverka av rusmiddel. Me vil her minna våre elevar om at promillegrensa er 0,2, og at dette også gjeld "dagen derpå".

### Privat øvingskøyning

Det er ein stor fordel om du kan trenar på det du har lært på trafikkskulen etter kvar time. Foreldre vert oppfordra til å vera med på undervisninga, det er berre å avtala med trafikklæraren.

### Klage

Førespurnadar eller klager vedrørande opplæringa kan du retta til dagleg leiar. Du kan også klage til Statens vegvesen eller til Forbrukarrådet i ditt distrikt. Me vil gjera alt for at du skal bli nøgd. Er det noko du er misnøgd med, ikkje nøl med å fortelje det til oss.

Er du derimot godt nøgd, fortel det til andre!

### Teieplikt

Skulen sine tilsette har yrkesmessig teieplikt. Har du lærevanskar eller sjukdommar som krev medisin som påverkar køyringa, treng me å vite det.

### Køyretimar

Ein køyretime varer 45 eller 90 min, og avtalast gjennom kontoret eller med trafikklærar. Me tilrår at du tek køyretimar mellom kl. 07.00 og 17.00. Trafikkopplæringa me driv er knytt mot trafikk. Det er minimalt med trafikk før kl. 07.00 og etter kl. 17.00.

Vikeplikt, utnytting av luker og lukeparkeering er berre nokre få døme på tema som

ikkje kan øvast på i tomme gater. Frammøte er ved trafikkskulen dersom ikkje anna er avtalt med trafikklæraren. Ynskjer du å bli henta andre stader må du rekna med at det går noko tid av din time til henting. **NB! Du må alltid ha bevis for gjennomført trafikalt grunnkurs og legitimasjon på kvar køyretime. Er du over 25 år er legitimasjon nok.** Trafikalt grunnkurs-bevis er enten eit fysisk eller eit digitalt bevis. Det digitale beviset kan ein finne på <http://www.vegvesen.no/dinside> så lenge ein har BankID. Gyldig bevis kan verta sjekka i kontrollar av Statens vegvesen eller politiet.

### Avbestilling

**Avbestilling av time MÅ skje seinast dagen før kl. 19.00.** Ved avbestilling etter dette, utan gyldig grunn, må du betale for timen. Legeerklæring vert godteken. Betaling av køyretimar vert gjort i medhald av våre betalingsreglar, sjå **side 4**.

### Køyretest

For å vurdera om du har nådd måla med undervisninga, vert opplæringa vanlegvis avslutta med ein køyretest.

### Teoriprøve

Teoriprøven kan du ta eit halvt år før du fyller 18 år, så lenge **søknad om førarkort** er levert. Prøven omfattar 45 spørsmål, og vert gjennomført elektronisk. Prøven er bestått dersom du har sju feil eller færre (85% riktig). Du har 90 min på deg, bruk tida godt! Det må bestillast time for å gjennomføra teoriprøven. Bestill time her: <http://www.vegvesen.no>. Alle trafikkstasjonar kan kontaktast på tlf. **02030**. Me tilbyr teorihjelp for dei som måtte ynskje dette.

Til teorien må du ha med deg:

- Legitimasjon
- Kr. 360,- som skal betalast før teoriprøven
- Kr. 70,- for bilete dersom du består teoriprøven

### Praktisk prøve

Denne vert gjennomført med ein sensor frå ein av Statens vegvesen sine trafikkstasjonar. Du må denne dagen leige godkjent skulebil. Dette vert som regel bilen du har brukt i opplæringa. Den praktiske prøven tek omlag 75 min. Resultatet vert gjeve etter køyringa. Praktisk førarprøve kan ikkje bestillast før teoriprøven er bestått.

Til førarprøven må du ha med deg:

- Legitimasjon/evt. tidlegare førarkort
- Kr. 1190,- som skal betalast før førarprøven
- Kr. 210,- for førarkort dersom du greier førarprøven

### Reglar ved betaling

Gjennom vårt nettbaserte system får du din eigen konto hjå oss, som du alltid kan logge deg inn på. Her får du oversikt over saldoen din, planlagt og gjennomført opplæring.

### Slik loggar du deg på din konto hjå oss

Gå inn på nettsida: <http://www.tabs.no>. Første gong du registrerer deg, trykk på «Glemt passord». Skriv inn mobilnummeret ditt som brukarnamn, og passord vert sendt på SMS.

Betal på førehand eller seinast samme dag som timen vert gjennomført. Har du ikkje moglegheit til å betale må du ta kontakt med trafikklæraren din før avtalt time. Du kan betala via nettbank eller med Vipps. Hugs at ved betaling med Vipps vert det lagt til 1,95 % av summen. Nyttar du nettbank er det samme KID- og kontonummer ved kvar betaling. Dersom vi må sende rekning til deg, så kostar det kr. 80,- pr. rekning. Det vert altså meir økonomisk for deg å betale i timen eller på forskot. Normalprosedyren skal vere slik at ein ikkje startar på eit nytt trinn før ein har gjort opp for tidlegare opplæring.

**Dersom ikkje all opplæring er betalt innan førarprøven, så vert denne utsett til du har gjort opp for deg!**

Det er lett å følge med på din konto hjå oss. Dersom andre betalar for deg må du sørge for at dei kjenner vårt opplegg.

Informasjon om prisar finn du på heimesidene våre:

<http://www.trafikkskulen.no>



Last ned appen vår:

<http://app.trafikkskulen.no>

## MYS - Make Yourself Safer

MYS er eit sett med filmar samla i ein app, som skal forberede deg til førarprøven. Her finn du alle øvingane som du går gjennom på trafikkskulen, slik at du kan øvelseskjøre meir effektivt heime mellom timane. MYS har over 40 slike filmsnuttar. Halvparten av filmene fortel korleis du teknisk gjennomfører ei øving og resterande filmar gjev råd om korleis du bør tenkje i ulike trafikkmiljø.

### Tekniske øvingar:



Lukeparkering



Kryss i bakke



Sikkerheitskontroll

### Trafikale øvingar:



Rundkøyring



Feltskifte



Motorveg

Last ned MYS - Make Yourself Safer på Google Play og App Store!

