

# Conducción Responsable y Segura con vehículos todo terreno (4x4)

(7 h)



## Descripción del programa

Hay muchas personas que deben hacer uso de vehículos con tracción 4x4 para el desarrollo de su labor profesional.

En este curso técnica, seguridad, control se aúnan para lograr que los trabajadores que necesitan el uso del vehículo en su labor profesional puedan estar preparados para el campo y la ciudad.

Una **conducción segura** en el terreno implica **responsabilidad al volante**. El objetivo de este curso es demostrar las capacidades del vehículo, las características que les hacen diferentes combinado teoría y práctica con el fin de reducir la **siniestralidad vial laboral**, concienciar a los conductores **mejorando sus conocimientos y habilidades al volante** mientras les dotamos de la técnica práctica y el control del vehículo.

### Se trabajará en la práctica:

- Distracciones al volante
- Vadeo de ríos
- Paso de puentes
- Cruce de ejes
- Conducción en zonas pedregosas
- Colocación de Cadenas
- Inclinaciones laterales
- Ascenso y descenso de pendientes
- Conducción en barro

## Desarrollo y contenidos

### Teoría

Los asistentes serán concienciados en materia de conducción segura y responsable para evitar accidentes, se muestra el comportamiento dinámico de los todoterrenos, acercando las características propias del vehículo más conceptos técnicos como son los ángulos de ataque, la capacidad de vadeo y las limitaciones o la conducción Off- Road.

### Práctica

Se trabajan las distracciones al volante, las inclinaciones laterales, la conducción en zonas embarradas, ascenso y descenso de pendientes, cruces de ejes y puentes, zonas pedregosas, colocación de cadenas y técnicas de rescate.

### Objetivos

- Reducir la siniestralidad laboral mediante la concienciación y el cambio de actitudes.
- Ofrecer conocimientos y proporcionar la técnica necesaria para desarrollar habilidades para incorporar la conducción defensiva y preventiva, ya sea en el ámbito laboral como personal.
- Mejora de la conducción de los vehículos todoterreno.
- Dotar a os participantes de la técnica mediante la práctica del control del vehículo en situación de emergencia.

# Conducción Responsable y Segura con vehículos todo terreno (4x4)

(7 h)



## Contenidos Teóricos

1. Presentación y normas del curso
2. Características de los vehículos 4x4
  - 2.1 Características por peso
  - 2.2 Características por la altura
  - 2.3 Características de la altura libre al suelo
  - 2.4 Cotas (Ángulo de ataque, Ángulo de salida, Ángulo ventral, inclinación lateral)
  - 2.5 Funcionamiento de las reductoras
  - 2.6 Opciones de diferencial
3. Normas básicas en la conducción en vehículos 4x4
  - 3.1 Postura del conductor
  - 3.2 Velocidades adecuadas a las situaciones de conducción
  - 3.3 Punto de fricción
4. Distintas superficies de adherencias
  - 4.1 Arena
  - 4.2 Barro
  - 4.3 Nieve
  - 4.4 Pasos en V
  - 4.5 Crestas
  - 4.6 Rocas
  - 4.7 Inclinación lateral
  - 4.8 Subida y bajada de rampas
5. Rescate en los vehículos 4x4
  - 5.1 Herramientas de rescate: Winche, Eslingas, Perrillos
  - 5.2 Resistencia en atrapamientos de vehículos
  - 5.3 Métodos de recuperación

## Contenidos de ejercicios prácticos

1. Reconocimiento de los vehículos
  - 1.1 Características de los vehículos: Mandos, botoneras, iconos en cuadro de mandos, cotas y ángulos, puntos de anclaje, bajos del vehículo, presión de neumáticos, etc...
2. Rescate del vehículo
  - 2.1 Cambio de ruedas
  - 2.2 Montaje de cadenas de nieve
  - 2.3 Remolque con eslinga
  - 2.4 Cambios de sentido en rampas
3. Ejercicios de Conducción
  - 3.1 Ejercicio de control del vehículo en Slalom marcha adelante y marcha atrás
4. Ejercicios prácticos en circuito
  - 4.1 Control de punto de fricción del embrague
  - 4.2 Subida y bajada de rampa
  - 4.3 Cruce de ejes: Crestas, Badenes (Cunetas), Pasos en V, Grietas del terreno
  - 4.4 Paso por terrenos diferentes: Barro, Arena/Grava, Rocas

## Conducción Responsable y Segura con vehículos todo terreno (4x4)

**Duración:** 7 horas (1 día)  
**Validez del Certificado:** permanente  
**Programa:** Teórico y práctico  
**Máximo nº alumnos:** 12 personas x Ed.

### Sede Central:

**Vallecas (Madrid) • España**

Telf.: +34 664 681 385 • madrid@totalhse.com

### Centros acreditados en España:

**Andosilla (Navarra) • España**

Total HSE

Telf.: +34 664 681 385 • navarra@totalhse.com

**Las Palmas (Islas Canarias) • España**

SEPROM

Telf.: +34 902 008 482 • canarias@totalhse.com

**Redondela (Galicia) • España**

Verticalia Formación

Telf.: +34 986 401 472 • galicia@totalhse.com

### Otros centros acreditados:

**Hatzor Haglilit • Israel**

IWTC

Telf.: +972 4 632 2095 • israel@totalhse.com

**San José • Costa Rica**

Desarrollos Floruma

Telf.: +506 2282-7468 • sanjose@totalhse.com

**Santiago de Chile • Chile**

ENACTRAR

Telf.: +56 944 402 179 • chile@totalhse.com

[www.totalhse.com](http://www.totalhse.com)

