

# АЛКОГОЛЬ И АВТОМОБИЛЬ

МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ  
ДЛЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ  
И СПЕЦИАЛИСТОВ



МЕЖДУНАРОДНЫЙ ПРОЕКТ  
«АВТОТРЕЗВОСТЬ»  
В РОССИИ



УДК 656.131

ББК 39.808

А 50



**АЛКОГОЛЬ И АВТОМОБИЛЬ: учебно-методическое пособие для преподавателей, врачей-психиатров-наркологов и психологов. / Мартынов В.П., Бурцев А.А., Плотникова М.А., Шантор Е.В., Чубуков А.Б., Сильянов В.В. / под ред. О.Ю. Мониной и Е.А. Брюна. – М.: Издательство «Перо», 2017. – 102 с.**

**ISBN 978-5-906900-08-1**

Издание содержит информацию для предупреждения Управления автомобилем в состоянии опьянения: статистические данные, факты влияния алкоголя на организм водителя, анализ последствий, как с точки зрения закона, так и с точки зрения общества.

Рекомендовано Ученым советом МАДИ и Ученым советом ГБУЗ «Московский научно-практический центр наркологии Департамента здравоохранения города Москвы» для изучения в автошколах и других организациях, занимающихся профилактикой управления транспортным средством в состоянии опьянения.

Основная задача обучения - комплексно представить будущим водителям опасность и недопустимость управления транспортным средством в состоянии опьянения.

Одобрено специалистами Министерства здравоохранения РФ и Министерства образования и науки РФ.

**УДК 656.131**

**ББК 39.808**

**ISBN 978-5-906900-08-1**

**© Коллектив авторов**

**© МАДИ**



## **В.В. СИЛЬЯНОВ**

*доктор технических наук,  
профессор, Заслуженный  
деятель науки и техники  
России*

# ПРЕДИСЛОВИЕ

Сегодня автомобиль стал неотъемлемой частью жизни каждого из нас. Мы регулярно пользуемся им как водители или пассажиры, и поэтому, являясь непосредственными участниками дорожного движения, непременно должны следовать определенным правилам, чтобы обезопасить себя и окружающих.

Данное пособие разработано для того, чтобы показать, как важно соблюдать всего одно, но очень важное правило – не садиться за руль после употребления алкоголя.

Каждый год на дорогах России погибают более 20 000 человек, из них около 4 000 тысяч – в результате аварий, связанных с вождением в нетрезвом состоянии. Такие ДТП, составляя в некоторых регионах нашей страны до 16% от общего числа зачастую сопровождаются очень тяжкими последствиями.

Предотвращая вождение в нетрезвом состоянии, мы почти всегда и исключительно имеем в виду сохранение жизней и здоровья людей. Мы всё чаще можем услышать от водителей: «Мне завтра за руль, я сегодня воздержусь от алкоголя». И хотя пока исследований по этому вопросу нет, не возникает сомнений, что ответственная позиция водителей положительно влияет не только на безопасность дорожного движения, но и на развитие культуры потребления алкоголя, на производительность труда, на качество и продолжительность жизни.

В борьбе с нетрезвым вождением нет сиюминутного решения, нет «золотого ключика», повернув который можно было бы решить проблему. И все же опыт многих стран показывает, что благо-

даря согласованным усилиям и обоснованному выбору мероприятий на национальном и региональном уровнях можно добиться успеха в предупреждении дорожно-транспортного травматизма.

Проект «Автотрезвость» в результате своего развития в ряде регионов страны показал, что он вносит конкретный вклад в решение проблемы нетрезвого вождения. После полуторачасового занятия в автошколе будущие водители лучше осознают правильность своего выбора: «ПитьНельзяРулить». А когда усиление такого занятия в автошколе сопровождается специализированными проверками дорожной полиции, информационными кампаниями в СМИ, волонтерскими акциями, справедливо говорить о комплексном подходе, в результате которого снижаются аварийность, травматизм и количество смертей по вине нетрезвых водителей на дорогах.

В руках у вас уникальное издание. В нем собрана важная информация для предупреждения нетрезвого вождения: статистические данные, факты о влиянии алкоголя на организм водителя, анализ последствий нетрезвого вождения как с точки зрения закона, так и с точки зрения общества.

Положительная и активная реакция преподавателей, специалистов по безопасности дорожного движения и самих курсантов, проходящих обучение по новому модулю, наравне со снижающимися показателями нетрезвого вождения в регионах развития проекта «Автотрезвость» подкрепляют наше убеждение, что повсеместное использование уже имеющегося опыта и его развитие позволят внести весомый вклад в повышение безопасности дорожного движения.

Московский автомобильно-дорожный государственный технический университет (МАДИ) рекомендует данный курс к изучению в автошколах и в других организациях, занимающихся профилактикой нетрезвого вождения, определяя основную задачу обучения следующим образом: комплексно осветить для будущих водителей опасность и недопустимость вождения в нетрезвом состоянии, опираясь на факты и цифры.

Позвольте пожелать всем нам успехов в обеспечении безопасности дорожного движения и в развитии этого несомненно нужного для нашей страны проекта – «Автотрезвость»!



**V.V. Сильянов**

# ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	4
О ПРОЕКТЕ «АВТОТРЕЗВОСТЬ»	10
УЧЕБНЫЙ МОДУЛЬ «АЛКОГОЛЬ И ВОЖДЕНИЕ АВТОМОБИЛЯ»	14
ПЛАН ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЯ	14
Раздел 1. Общие сведения о дорожно-транспортном травматизме	15
Раздел 2. Алкоголь и его влияние на организм человека	20
Раздел 3. Нетрезвое вождение и закон	39
Раздел 4. Нетрезвое вождение и общество	60
ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ СОКРАЩЕНИЯ	65
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	66
ПРИЛОЖЕНИЕ 1. Руководство по работе со специальными очками на занятии в аудитории	72
ПРИЛОЖЕНИЕ 2. Методические рекомендации преподавателю	84
ПРИЛОЖЕНИЕ 3. Порядок внесения изменений и дополнений в программы подготовки водителей транспортных средств в автошколе	94

## ВВЕДЕНИЕ

Первый в истории зарегистрированный случай автодорожного травматизма произошел в 1896 г. в Нью-Йорке в результате столкновения автомобиля и велосипедиста – у последнего был зафиксирован перелом ноги и множественные ушибы. Таким образом, на сегодняшний день история автодорожного травматизма насчитывает уже более ста лет.

Увеличение числа транспортных средств в мире в начале прошлого века с учетом роста количества ДТП и, соответственно, показателей автодорожного травматизма привело к необходимости введения единых норм и правил в области безопасности дорожного движения как внутри стран, так и на международном уровне. Первая Международная конференция по проблемам автомобильного транспорта состоялась в Париже в 1909 г., в ее работе также принимали участие представители Российского автомобильного общества. По результатам конференции была принята первая международная конвенция об автомобильном движении – «Международное соглашение об автомобильном движении», на основе которого в 1912 г. в Москве были разработаны и введены «Обязательные постановления о порядке движения по городу Москве автоматических экипажей» — прототип первых отечественных Правил дорожного движения. Согласно указанным правилам, «управляющему автоматическим экипажем вменяется в обязанность устанавливать, сообразуясь с обстоятельствами, такую скорость, которая не могла бы служить причиной несчастных случаев и нарушений уличного движения».

Необходимостью унификации дорожных знаков и требований, предъявляемых к транспортным средствам, было обусловлено последующее принятие новых международных конвенций и соглашений. При этом две конвенции – «Конвенция о дорожных знаках и сигналах» и «Конвенция о дорожном движении», которые были приняты в 1968 г. в Вене, и сегодня являются важными правовыми международными инструментами, способствующими не только расширению транспортной деятельности на основе согласованных правил дорожного движения, но и развитию стратегий в области безопасности дорожного движения, поскольку именно в Европейской конвенции о дорожном движении 1968 г. впервые была приведена рекомендуемая величина предельно допустимой концентрации алкоголя (ПДКА) в крови и выдыхаемом воздухе водителя транспортного средства, при равенстве или превышении которой водитель должен отстраняться от управления транспортным средством.

Употребление алкоголя, даже в небольших количествах, увеличивает риск попадания в дорожно-транспортное происшествие (ДТП) как водителей, так и пешеходов. Алкоголь влияет на физиологические и психические особенности участника дорожного движения – остроту зрения, скорость реакции, координацию движений, способность к адекватной оценке происходящего и провоцирует рискованное поведение на дороге.

Как это было доказано в результате так называемых «Гранд-Рапидс исследований», вероятность возникновения дорожно-транспортного происшествия зависит от концентрации алкоголя в организме водителя. На основании этих и более поздних результатов исследований была установлена зависимость между степенью риска возникновения ДТП и концентрацией алкоголя (этанола) в крови водителя транспортного средства.

### Степень риска возникновения ДТП в зависимости от концентрации этанола (г/л) в крови водителя (степень риска при отсутствии алкоголя в крови принимается за 0)

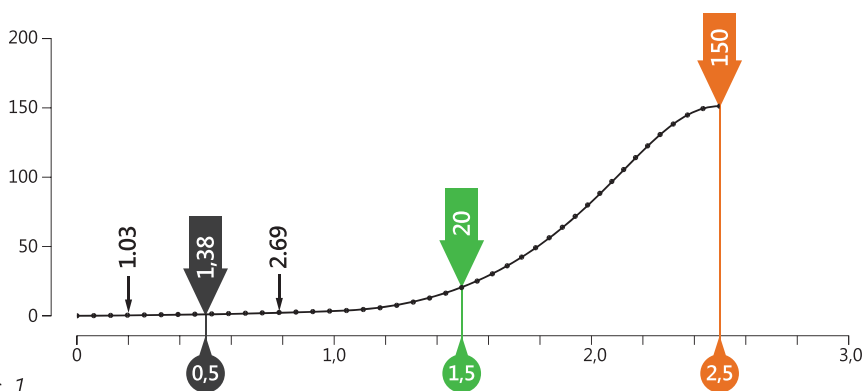


Рис. 1

Как следует из представленных данных, риск возникновения ДТП при легкой степени алкогольного опьянения (от 0,5 до 1,5 г/л этанола в крови) у водителя транспортного средства увеличивается до 20 раз, при средней степени алкогольного опьянения (от 1,5 до 2,5 г/л этанола в крови) – до 150 раз и при тяжелой степени алкогольного опьянения (2,5 г/л этанола в крови и выше) является максимальным.<sup>4</sup>

Данные исследований во многих странах, включая Россию, показывают, что значительная часть водителей, мотоциклистов и пешеходов, попавших в дорожную аварию, находились в состоянии алкогольного опьянения. По данным российских ученых, даже при очень малых концентрациях алкоголя в крови, когда отсутствуют

какие-либо клинические признаки опьянения, мастерство водителей транспортных средств снижается на величину до 32 %, при этом степень неадекватности реагирования резко возрастает при сверхвысоких скоростях и в чрезвычайных ситуациях<sup>7</sup>.

При этом, как следует из опубликованного Европейским региональным бюро ВОЗ в 2009 г. доклада «За безопасные дороги и более здоровые транспортные альтернативы»<sup>8</sup>, в большинстве стран Европейского региона ВОЗ величина ПДКА в крови для молодых (до 21 года) и неопытных, а также для профессиональных и коммерческих водителей (водители общественного транспорта, водители транспортных средств с большой массой и т.д.) является ниже общепринятой, чем для всех остальных категорий водителей, или нулевой.

Подобный подход обосновывается двумя аргументами. Во-первых, имеющимися данными о значительных последствиях ДТП с участием общественного транспорта и автомобилей с большой массой.

И, во-вторых, тем обстоятельством, что молодые и неопытные водители транспортных средств составляют особую группу риска.

### **Риск попасть в ДТП при наличии алкоголя в крови в зависимости от опыта или возраста водителя в сравнении<sup>3</sup>:**

<b>Тип водителя</b>	<b>Концентрация алкоголя в крови</b>	<b>Увеличение риска попасть в ДТП:</b>	<b>Сравнение</b>
Начинающий водитель	0,5 г/л	В 2,5 раза	По сравнению с аналогичной группой водителей, имеющих стаж вождения более 2 лет
Молодой водитель (16-20 лет)	незначительная	В 3 раза	По сравнению с аналогичной группой водителей старше 30 лет
Молодой водитель	алкоголь в крови есть	В 5 раз выше (ДТП с летальным исходом)	По сравнению с водителями от 30 лет и старше
Молодой водитель с 2 и более пассажирами	0,3 г/л	В 34 раза	По сравнению с водителями от 30 лет и старше с одним пассажиром

ДТП, связанные с употреблением алкоголя, чаще совершаются в темное время суток, в выходные и праздничные дни, а также по понедельникам. В результате ДТП с участием нетрезвых водителей высока вероятность летального исхода.

Оценивая регистрируемый в России показатель летальности в результате автодорожного травматизма на 100 тыс. населения следует отметить его существенное превышение над аналогичными показателями для стран Европейского Союза (ЕС). Так, в 2014 году в России этот показатель составил 18 погибших, в то время как средний показатель по странам Евросоюза – 5, в Германии – 4, Великобритании – 3. И это с учетом того, что в странах ЕС показатель количества зарегистрированных транспортных средств (ТС) на 1000 населения значительно выше аналогичного показателя для России: в 2010 г. на 1000 жителей России приходилось 233 ТС, в Германии – 521, в Дании – 390, в Нидерландах – 466.

В этих условиях обеспечение безопасности дорожного движения является важной составляющей реализуемых сегодня в рамках Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г. национальных проектов: Концепции демографической политики на период до 2025 г.; Транспортной стратегии на период до 2030 г.; Концепции государственной политики по снижению масштабов злоупотребления алкоголем и профилактике алкоголизма среди населения на период до 2020 г.; Концепции общественной безопасности; Концепции долгосрочного социально-экономического развития на период до 2020 года<sup>1</sup>.

Невозможно ежедневно организовывать сплошную проверку на состояние опьянения каждого водителя. Очевидно, что снизить количество погибших в ДТП с участием нетрезвых водителей возможно только при ответственной позиции и активном участии самих водителей.

Что может остановить человека от того, чтобы сесть за руль в нетрезвом состоянии? В первую очередь, привитые с детства убеждения и культура. Знание основных аспектов влияния алкоголя на организм человека. Знание требований закона и личная ответственность. Останавливающим фактором может также послужить надзор за исполнением законов со стороны Госавтоинспекции, включая «сплошные» проверки, которые все чаще можно видеть на российских автодорогах. Большое значение имеет общественное мнение, которое также формируется через воспитание, образование и просвещение и определяет индивидуальные особенности поведения в местном сообществе, а также нетерпимость к правонарушениям. Все это можно отнести к индивидуальному и коллективному правосознанию.

Настоящее пособие разработано в рамках проекта «Автотрезвость» как дополнение к общему теоретическому курсу по правилам дорожного движения при подготовке кандидатов в водители в автошколах, для работников системы здравоохранения и иных организаций, занимающихся профилактической работой. Пособие является частью комплекта учебного модуля, в который также входят наглядная презентация (слайды), видео ролики, учебные очки, имитирующие состояние алкогольного опьянения, и тест для оценки эффективности курса. Также для проведения занятий могут использоваться разработанные раздаточные материалы (z-карты, наклейки и т.д.).

Особенностью предлагаемого курса является не только предоставление слушателям теоретической информации о воздействии алкоголя на организм водителя, но и использование ряда интерактивных упражнений с применением специального оптического прибора – очков, имитирующих особенности восприятия окружающего мира человеком, находящимся в состоянии алкогольного опьянения. Для проведения занятий по курсу «Автотрезвость» можно использовать очки Fatal vision (Фатальное зрение) или разработанное для смартфонов приложение «Автотрезвость» вместе со шлемом виртуальной реальности

Пособие «Алкоголь и автомобиль» включает:

- материалы по темам учебного курса;
- план проведения занятия;
- руководство по работе со специальными очками, имитирующими состояние алкогольного опьянения;
- методические рекомендации для ведущего занятия;
- тестовые листы и инструкцию по оценке эффективности проведенного курса;
- информацию о проекте «Автотрезвость», частью которого является учебный модуль.

Учебный курс рассчитан на 1.5 – 3 часа и содержит четыре раздела:

- I. Статистическая информация о последствиях нетрезвого вождения в России и в мире;
- II. Алкоголь и его влияние на организм человека;
- III. Нетрезвое вождение и закон.
- IV. Нетрезвое вождение и общество.