# MYS

PRAKTISKE ØVINGAR TIL FØRARPRØVEN



# Oversikt over opplæringa

## Trinn 1 Trafikalt grunnkurs

1 time = 45 min

- 1.1 Trafikkopplæringa
  - 1.2 Trafikk og førarrollen
  - 1.3 Mennesket i trafikken og samhandling
  - 1.4 Trafikkopplæring, øvingskøyning og køyreerfaring
  - 1.5 Plikter ved trafikkuhell og førstehjelp\*
  - 1.6 Tiltak ved trafikkulykke\*
  - 1.7 Trafikant i mørket\*
- } 4 timar  
3 timar

\*Er du over 25 år treng du kun desse delane av Trafikalt grunnkurs

## Trinn 2 Grunnleggande køyretøy- og køyrekompetanse

- 2.6 Gjere klar for køyring
  - 2.7 Grunnleggande bruk av bilen i variert terreng
  - 2.8 Grunnleggande køyretøybehandling i områder med liten trafikk
  - 2.9 Sikkerheitskontroll
  - 2.10 Trinnvurdering
- 1 time

## Trinn 3 Trafikal del

- 3.4 Informasjonsinnhenting
  - 3.5 Køyring i bustad-, tettstads- og bymiljø
    - Bykøyning
  - 3.6 Køyring i landevegsmiljø
    - Forbikøyning
  - 3.7 Køyring i kø, i tunnel og i mørket
  - 3.8 Sikker samhandling
  - 3.9 Trinnvurdering
  - 3.10 Sikkerheitskurs på øvingsbane\*\*
- 4 timar  
2 timar  
1 time  
4 timar

## Trinn 4 Avsluttande opplæring

### 4.1 Sikkerheitskurs på veg

- Del 1 Bilkøyninga sin risiko (Teori) 2 timar
- Del 2 Køyring i landevegsmiljø\*\* 5 timar
- Del 3 Planlegging og køyring i variert trafikkmiljø\*\* 4 timar
- Del 4 Refleksjon og oppsummering (Teori) 2 timar

### 4.2 Tilstreккеleg øving

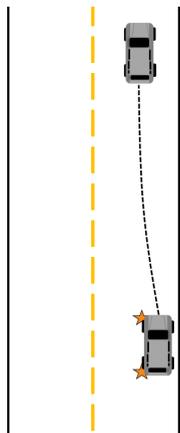
\*\*Gyldig fråver på vidaregåande skule

### 2.6 Gjere klar for køyring

Dei 4 S'ane: **S**itstilling - **S**pegl - **S**etebeltet - **S**ikt (MYS-video 1)

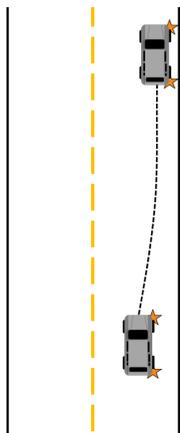
### 2.7 Grunnleggande bruk av bilen i variert terreng

Igangsetting (MYS-video 2):



1. **I**nnvendig spegl
2. **T**eikn
3. **U**tvendig spegl (gje gass og hald clutch i ro ved gripepunkt)
4. **B**lindsone (litt ut med clutch og hald i ro)
5. Når bilen har rulla 5-6 meter, ta ut clutch og auk farten

Stans (MYS-video 3):



1. **I**nnvendig spegl
2. **T**eikn
3. **U**tvendig spegl
4. **B**lindsone
5. Plassering
6. Brems/clutch/1. gir

Bakkestart (MYS-video 6, 7 og 8): Clutch ut til gripepunkt, hald i ro, slepp brems, gje gass, clutch litt ut, når bilen har rulla 5-6 meter, ta roleg ut clutch og auk farten.

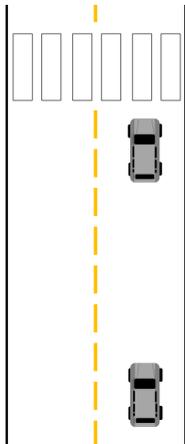
Bakkestart med parkeringsbrems: Gje gass, clutch ut til gripepunkt, hald i ro, ta av parkeringsbrems, gje litt meir gass, clutch litt ut, når bilen har rulla 5-6 meter, ta roleg ut clutch og auk farten.

## Trinn 2 - Grunnleggande køyretøy- og køyrekompetanse

### Giring og akselerasjon:

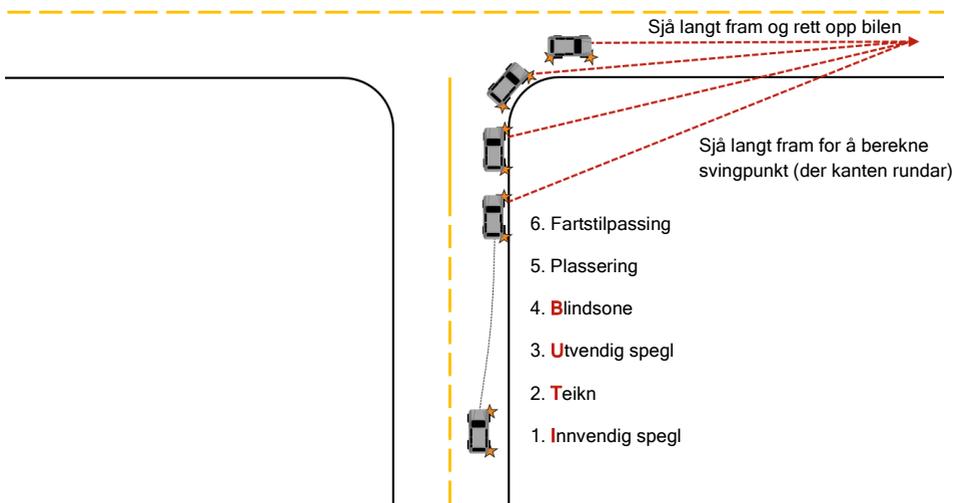
Utnytta motorkraft, økonomisk og miljøvennleg køyring, same fart før og etter girskifte og val av gir etter bremsing.

Kort stans - ny start ved punkt (MYS-video 9):



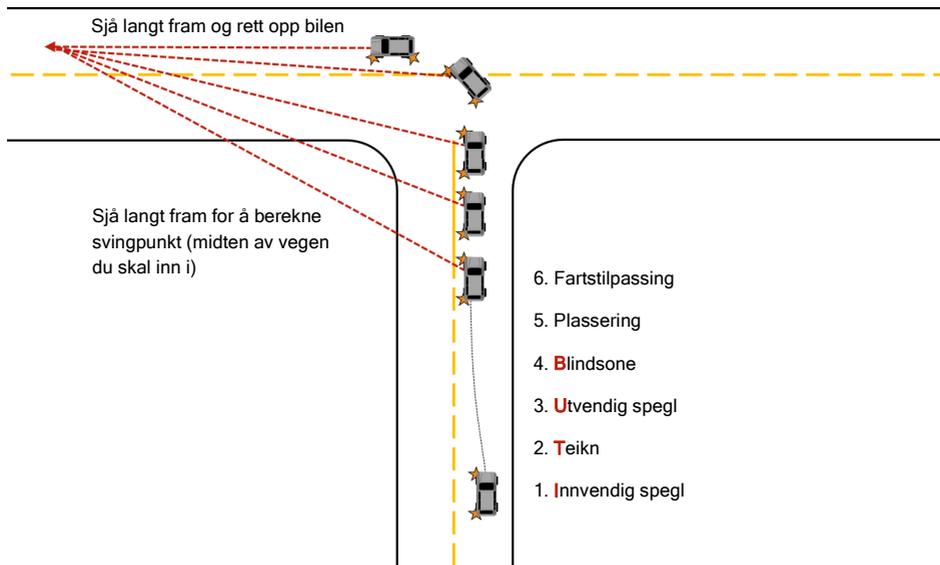
1. Innvendig spegl
2. Brems bestemt med eit jamnt bremsetrykk
3. Trykk clutch inn
4. Vel 1. gir ved gangfart
5. Lett på bremsetrykket idet bilen stansar (mjuk stans)
6. No er du klar til ny start

Høgresving (MYS-video 11):