Занятие предполагает разнообразные формы работы со взрослой аудиторией: лекция, наглядная презентация, обсуждения, работа в группах, практические задания и упражнения.

Справочным материалом к курсу является русский перевод издания «Вождение в нетрезвом состоянии. Пособие для руководителей и специалистов»<sup>16</sup>, рекомендации которого легли в основу проекта «Автотрезвость».

При подготовке настоящего пособия использовался практический опыт работы преподавателей автошкол-участниц пилотного проекта в Смоленской, Ульяновской областях, в г. Стерлитамак Республики Башкортостан и автошколы «На Южном» г. Курск в 2014-2016 гг.

В 2016 году комплект материалов учебного модуля «Алкоголь и автомобиль», в который входят пособие для преподавателя, слайды презентации, памятка для водителя, видеоролики, учебные очки с описанием практических упражнений, были утверждены Ученым советом МАДИ и одобрены и рекомендованы к более широкому использованию ведущими специалистами Министерства здравоохранения и Министерства образования и науки Российской Федерации.

## О ПРОЕКТЕ «АВТОТРЕЗВОСТЬ»



При значительном росте автомобильного парка страны только ужесточения законодательных мер и усиления правоприменительных действий полиции становится явно недостаточно для обеспечения безопасности дорожного движения (БДД). Комплексный подход, влияющий на изменение индивидуального и коллективного правосознания участников дорожного движения, требует также консолидации институтов гражданского общества, проведения постоянной целенаправленной профилактической работы.

К последней относятся как повышение эффективности учебно-воспитательного процесса в водительской среде, так и информационно-просветительские мероприятия для населения, для всех и каждого пользователя дорог.

*Учебный модуль и информационные кампании.* В 2014-2015 годах новый учебный модуль «Алкоголь и автомобиль» прошел апробацию в 31 автошколе в четырех регионах страны. Обучение кандидатов в водители всегда сопровождалось широкой информационной кампанией в городе или регионе с участием волонтеров, которые вместе с сотрудниками Госавтоинспекции выходили на автодороги области, распространяли листовки и другие материалы об опасностях нетрезвого вождения, участвовали в специальных массовых акциях «Автотрезвость как линия жизни. Будь трезв за рулем!» и «Трезвые рулят!», «ПитьНельзяРулить» и др.

*Партнерство и многостороннее сотрудничество.* Наряду с внедрением учебного модуля в автошколах и информационными кампаниями, в проекте принимали участие профильные департаменты и организации регионов-участников. Так, в Смоленской области ключевую роль сыграли Общественный совет при УМВД России по Смоленской области, Смоленский гуманитарный университет (СГУ). В Ульяновской области руководство проектом взяло на себя Управление ГИБДД УМВД России по Ульяновской области. В Стерлитамаке проект проходит

под патронажем заместителя главы администрации городского округа при активном участии руководителей отделений ГИБДД и здравоохранения. В каждом регионе в проекте задействованы общественные организации и СМИ. Многопрофильный подход позволяет обсудить задачи и итоги проекта с разных сторон, обеспечивает обмен информацией для поддержки и укрепления усилий каждого участника партнерства для достижения общей цели – предотвращения нетрезвого вождения, и как следствие – снижения травматизма и смертности на дорогах.

*Исследования.* Изучение общественного мнения, сбор и анализ информации, полученной от целевых аудиторий – еще одна важная составляющая проекта, которая позволяет сверять и корректировать его направления. Так, в 2014 году в ходе исследования, в котором приняли участие более 360 человек из 37 населенных пунктов Смоленской области, выяснилось, что лишь половина опрошенных считает вождение в нетрезвом состоянии (ВНС) угрозой общественной безопасности. При этом 25 % респондентов, имеющих водительские права, имели опыт вождения в нетрезвом состоянии. Из 87 специалистов в области БДД, только 10 человек сказали, что вопросы по профилактике ВНС в автошколах преподаются в достаточном объеме и эффективно. 88,5 % опрошенных считают, что такая работа при подготовке водителей необходима. Сопоставление данных социологического исследования с результатами тестирования курсантов автошкол позволило выявить значительные пробелы в фактических знаниях по этой проблематике. Важным достижением полуторачасового курса стал тот факт, что до 40% слушателей после прохождения курса признают, что не берутся точно оценить влияние алкоголя на свой организм.

В 2014 году значительное усиление работы Управления ГИБДД УМВД России по Смоленской области по выявлению и пресечению случаев ВНС на дорогах области позволило добиться снижения количества ДТП на 12 % по сравнению с предыдущим годом. В первой половине 2016 года в результате принятых мер в Ульяновской области количество ДТП по вине нетрезвых водителей снизилось на 35 %, число погибших в авариях уменьшилось на 59 %, а раненых – на 29 %. По мнению руководителей обеих областей, проект «Автотрезвость» играет важную роль в формировании общественной нетерпимости к процессам управления транспортом в состоянии алкогольного опьянения и вносит вклад в снижение показателей дорожно-транспортного травматизма.

Получив однородность результатов в Смоленской области за 2014 и 2015 годы, и еще по двум регионам в 2015 году, можно утверждать, что подход к профилактической работе, который предлагает проект «Автотрезвость», будет эффективен в любом регионе страны.

В 2015 году проект получил одобрение Главного управления по обеспечению безопасности дорожного движения МВД России. С февраля 2015 года он реализуется под эгидой Московского автомобильно-дорожного государственного технического университета (МАДИ) на базе проблемной лаборатории организации и безопасности движения (ПЛОБД).

Инициатором проекта по снижению рисков вождения в нетрезвом состоянии, получившим в России название «Автотрезвость», стал Международный альянс за ответственное потребление алкоголя (International Alliance for Responsible Drinking, IARD), который вовлек в проект российские алкогольные компании. Начиная с 2011 года, Альянс проводит проекты по снижению рисков вождения в нетрезвом состоянии в 12 странах мира, включая Россию. Эти проекты базируются на лучшем мировом опыте в области дорожной безопасности и ориентированы на поддержку местных администраций, институтов гражданского общества, дорожной полиции в реализации основных положений действующего законодательства в сфере дорожного движения.

*Профилактика.* Являясь социально-профилактическим, проект «Автотрезвость» вносит вклад в решение ряда задач «Глобальной стратегии по сокращению чрезмерного употребления алкоголя», принятой Всемирной Организацией Здравоохранения (ВОЗ)<sup>5</sup>, и соответствует ее принципам.

В рамках проекта «Автотрезвость» цель профилактики – свести к минимуму случаи управления транспортным средством в нетрезвом состоянии среди потенциальных и начинающих водителей путем предоставления дополнительных знаний, влияющих на сознание, отношение и поведение, а также путем повышения нетерпимости всех пользователей дорог к управлению транспортным средством в состоянии опьянения.

Изменения в сознании и поведении людей не могут быть сиюминутными, и профилактические мероприятия требуют последовательности, постоянства и терпения.

Поскольку во многих странах мира, включая Россию, алкоголь является частью экономики и культурных традиций, организованная профилактическая работа, направленная на предотвращение чрезмерного или даже опасного употребления, должна быть регулярной, последовательной и разнообразной. Такая профилактическая работа должна формировать культуру потребления, воспитывать ответственность, умеренность, а также уважение к воздержанию.



**Профилактика** – (др. греч. *Prophylaktikos* – *предохранительный*) – комплекс различных мероприятий, направленных на предупреждение или предотвращение какого-либо явления и/или устранение факторов риска.



**Хотя умеренность в употреблении алкоголя не представляет большого риска для здоровья, есть случаи, когда потребление любого количества алкоголя недопустимо:**

- при управлении транспортным средством;
- до достижения совершеннолетия;
- на этапах планирования и во время беременности, при грудном вскармливании;
- при наличии хронических заболеваний и при приеме лекарственных препаратов, несовместимых с алкоголем.

# УЧЕБНЫЙ МОДУЛЬ «АЛКОГОЛЬ И ВОЖДЕНИЕ АВТОМОБИЛЯ»

## Примерный план проведения занятия

№	Время	Тема	Слайды
1.	5 мин.	Вступление. Заполнение анкет.	1
2.	4 мин.	Проект «Автотрезвость». Содержание семинара.	2 - 4
3.	2 мин	Статистика. Видео N 1.	5-6
4.	7 мин.	Актуальность темы. Сведения о дорожно-транспортном травматизме в мире, в России, в вашем регионе.	7-12
5.	10 мин.	Алкоголь и его влияние на организм человека.	13-20
6.	15 мин.	УПРАЖНЕНИЕ. Практический эксперимент с очками, имитирующими эффект алкогольного опьянения.	21
7.	10 мин.	Влияние алкоголя на поведение водителя и управление автомобилем.	22-25
8.	10 мин.	Закон. Ответственность. Штрафы. Наказания.	26-30
9.	5 мин	Способы предотвращения ВНС.	31
10.	5 мин.	ГИБДД. Правоприменительные практики в отношении ВНС.	32-34
11.	2 мин.	Видео N 2. «Как проходит проверка».	35
12.	10 мин.	Нетрезвое вождение и общество.	36-37
13.	2 мин.	Видео N 3. «Как избежать нетрезвого вождения».	39
14.	2 мин.	Альтернативы нетрезвого вождения	40
15.	3 мин.	Заполнение анкет. Заключение. #питьнельзярулить. Видео N 4 «Напоследок».	41-42



В начале занятия обозначьте тему и план работы. В рамках занятия Вам предстоит обсудить обозначенные на слайде темы (рис. 2), выполнить практические упражнения и провести тест до и после занятия.

## О чем мы будем говорить



**Статистика**  
Нетрезвое вождение:  
факты и цифры



Нетрезвое  
вождение и  
Закон



**Алкоголь и вождение**  
Влияние алкоголя на  
водителя за рулем



Нетрезвое  
вождение и  
общество

Рис. 2

## Раздел 1. Общие сведения о дорожно-транспортном травматизме



### ВИДЕО N 1. Статистика

## Сведения об аварийности в мире (по данным ВОЗ)



Рис. 3

Дорожно-транспортные происшествия оказывают существенное влияние на наше общество. Мировые масштабы последствий потрясают своей трагичностью. Для осознания масштаба проблемы достаточно посмотреть на эти цифры (рис. 3):

- ежегодно в мире в ДТП погибает 1,2 миллиона людей (что сопоставимо с населением таких городов как Нижний Новгород или Прага);
- 20-50 миллионов человек получают серьезные травмы и увечья (что сопоставимо с населением таких стран, как Украина, Польша или Испания);
- 50 % смертей приходится на мужчин трудоспособного возраста от 15 до 44 лет;
- почти половина погибших в ДТП это пешеходы, около 30 % – водители автотранспортных средств и 20 % – пассажиры;
- В 2012-2014 годах в России на дорогах ежегодно погибали около 27 тысяч граждан страны. В 2015 эта цифра немного снизилась до 23 114 погибших, но все равно остается довольно высокой.

## Последствия нетрезвого вождения для России (по данным ГИБДД МВД РФ (2014 г.))



Рис. 4

Вождение в состоянии опьянения является одной из главных причин ДТП во всем мире. По данным ВОЗ, в странах со средним (к которым относится и Российская Федерация) и низким уровнями доходов этот показатель варьируется от 30 до 69 % всех ДТП со смертельным исходом. Даже если взять за основу более низкую цифру, почти треть всех автоаварий с летальным исходом происходит из-за употребления алкоголя.

## Данные ГИБДД МВД России по аварийности на дорогах за 2011-2015 годы<sup>9</sup>

	2011	2012	2013	2014	2015
Всего ДТП (кол-во)	199 868	203 597	204 068	199 720	184 400
ДТП, связанные с состоянием опьянения (кол-во и % от общего числа ДТП)	12 252 (6,1 %)	12 843 (6,3 %)	13 581 (6,6 %)	16 517 (8,2 %)	16 360 (9 %)
Всего погибло в ДТП (чел.)	27 953	27 991	27 025	26 963	23 114
Погибло в ДТП, связанных с состоянием опьянения (чел. и % от общего числа погибших)	2 103 (7,5 %)	2 103 (7,5 %)	2 314 (8 %)	3 420 (12,7 %)	3 997 (17%)
Всего получили травмы в ДТП (чел.)	251 848	258 618	258 437	251 785	231 197
Всего получили травмы в ДТП, связанными с состоянием опьянения (чел. и % от общего числа, получивших травмы)	17 900 (7,1 %)	18 679 (7,2 %)	19 385 (7,5 %)	23 245 (9,2 %)	22 544 (9,7%)

В графическом изображении эти данные представлены на графике на рис. 5:

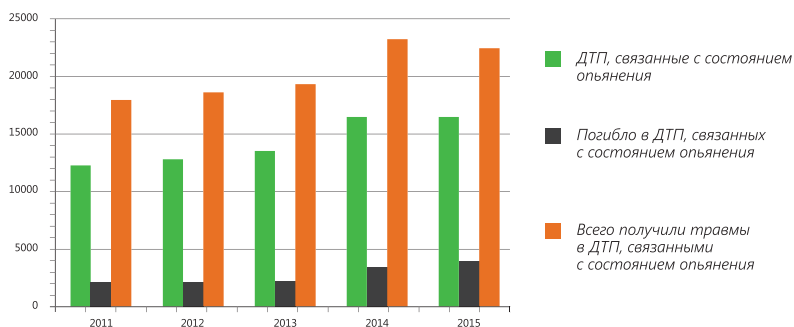


Рис. 5

Как следует из представленных данных, в течение последних лет в России регистрируется негативный тренд увеличения доли основных показателей аварийности, связанной с опьянением водителя транспортного средства, в структуре всех ДТП. Так, несмотря на снижение в 2014-2015 гг. ежегодного общего количества ДТП, отмечается стойкий рост доли количества ДТП, связанных с опьянением водителя, – с 6,1 % в 2011 г. до 9 % в 2015 г. Аналогичная ситуация с количеством людей, получивших травмы в результате ДТП с участием нетрезвых водителей. При этом следует особо отметить рост абсолютных и относительных (доли в общей структуре) ежегодных показателей числа погибших в ДТП, связанных с опьянением водителя транспортного средства. Если в 2011 г. погибло 2 103 человека в результате «пьяных» ДТП, то в 2015 г. – **погибло почти в 2 раза больше** – 3 997 человек.

Это, безусловно, является серьезным мотивом для привлечения внимания общества к проблеме управления транспортными средствами в состоянии алкогольного опьянения и действий для решения проблемы на всех уровнях – государственном, частном, общественном и личном.