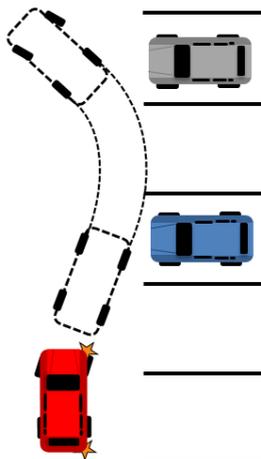
1. Innvendig spegl
2. Teikn
3. Utvendig spegl
4. Blindsone
5. Plassering
6. Fartstilpassing

### Venstresving (MYS-video 12):



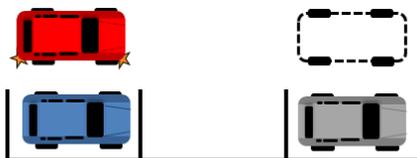
### Ryggeparkering (MYS-video 17):

1. Sett på teikn for å hjelpe evt. trafikk rundt deg
2. Sving deg inn mot parkeringsluke for å utnytte plassen du har
3. Sving deg ut av luke når di høgre lykt nærmar seg den grå bilen si lykt
4. Stopp når du ser den grå og den blå bilen på kvar si side i dei utvendige spegla dine
5. Kontroller trafikken rundt deg og rygg inn i parkeringsluke



Lukeparkering (**MYS-video 18**):

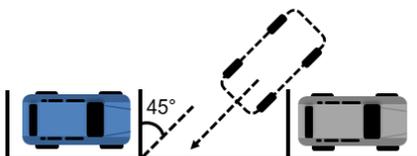
1. Sett på teikn minst 5 sekund før, for å hjelpe trafikken rundt deg. Køyr så langt forbi luka at du står ved sida av den fremste bilen og start rygginga.



2. Snu deg, når du ser bakenden på den andre bilen i sideruta di bak, dreier du full sving inn mot luka du skal inn i.



3. Når du ser bilen bak i ditt venstre utvendige spegl, er du 45° på luka. Rett då opp att rattet, dvs. ein og ein halv gong tilbake, og rygg medan du snur deg og siktar på bilen bak.



4. Når ditt høgre panserhjørna er ved bakre hjørna til bilen framfor, dreiar du full sving andre vegen for å få fronten din inn i luka.



### 2.8 Grunnleggande køyretøybehandling i områder med liten trafikk

Her skal dei ulike øvingane i 2.7 settast saman til funksjonell køyring. Det vert stilt krav om flyt og effektivitet.

### 2.9 Sikkerheitskontroll

Sjå **side 25** (**MYS-video 21**).

### 2.10 Obligatorisk trinnvurdering

Du skal fylla ut skjemaet på **side 11** før du møter til timen. Her skal du vurdere deg sjølv, og så skal du visa kva du kan i timen. Etterpå skal du og trafikklæraren din saman vurdere om du er klar for neste trinn. Tenk godt gjennom kva som er viktig og korleis du utfører dei ulike øvingane.

## Trinn 2 - Grunnleggande køyretøy- og køyrekompetanse

### Mål for trinn 2 jf. § 11-3

Eleven skal ha så god køyreteknisk ferdigheit at oppmerksomheita kan flyttast frå eige køyretøy til trafikkbilete og samhandlinga med andre trafikantar.

Vurder køyringa di:

\*Gjeld ikke elevar som køyrer automatgir

	Dårleg	Mindre god	God	Veldig god
<b>Igangsetting og stans</b>				
Sjå langt fram	1	2	3	4
Sjekke spegl og blindsoner	1	2	3	4
Teikn	1	2	3	4
Krypekøyning	1	2	3	4
Plassering	1	2	3	4
Jamnt bremsetrykk ved stans	1	2	3	4
Bakkestart*	1	2	3	4
Velge 1. gir ved gangfart*	1	2	3	4
<b>Bruk av gir</b>				
Behageleg opp- og nedgiring*	1	2	3	4
Økonomisk og miljøvennleg val av gir*	1	2	3	4
<b>Høgre- og venstresvingar</b>				
Sjå langt inn i svingen	1	2	3	4
Sjekke spegl og blindsoner	1	2	3	4
Teikn	1	2	3	4
Plassering	1	2	3	4
Fartstilpassing	1	2	3	4
Svingpunkt	1	2	3	4
<b>Ryging, vending og parkering</b>				
Ryging rett bak og i sving	1	2	3	4
Ryggeparkering	1	2	3	4
Lukeparkering	1	2	3	4
Snuing og vending	1	2	3	4

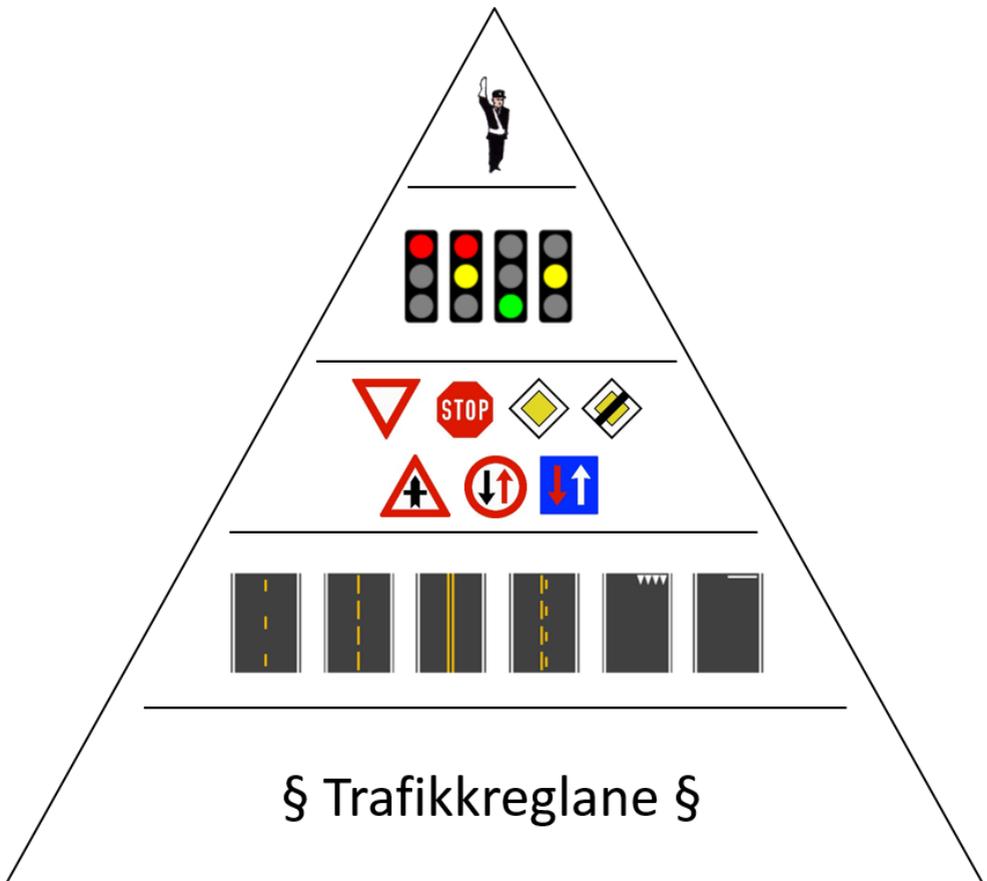
### 3.4 Informasjonsinnhenting

Sjå-reglane:

1. Sjå langt fram
2. Beveg blikket
3. Ta overblikk
4. Bli sett og forstått
5. Sjå alltid etter ein utveg

### 3.5 Køyning i bustad-, tettstads- og bymiljø

Vikeplikt. Fartstilpassing. Observasjon. Køyning i kryss med ulik utforming (MYS-video 23-31).