## Нетрезвое вождение в России за 2010-2015 гг.

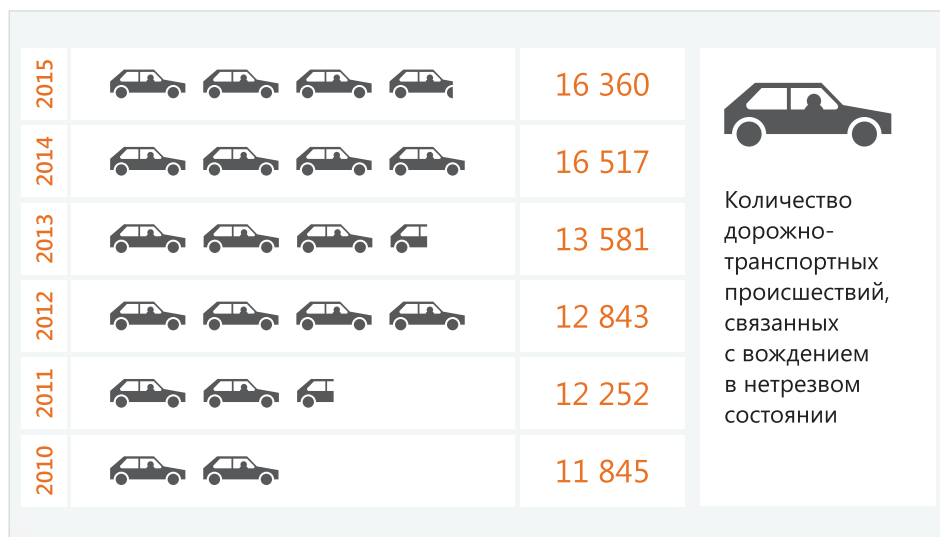


Рис. 6

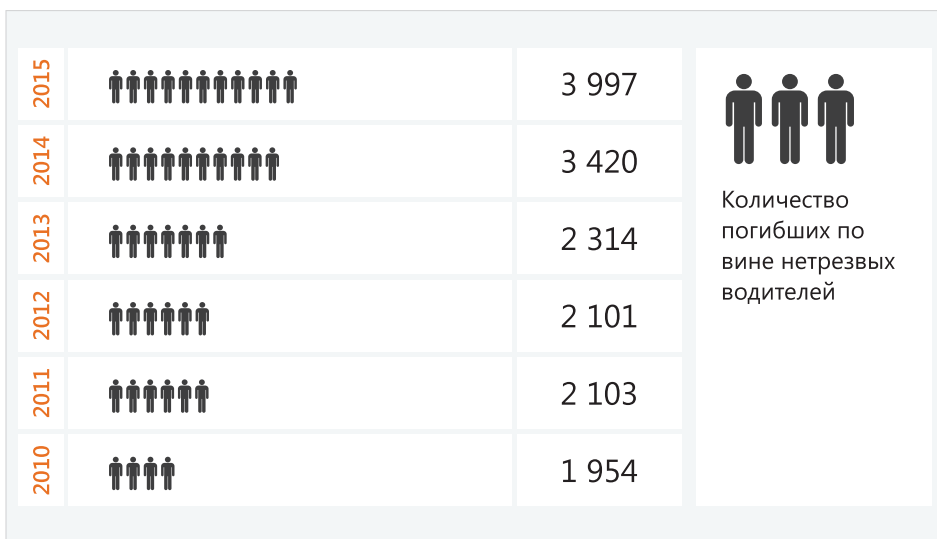
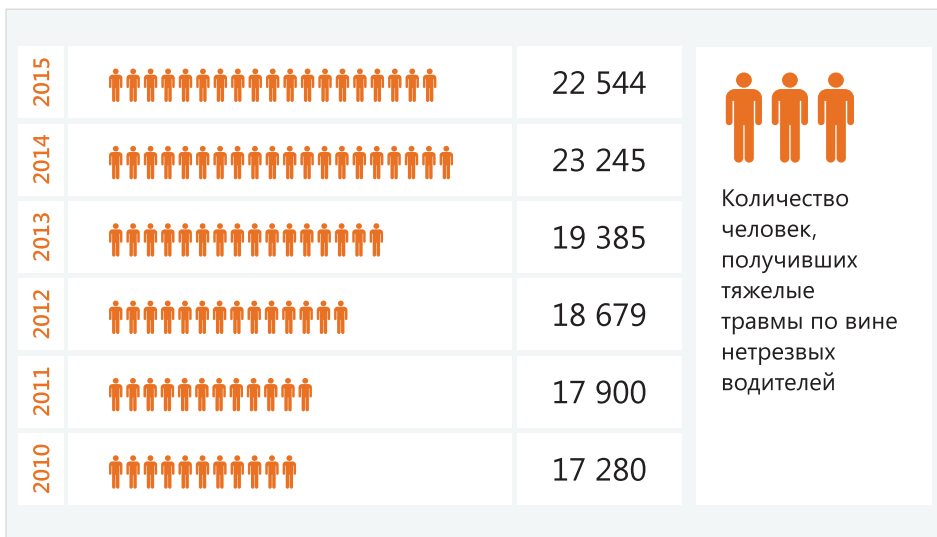


Рис. 7-8

Сведения о состоянии аварийности на территории Вашей области или района Вы можете найти на официальном сайте ГИБДД МВД России [www.gibdd.ru](http://www.gibdd.ru).

## Раздел 2. Алкоголь и вождение. Алкоголь и его влияние на организм человека

### Какой объем алкоголя допустим?

ВСЕГО 1 ГЛОТОК  
ДЕЛАЕТ ВОДИТЕЛЯ НЕТРЕЗВЫМ!



Рис. 9

*Алкоголь* – одно из древнейших изобретений человечества, которому более 10 тысяч лет. В древние времена алкогольные напитки не были крепкими. Вино и пиво получались благодаря натуральному процессу брожения. Появление крепкого алкоголя связано с открытием способа производства этилового спирта (этанола). В средние века в поисках философского камня арабские алхимики совершенно случайно открыли принцип перегонки жидкостей, и из перебродившего виноградного сока впервые выделили винный спирт. Эта жидкость получила название «алкоголь», что по-арабски означает «одурманивающий».

Алкоголь – это этанол, или этиловый спирт. Молекула этанола состоит из атомов углерода, водорода и кислорода ( $C_2H_5OH$ ). Есть и другие спирты, которые имеют широкий спектр применения в промышленности и науке, но употребление человеком других спиртов вызывает более тяжелые побочные эффекты, чем этилового спирта (этанола).

Алкоголь, содержащийся в пиве, вине и крепких спиртных напитках абсолютно одинаковый. Напитки лишь отличаются по крепости, то есть по концентрации в них этилового спирта, и по вкусу в зависимости от ингредиентов.



Молекула этилового спирта, одинакова во всех алкогольных напитках, будь то пиво, вино, водка или виски.

Важно помнить: алкоголь – это алкоголь, в каком бы напитке он ни находился.



## Как алкоголь влияет на организм водителя?

Организируйте дискуссию со слушателями.\* Обсудите вместе с ними, как алкоголь влияет на организм водителя. Сделайте акцент на том, что важно не просто перечислить органы, на которые влияет алкоголь, но и показать связь между воздействием алкоголя и управлением транспортным средством.

\* Узнать больше о работе с группой и о том, как организовать дискуссию, Вы можете из приложения «Методические рекомендации преподавателю», раздел «Методы работы с группой».

## Как алкоголь попадает в организм и усваивается им?

### Влияние алкоголя на организм человека:

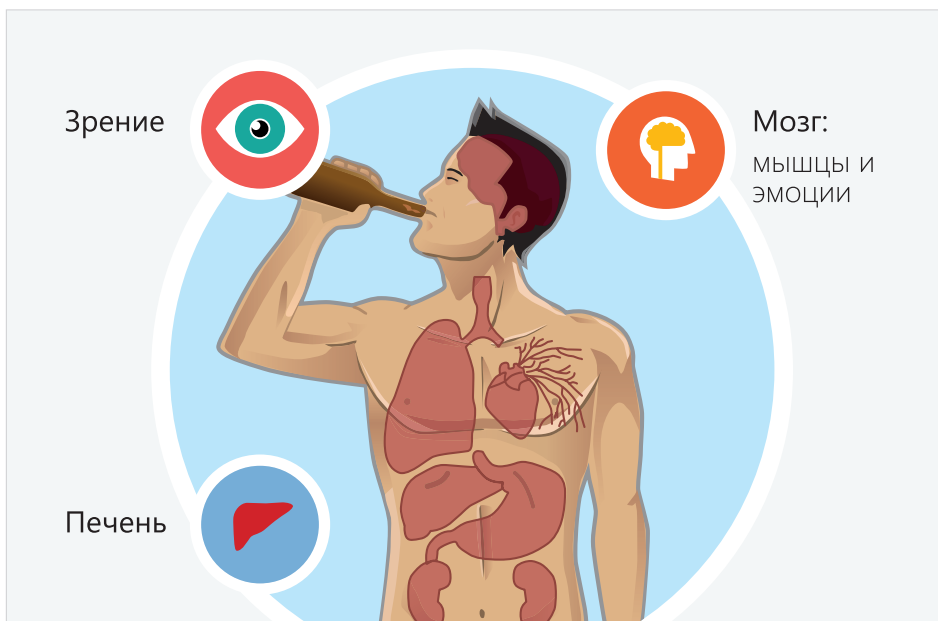


Рис. 10

Попадая в организм человека, алкоголь проходит через рот, гортань, пищевод и в желудке смешивается с желудочным соком. Первый этап попадания алкоголя в кровь называется всасыванием. 20 % алкоголя всасывается в кровь через желудок, оставшиеся 80 % попадают в тонкий кишечник, а оттуда – в кровь.

Если же желудок полон или в него поступает пища, алкоголь смешивается с едой и дольше задерживается в желудке. Так опьянение происходит медленнее. Пища, богатая жирами, еще больше замедляет этот процесс.

Углекислый газ, содержащийся в газированных алкогольных напитках, наоборот, ускоряет прохождение алкоголя из желудка в кишечник и, таким образом, ускоряет его всасывание и ускоряет опьянения.

Через кровь алкоголь распространяется, или «разносится», ко всем органам, и в первую очередь – в мозг и мышцы. Когда алкоголь поступает вместе с кровью в мозг, мы начинаем испытывать алкогольное опьянение.

*На что влияет алкоголь, попадая в организм человека?* Человек может не ощущать влияние алкоголя на организм, несмотря на то, что алкоголь затрагивает такие важнейшие органы как головной мозг, органы зрения, оказывая влияние на их функции на молекулярном и нейронном уровнях, которыми человек не способен оперировать. Влияя на головной мозг человека, алкоголь тем самым сбивает главный «прибор» определения собственного состояния. (Рис. 11-12)



При наличии алкоголя в крови человека утверждение «я сам могу определить свое состояние после принятия алкоголя» не имеет смысла.

Алкоголь является депрессантом для центральной нервной системы (ЦНС), состоящей из головного и спинного мозга, нарушает функции, относящиеся к суждению, контролю и познанию.

Некоторые люди полагают, что алкоголь оказывает стимулирующее воздействие на организм, так как при употреблении небольшого количества мы ощущаем расслабляющий эффект, непринужденность и эйфорию, но всё это результат того же угнетающего эффекта. Его действие подобно действию обезболивающего средства: ослабляет чувствительность и лишает возможности реагировать на стимулы.

При подавлении ЦНС, прежде всего, замедляются следующие функции: координация, контроль, мышление, рефлекс, логическое суждение, размышление, память, внимание и способность к концентрации. Воздействию подвергается контроль поведения и люди чувствуют ложную уверенность в себе, что в ряде случаев приводит их к действиям, которые могут поставить под угрозу их жизнь и жизнь окружающих.

## Влияние алкоголя на мозг и поведение



Потеря мышечного контроля



Снижение реакции и скорости мышления



Спонтанная эмоциональность (смех / огорчение и слезы / агрессивность)



Потеря координации



Невозможность управлять автомобилем

Рис. 11

## Влияние алкоголя на зрение

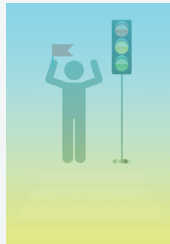
Светочувствительность



Расплывчатые очертания предметов



Искажение цветов



Ошибочное восприятие расстояния



Туннельное зрение

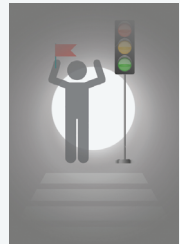


Рис. 12

Употребление алкоголя оказывает существенное влияние на зрение, на мышечный контроль, на скорость реакции водителя. Нередко меняется эмоциональное состояние: алкогольное опьянение сопровождается приступами смеха или грусти, проявлением злости и агрессии. Нарушение координации движений ведет к неспособности адекватно управлять транспортным средством.

## Как долго происходит усвоение алкоголя организмом?

До наступления алкогольного опьянения с момента поступления алкоголя в кровь и его «доставки» до мозга, мышц и печени может пройти от 5 до 30 минут.

Следует помнить, что алкогольное опьянение наступает не сразу и не заканчивается мгновенно, процесс опьянения может длиться от 30 минут до 8 и более часов в зависимости от количества и временных сроков принятия алкоголя. Так, человек может ошибочно оценить свое состояние, как «вполне трезвое», сесть за руль после небольшого принятия алкоголя, и ощутить его воздействие уже в пути. (Рис. 13) Решение о том, чтобы не садиться за руль надо принять до употребления алкоголя!

### Усваиваемость алкоголя

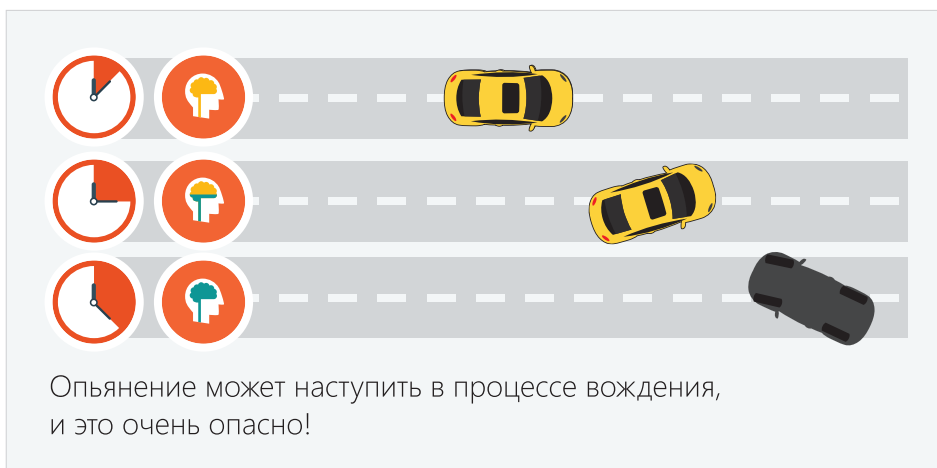


Рис.13

## Как алкоголь выводится из организма?

Около 90 % принятого алкоголя попадает в печень – главный орган по переработке алкоголя. Здесь он подвергается процессу метаболизма, в результате которого молекула этилового спирта химически разлагается и удаляется в виде воды и углекислого газа. Остальные 10 % алкоголя удаляются из организма напрямую через пот, слезы, мочу и через легкие. Именно поэтому мы ощущаем «алкогольное дыхание» нетрезвого человека.

Переработка алкоголя осуществляется под воздействием специального фермента АДГ – алкогольдегидрогеназы, который содержится в печени. Он превращает алкоголь в токсичный ацетальдегид, который под действием других ферментов печени расщепляется и в виде простых веществ выводится из организма. В среднем печень способна переработать около 10 граммов чистого спирта в час. Скорость такой переработки с течением лет может снижаться. Если Вы выпьете в общей сложности 50 граммов чистого спирта в течение 30 минут, Ваша печень будет перерабатывать их не менее 5 часов.

## Мифы о том, как скрыть наличие алкоголя в крови или ускорить его выведение.

Ниже приведены ошибочные представления о действиях, которые, якобы, помогут человеку быстрее вернуться к трезвому состоянию.

**Поесть.** Пища в желудке приводит к временному облегчению, но не ускоряет выведение алкоголя из организма. Следует помнить о том, что после того, как мы прекращаем выпивать и едим, печень продолжает процесс переработки этилового спирта. Скорость этого процесса остается постоянной.

**Вызвать рвоту.** Рвота выполняет функцию частичного очищения желудка, удаляя из организма вещества, которые могут привести к отравлению, как в случае приёма несвежей пищи. В случае с опьянением, вызывание рвоты также даст нам временное ощущение облегчения. Тем не менее, алкоголь, приводящий к опьянению, все еще находится в крови, а не в желудке. Кроме того, желудочный сок, который содержится в рвотных массах, раздражает ткани. Рвота сразу после употребления алкогольного напитка может удалить часть его из организма, но чем больше прошло времени, тем больше алкоголя осталось в крови.

**Принять холодный душ.** Непроизвольная потеря тепла организмом (гипотермия) создает ложную уверенность в повышении бодрости и бдительности, как будто алкоголь перестал действовать на организм, но в действительности это не так. Кроме того, не рекомендуется резко изменять температуру тела, это может быть опасно!

**Выпить крепкий кофе или энергетический напиток.** Кофеин является стимулятором центральной нервной системы, в то время как этанол наоборот угнетает ее. При употреблении кофе или энергетического напитка в состоянии алкогольного опьянения оба действия (угнетение и стимуляция) происходят в центральной нервной системе одновременно. Эту ситуацию можно сравнить с

одновременным нажатием педали тормоза и газа в автомобиле, то есть в мозг одновременно поступают два противоположных сигнала, что подвергает здоровье большому риску. Человеку кажется, что опьянение прошло, и он чувствует себя лучше, но на деле это не так.

**Заняться спортом.** Несмотря на то, что небольшое количество этилового спирта, содержащегося в крови, удаляется напрямую через потоотделение, это количество незначительно для снижения степени опьянения и отрезвления. Одним из последствий потребления алкоголя является потеря жидкости организмом. Поэтому заниматься спортом с целью выведения алкоголя не рекомендуется, так как это может усилить обезвоживание организма.

**Поспать.** Когда мы спим, метаболизм в организме замедляется. Если примерное время удаления стандартной единицы\* алкоголя в теле взрослого здорового мужчины составляет 1 час, а женщины – 1,5 часа, то во сне это время увеличивается. Поэтому зачастую, проснувшись, некоторые люди ощущают состояние опьянения, хотя прошло достаточно много времени.



**НЕТ НИ ОДНОГО ЭФФЕКТИВНОГО СПОСОБА быстрее вернуться к трезвому состоянию. В среднем печень способна переработать около 10 граммов чистого спирта в час, и вывести алкоголь из организма поможет только время.**

## Состояние похмелья

Даже когда алкоголь полностью выведен из организма, мозг еще не совсем «вернулся» в нормальное состояние. Постепенно восстанавливается время реакции, но оценка событий остается неадекватной, то есть человек действует быстро, но неправильно. Способность к концентрации также остается серьезно нарушенной в течение более чем трех часов после того, как алкоголь был выведен из организма.

---

\* Одна стандартная единица алкоголя (АЕ) – равняется 10 мл или 8 г чистого спирта (этанол), что примерно соответствует объему спирта, который организм среднестатистического взрослого человека может переработать в течение часа. В разных алкогольных напитках количество ЕА разное.

## Факторы, от которых зависит степень воздействия алкоголя на организм

### Факторы усваивания алкоголя организмом:



Рис. 14

**Пол, возраст, рост, вес.** В печени взрослого здорового мужчины алкоголь растворяется в крови и перерабатывается быстрее, чем у женщины. Важными факторами являются рост и вес. По биологическим причинам женщины склонны накапливать больше жиров, содержание жировой прослойки у женщин на 10 % больше, чем у мужчин, следовательно, воды в организме женщины на 10 % меньше, чем у мужчин. Этанол растворяется в воде, находящейся в организме человека, поэтому при одинаковой дозе употребления алкоголя, его концентрация будет выше в женском организме. И наконец, в печени женщин меньше фермента, который отвечает за выведение этанола (АДГ), поэтому в организме у женщин алкоголь и перерабатывается медленнее.

**Генетика, или переносимость.** При употреблении определенного количества этилового спирта в течение определенного времени в организме формируется привыкание. Люди с высокой переносимостью (толерантностью) выпивают большие количества алкоголя без видимых эффектов опьянения, но это не значит, что уровень алкоголя в крови у них ниже или что он не влияет на их жизненно важные органы. Эти люди считают, что могут, кроме прочего, управлять автомобилем, ведь они «не чувствуют опьянения». Тем не менее, алкоголь, попавший в их центральную нервную систему, оказывает влияние на такие функции, как рефлексы, зрение, восприятие и координация.

Уровень голода. Если мы поели, всасывание этанола и его попадание в кровь замедляется. Жиры, содержащиеся в пище, задерживают этанол в желудке, так как

алкоголь в них не растворяется. При попадании алкоголя в организм на голодный желудок опьянение наступает быстрее, так как этанол быстрее попадет в кровь. Важно знать, что пища не избавляет нас от опьянения, а только замедляет его.



Наличие пищи в желудке замедляет попадание алкоголя в кровь, но не останавливает этот процесс.

**Состояние здоровья: лекарственные препараты и эмоциональное состояние.** Поступление в кровь и переработка в организме человека этанола в сочетании с уже присутствующими в организме лекарственными препаратами может оказать нежелательное влияние на центральную нервную систему. Употребление алкогольных напитков во время медицинского лечения обычно категорически противопоказано. Рекомендуется не употреблять алкоголь, если в организме остались лекарственные средства, будь то кратковременное или длительное лечение.



Принимая любой лекарственный препарат перед управлением транспортным средством, внимательно прочтите инструкцию по его применению

Если в инструкции к лекарственному препарату содержится предупреждение о том, что его применение может вызвать снижение скорости реакции, или упоминаются возможные побочные действия, связанные с управлением транспортным средством – **ЛИБО НЕ ПРИНИМАЙТЕ ЭТО ЛЕКАРСТВО ПЕРЕД УПРАВЛЕНИЕМ ТРАНСПОРТНЫМ СРЕДСТВОМ, ЛИБО ОБРАТИТЕСЬ К ВРАЧУ С ПРОСЬБОЙ РЕКОМЕНДОВАТЬ ДРУГОЙ ПРЕПАРАТ, НЕ ОКАЗЫВАЮЩИЙ ОПАСНЫХ ЭФФЕКТОВ ПРИ УПРАВЛЕНИИ ТРАНСПОРТНЫМ СРЕДСТВОМ.**

Следует принимать во внимание такой аспект, как психологическое состояние, в котором мы находимся перед употреблением алкоголя. Оказывая угнетающее воздействие на центральную нервную систему, алкоголь сначала вызывает чувство раскрепощения и эйфории, которое часто путают с лёгкостью и радостью. Эти ощущения создают представление об этаноле как о стимулирующем веществе, которое, как иногда кажется, делает человека довольным и счастливым. В действительности это не так – создавая иллюзию, алкоголь никогда не решает проблем усталости, огорчения, плохого настроения.

**Концентрация этилового спирта в напитке.** Чем больше концентрация этилового спирта в напитке, тем большее его количество попадет в кровь, ускоряя увеличение концентрации в крови и приводя к более быстрому опьянению. Следует помнить, что одна кружка пива (250 мл), бокал вина (100 мл) и рюмка крепкого алкоголя (30 мл) содержат примерно одинаковое количество чистого спирта.

**Время.** До наступления алкогольного опьянения с момента поступления алкоголя в кровь и его «доставки» до мозга, мышц и печени может пройти от 5 до 30 минут.



Обсудив, что такое алкоголь, как он распространяется по организму, как влияет на органы и функции, от чего это зависит, и как он выводится из организма, предложите слушателям провести практический эксперимент в специальных очках, имитирующих эффект алкогольного опьянения. Очки помогут понять, как алкоголь изменяет привычные функции, реакции и действия человека.

## История создания очков, имитирующих состояние алкогольного опьянения

В 1992 г. в одном американском городе пьяный водитель сбил двух подростков. К счастью, все остались живы, однако Майкл Агилар, отец одного из мальчиков, всерьез задумался о том, как можно предупредить такие аварии. Вместе со своим другом Патриком Флахерти он разработал концепцию, согласно которой для профилактики вождения в нетрезвом состоянии использовались специальные очки, симулирующие поведение пьяного человека, с целью демонстрации того, как сильно алкоголь может повлиять на восприятие и действия водителя. В 1996 г. они основали фирму, которая начала производство таких очков. Очки получили название Fatal vision – «фатальное зрение» и не раз демонстрировались на конференциях по дорожной безопасности. Со временем очки стали широко использоваться и в обучении начинающих водителей, и в профилактической работе, направленной на предотвращение чрезмерного употребления алкоголя.\*\*

---

\*\* Не стоит путать очки «Fatal Vision» и очки с использованием приложения для смартфонов «Автотрезвость» с так называемыми «пьяными очками», которые продаются для развлечений на вечеринках и не требуют осторожного обращения, правил и мер безопасности.

В 2016 году в России в рамках проекта «Автотрезвость» было разработано специальное приложение для смартфонов – «Автотрезвость». Это приложение предназначено для проведения практических упражнений в аудитории. По желанию преподавателя, приложение «Автотрезвость» может заменить очки Fatal vision (Фатальное зрение). Доступ к приложению может получить только человек, прошедший курс обучения и получивший сертификат на проведение занятия «Алкоголь и автомобиль».



## УПРАЖНЕНИЕ С ОЧКАМИ

Когда алкоголь попадает в организм человека, он влияет как на его тело, так и на ЦНС. Опыянение влияет на когнитивное и психическое состояние, способность делать выбор и на скорость принятия рационального решения.

В отличие от алкоголя, очки Fatal vision (Фатальное зрение) и приложение «Автотрезвость» оказывают влияние только на индивидуальные особенности, такие как баланс, время реакции, точность оценок. При этом очки не оказывают влияние на мышление и сознание, из-за чего многим, исполняющим упражнения в очках, бывает трудно понять, почему они так себя ведут.

Упражнение с очками отличается от реальности тем, что проходит при трезвом уме и трезвой оценке исполняющего, чего не может быть в реальной ситуации в состоянии алкогольного опьянения, когда вместе с нарушением других функций организма, нарушается способность адекватно анализировать происходящее.

### Инструкции для выполнения упражнения:

1. Преподаватель предлагает принять участие в упражнениях с очками, имитирующими состояние алкогольного опьянения, и представляет очки как практический тренажер на занятии по профилактике нетрезвого вождения.
2. Преподаватель дает группе задание следить за исполнителем упражнения и, по возможности, фиксировать все движения и действия исполнителя для последующего обсуждения.
3. Один из участников по инструкциям преподавателя выполняет простое упражнение без очков, которое легко выполнит любой трезвый человек. Преподаватель просит его рассказать о своих ощущениях.
4. Затем те же действия он повторяет, надев специальные очки. Рассказывает группе о своих ощущениях.

5. По окончании упражнения – обсуждение действий участника и наблюдений со стороны других членов группы. Необходимо учитывать не только точность действий, но и скорость их исполнения, а также координацию.
6. В завершении преподаватель помогает участникам сравнить действия и поведение в очках в аудитории с реальными действиями за рулем автомобиля и на дороге во взаимодействии с другими участниками дорожного движения.

## Общие требования по работе с очками:

- Для проведения упражнения обеспечьте помещение с ровной и свободной поверхностью без ступеней, уступов, парт и стульев. Участники не должны наткнуться на предметы, спотыкаться о них. Помогайте участникам упражнений, не допускайте того, чтобы они ушиблись или упали.
- Не допускайте хождение по лестницам, другим неровным поверхностям при надетых очках.
- Поставьте дежурных для страховки участника в очках на случай потери им равновесия.
- Перед надеванием очков проинструктируйте участника, чтобы избежать травм и недомоганий. При появлении чувства тошноты очки нужно немедленно снять.
- Если кто-то в группе страдает от «морской болезни» лучше предложить им остаться в числе зрителей и не исполнять упражнения в очках.
- Не позволяйте слушателям бегать или соревноваться в очках. Это может привести к травмам.
- Не позволяйте слушателям в очках садиться за руль любого транспортного средства, если оно не оборудовано специальными устройствами и двойным управлением с инструктором.
- Не допускается использование очков более 10 минут одним человеком, так как они вызывают привыкание.
- Нельзя смотреть на солнце через очки, имитирующие состояние алкогольного опьянения.



Внимательно изучите правила использования очков, имитирующих состояние алкогольного опьянения, и упражнения с ними в Приложении 1 к данному пособию, чтобы Ваши занятия были безопасными, наполненными дискуссией и надолго оставались в памяти, определяя нормы поведения водителя на дороге в отношении нетрезвого вождения.



Если алкоголь влияет на то, как ты выполняешь простые упражнения в классе, он непременно скажется на твоём вождении и поведении на дороге.

Будь трезв за рулем!



**Даже один глоток алкоголя делает вождение нетрезвым.**

**Будь трезв, когда садишься за руль!**

## Что влияет на возникновение ДТП

### Причины возникновения ДТП



Рис. 15

По данным ГИБДД МВД России, до 70% ДТП происходит по вине водителей автотранспортных средств, нарушающих правила дорожного движения. Однако, практически в 100 % случаев имеет место сочетание ряда сопутствующих факторов: недостаточный опыт, неправильный выбор скорости, усталость водителя, отсутствие разметки, недостаточная освещенность в темное время суток, плохое состояние автомобиля, ошибочные действия других участников дорожного движения и другие.

Статистика аварийности многих стран показывает, что в темное время суток резко повышается опасность возникновения ДТП. В темноте водитель значительно хуже воспринимает обстановку, с меньшей точностью оценивает скорость своего автомобиля и, что немаловажно, подвержен ослеплению светом фар встречных автомобилей. Несмотря на то, что объем движения в этот период в 5-10 раз ниже, чем в светлое время суток, доля ДТП в темное время суток составляет 40-60 % от их общего числа, а опасность некоторых видов ДТП возрастает в 3-4 раза:

- Наезды на пешеходов на краю проезжей части – днем 10 %, в темное время – 90 %;

- Наезды на велосипедистов, едущих попутно – днем 28 %, в темное время суток – 72 %;
- Наезды автомобилей на неподвижное препятствие – днем 38 %, в темное время – 62 %.

Основной предпосылкой повышения опасности движения в темное время суток является резкое снижение эффективности зрительного восприятия водителями дороги и окружающей обстановки, обусловленное физиологическими особенностями зрения человека. Если учесть, что свыше 90 % информации, на основе переработки которой происходит оценка обстановки, водитель получает при помощи зрения, то становятся очевидными снижение надежности его действий в темное время суток.

Большая доля всех ДТП происходит в городах и населенных пунктах. На перекрестках, занимающих незначительную часть их территории, концентрируется почти 20 % всех ДТП. Безопасность проезда перекрестка решающим образом зависит от условий боковой видимости на пересечении. Даже если видимость не ограничена строениями, растительностью или рекламой, безопасное расстояние боковой видимости (БРБВ) резко возрастает от скорости движения: при скорости 20, 40 или 60 км/ч, БРБВ соответственно 10, 30 и 60 метров. Как видно, при увеличении скорости в 3 раза требования по безопасному расстоянию возрастают в 6 раз!

Приведенные выше примеры являются серьезными факторами риска для абсолютно трезвых водителей. Нетрезвое состояние выступает «усилителем» и «сумматором» всех возможных неблагоприятных факторов. Именно в этом состоит исключительный механизм влияния алкоголя на опасность возникновения ДТП при управлении автомобилем.



При управлении автомобилем в состоянии опьянения увеличивается риск по каждому из возможных факторов!

# Влияние алкоголя на управление автомобилем и на поведение на дороге

## Влияние алкоголя на поведение

**Алкоголь в крови влияет на поведение водителя, затрагивая и снижая**



**Стратегический уровень**  
(мышление, суждение, оценка)



**Тактический уровень**  
(повороты, скорость, торможение)



**Уровень внимания**  
(учет рисков, просчет маневра)



**Уровень движения**  
(координация движений)



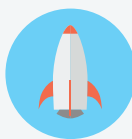
**Уровень восприятия**  
(поле зрения, определение расстояния)



По имеющимся научным данным, большую опасность на дороге представляют не только водители, находящиеся в тяжелой степени алкогольного опьянения, но и водители, употребившие относительно небольшие дозы алкоголя. Это объясняется тем, что водители с относительно небольшими дозами этанола в организме оценивают свое поведение как вполне адекватное и управляют автомобилем в привычной для трезвого человека манере, в то

время как их сознание, «мышечная память», визуальная оценка ситуации на дороге под действием алкоголя изменены. (Рис. 16-17)

### Стратегия и тактика нетрезвого водителя



**Решение:** ехать или не ехать? «Я проеду!»



**Реакция:** маневры, перестроение в потоке, проезд на желтый свет.

### Уровень концентрации внимания, восприятия, движения



**Внимание:** не может удержать внимание на общей ситуации на дороге.



**Восприятие:** нетрезвые водители считают, что главное — держать руль прямо и снизить скорость.

Рис. 16-17

## Как распознать нетрезвого водителя на дороге?



Рис.18

Если водитель употребил даже небольшое количество алкоголя, у него возможны следующие изменения в технике вождения:

- превышение и частое резкое изменение скорости;
- частое неоправданное торможение;
- «петляние» на дороге, неоправданный, неожиданный переход из одной полосы в другую;
- пересечение «двойной сплошной» или непредсказуемый для других водителей выезд на обочину или тротуар;
- поворот не обязательно из крайнего ряда;
- «перепутывание» педалей «газ» и «тормоз», красного и зеленого сигналов светофора, необходимости применения дальнего и ближнего света. (Рис. 18)

## Что в итоге?

Исследования, проведенные в Московском автомобильно-дорожном государственном университете (МАДИ), по степени опасности ставят **управление автомобилем в нетрезвом состоянии** в один ряд с управлением автомобилем с неисправной тормозной системой.



Рис. 19

## Раздел 3. Нетрезвое вождение и закон

### Законодательство.

За управление транспортным средством в состоянии опьянения в России предусмотрено два вида ответственности: административная и уголовная. С июля 2015 года уголовная ответственность наступает не только за причинение вреда жизни и здоровью людей, но и за повторные управление транспортным средством или отказ от прохождения медицинского освидетельствования.