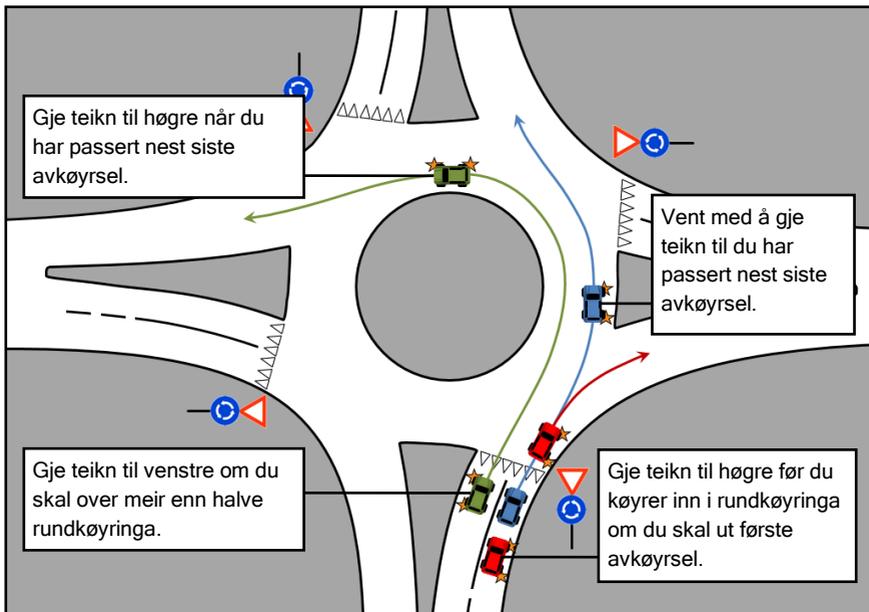


### Vikeplikt (MYS-video 34).

- Køyrande har vikeplikt for køyretøy frå høgre. Dette gjeld og når ein svingar til venstre og får køyretøy på si høgre side. Unntak: Køyrande som kjem frå parkeringsplass, haldeplass, torg, eigendom, bensinstasjon, gågate eller gatetun har alltid vikeplikt for andre trafikantar. Det same gjeld den som kjem frå gardsveg eller annan veg som ikkje er open for alminneleg ferdsel.
- Køyrande har vikeplikt for buss på busshaldeplass som blinker seg inn så lenge fartsgrensa er 60 km/t eller lågare. Bussjåføren skal unngå fare.
- Køyrande som vil svinge har vikeplikt for gåande eller syklende som skal rett fram på køyrebanen eller vegens skulder.

Dette gjeld så lenge skilt, lyskryst eller trafikkdirigering ikkje viser noko anna.

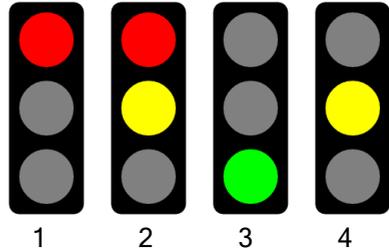
### Rundkøyring (MYS-video 32):



- Gje teikn og vel plassering i god tid for å vise kor du skal i og ut av rundkøyringa
- Låg fart inn mot rundkøyringa gjev større sikkerheit og betre framkommelegheit
- Du har vikeplikt for trafikken som allereie er inne i rundkøyringa
- Dersom det er plass til to bilar i breidda har rundkøyringa to felt, sjølv om felta ikkje er oppmerka
- Byter du felt inni rundkøyringa har du vikeplikt for køyrande som er i det feltet du skal køyre inn i eller som først må kryssast

### Lyskruss (MYS-video 33):

1. Stans.
2. Gjer deg klar til å køyre.
3. Køyr dersom det er klart.
4. Gjer deg klar til stans, køyr dersom det medfører fare å stanse.



Det kan oppstå vikeplikt ved svinging i vanlege lyskruss for bilar eller fotgjengarar som ein kjem i konflikt då dei kan ha grønt lys samstundes. Dette gjeld ikkje dersom trafikklyset har ei retningsbestemt pil.

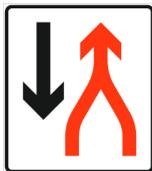
Køyring på veg med fleire felt i same retning:

Forbikøyring skal skje til venstre, difor skal ein opphalde seg i høgre felt med mindre det er hensiktsmessig å ligge i venstre felt med tanke på vidare køyring.

### Feltskifte (MYS-video 36):

- Byter ein felt har ein vikeplikt for køyrande som er i det feltet ein skal køyre inn i, eller som først må kryssast.
- Tilsvarande gjeld den som vil køyre ut frå vegkant eller på annan måte endre køyretøyet sin plass i sideretning.
- Når talet på vanlege felt i same retning vert redusert skal farten gjensidig tilpassast slik at ein kan praktisere samanfletting.
- Køyrande i felt for fartsauke skal tilpasse farten til trafikken i feltet det skal køyrast inn i. Dette gjeld begge partar.
- Køyrande som vil forlate veg, skal snarast mogleg køyre inn i felt for fartsreduksjon der det fins.

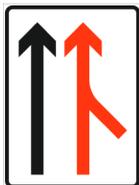
### Trinn 3 - Trafikal del



Samanfletting. To køyrefelt vert til eitt, gjensidig tilpassing frå begge partar (fletting).



- Taxi
- Bussar
- Elektriske og hydrogendrevne køyretøy
- Tohjuls køyretøy utan sidevogn
- Sykkel
- Uniformert utrykningskøyretøy



Felt for fartsauke kjem inn i anna felt, gjensidig tilpassing frå begge partar (fletting).



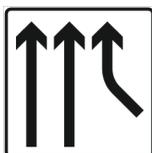
- Same som over unntatt taxi



Køyrefelt sluttar og dei som er i feltet som sluttar har vikeplikt.