### Административная ответственность:

Статья 12.8. Кодекса РФ об административных правонарушениях  
Управление транспортным средством водителем, находящимся в состоянии опьянения, **если такие действия не содержат уголовно наказуемого деяния,**

Статья 12.26. Кодекса РФ об административных правонарушениях  
Невыполнение водителем транспортного средства требования о прохождении медицинского освидетельствования на состояние опьянения



**30 000 руб.**  
административный  
штраф



**1.5-2 года**  
лишения права  
управления транс-  
портными средства-  
ми

**Статья 12.8 КоАП РФ «Управление транспортным средством водителем, находящимся в состоянии опьянения, передача управления транспортным средством лицу, находящемуся в состоянии опьянения»**

*Частью 1-ой статьи 12.8 КоАП РФ предусмотрена административная ответственность для водителей, управляющих транспортным средством в состоянии опьянения*

«Управление транспортным средством водителем, находящимся в состоянии опьянения, если такие действия не содержат уголовно наказуемого деяния,

- влечет наложение административного штрафа в размере тридцати тысяч рублей с лишением права управления транспортными средствами на срок от полутора до двух лет».

*Частью 2-ой статьи 12.8 КоАП РФ предусмотрена административная ответственность для водителей, передавших управление своим транспортным средством пьяному водителю*

«Передача управления транспортным средством лицу, находящемуся в состоянии опьянения,

- влечет наложение административного штрафа в размере тридцати тысяч рублей с лишением права управления транспортными средствами на срок от полутора до двух лет».

*Частью 3-ей статьи 12.8 КоАП РФ предусмотрена административная ответственность для водителей, управляющих транспортным средством в опьянении и без прав*

«Управление транспортным средством водителем, находящимся в состоянии опьянения и не имеющим права управления транспортными средствами либо лишенным права управления транспортными средствами, если такие действия не содержат уголовно наказуемого деяния,

- влечет административный арест на срок от десяти до пятнадцати суток или наложение административного штрафа на лиц, в отношении которых в соответствии с настоящим Кодексом не может применяться административный арест, в размере тридцати тысяч рублей».

### **Примечание к статье 12.8 КоАП РФ содержит определение понятия «опьянение водителя транспортного средства»**

«Употребление веществ, вызывающих алкогольное или наркотическое опьянение, либо психотропных или иных вызывающих опьянение веществ запрещается. Административная ответственность, предусмотренная настоящей статьей и частью 3 статьи 12.27 настоящего Кодекса, наступает в случае установленного факта употребления вызывающих алкогольное опьянение веществ, который определяется наличием абсолютного этилового спирта в концентрации, превышающей возможную суммарную погрешность измерений, а именно 0,16 миллиграмма на один литр выдыхаемого воздуха, или в случае наличия наркотических средств или психотропных веществ в организме человека».

## **Статья 12.26 КоАП РФ «Невыполнение водителем транспортного средства требования о прохождении медицинского освидетельствования на состояние опьянения»**

*Частью 1-ой статьи 12.26 КоАП РФ предусмотрена административная ответственность для водителей, имеющих право управления транспортным средством и впервые отказавшихся от прохождения медицинского освидетельствования на состояние опьянения*

«Невыполнение водителем транспортного средства законного требования уполномоченного должностного лица о прохождении медицинского освидетельствования на состояние опьянения, если такие действия (бездействие) не содержат уголовно наказуемого деяния,

- влечет наложение административного штрафа в размере тридцати тысяч рублей с лишением права управления транспортными средствами на срок от полутора до двух лет».

*Частью 2-ой статьи 12.26 КоАП РФ предусмотрена административная ответственность для водителей, не имеющих права управления транспортным средством и впервые отказавшихся от прохождения медицинского освидетельствования на состояние опьянения*

«Невыполнение водителем транспортного средства, не имеющим права управления транспортными средствами либо лишенным права управления транспортными средствами, законного требования уполномоченного должностного лица о прохождении медицинского освидетельствования на состояние опьянения, если такие действия (бездействие) не содержат уголовно наказуемого деяния,

- влечет административный арест на срок от десяти до пятнадцати суток или наложение административного штрафа на лиц, в отношении которых в соответствии с настоящим Кодексом не может применяться административный арест, в размере тридцати тысяч рублей».

## **Статья 12.27 КоАП РФ «Невыполнение обязанностей в связи с дорожно-транспортным происшествием»**

*Частью 3-ей статьи 12.27 КоАП РФ предусмотрена административная ответственность водителя за употребление алкоголя, наркотических или психотропных веществ после ДТП или остановки инспектором ГИБДД*

«Невыполнение требования Правил дорожного движения о запрещении водителю употреблять алкогольные напитки, наркотические или психотропные вещества после дорожно-транспортного происшествия, к которому он причастен, либо после того, как транспортное средство было остановлено по требованию сотрудника полиции, до проведения уполномоченным должностным лицом освидетельствования в целях установления состояния опьянения или до принятия уполномоченным должностным лицом решения об освобождении от проведения такого освидетельствования

- влечет наложение административного штрафа в размере тридцати тысяч рублей с лишением права управления транспортными средствами на срок от полутора до двух лет».

Водитель, который сел за руль, находясь под воздействием алкоголя, наркотических средств или психотропных веществ, уже нарушил Закон. А если в этом состоянии он совершил ДТП, повлекшее нанесение вреда здоровью или жизни людей, то ему будет грозить и термное заключение.

## Уголовная ответственность:

Нарушение правил дорожного движения в состоянии опьянения является уголовно наказуемым деянием, ответственность за которое регулируется требованиями статьи 264 Уголовного Кодекса Российской Федерации (УК РФ).

### **Статья 264 Уголовного Кодекса РФ «Нарушение правил дорожного движения и эксплуатации транспортных средств»**

*Частью 2-ой статьи 264 УК РФ предусмотрена уголовная ответственность для водителей (автомобилей, трамваев или других механических транспортных средств) за нарушение правил дорожного движения или эксплуатации транспортных средств в состоянии опьянения, повлекшее по неосторожности причинение тяжкого вреда здоровью человека,*

- в виде принудительных работ на срок до трех лет с лишением права занимать определенные должности или заниматься определенной деятельностью на срок до трех лет либо лишение свободы на срок до четырех лет с лишением права занимать определенные должности или заниматься определенной деятельностью на срок до трех лет.

*Частью 4-ой статьи 264 УК РФ предусмотрена уголовная ответственность для водителей (автомобилей, трамваев или других механических транс-*

*портных средств) за нарушение правил дорожного движения или эксплуатации транспортных средств в состоянии опьянения, повлекшее по неосторожности смерть человека,*

- в виде лишения свободы на срок от двух до семи лет с лишением права занимать определенные должности или заниматься определенной деятельностью на срок до трех лет.

*Частью 6-ой статьи 264 УК РФ предусмотрена уголовная ответственность для водителей (автомобилей, трамваев или других механических транспортных средств) за нарушение правил дорожного движения или эксплуатации транспортных средств в состоянии опьянения, повлекшее по неосторожности смерть двух или более лиц,*

- в виде лишения свободы на срок от четырех до девяти лет с лишением права занимать определенные должности или заниматься определенной деятельностью на срок до трех лет.

*В Примечании 2 к статье 264 УК РФ дано определение состояния опьянения водителя и приравненного к нему лица, отказавшегося от медицинского освидетельствования:*

- Для целей настоящей статьи и статьи 264.1 настоящего Кодекса лицом, находящимся в состоянии опьянения, признается лицо, управляющее транспортным средством, в случае установления факта употребления этим лицом вызывающих алкогольное опьянение веществ, который определяется наличием абсолютного этилового спирта в концентрации, превышающей возможную суммарную погрешность измерений, установленную законодательством Российской Федерации об административных правонарушениях, или в случае наличия в организме этого лица наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов либо новых потенциально опасных психоактивных веществ, а также лицо, управляющее транспортным средством, не выполнившее законного требования уполномоченного должностного лица о прохождении медицинского освидетельствования на состояние опьянения в порядке и на основаниях, предусмотренных законодательством Российской Федерации.

Соответственно, в случае аварии с одним погибшим пьяному водителю по ч. 4 ст. 264 УК РФ грозит лишение свободы на срок от двух до семи лет. В случае, если погибших двое и больше, срок лишения свободы составит от четырех до девяти лет. Закон предусматривает нижний предел наказания, который гарантирует, что подсудимый не сможет избежать серьезного наказания.

В настоящее время рассматривается вопрос и о более жестких наказаниях для пьяных водителей, вплоть до конфискации автомобиля у злостных нарушителей и отправки их на принудительное лечение.

**Статья 264.1 «Нарушение правил дорожного движения лицом, подвергну-  
тым административному наказанию» (введена Федеральным законом от  
31.12.2014 N 528-ФЗ)**

*Статьей 264.1 УК РФ предусмотрена уголовная ответственность для водителей (автомобилей, трамваев или других механических транспортных средств), находящихся в состоянии опьянения, и ранее наказанных за первичное управление транспортным средством в состоянии опьянения или за отказ от прохождения медицинского освидетельствования на состояние опьянения или имеющих судимость за совершение преступления, предусмотренного частями 2,4 или 6 статьи 264 УК РФ,*

- в виде штрафа в размере от двухсот тысяч до трехсот тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период от одного года до двух лет с лишением права занимать определенные должности или заниматься определенной деятельностью на срок до трех лет, либо обязательными работами на срок до четырехсот восьмидесяти часов с лишением права занимать определенные должности или заниматься определенной деятельностью на срок до трех лет, либо принудительными работами на срок до двух лет с лишением права занимать определенные должности или заниматься определенной деятельностью на срок до трех лет, либо лишением свободы на срок до двух лет с лишением права занимать определенные должности или заниматься определенной деятельностью на срок до трех лет.

Таким образом, с 1 июля 2015 года, согласно новой статье 264.1 УК РФ, к уголовной ответственности привлекают за сам факт повторного управления транспортным средством в состоянии опьянения либо повторный отказ от медицинского освидетельствования (при наличии прав или без них).

Повторное управление автомобилем в состоянии опьянения наказывается штрафом от 200 до 300 тысяч рублей или в размере дохода проштрафившегося за период от одного до двух лет. Альтернативное наказание – обязательные работы на срок до 480 часов, либо принудительные работы на срок до двух лет, либо лишение свободы на тот же период. Во всех трех случаях предусмотрено лишение водительских прав на три года. Такое же наказание получат и отказавшиеся проходить медицинское освидетельствование.

За повторное вождение в нетрезвом состоянии	Штраф 200-300 тыс. рублей или в размере з/п за период от 1 до 2 лет <b>или</b> обязательные работы до 480 часов <b>или</b> принудительные работы на срок до 2 лет или лишение свободы на срок до 2 лет+ до 3 лет лишения права занимать опр. должности или заниматься опр. деятельностью	    
За повторное невыполнение требования о прохождении мед. освидетельствования		
Причинение тяжкого вреда здоровью	Принудительные работы на срок до 3 лет <b>или</b> лишение свободы на срок до 4 лет + до 3 лет лишения права занимать определенные должности или заниматься определенной деятельностью	   
Смерть человека	Лишение свободы на срок от 2 до 7 лет + лишение права управлять транспортным средством на срок до 3 лет	 
Смерть двух или более лиц	Лишение свободы на срок от 4 до 9 лет + до 3 лет лишения права управлять транспортным средством или занимать опр. должности или заниматься опр. деятельностью	   

Рис. 20-22

Наряду с совершенствованием законов требуется и совершенствование правоприменительной практики, или надзорных действий полиции. Общеизвестным условием эффективности административных и уголовных наказаний является их неотвратимость, поэтому надо последовательно добиваться повышения вероятности выявления нарушения, быстроты принятия решений по наказаниям и их исполнения для всех участников дорожного движения, нарушивших ПДД.



Факторы, определяющие успех в снижении рисков вождения в нетрезвом состоянии:

- Степень и суровость наказания,
- Высокая вероятность разоблачения – всегда, везде и для каждого,
- Неотвратимость исполнения наказания,
- Публичность решения о наказании.

## Правоприменение

### Способы предотвращения нетрезвого вождения



Рис. 23-24

Правительство Российской Федерации проводит комплексную политику по предотвращению нетрезвого вождения: ужесточается законодательство, усиливаются надзорные действия полиции по исполнению закона, совершенствуются профилактические мероприятия.



Проверки водителей на состояние опьянения на дорогах организованы для обеспечения безопасности. Ответственный водитель должен быть готов к проверке в любое время.



Какие меры повышения ответственности и профилактики нетрезвого вождения предложили бы Вы?

Организуйте дискуссию со слушателями. Обсудите, какие действующие меры профилактики им известны, о каких они еще знают, какие бы могли предложить для использования в своем регионе?\*

\* Узнать больше о работе с группой и о том, как организовать дискуссию, Вы можете из приложения «Методические рекомендации преподавателю», раздел «Методы работы с группой».

## Отстранение от управления транспортным средством (ТС), освидетельствование на состояние алкогольного опьянения и медицинское освидетельствование на состояние опьянения (нормативная часть)

### **Статья 27.12 Кодекса РФ об административных правонарушениях:**

1. Водитель, который управляет ТС и в отношении которого имеются достаточные основания полагать, что он находится в состоянии опьянения, подлежит отстранению от управления ТС до устранения причины отстранения.

1.1. Водитель, который управляет ТС и в отношении которого имеются достаточные основания полагать, что он находится в состоянии опьянения, подлежит освидетельствованию на состояние алкогольного опьянения. При отказе от прохождения освидетельствования либо несогласии с результатами освидетельствования, а равно при наличии достаточных оснований полагать, что водитель находится в состоянии опьянения, и отрицательном результате освидетельствования на состояние алкогольного опьянения водитель подлежит направлению на мед. освидетельствование на состояние опьянения.

2. Отстранение от управления ТС, освидетельствование на состояние алкогольного опьянения, направление на мед. освидетельствование на состояние опьянения осуществляются сотрудниками ГИБДД (инспектор ДПС) в присутствии двух понятых либо с применением видеозаписи.

3. Об отстранении от управления ТС, а также о направлении на мед. освидетельствование на состояние опьянения составляется протокол, копия которого вручается водителю, в отношении которого применена данная мера обеспечения производства по делу об административном правонарушении.

4. В протоколе об отстранении от управления ТС, а также в протоколе о направлении на мед. освидетельствование на состояние опьянения указываются дата, время, место, основания отстранения от управления или направления на мед. освидетельствование, должность, фамилия и инициалы лица, составившего протокол, сведения о ТС и о водителе, в отношении которого применена данная мера обеспечения производства по делу об административном правонарушении.

5. Протокол об отстранении от управления ТС, а также протокол о направлении на мед. освидетельствование подписывается должностным лицом, их составившим, и лицом, в отношении которого применена данная мера обеспечения

производства по делу об админ. правонарушении. В случае отказа водителя от подписания протокола в нем делается соответствующая запись.

6. Освидетельствование на состояние алкогольного опьянения и оформление его результатов, направление на мед. освидетельствование на состояние опьянения осуществляются в порядке, установленном Правительством РФ.

6.1. Критерии, при наличии которых имеются достаточные основания полагать, что лицо находится в состоянии опьянения и подлежит направлению на мед. освидетельствование, и порядок проведения мед. освидетельствования на состояние опьянения устанавливаются федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке и реализации государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере здравоохранения.

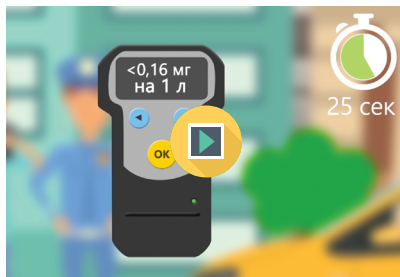
7. Акт освидетельствования на состояние алкогольного опьянения или акт мед. освидетельствования на состояние опьянения прилагается к соответствующему протоколу. Копии акта освидетельствования на состояние алкогольного опьянения и (или) акта мед. освидетельствования на состояние опьянения вручаются лицу, в отношении которого они были составлены.

## Выявление и проверки на состояние опьянения

### Как проходит проверка

#### Примечание к статье 12.8. кодекса РФ об административных правонарушениях

Употребление веществ, вызывающих алкогольное (...) опьянение (...) наступает в случае установленного факта употребления (...), который определяется наличием абсолютного этилового спирта в концентрации (...) **0,16 миллиграмма на один литр выдыхаемого воздуха**



ВИДЕО №2  
«АЛКОТЕСТЕР»

Рис. 25

Для того, чтобы применить наказание к водителю, необходимы доказательства его вины. В случае управления транспортным средством в состоянии опьянения инспектору ГИБДД необходимо выявить это состояние и зафиксировать его в протоколе. Для этого существует процедура освидетельствования на состояние алкогольного опьянения, которая проводится инспектором ГИБДД, и процедура медицинского освидетельствования на состояние опьянения, которая проводится медицинскими работниками.

Освидетельствование водителей транспортных средств осуществляется согласно Правилам, утвержденным постановлением Правительства Российской Федерации от 26 июня 2008 г. N 475. В соответствии с этими Правилами, при наличии достаточных оснований освидетельствование водителя на состояние алкогольного опьянения может осуществляться инспектором ГИБДД или инспектор ГИБДД может направить водителя для проведения медицинского освидетельствования на состояние опьянения в медицинскую организацию, имеющую соответствующие лицензии.

Каждый год в России медицинское освидетельствование проходит около 2-х миллионов водителей.



0.16 мг/л воздуха – это погрешность измерительных приборов, применяемых сотрудниками ГИБДД. Предельный порог наличия алкоголя в выдыхаемом воздухе водителя – НОЛЬ

Согласно Правилам освидетельствования на состояние опьянения, сотрудник ГИБДД имеет право отстранить водителя от управления транспортным средством при наличии следующих оснований:

- запах алкоголя изо рта;
- неустойчивость позы;
- нарушение речи;
- резкое изменение окраски кожных покровов лица;
- поведение, не соответствующее обстановке.



Даже наличие одного из этих признаков у водителя транспортного средства уже является достаточным основанием для сотрудника ГИБДД провести тест на наличие алкоголя в выдыхаемом воздухе водителя.

## Как проходит проверка? Обязательные условия освидетельствования на состояние опьянения.



Рис. 26

- Проводится только сотрудниками ГИБДД.
- Используются только проверенные и разрешенные к применению технические средства измерения – алкотестеры с пломбой.
- Сотрудник ГИБДД должен проинформировать о порядке освидетельствования до проведения измерения.
- Технические средства измерения должны обеспечивать запись результатов исследования на бумажном носителе.



### ВИДЕО 2. Как проходит проверка

Если тест подтвердил наличие алкоголя в выдыхаемом воздухе водителя и он согласился с выявленным у него состоянием алкогольного опьянения, то инспектором ГИБДД будет составлен протокол об алкогольном опьянении водителя.

Если водитель не согласен с выявленным у него инспектором ГИБДД состоянием алкогольного опьянения, то инспектор ГИБДД должен направить водителя на медицинское освидетельствование в медицинское учреждение или передвижной пункт медицинского освидетельствования на состояние опьянения.

При подтверждении наличия алкоголя в организме водителя или в случае его отказа пройти медицинское освидетельствование, последует наказание нарушителя. Наказание за вождение в нетрезвом виде подразумевает, что машина будет отправлена на штрафную стоянку, а водитель будет оштрафован и наказан.

## Уровень алкоголя в выдыхаемом воздухе (нормативная база)



Перед началом обсуждения этой темы необходимо обратить внимание слушателей на то, что сегодня в России действует так называемый «нулевой порог» содержания алкоголя в организме водителя транспортного средства. При этом определение концентрации алкоголя в выдыхаемом воздухе продиктовано только необходимостью получения юридически значимых (достоверных) результатов, т.е. тех, которые превышают погрешность используемых средств измерения.



Рис. 27

На сегодняшний день существует достаточно научных подтверждений того, что вероятность возникновения случаев дорожно-транспортного травматизма напрямую зависит от тяжести алкогольного опьянения водителя.

При легкой степени алкогольного опьянения (от половины до полутора грамм этанола на литр крови) вероятность ДТП увеличивается до 20 раз, при средней степени (от полутора до двух с половиной г/л этанола) – до 150 раз и при тяжелой степени (от двух с половиной г/л этанола и выше) риск является максимальным.

Соответственно, чем больше концентрация этанола в крови водителя, тем больше вероятность возникновения ДТП. Учитывая, что риск возникновения ДТП начинает увеличиваться при относительно небольших дозах алкоголя в организме водителя, при которых даже клинические признаки опьянения практически не проявляются, международным сообществом было рекомендовано введение юридического критерия алкогольного опьянения для водителей – так называемая величина «предельно допустимой концентраций алкоголя» (ПДКА) в организме водителя транспортного средства, при которой наличие или отсутствие клинических признаков алкогольного опьянения уже не учитывается. В 1968 году Венской

конвенцией была рекомендована величина ПДКА 0,8 г/л этанола в крови или 0,4 миллиграмма этанола на один литр выдыхаемого воздуха (мг/л). В последующем эти рекомендуемые величины были значительно снижены.

Наиболее простым способом измерения уровня алкоголя в организме человека является исследование выдыхаемого воздуха для определения концентрации паров этанола при помощи специальных приборов – алкотестеров (алкометров) (Рис. 27).

В 2008 г. в Российской Федерации впервые на законодательном уровне (примечанием к ст. 27.12 КоАП РФ) была введена величина ПДКА в крови и выдыхаемом воздухе водителей – 0,3 г/л и 0,15 мг/л соответственно<sup>13</sup>. Принятие величины ПДКА, т.е. снижение уровня «разрешенной» при управлении транспортным средством концентрации алкоголя, привело к последующему росту в 2009 г. числа водителей, выявленных в состоянии алкогольного опьянения в России<sup>2</sup>. Этот рост, по всей видимости, явился следствием того, что после введения в России одной из самых низких в мире величин ПДКА, которая фактически означала запрет на употребление алкоголя, не были даны соответствующие разъяснения водителям. Так, в средствах массовой информации (СМИ) это нововведение позиционировалось как возможность употребления относительно небольших доз алкоголя перед управлением транспортным средством по аналогии с другими странами, в которых величина ПДКА значительно превышала принятую в России.

С целью последующего введения в 2010 г. в России полного запрета на управление транспортным средством с присутствием алкоголя в организме водителя, примечание к статье 27.12 КоАП РФ было признано утратившим силу<sup>14</sup>. А с 31.10.2010 Министерство здравоохранения и социального развития России своим приказом<sup>12</sup> внесло изменение в редакцию «Инструкции по проведению медицинского освидетельствования на состояние опьянения лица, которое управляет транспортным средством», утвержденной приказом Минздрава России 14.07.2003 № 308 «О медицинском освидетельствовании на состояние опьянения». В новой редакции единственным основанием для вынесения заключения о наличии алкогольного опьянения являлись «положительные результаты определения алкоголя в выдыхаемом воздухе». Поскольку при вынесении заключения концентрация обнаруженного в выдыхаемом воздухе алкоголя уже не учитывались, то в СМИ рассматриваемое изменение подхода к определению состояния алкогольного опьянения у водителей получило название «нулевой порог» или «закон о нулевом промилле».

При этом необходимо отметить, что измерительные приборы алкометры имеют пределы допускаемой основной и дополнительной погрешности. Величина основной погрешности зависит от технических (заводских) характеристик прибора, величина дополнительной погрешности может зависеть от условий его эксплуатации (диапазонов температуры и влажности воздуха, атмосферного давления и т.д.). Поскольку невозможно было оснастить все патрульные машины ГИБДД и кабинеты медицинского освидетельствования на состояние опьянения (передвижные пункты медицинского освидетельствования), в которых проводилось исследование выдыхаемого воздуха на содержание этанола, дополнительными приборами для определения характеристик окружающей среды, то «положительные результаты определения алкоголя в выдыхаемом воздухе» включали в себя только основную (заводскую) погрешность алкометра, величина которой приводится в описании типа средств измерения (индикации).

В последующем 2011 г. Правительство России своим постановлением<sup>11</sup> внесло изменения в «Правила освидетельствования лица, которое управляет транспортным средством...»<sup>10</sup>, тем самым «узаконив» необходимость учета погрешности используемого средства измерения (индикации).

Введение так называемого «закона о нулевом промилле» вызвало оживленную дискуссию как среди специалистов, так и в СМИ. Противники принятой нормы в основном аргументировали свою точку зрения тем, что якобы имеющийся уровень содержания эндогенного этанола в крови, а также прием терапевтических доз спиртосодержащих лекарственных средств и некоторых пищевых продуктов, приведут к ложноположительным результатам определения алкоголя в выдыхаемом воздухе.

В действительности, имеется достаточно данных, свидетельствующих о том, что максимальное значение концентрации эндогенного (вырабатываемого организмом) этанола в крови человека как минимум на один порядок меньше величины основной погрешности используемых алкометров. Соответственно, даже максимальная концентрация эндогенного этанола в организме человека какого-либо влияния на результаты исследования выдыхаемого воздуха на содержание алкоголя оказывать не будет.

Что касается алкоголя, адсорбированного («прилипшего») на слизистой оболочке ротовой полости после употребления слабоалкогольных пищевых продуктов или спиртосодержащих лекарственных препаратов, то в подобных случаях основная часть этанола «исчезает» уже через 2-3 минуты. В целом в литературе приведено значительное количество доказательств того, что период времени в

10-12 минут является достаточным для снижения любого количества адсорбированного в ротовой полости алкоголя до нуля или близких к нулю значений. С учетом изложенного в странах мирового сообщества в рамках освидетельствования на состояние алкогольного опьянения проводятся двойные тесты по исследованию выдыхаемого воздуха на содержание алкоголя. Аналогичный подход осуществляется и в России в рамках медицинского освидетельствования на состояние опьянения.

Вместе с тем, использование только основной (заводской) погрешности алкометров при определении состояния алкогольного опьянения привело к тому, что вопрос о наличии или отсутствии алкогольного опьянения зависел только от величины этой погрешности.

Учитывая, что на территории России используются алкометры нескольких фирм-производителей с различными величинами основной погрешности, а также принимая во внимание тот факт, что проведение освидетельствования как инспекторами ГИБДД, так и медицинскими работниками невозможно обеспечить измерительными средствами для учета дополнительной погрешности в зависимости от условий окружающей среды, Законом 15 было введено примечание к статье 12.8 КоАП РФ с указанием величины «возможной суммарной погрешности измерений, а именно 0,16 миллиграмма на один литр выдыхаемого воздуха».

Таким образом, в настоящее время в Российской Федерации с целью получения максимально объективных результатов исследования концентрации алкоголя в выдыхаемом воздухе водителей на законодательном уровне принят так называемый «закон о нулевом промилле» или «нулевой порог» содержания алкоголя в выдыхаемом воздухе с унифицированной для всех используемых приборов суммарной величиной погрешности измерений.

Принимая во внимание вышеуказанные факторы, мы не можем гарантировать, что человек, выпивший даже небольшое количество алкоголя, успешно пройдет проверку на алкотестере, т.к. результат будет зависеть, среди прочих факторов, от скорости употребления, наличия пищи в желудке, времени, которое прошло с момента употребления до теста, веса человека, его роста, уязвимости, генетических факторов (см. Рис. 14, стр. 28 Факторы усваивания алкоголя организмом).



Не существует определенной дозы алкогольного напитка/напитков, после принятия которой можно успешно пройти тест на алкоголь в выдыхаемом воздухе.

**Не пытайтесь искать «безопасную норму».**  
**Не употребляйте алкоголь, если вам предстоит сегодня быть за рулем.**

## Какие штрафы и наказания предусмотрены для нетрезвых водителей в разных странах мира?

В большинстве стран Западной Европы установлен порог предельной концентрации алкоголя (этанола) в крови в 0,5 г/л. Однако есть дифференцированный подход: водителям со стажем менее двух лет или не достигшим 21 года и водителям такси садиться за руль даже с небольшим содержанием алкоголя в крови категорически запрещено. В случае ДТП им грозит наказание, даже если прибор покажет небольшое отклонение от нуля.

**В Чехии, Венгрии, Словакии, Румыни** – «нулевая толерантность к алкоголю», т.е. 0,0 промилле. В случае нарушения закона штраф – 200-470 евро.

**В Германии** выпивший водитель, попавшийся впервые, платит 500 евро, второй раз – 1000 евро, третье нарушение обходится в 3000 евро. При этом он направляется на принудительное платное обучение.

**Во Франции** за вождение в нетрезвом виде (до 0,5 г/л этанола в крови), то есть, после употребления более 1 бокала вина, водителю грозит повестка в суд и штраф от 135 евро. 4500 евро за превышение 0,5 промилле и до 30 тысяч евро, если было ДТП. В случае тяжких последствий аварии – 150 тысяч евро и 10 лет тюрьмы. Все автомобилисты Франции обязаны иметь при себе прибор для проверки на содержание алкоголя в крови. Отсутствие при себе такого прибора влечет штраф.

**В Англии** готовится закон снижающий допустимый уровень концентрации алкоголя в крови водителя до 0,5 г/л и 0.2 г/л этанола в крови – для начинающих водителей. Здесь самые большие в Европе штрафы за нетрезвое вождение – эквивалент 7200 евро.

**В Китае** закон особенно суров. Водитель, который стал причиной ДТП с летальным исходом, может быть приговорен к смертной казни. Если же водитель просто задержан в пьяном виде и участником ДТП еще не стал, то ответственность все равно будет уголовная – на срок от 1 до 6 месяцев. Кроме того, он лишится своих водительских прав на три года.

**В Японии** действует «сухой закон» для водителей. В стране наказывают не только самих пьяных водителей, но и пассажиров, севших к ним в автомобиль. Если водитель окажется нетрезвым, каждый его совершеннолетний пассажир должен заплатить штраф, эквивалентный 3000 долларов. Водителю же грозит как

минимум 8700 долларов штрафа или пять лет тюрьмы. Водителя могут пожизненно лишить прав, если он, управляя автомобилем в пьяном виде, сбил насмерть одного и более пешеходов. В Японии бармен не имеет права продавать алкогольные напитки, если знает, что посетитель за рулем. За такой проступок бар могут лишить лицензии.

**В Республике Беларусь:** если превысил норму 0,4 г/л этанола в крови в первый раз, водитель заплатит сумму эквивалентную 12 500 долларов и лишится прав на три года. За повторное нарушение предусматриваются уголовная ответственность и конфискация автомобиля.

**В Объединенных Арабских Эмиратах,** где законодательство во многом основано на законах Шариата, запрещено вождение в состоянии алкогольного опьянения, причем законами не предусмотрена даже минимальная доза. Любое количество промилле будет расценено как серьезное нарушение. Поэтому, рискованными могут быть даже те поездки, которые происходят на следующий день после застолья. Если вас поймают сотрудники местной автоинспекции, вам будет выписан внушительный штраф, а автомобиль может быть конфискован. В особых случаях может быть применено тюремное заключение сроком около 2 месяцев, после которого вы, если Вы турист, вполне вероятно, будете депортированы.

## Раздел 4. Нетрезвое вождение и общество

**Водитель,** подумай о тех, кому ты дорог. Никогда не садись за руль после употребления алкоголя.

**Пассажир,** помоги нетрезвому водителю вернуться к родным, не дай ему сесть за руль.

Без личного участия решить эту проблему невозможно!



Рис. 28

Садясь за руль в нетрезвом состоянии водитель поступает безответственно. Он подвергает опасности и свою жизнь, и жизнь окружающих, может нанести повреждения другим транспортным средствам и городской инфраструктуре (автобусные остановки, столбы, здания).

Водитель ни при каких обстоятельствах не должен садиться за руль после употребления алкоголя.

Задача пассажира, если он знает, что водитель выпил – не дать такому водителю сесть за руль или, в крайнем случае, предупредить об этом полицию.



Ваше личное участие, выражение Вашего мнения по проблеме и Ваш правильный выбор в пользу трезвого вождения помогут решить эту проблему в Вашем городе, регионе, в нашей стране.