- Same som øverst
- 2 personar eller fleire i bil



Påkøyring held fram i eige felt

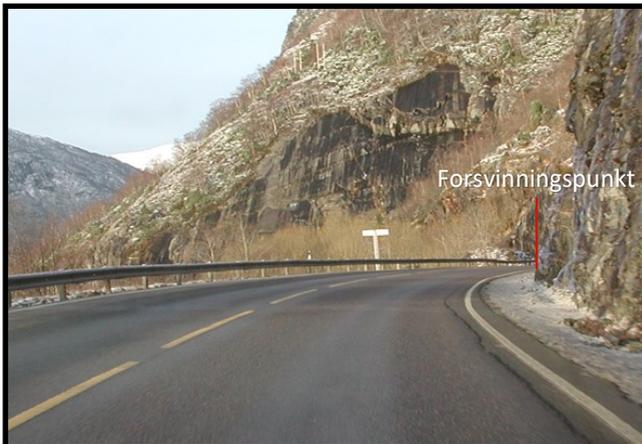


- Sykkelfelt
- Ved kryssing av sykkelfelt har bilist vikeplikt

### 3.6 Kjøring i landevegsmiljø

Presis køyreteknikk (MYS-video 39 og 40)

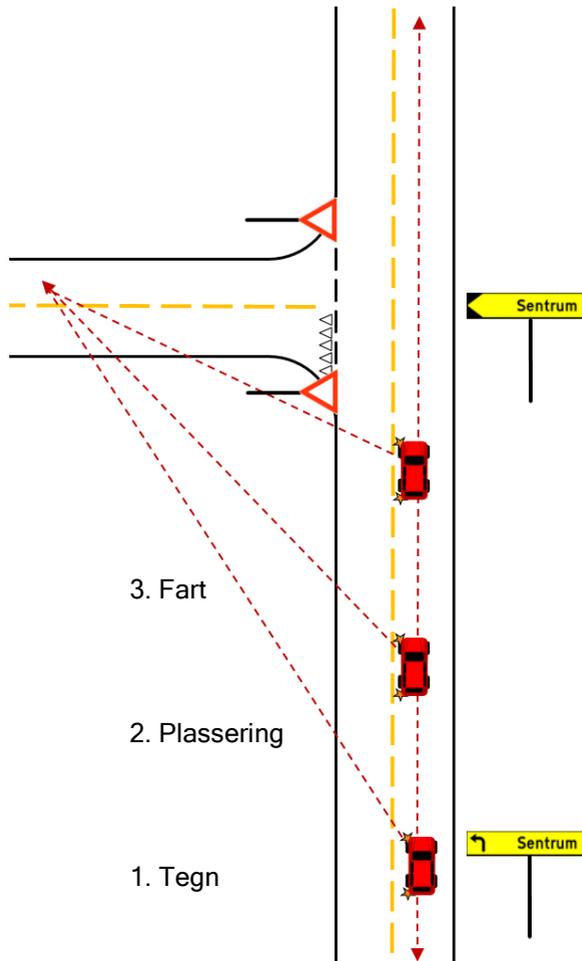
Beveg blikket så langt framover som mogleg for å kunne tidleg oppdage svingen sitt forsvinningspunkt. Dette er punktet der du ikkje lenger ser vegen. Forsvinningspunktet fortel deg kor du skal rette blikket og hjelper deg til å oppfatte farten din. Det vil gi deg tidleg informasjon om farar i vegbanen. Kjem forsvinningspunktet raskt imot deg, har du valt feil fart inn i svingen og må bremse bestemt ned. Hugs at du skal kunne stoppe på det du ser. Når sikten aukar i utgangen av svingen gir du gass. Er det god sikt gjennom svingen treng du ikkje alltid redusere farten, med aldri auk farten inn i ein sving.



## Trinn 3 - Trafikal del

Køring ut av større veg (MYS-video 42):

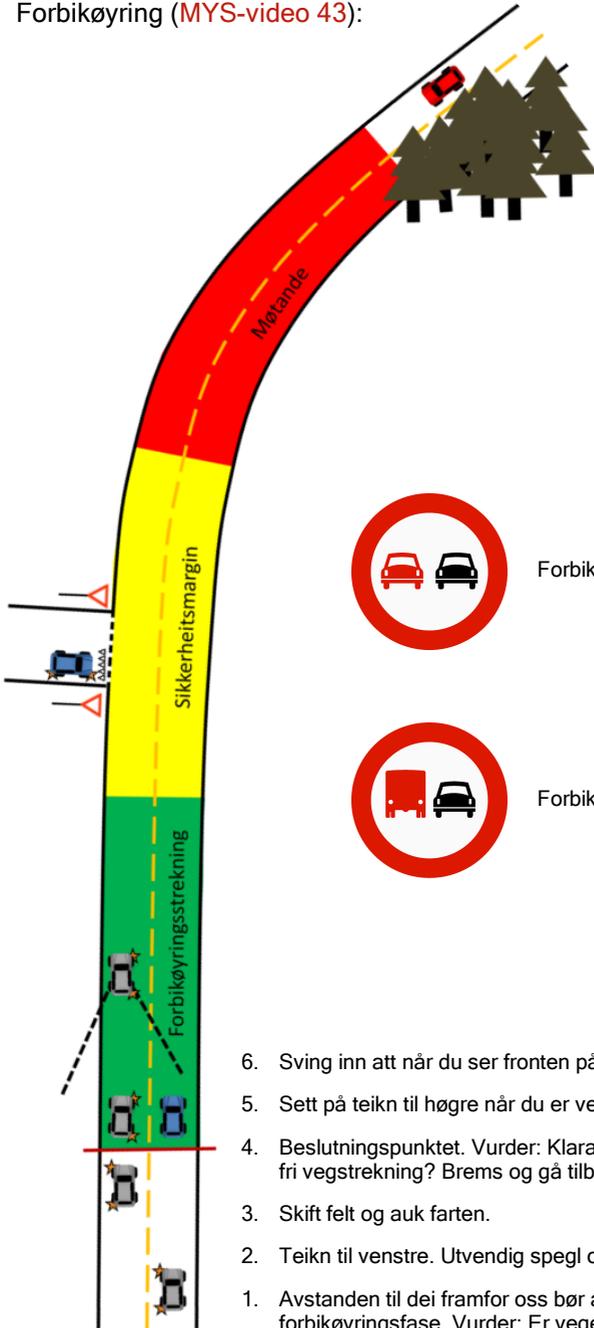
Sjå fram, bak og inn der du skal (F.B.I). Dette bør gjerast minst 3 gonger. Det å sjå langt inn i vegen du skal inn på hjelper også til å oppfatte farten riktig.



Køring inn på større veg (MYS-video 41):

Kontroller trafikk begge sider, også ved høgresving pga. fare for forbikøring. Trafikkflyten på vegen du kjem inn på bestemmer kor fort du må opp i fart, difor er det viktig å sjekke innvendig spegl.

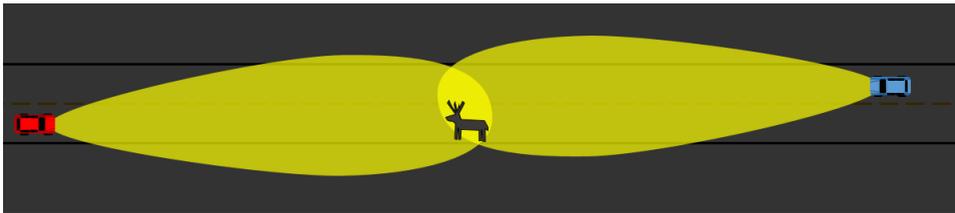
Forbikøring (MYS-video 43):



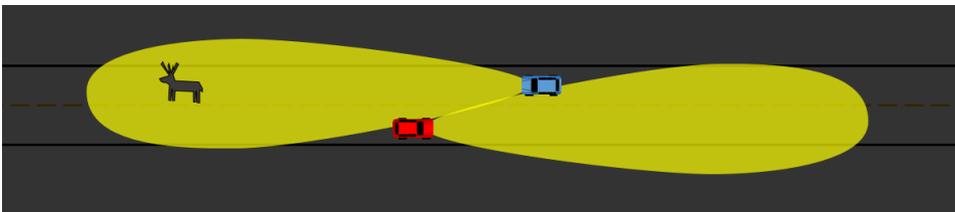
1. Avstanden til dei framfor oss bør aldri vere mindre enn 2-3 sekund i ein forbikøringsfase. Vurder: Er vegen fri for hinder? Sjå i innvendig spegl.
2. Teikn til venstre. Utvendig spegl og blindsoner.
3. Skift felt og auk farten.
4. Beslutningspunktet. Vurder: Klarar du gjennomføre forbikøringa på 1/3 av fri vegstrekning? Brems og gå tilbake til høgre felt ved minste teikn til fare.
5. Sett på teikn til høgre når du er ved sida av bilen du kører forbi.
6. Sving inn att når du ser fronten på bilen du kørde forbi i innvendig spegl.

### 3.7 Kjøring i kø, i tunnel og i mørket

Møting i mørket (MYS-video 19).



Skru av fjernlys når vegbanen mellom deg og den andre bilen er fullstendig opplyst, omlag 200-300 meter før møting.



Skru på att fjernlys to bil-lengder (omlag 10 meter) før møting, på denne måten vil du tidlegast mogleg få informasjon om farar i mørket bak møtande bil.

### 3.8 Sikker samhandling

Her skal dei ulike delane på dette trinnet settast saman. Det vert stilt krav om god flyt og avvikling.

Økonomisk og miljøvennleg kjøring (MYS-video 4):

- Maks ei bil-lengd på første gir
- Hopp over gir
- Høge gir og lågt turtal
- Ikkje gå direkte frå gass til brems
- Bremsing på gir gjev god tid til planlegging
- Planlegg slik at ein unngår unødig stans
- God avstand til bilar framfor deg gjer planlegginga lettare
- Feil lufttrykk i dekk, bruk av radio eller aircondition, unødig last og skiboks aukar forbruket

### 3.9 Obligatorisk trinnvurdering

Du skal fylla ut skjemaet på **side 21** før du møter til trinnvurderingstimen. Her skal du vurdere deg sjølv, og så skal du visa kva du kan i timen ved å køyra sjølvstendig. Saman skal du og trafikklæraren din vurdere om du er klar for neste trinn.

### 3.10 Sikkerheitskurs på øvingsbane

Dette kurset inneheld teori i klasserom, øving i sikkerheitshall og køyring på øvingsbane.

Oppgåver for dagen	
Kva forventningar har du til sikkerheitskurset i dag?	Sikring av personar og last i bil:
Bli kjent med vegen, og finn ut kva for ein fart du vil køyre med.	Kva slags førarstøttesystem hjelper deg når du mister kontroll?
Korleis oppdager du at førarstøttesystemene hjelper deg?	Korleis reagerer du når du mister kontroll (i ein krisesituasjon)?
Kor går grensa mellom å ha kontroll og å miste kontroll?	Kva blei din reelle stopplengde i 50 km/t? Korleis kan du påverke stopplengda?
Når du auker farten med 10 km/t; med kva for fart passerte du då stoppunktet du hadde i 50 km/t?	Oppsummering i klasserom:

## Trinn 3 - Trafikal del

### Mål for trinn 3 jf. § 11-4

Eleven skal køyre tydeleg, sikkert og sjølvstendig i variert trafikk.

Vurder køyringa di:

	Dårleg	Mindre god	God	Veldig god
<b>Tydeleg</b>				
Teikn	1	2	3	4
Plassering	1	2	3	4
Fartstilpassing	1	2	3	4
Møtesituasjonar på smal landeveg	1	2	3	4
Vikepliktssituasjonar	1	2	3	4
Forbikøyringsssituasjonar	1	2	3	4
<b>Sikkert</b>				
Tidleg og fullstendig overblikk	1	2	3	4
Oppfatte skilt og vegmerking	1	2	3	4
Presis køyreteknikk landeveg	1	2	3	4
Av- og påkøyring landeveg	1	2	3	4
Lysbruk i mørket og tunnelar	1	2	3	4
Følge regelverket	1	2	3	4
Hensyn til andre trafikantar	1	2	3	4
Forutsjå risiko	1	2	3	4
<b>Effektivt</b>				
Økonomisk og miljøvennleg køyring	1	2	3	4
Utnytting av luker ut av vegkryss	1	2	3	4
Køkøyring	1	2	3	4
Tempo, presisjon og flyt	1	2	3	4





### Framlegg til køyrerute A

Trafikkskulen - Raundalskyrkja - Evanger kyrkje - Nadlane 26 - Vangskyrkja - Vinje kyrkje - Trafikkskulen

### Framlegg til køyrerute B

Trafikkskulen - Skjerpeslunden 8 - Snytt 12 - Kytesvegen 482 - Riis Bilglass Voss - Moelven Granvin Bruk AS - Bjørgum Skule - Bulken Skule - Trafikkskulen

### Framlegg til køyrerute C

Trafikkskulen - Kytesvegen 482 - Stalheim Hotel - Voss Sjukehus - Riis Bilglass Voss - Evanger Landhandleri AS - Vikjavegen - Blomvegen 7 - Trafikkskulen

### Framlegg til køyrerute D

Elev 1: Trafikkskulen - Coop Extra Lonevåg - Museet Gamle Vossebanen - Bergen Lufthavn Flesland - Esso Vestkanten veiservice

Elev 2: Esso Vestkanten - Oasen Senter - Haukeland sjukehus - Akvariet i Bergen - Breistein Fergekai - Trafikkskulen

### Framlegg til køyrerute E

Elev 1: Trafikkskulen - Bolstadøyri stasjon - Esso Os - Bergen Lufthavn Flesland - McDonalds Lagunen

Elev 2: McDonalds Lagunen - Strusshamn Senter - Akvariet i Bergen - Åsane Senter - Trafikkskulen

Du skal ha fått ei rute på førehand hjå trafikklæraren din som du kan planlegge heime. Når du kjem til timen skal du drøfte planen din med trafikklærar og medelevar.

Ta hensyn til:

- Føraren - Søvn, pausar, mat og drikke
- Køyretøyet - Drivstoff, last og sikkerheitskontroll
- Køyreruta - Tidsbruk, vegval, trafikkmeldingar, bompengar og piggdekkavgift

Del 4 **Refleksjon og oppsummering** (Teori)

Vert gjennomført i klasserom. Hugs å ta med logg!

### Lasteevne og køyring med tilhengar

1. **Kor stor nyttelast kan denne bilen ha? Kva for ulemper kan du oppleve dersom du har for tung last i bilen?**

Sjå i vognkort under «Tillaten nyttelast». Ulemper: Køyreeigenskapane vert påverka, lengre bremselengde og blendingsfare.

2. **Kor stor taklast kan denne bilen ha? Kva for ulemper kan du oppleve dersom du har for tung last på taket?**

Sjå i vognkortet under «Tillaten taklast», er det ikkje oppgitt er det vanleg med ein taklast mellom 30-100 kg. Hugs å kontroller takboksen si vektbegrensing. Ulemper: Lengre bremselengde og fare for at lasten ramler av.