## Как избежать вождения в нетрезвом состоянии?



### ВИДЕО №3. «Как избежать нетрезвого вождения»

## Альтернативы нетрезвого вождения

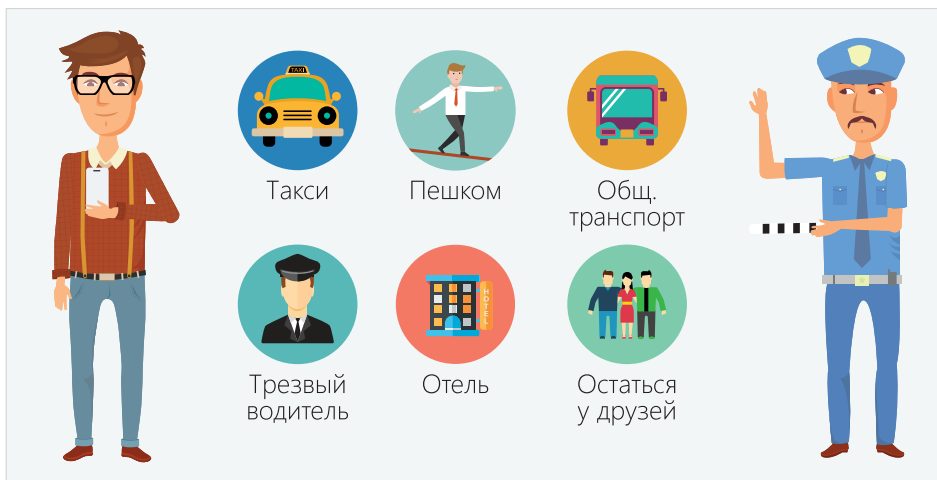


Рис. 29

Чтобы избежать вождения в нетрезвом состоянии рекомендуем выработать правила, основой для которых могут послужить следующие советы:

1. Находясь в компании, где употребляют алкоголь, закажите себе **безалкогольный напиток**.
2. Если Вы употребляете алкогольные напитки, то планируйте поездки с учетом их возможного потребления. Если есть вероятность того, что Вы употребите алкогольный напиток, **определите заранее, как Вы будете добираться домой** (на общественном транспорте, на такси, попросите знакомого или позвоните родственнику) и где безопасно припаркуете свою машину на длительное время.
3. Планируя встречу с друзьями/коллегам в ресторане или баре, заранее определите, кто из них будет развозить всех после встречи или закажите такси.
4. Имейте при себе индивидуальный алкотестер для контроля своего состояния. Но помните, что непрофессиональные приборы могут давать недостоверные результаты.
5. Если вы видите, что человек выпил и собирается сесть за руль, – примите меры, остановите его.

## Как избежать нетрезвого вождения самому. Техники для защиты своих принципов.



Спросите у слушателей, приходилось ли им бывать в ситуациях, когда в компании их уговаривают выпить алкогольные напитки, несмотря на то, что они за рулем. Какие аргументы используют «уговорщики»? Как они выходили из положения?

Ниже даются примеры техник, которые может использовать водитель, чтобы отказаться от предложений употребить алкоголь, если ему предстоит сесть за руль:

### **Шутка:**

Пример:

А: Тебе же скучно, выпей, ну хоть чуть-чуть!

В: Чуть-чуть – не хочу, а много – не могу!

### **«Затуманивание».**

Спокойно выслушать критику, признавая возможность того, что существуют определенные точки зрения, только чтобы сдерживать общественное давление без ущерба самооценке.

Пример:

А: Тебе так скучно. Выпей!

Б: Да, мне скучно, но пить не буду.

А: Да ладно! Выпей с нами, мы ведь твои друзья, разве нет?

Б: Да, вы мои друзья, но не буду пить.

### **Обратная постановка вопроса.**

Повторяя и используя фразы собеседника, формулировать вопрос иным образом.

Пример:

А: Тебе так скучно. Выпей!

Б: Что плохого в том, что человек не пьет?

А: Да ладно! Выпей с нами, мы ведь твои друзья, разве нет?

Б: Что плохого в том, что человек не пьет со своими друзьями?

### «Заезженная пластинка».

Повторение одной и той же точки зрения столько, сколько это необходимо, спокойно, не обращая внимания на комментарии, которые возникают в беседе.

Пример:

А: Тебе так скучно. Выпей!

Б: Нет, спасибо.

А: Да ладно! Выпей с нами, тебе тоже будет весело?

Б: Нет, спасибо.

## Как убедить другого человека не садиться за руль после принятия алкоголя?



Работа в группах. Организуйте дискуссию со слушателями или ролевую игру в группах. Узнайте их мнение, обсудите вместе с ними, какие аргументы можно привести, чтобы убедить друга, коллегу, супруга/супругу или постороннего человека не садиться за руль после принятия алкоголя.

Вот что наиболее часто предлагают слушатели на наших занятиях:

- предложить поехать на такси/вызвать такси для друга;
- предложить переночевать у друзей;
- добраться домой на общественном транспорте;
- довезти на своей машине или попросить общего друга, который не пил, довезти до дома;
- воспользоваться услугой «трезвый водитель»;
- позвонить членам семьи водителя и сообщить о ситуации;
- отобрать/спрятать ключи от машины;
- пригрозить сообщением в полицию;
- и т.п.

Если уговоры и принятые меры не работают – позвоните в полицию.

Телефон управления/отдела ГИБДД в Вашем районе:

+ 7 ( \_\_\_\_\_ ) \_\_\_\_\_

Служба спасения: 112



- Даже один глоток алкоголя делает водителя нетрезвым.
- Вождение в нетрезвом состоянии равносильно управлению автомобилем с неисправными тормозами.
- Садясь в машину в нетрезвом состоянии, ты нарушаешь закон.
- Садясь в машину с нетрезвым водителем, ты также несешь ответственность за возможное ДТП и его последствия.
- Прими меры сам или сообщи в полицию, если видишь, что кто-то может сесть (или сел) за руль после принятия алкоголя.
- Всегда будь готов к проверке на дороге.



**#питьнельзярулить**

## Используемые сокращения

<b>IARD</b>	International Alliance for Responsible Drinking / Международный альянс за ответственное потребление алкоголя
<b>АДГ</b>	алкогольдегидрогеназа (фермент катализирующий окисление спиртов)
<b>БРБВ</b>	безопасное расстояние боковой видимости
<b>ЕС</b>	Европейский Союз
<b>ПДКА</b>	предельно допустимая концентрация алкоголя
<b>ТС</b>	транспортное средство
<b>ГИБДД</b>	Государственная инспекция безопасности дорожного движения
<b>БДД</b>	безопасность дорожного движения
<b>ДПС</b>	дорожно-патрульная служба
<b>ВНС</b>	вождение в нетрезвом состоянии
<b>ВОЗ</b>	Всемирная Организация Здравоохранения
<b>КоАП РФ</b>	Кодекс административных правонарушений Российской Федерации
<b>МАДИ</b>	Московский автомобильно-дорожный государственный технический университет
<b>ПДД</b>	Правила дорожного движения
<b>ПЛОБД</b>	проблемная лаборатория организации и безопасности движения (МАДИ)
<b>СГУ</b>	Смоленский гуманитарный университет
<b>СМИ</b>	Средства массовой информации
<b>УК РФ</b>	Уголовный кодекс Российской Федерации
<b>ЦНС</b>	центральная нервная система

## Список литературы

1. Бурцев А.А., Кошкина Е.А. Об актуальности проблематики автодорожного травматизма, связанного с управлением транспортными средствами в состоянии опьянения, в России // Вопросы наркологии. – 2015. – № 1. – С. 105-116.
2. Бурцев А.А. Критерии алкогольного опьянения водителя транспортного средства // Наука и техника в дорожной отрасли. – 2016. – № 2 (76). – С. 3-5.
3. Бурцев А.А. Разработка профилактических мероприятий по снижению автодорожного травматизма, связанного с употреблением алкоголя водителями транспортных средств: медицинские и правовые аспекты : дис. ... канд. мед. наук : 14.01.27/ Бурцев Александр Александрович. – М., 2007. – С. 20-21.
4. Бурцев А.А. Углубленный анализ результатов медицинского освидетельствования на состояние опьянения водителей в г. Москве // Вопросы наркологии. – 2015. – № 4. – С. 47-60.
5. Глобальная стратегия сокращения чрезмерного употребления алкоголя// Всемирная организация здравоохранения, 2010 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://www.who.int/substance\\_abuse/activities/gsrhrua/ru/](http://www.who.int/substance_abuse/activities/gsrhrua/ru/).
6. За безопасные дороги и более здоровые транспортные альтернативы // Всемирная организация здравоохранения, Европейское региональное бюро. – 2009 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://www.euro.who.int/\\_data/assets/pdf\\_file/0010/111151/E92789R.pdf](http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0010/111151/E92789R.pdf)
7. Иванец Н.Н. Наркология: национальное руководство // Н.Н. Иванец Н.Н., Анохина И.П., Винникова М.А. и др. – М.: ГЭОТАР–Медиа. – 2008. – С. 200.
8. Итоговые отчеты по результатам исследований международного проекта «Автотрезвость»: Смоленская область, 2014, 2015. Ульяновская область, 2015 // ГО Стерлитамак РБ, 2015. ПЛОБД МАДИ.
9. Количество дорожно-транспортных происшествий (регламентные таблицы) // Госавтоинспекция Министерства внутренних дел Российской Федерации. Статистические отчеты [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.gibdd.ru/stat>.
10. Постановление Правительства РФ от 26.06.2008 N 475 «Об утверждении Правил освидетельствования лица, которое управляет транспортным средством ...» // Собрание законодательства РФ. – 2008. – № 27. – Ст. 3280 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.szrf.ru/doc.phtml?nb=edition00&issid=2008027000&docid=159>
11. Постановление Правительства РФ от 10.02.2011 N 64 «О внесении изменений в Правила освидетельствования лица, которое управляет транспортным средством ...» // Собрание законодательства РФ. – 2011. – №

7. – Ст. 993 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.szrf.ru/doc.phtml?nb=edition00&issid=2011007000&docid=96>
12. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 25.08.2010 N 724н «О внесении изменений в Инструкцию по проведению медицинского освидетельствования на состояние опьянения лица, которое управляет транспортным средством ...» // Российская газета. – 20.10.2010. – Федеральный выпуск № 5316 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.rg.ru/2010/10/20/alcotest-dok.html>
13. Федеральный закон РФ от 24.07.2007 N 210-ФЗ «О внесении изменений в Кодекс РФ об административных правонарушениях» // Собрание законодательства РФ. – 2007. – № 31. – Ст. 4007 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.szrf.ru/doc.phtml?nb=edition00&issid=2007031000&docid=82>
14. Федеральный закон РФ от 23.07.2010 N 169-ФЗ «О внесении изменения в статью 19 ФЗ «О безопасности дорожного движения» и признании утратившими силу отдельных положений законодательных актов РФ» // Собрание законодательства РФ. – 2010. – № 3. – Ст. 400 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.szrf.ru/doc.phtml?nb=edition00&issid=2010030000&docid=17>
15. Федеральный закон РФ от 23.07.2013 № 196-ФЗ «О внесении изменений в КоАП РФ и статью 28 ФЗ «О безопасности дорожного движения» // Собрание законодательства РФ. – 2013. – № 3. – Ст. 4029 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.szrf.ru/doc.phtml?nb=edition00&issid=2013030010&docid=8>
16. Drinking and Driving. A road safety manual for decision-makers and practitioners // WHO, FIA Foundation, GRSP, The World Bank. Geneva, 2007. [Электронный ресурс] режим доступа: [www.who.int/roadsafety/projects/manuals/alcohol/drinking\\_driving.pdf](http://www.who.int/roadsafety/projects/manuals/alcohol/drinking_driving.pdf)

## Дополнительные материалы:

1. Глобальный план Десятилетия действий по повышению безопасности дорожного движения 2011–2020 гг. // Всемирная организация здравоохранения, 2011 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://www.who.int/roadsafety/decade\\_of\\_action/plan/ru/](http://www.who.int/roadsafety/decade_of_action/plan/ru/)
2. Доклад о состоянии безопасности дорожного движения в мире // Всемирная организация здравоохранения, 2013 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://www.who.int/violence\\_injury\\_prevention/road\\_safety\\_status/2015/ru/](http://www.who.int/violence_injury_prevention/road_safety_status/2015/ru/)
3. Кодекс Российской Федерации об административных правонарушениях (с изменениями и дополнениями).

4. Плотникова М.А. .Проект «Автотрезвость»: новые подходы. // Автомобильные дороги. – 2015. – № 3 (1000).
5. Плотникова М.А. Реализация обучающего модуля «Автотрезвость» в автошколах России. // Вестник автошкол Автопросвещение. – 2014 – № 2.
6. Материалы международного семинара «Снижение рисков вождения в нетрезвом состоянии: проблемы и подходы» // МАДИ, 2015.
7. Материалы международного семинара «Итоги социального проекта «Автотрезвость» в регионах России» // МАДИ, 2016.
8. Подготовка инструкторов (пособие) // Международная Федерация обществ Красного Креста и Красного Полумесяца, 2010.
9. Уголовный кодекс Российской Федерации (с изменениями и дополнениями).
10. Drink Driving Initiative. 2015 Summary Reports / Russia. Beer, Wine and Spirits Producers' Commitments to Reduce Harmful Drinking. July 2016
11. Driving under the influence of alcohol // SWOV fact sheet. December 2011. (Institute for Road Safety Research, The Netherlands / Институт изучения проблем безопасности дорожного движения, Нидерланды)
12. DRUID (Driving under the Influence of Drugs, Alcohol and Medicines) Final Report: work performed, main results and recommendations. [http://www.druid-project.eu/Druid/EN/Dissemination/downloads\\_and\\_links/Final\\_Report.pdf?\\_\\_blob=publicationFile](http://www.druid-project.eu/Druid/EN/Dissemination/downloads_and_links/Final_Report.pdf?__blob=publicationFile)
13. Fatal Vision // Instructor Guide and Handouts. <http://fatalvision.com/fatal-vision-goggles.html>
14. Jeremy Jewell and Stephen D.A. Hupp. Examining the Effects of Fatal Vision Goggles on Changing Attitudes and Behaviors Related to Drinking and Driving // The Journal of Primary Prevention. – November 2005. – Vol. 26. – No. 6, November 2005.
15. «Mothers against Drinking and Driving». [www.madd.org](http://www.madd.org)
16. Toolkit for working together // International Centre for Alcohol Policies, ICAP, 2010.

## О ПРОЕКТЕ «АВТОТРЕЗВОСТЬ» В РОССИИ

### Краткое описание

ПРОБЛЕМА	Управление автотранспортным средством в состоянии алкогольного опьянения
ПРОЕКТ	АВТОТРЕЗВОСТЬ (Снижение рисков вождения в состоянии алкогольного опьянения и связанных с ними травматизма и смертности)
ЦЕЛЕВАЯ АУДИТОРИЯ	Кандидаты в водители – курсанты автошкол, молодые водители со стажем до трех лет, студенты и преподаватели учебных заведений
СПОСОБЫ ВОЗДЕЙСТВИЯ	1.5-часовой учебный курс (модуль) в автошколах Целевая реклама, рекламные радио- и видеоролики Акцентированное правоприменение с участием волонтеров проекта Дополнительное обучение для преподавателей автошкол и специалистов Круглые столы для специалистов профильных ведомств и организаций Средства массовой информации
РЕГИОНЫ	Смоленская область, Ульяновская область, Ивановская область, городской округ Стерлитамак (Республика Башкортостан), Республика Мордовия (г. Саранск), город Курск (автошкола «На Южном»).
ОРГАНИЗАТОРЫ	Совместный проект Международного альянса за ответственное потребление алкоголя (IARD) и МАДИ (Московский государственный авто-дорожный технический университет). Заинтересованные ведомства в регионах проекта.
СПОНСОРЫ	Международные компании-производители алкогольной продукции на территории РФ и Международный альянс за ответственное потребление алкоголя (IARD)
РЕСУРСЫ ПРОЕКТА	1. Обучающий модуль для автошкол, включающий пособие для преподавателя, презентацию и видеоролики, раздаточные материалы. Материалы легко трансформируются в материалы для лекций в ВУЗах и школах (на уроках ОБЖ).