3. **Kontroller om bilen er forsvarleg lasta.**

Fjern lause gjenstander som kan forårsake skade eller rulle under pedalane. Legg tunge ting lågt bak setene i bilen eller i bagasjerommet.

4. **Kor stor tillatt totalvekt kan tilhengaren ha når føraren har førarkort klasse B? Kva konsekvensar kan det få å køyre med for tung tilhengar?**

Bilane våre si vekt tilseier at me kan nytta oss av «campingvogn-regelen». Den seier at bil + tilhenger ikkje kan vege meir enn totalt 3500 kg. Ta difor utgangspunkt i 3500 kg og trekk i frå «tillaten totalvekt» i bilen sitt vognkort. Veggrep på framhjula vert redusert, kursstabiliteten vert redusert, bremselengda aukar, fare for blanding dersom lyktene og fronten på bilen vert heva samt bøtelegging då det er ulovleg.

### Bremser

5. **Kontroller at bremsekraftforsterkaren virkar. Er det forsvarleg å køyre dersom bremsekraftforsterkaren ikkje virkar?**

Når bilen er skrudd av pumpebrems 5-6 gonger til bremsepedalen vert hard. Hald pedalen inne medan du skrur på motoren og kjenn at pedalen sig inn. Denne kontrollen er ikkje mogleg på alle nye bilar. Måten ein går fram på då er å starte motoren og identifisere lampen med symbolet , ta av håndbrekken og sjå at lampen sloknar. Virkar ikkje bremsekraftforsterkaren er det normalt sett ikkje forsvarleg, då det gjev nedsett bremseeffekt og tung pedal (motorstopp og tauing).

**6. Kontroller bremsevæsknivået. Kva vil du gjere dersom bremsevæsknivået er for lågt?**

Kontroller måleininga på behaldaren i motorrommet. Sjå **side 30**. Årsaken kan vere slitte bremseklossar eller lekkasje, oppsøk verkstad, IKKJE etterfyll bremsevæske.

**7. Kontroller om bremsene har skeivtrekk. Kva kan vere årsaken til skeivtrekk?**  
Bremsing frå ca. 30 km/t med laust rattgrep. Feil ved bremsene.

**8. Kontroller at varsellampa for ABS-bremsene virkar. Er det forsvarleg å køyre vidare dersom varsellampa byrjer å lyse under køyring?**

Skru på tenninga, varsellampa skal lyse, og deretter slokne. Sjå **side 31**. Ja, men feilen bør rettast.

**9. Kontroller at varsellampa for to-krets bremsesystemet virkar. Kva vil du gjere dersom lampa byrjer å lyse under køyring?**

Skru på tenninga og varsellampa lyser om håndbrekken står på. Sjå **side 31**. Stanse, finne eventuell årsak. Kontroller om bremsene virkar.

### Hjul og dekk

**10. Kontroller dekk og felg for skadar. Kva skadar er mest vanleg?**

Visuell kontroll. Rifter/sår på dekkssidene, bulk i felgkant.

**11. Kontroller dekkslitasjen på begge framdekk. Kva kan slitasjen fortelje deg?**



For mykje luft



For lite luft



Feil hjulstilling

**12. Kontroller mønsterdjupnaden på begge framdekk. Kva er risikoen ved å køyre med for lite mønsterdjupnad?**

Visuell kontroll, målar eller slitasjevarslar på dekk. Dårlig veggrep og vannplaning.

13. **Kva er riktig lufttrykk i framhjula på denne bilen? Kontroller at lufttrykket er riktig i framhjula.**  
Sjå i instruksjonsbok, spesielt merka i dørkarmen eller under tanklokk. Visuelt eller ved bruk av lufttryksmålar.
14. **Kontroller at begge framhjula på denne bilen har nok mønsterdjupnad. Kva er kravet til mønsterdjupnad på vinter- og sommardekk?**  
Visuell kontroll, eventuelt med målar. Målt på mest slitte staden er kravet på vinterdekk min 3 mm og sommardekk min 1,6 mm.
15. **Kva er riktig dekkdimensjon på denne bilen? Kontroller at framhjula på denne bilen har riktig dekkdimensjon.**  
Sjekk i vognkortet. Døme: 235/60R18. Visuell kontroll.
16. **Kor stor bæreevne (Load Index) må dekk på denne bilen ha? Kontroller at framhjula på denne bilen har riktig bæreevne.**  
Sjekk i vognkortet, min LI. Visuell kontroll, står bak dekkdimensjonen på dekket.
17. **Vis kor jekken eller liknande utstyr ligger.**  
Opne bakluka og løft opp bagasjeromsgolv, der finn ein jekk og reservehjul. Nokre bilar har reparasjonsett istaden for jekk og reservehjul. Då følger det ofte med ei kompressorpumpe ein kan koble til straumuttaket på bilen.

### Styring

18. **Kontroller at styringa er i orden. Kva kan vere årsak til at bilen dreg til ei av sidene?**  
Rattutslag til begge sider, sjølvoppretting, ulydar og retningsstabilitet. Feil på hjulstilling eller ulikt lufttrykk.
19. **Kontroller at servostyringa virkar. Er det forsvarleg å køyre dersom servostyringa ikkje virkar?**  
Start motor med rattbevegelse og kjenn at styringa går lett. Ja, men tung styring gjev andre eigenskapar.
20. **Kontroller at bilen er retningsstabil. Kva kan vere årsak til at bilen trekker til ei av sidene?**  
Køyr i ca. 30 km/t med laust rattgrep. Pass på at vegen ikkje er ujamn. Feil lufttrykk i framhjul eller feil hjulstilling.

### Lys

21. **Kontroller at alle bremselysa virkar. Er det forsvarleg å køyre når bremselysa ikkje virkar?**  
Visuell kontroll. Utfør med pinne på bremsen, leggje noko tungt på pedalen eller ved å spegle bilen i eit butikkvindaug eller liknande. Nei, finn feilen (sikring eller pære).
22. **Kva for stilling skal lysbrytaren stå i for at baklysa skal lyse når du køyrer? Under kva køyreforhold er det viktig at baklysa er på?**  
Biler med «Auto»-posisjon har normalt sett ikkje baklys på dagtid.  
 Vri lysbrytaren til denne innstillinga  
Ved køyring i mørket, og under vanskelege siktforhold som i tunnel, regn, tåke og snø.
23. **Kontroller at nødsignallyset virkar. I kva for situasjonar er det viktig å bruke nødsignallyset?**  
Slå på lysa, visuell kontroll. Ved nødstopp for å markere bil og situasjon.
24. **Kontroller at nærlyset virkar og at det er (nokolunde) riktig innstilt. Kva for ulemper vil det ha om nærlyset er feil innstilt?**  
Køyr inn mot ein vegg eller liknande, visuell kontroll. Blending eller kortare siktstrekning.
25. **Kontroller at kurve-/tåkelyset virkar. Kva for ulemper vil det ha om kurve-/tåkelys vert brukt feil?**  
Slå på lysa, visuell kontroll. Blendingsfare, irritasjon og forenkla forelegg.
26. **Kontroller at tåkebaklyset virkar. Kva for ulemper vil det ha om tåkebaklyset vert brukt feil?**  
Slå på lysa, visuell kontroll. Sterkt blendande, særleg i tett og saktegåande kø.
27. **Kontroller at parkeringslys, baklys og skiltlys virkar. I kva for situasjonar er det viktig at parkeringslyset er i orden?**  
Slå på lysa, visuell kontroll. Parkering i mørket utan andre lyskjelder.
28. **Sett på nødsignallyset. Kva lys må ikkje brukast saman med nødsignallyset?**  
Utførast. Fjern- eller nærlys vil minske effekten av nødsignallyset.

### Sikt

29. **Kontroller at vindaugviskaren virkar som den skal. Kva kontrollerer du på viskarblada?**  
Prøve alle trinn. Slitasje, sår, laus gummi og striper på frontruta.
30. **Still inn varmeapparatet slik at is og dogg på frontruta vert fjerna så effektivt som mogleg. Still inn varmeapparatet slik du vil ha det under køyringa.**



Fjernar dogg på frontruta

31. **Vis korleis du vil fjerne dogg frå bakruta. Vis korleis du vil fjerne dogg og is frå speglane.**



Fjernar dogg på bakruta og sidespegl

32. **Kontroller at vindaugsspylaren virkar. Vis påfyllingsstaden for spylarvæske.**  
Utførast. Identifiser behaldaren i motorrommet. Sjå [side 30](#).
33. **Still inn rattet slik du vil ha det når du køyrer.**  
Dette gjer det lettare å sjå speedometer og meir komfortabelt å køyre.

### Driftssikkerheit

34. **Kontroller at batteriet sitt fast. Kva er risikoen ved å køyre med laust batteri?**  
Kjenn etter at batteriet sitt skikkelig fast. Syresøl, kortslutning. Sjå [side 30](#).
35. **Kontroller motoroljenivå. Vis påfyllingstaden for motorolje.**  
Skal vere mellom min og maks på peilepinnen til motorolja. Sjå [side 30](#).

### Sikkerheitsutstyr

36. **Kontroller alle bilbelta. Kva er risikoen ved å bruke bilbelter med slappe rullar?**  
Visuell kontroll; slitasje, skadar, funksjonskontroll lås/rullar. Beltet vil ligge laust, strammar ikkje godt nok ved samanstøyt.
37. **Finn fram refleksvesten.**  
Skal vere lett tilgjengeleg for førar, som regel i sidedør eller liknande.

38. **Finn fram og monter varseltrekanten. Kor langt frå bilen bør du gå før du setter den opp?**

Utførast. Godt synleg. Utanfor tettbebygd strøk: min 150 meter. Innanfor tettbebygd strøk: min 50 meter, vurder situasjonen.

39. **Kva vil du gjere om du kjem til ein tunnellbrann?**

Trykk på resirkulasjonsknappen i bilen og så raskt som råd steng tunnelen. Nyttar ein SOS-telefonane eller brannsløkkingsapparat stenger tunnelen.



Trykk på resirkuleringsknappen for å ikkje få røyk direkte inn i bilen. Kan og nyttast ved eksos i tunnel. Kan ved mykje fuktigheit i bilen skapa meir dogg.

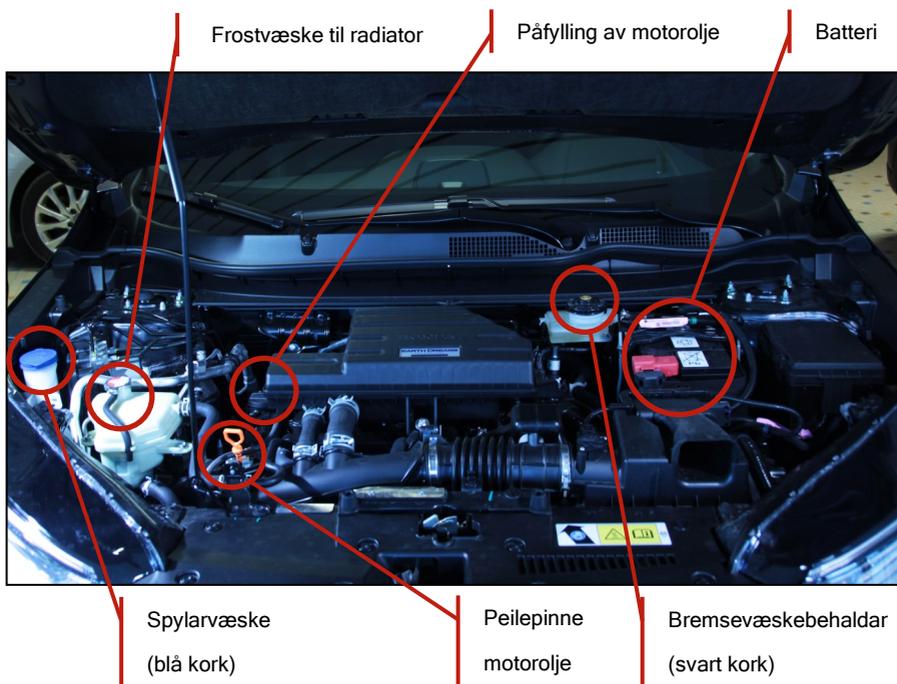
### Varselinnretningar

40. **Kontroller at hornet virkar. Kontroller at lyshornet virkar.**

Tut og blink med fjernlysa.

41. **Kontroller at varsellampa for kollisjonsputa virkar. Har det nokon betydning kva passasjer du plasserer i framsetet når bilen har kollisjonsputer?**

Utførast. Ja. Born og kortvokste kan verte skada dersom kollisjonsputene vert løyst ut.



## Varsellampar

Varsellampane finn du i displayet på dashboardet. Det er viktig å kontrollere at alle varsellampane fungerer, slik at du får melding om noko skulle vere gale med bilen. For å teste at ein varsellampe fungerer, slår ein tenninga på, ser at den lyser, for deretter å slokne. Lyser ikkje varsellampen du sjekkar, må du fikse dette ved å byte lyspære eller kontakte ein verkstad. Fargane på varsellampane indikerer kor kritisk feilen er. Alltid undersøk om det er forsvarleg å forsetta køyringa dersom ein varsellampe lyser. Instruksjonsboka til bilen opplyser om tydinga til dei ulike varsellampane. Under har me plukka ut dei som er mest vanlege.



Parkeringsbrems  
to-krets bremsesystem



Lading



Motoroljenivå kritisk



Setebelte



Airbag



Servostyring



ABS  
(blokkeringsfrie bremsar)



Elektronisk stabilitets-  
kontroll (ESP/VSA)



Dekktrykk



Drivstoffnivå lågt



Gløding (dieselmotor)



Motoroljenivå lågt



Motorfeil



Spylarvæske



Tåkelys



Fjernlys



**Lars Konrad Bonsaksen**

Dagleg og fagleg leiar

Tlf: 913 00 099

E-post: [post@trafikkskulen.no](mailto:post@trafikkskulen.no)

Underviser: AM146 - B - B96/BE



**Tone Karolin Ullestad**

Trafikklærer og kontoransvarleg

Tlf: 909 16 078

E-post: [tone@trafikkskulen.no](mailto:tone@trafikkskulen.no)

Underviser: B

**Bonsaksen**  
Trafikkskule