<p>РЕСУРСЫ ПРОЕКТА</p>	<p>2. Эксперты, которые могут проводить обучение преподавателей, журналистов, проводить исследования по проекту.</p> <p>3. Преподаватели курса «Алкоголь и вождение» в автошколах проекта.</p> <p>4. Специальные технические средства обучения, имитирующие состояние алкогольного опьянения (очки «фатальное зрение») или специальное программное приложение для смартфонов «Автотрезвость».</p> <p>5. Информационно-справочные и рекламные материалы.</p> <p>6. Поддержка бизнеса – международных компаний, производителей вина, пива и крепких алкогольных напитков, подписавших Глобальные обязательства по снижению чрезмерного употребления алкоголя, и Международного альянса за ответственное потребление алкоголя (IARD)</p>
<p>СЛОГАНЫ ПРОЕКТА</p>	<p># ПИТЬНЕЛЬЗЯРУЛИТЬ Трезвые рулят! Автотрезвость как линия жизни. Будь трезв за рулем! Автотрезвость снижает риск автоаварий. Я за автотрезвость!</p> <p>Призывы к целевым группам:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Даже один глоток алкоголя делает водителя нетрезвым!</li> <li>• Вождение в нетрезвом состоянии равносильно управлению автомобилем с неисправными тормозами!</li> <li>• Садясь за руль в нетрезвом состоянии, ты нарушаешь закон!</li> <li>• Всегда будь готов к проверке – от этого зависит безопасность на дорогах!</li> <li>• Если выпиваешь – заранее определи, как будешь добираться домой.</li> <li>• Садясь в машину с нетрезвым водителем, ты также несеешь ответственность за повышение рисков на дороге.</li> <li>• Имей смелость открыто заявлять о своих опасениях, если есть опасность, что кто-то может сесть за руль после принятия алкоголя.</li> </ul>

Устранить или снизить риски легче, чем заниматься проблемами по ликвидации или снижению тяжести их последствий. Профилактика здорового образа жизни – необходимая работа, которая является частью процесса развития личности и, как следствие, развития общества в целом. В различных странах мира, включая Россию, предотвращение и профилактика чрезмерного употребления алкоголя ведется на государственном уровне.

В рамках проекта «Автотрезвость» цель профилактики – свести к минимуму возможности вождения транспортного средства в нетрезвом состоянии среди потенциальных и начинающих водителей путем предоставления дополнительных знаний, влияющих на сознание и поведение, а также путем повышения нетерпимости всех пользователей дорог к вождению в состоянии опьянения.



«Автотрезвость» – это социальный профилактический проект, направленный на выявление и устранение факторов, которые приводят к ДТП и их последствиям, и нацеленный на формирование ответственной позиции как у конкретных целевых групп, так и у населения в целом.

## Приложение 1. Руководство по работе со специальными оптическими приборами (очками)

Занятие «Алкоголь и автомобиль» включает интерактивные формы работы с использованием специального оптического прибора для упражнений. Во время и по итогам упражнений проводится дискуссия, чтобы соотнести полученный опыт с поведением и действиями участников дорожного движения.



Очки Fatal vision (Фатальное зрение) – известный во многих странах мира профилактический инструмент, имитирующий влияние алкоголя на поведение человека и помогающий понять и избежать риска вождения в нетрезвом состоянии.

Линзы для очков производятся с использованием специальных технологий и позволяют исказить зрение подобно тому, как это делает алкоголь, попадая в организм человека. В рамках предлагаемого учебного модуля для занятий в автошколах предлагаются очки на 0,8 – 1 промилле.

В 2016 году впервые в России в рамках проекта «Автотрезвость» специально для профилактических занятий было разработано приложение для смартфонов – «Автотрезвость». Вместе со шлемом виртуальной реальности оно преобразует смартфон в очки, имитирующие состояние алкогольного опьянения. Приложение доступно лишь лицам, прошедшим курс обучения и получившим сертификат по теме «Алкоголь и автомобиль».

Под руководством и контролем преподавателя очки «Fatal Vision» или смартфон с установленным приложением используются на учебных занятиях, позволяя слушателям на собственном опыте испытать влияние алкогольного опьянения на функции зрения, мозга и организма в целом, при этом, не употребляя алкоголь. Надев очки, которые «обманывают» зрение, которое в свою очередь влияет на функции мозга, человек испытывает нарушение баланса и координации движений, ему требуется больше времени на выполнение заданий, меняются и реакции, способность оценивать окружающую обстановку, совершать и координировать свои действия. Все это происходит при абсолютно здравом рассудке.

Простые упражнения с очками (см. ниже) позволяют участникам понять, насколько в действительности они уязвимы перед потенциальными опасностями и последствиями, связанными с употреблением водителем алкоголя.

Очки помогают разнообразить занятие. Без привычных наставлений вы сможете передать важную информацию, а ваши слушатели получают необычный и безопасный опыт, который оставит след в их памяти.

Важно помнить, что очки, внося разнообразие в учебный процесс и зачастую вызывая улыбку, не являются предметом развлечения, и любые практические действия с ними должны дополняться обсуждением, анализом и оценкой влияния.

## Общие требования для преподавателя при проведении занятий с очками:

Перед использованием очков, имитирующих состояние алкогольного опьянения, обеспечьте помещение с ровной и свободной поверхностью без ступеней, уступов, парт, стульев и других предметов, на которые участники могут упасть и получить травму.

- Не допускайте хождение по лестницам и другим неровным поверхностям при надетых очках.
- Поставьте дежурных, которые смогут подстраховать участника в очках в случае потери равновесия.
- Перед надеванием очков проинструктируйте участника, чтобы избежать травм.
- Не позволяйте слушателям бегать или соревноваться с очками на глазах. Это может привести к травмам.
- Не позволяйте слушателям в очках садиться за руль любого транспортного средства, если оно не оборудовано специальными устройствами для такого упражнения и двойным управлением с инструктором.
- Внимательно изучите правила использования очков для того, чтобы ваши занятия были безопасными, провоцировали дискуссию и надолго оставались в памяти, определяя нормы поведения водителя на дороге в отношении пьяного вождения.

## Общие рекомендации к упражнениям с очками

1. Сначала участник выполняет простые упражнения без использования очков, которые легко выполнит любой трезвый человек.
2. Затем те же действия нужно повторить в специальных очках. Как правило, участники затрудняются удержать баланс тела, равновесие, скорость реакции, попадание в цель, при этом проявляя некоторые признаки человека, находящегося под воздействием алкоголя.

3. За исполнением упражнения каждым участником следует обсуждение его собственных ощущений и наблюдений других членов группы. В результате упражнения участник должен понимать, как алкоголь искажает привычные функции его организма, реакции и действия.
4. В завершении ведущий помогает участникам сравнить их действия и поведение в очках в аудитории с реальными действиями за рулем автомобиля и на дороге во взаимодействии с другими участниками дорожного движения.

## Работа с очками «фатальное зрение»

**Подготовка.** Изучите список предлагаемых упражнений с очками и выберите нужные вам для занятия. Подберите необходимые предметы. Выполните пробное упражнение сами до начала занятия.

**Вступление.** Многие люди склонны переоценивать свои возможности под воздействием алкоголя и недооценивать потенциальные последствия алкогольного опьянения. Изменение поведения начинается с изменения отношения и убеждений человека относительно негативных последствий чрезмерного и неуместного употребления алкоголя. Этого можно сделать с помощью специальных очков.

**Подход, основанный на личном опыте.** Некоторые люди полагают, что они вполне могут справиться с собой в состоянии опьянения, и им не грозят никакие негативные последствия. Это убеждение можно назвать искаженным оптимизмом. Предлагая личный опыт ощущений опьянения при трезвом уме, слушатель сам способен ощутить и оценить негативные эффекты влияния алкоголя на свой организм, начиная с простого хождения по прямой линии. Личный опыт позволяет оказать влияние на отношение и убеждения человека относительно влияния алкоголя на организм и скорректировать его ошибочный оптимистический настрой «алкоголь не влияет на мой организм». После того, как участник закончил упражнение в очках, имитирующих состояние алкогольного опьянения, можно изучить таблицу уровней наличия алкоголя в крови (См. ниже) и соотнести свое поведение в соответствии со степенью интенсивности очков.



В результате исполнения упражнения слушатели должны понимать, что решение не садиться за руль автомобиля, если выпиваешь спиртные напитки, надо принять ДО употребления алкоголя, т.к. дальнейшие решения и действия будут приниматься уже в состоянии опьянения.



Любое упражнение должно заканчиваться обсуждением ощущений участника и наблюдающих, сравнением разницы их ощущений до и после использования очков.



Не позволяйте слушателям находиться в очках более 10 минут, так как наступает привыкание, зрение приспособляется и очки теряют свой эффект.



Недопустимо смотреть на солнце и яркий свет через очки, имитирующие состояние алкогольного опьянения.

## Как работать с группой при проведении упражнений

Вначале дайте участникам понятные инструкции о возможных опасностях при ношении очков, приведенные выше. Напомните, что нахождение в очках более 10 минут не рекомендуется, т.к. это вызывает привыкание, теряется эффект воздействия. Предупредите о недопустимости смотреть на солнце в этих очках.

**Примечание:** если кто-то из участников скажет, что никогда не видел так, как в этих специальных очках, когда был пьян, напомните ему, что он не будет видеть так, как будто он пьяный, **он будет вести себя**, как пьяный.

Первым выполнить упражнение должен тренер таким образом, чтобы указания были понятны, и участник увидел, что ему предстоит делать.

- Каждый участник должен выполнить упражнение два раза: первый раз без очков, второй раз – в очках.
- При выполнении упражнений объясните участнику, что он не может снимать очки, пока вы его об этом не попросите, за исключением случаев недомогания.
- Если участник носит очки с диоптриями, попросите его не снимать их, ведь при употреблении алкоголя он их не снимает.
- Попросите всех остальных (зрителей) быть предельно внимательными к деталям во время выполнения упражнения в целях обучения и привлечения внимания всей группы (действия, координация движений, время реакции, скорость исполнения и т.п.)

- Некоторые упреждения можно усложнять, попросив участника считать, например, шаги вслух.
- Когда упражнение выполняет участник – его необходимо подстраховать. Иногда люди не могут удержать равновесие!
- После окончания упражнения спросите сначала участника, а затем зрителей о деталях: что участник принимал в расчёт, выполняя упражнения, а что упускал из внимания.
- Перенесите комментарии на реальную жизнь, поведение на дороге, последствия.
- Если кто-то из участников попросит дать эквивалент специальных очков и количества бокалов (рюмок) с алкоголем, необходимо объяснить, что такого соответствия нет ввиду индивидуальных особенностей (рост, вес, опыт употребления алкоголя и т.д.) и ряда факторов, которые влияют на усвоение алкоголя в организме.
- После выполнения упражнения, спросите участника, как он себя чувствует. Если участник чувствует головокружение или вы заметили какое-либо изменение, попросите участника сесть на свое место и глубоко дышать носом, пока ему не станет лучше.

## Часто задаваемые вопросы

### **Как объяснить, что в реальности человек под воздействием алкоголя ведет себя иначе?**

Когда алкоголь попадает в организм человека, он влияет как на его тело, так и на мозг. Опьянение влияет на когнитивное и психическое состояние, способности делать выбор и принимать рациональное решение в единицу времени. Очки, имитирующие состояние алкогольного опьянения, оказывают влияние только на индивидуальные особенности, такие как баланс, время реакции, точность оценок. При этом очки не оказывают влияние на мышление и сознание, из-за чего многим исполняющим упражнения в очках, бывает трудно понять, почему они так себя ведут. Здесь следует напомнить, что упражнение отличается от реальности тем, что проходит при трезвом уме и трезвой оценке исполняющего, чего не может быть в реальной ситуации (вместе с нарушением других функций организма, нарушается и способность оценки и анализа).

(При подготовке Приложения 1 использовались материалы с сайта <http://fatalvision.com/fatal-vision-goggles.html>)

## Упражнения с очками.

### Упражнение 1. «Следуй по полосе»

**Материалы:** Сигнальная лента для наклеивания на пол, клейкая лента или лента и скотч (Убедитесь, что клей будет легко отходить от пола или линолеума). Специальные очки.

**Выполнение:** Прикрепите к полу ленту или нарисуйте полосу длиной примерно в полтора метра. Попросите участника пройти по линии, ставя одну ногу перед другой, носок к пятке. Идти, смотря вперед, руки прижаты к туловищу. Дойдя до конца линии, участник ударяет своей рукой по руке тренера («даёт пять»). Упражнение выполняется сначала без специальных очков, а затем в очках, чтобы оценить различия. Продемонстрируйте сами без очков.

**Примечание:** в качестве дополнения можно попросить участника дотронуться кончиком указательного пальца до кончика указательного пальца тренера, чтобы сделать очевидным воздействие алкоголя на организм. Упражнение можно усложнить, попросив участника считать свои шаги вслух.

**Осмысление.** Вопросы для обсуждения и связи с реальной ситуацией на дороге.

- *Что представляет собой полоса на полу?* – Полоса представляет собой дорогу, по которой мы едем. Как только участник надевает очки, в большинстве случаев он не сразу находит линию, по которой необходимо пройти. Соответственно на дороге водитель затрудняется двигаться строго по своей полосе движения. Это представляет риск опасности ДТП. Упражнение дает возможность ощутить сложности, которые испытывает тело при поддержании равновесия и чувства ориентации при наличии алкоголя в организме.
- *Какую часть автомобиля представляет собой рука тренера?* – Удар рукой по руке тренера можно сопоставить с попаданием ногой на педаль тормоза автомобиля или с попаданием на любую кнопку на панели управления. Люди с содержанием алкоголя в крови, управляя автомобилем, не контролируют точность и усилие, которые необходимы, чтобы своевременно нажать на тормоз и избежать столкновения. Зачастую участникам требуется до пяти попыток, чтобы попасть своей рукой по центру руки тренера. Усилие, с которым они это делают, также не соответствует расстоянию, на котором они находятся.
- *Употребление одной рюмки алкоголя может привести к задержке нажатия на педаль тормоза и увеличить тормозной путь на три метра в непредви-*

денной ситуации. Это расстояние – разница между возможностью вернуться домой целым и невредимым и аварией, которая привела бы к увечьям на всю жизнь или даже смерти одного или нескольких пассажиров автомобиля или пешехода. Здесь будет иметь значение состояние дорожного покрытия и ряд других факторов.

При выполнении всех упражнений пользуйтесь общей инструкцией для проведения упражнений со специальными очками, приведенной выше.

## Упражнение 2. «СМС сообщение на телефоне»

**Материалы:** Мобильный телефон участника. Предмет, имитирующий руль автомобиля. Специальные очки.

**Выполнение:** Попросите участника без специальных очков набрать текстовое сообщение: «Возвращаюсь, немного опоздаю». Набирая сообщение, другой рукой он должен держать предмет, имитирующий руль. Попросите его, чтобы он ходил по помещению и остановился, как только закончит набирать сообщение.

Затем участник надевает специальные очки. И снова набирает то же сообщение, двигаясь по помещению с «рулем» в другой руке, останавливается, как только наберет сообщение. Затем кто-то из участников (или он сам) читает сообщение вслух.

**Примечание:** пользуйтесь общими правилами проведения упражнений, указанными выше.

**Осмысление:** Использование мобильного телефона для написания SMS-сообщений или звонка во время вождения чрезвычайно опасно и крайне нежелательно, т. к. является значительным отвлекающим фактором. Управление автомобилем требует полной концентрации внимания. При наличии алкоголя в крови внимание значительно снижается, увеличивая возможность аварии. Использование телефона усугубляет ситуацию.

### Наблюдал ли участник за дорогой, по которой он «вёл автомобиль»?

Замечено, что большинство участников, выполняющих данное упражнение, не смотрят вперёд, когда они набирают сообщение. Когда кто-то пытается набрать сообщение без ошибок, он больше концентрируется на экране телефона, чем на дороге. Еще один фактор – скорость движения. Одинаково опасно ехать медленно по скоростной магистрали и быстро по обычной дороге.

## Упражнение 3. «Возвращаясь с праздника»

**Материалы:** Специальные очки, дорожные конусы, два стула, ключи, замок.

**Выполнение:** Установите конусы на полу зигзагом с достаточным расстоянием между ними для прохода и стулом таким образом, чтобы участник мог пройти зигзагом вокруг них к столу с замком на противоположном конце. Участник садится на стул. Тренер дает ему ключ. Участник встает и идет зигзагом между конусами, смотря прямо с поднятой головой. После того, как участник подойдет к столу, попросите его открыть замок. Сначала проделайте упражнение сами БЕЗ очков, чтобы показать, что требуется от участника.

Попросите первого участника выполнить задание, как описано выше (сесть, встать, пройти зигзагом, поднять ключ, открыть замок, подвинуть стул, «войти» в дверь) без использования очков. После этого попросите того же участника выполнить те же действия, надев очки.

Предложите всем наблюдать за малейшими изменениями в поведении человека, выполняющего упражнение.

**Примечание:** пользуйтесь общими правилами проведения упражнений, указанными выше.

**Осмысление.** Вопросы, которые помогут вам получить мнение участников группы, а также дать разъяснения.

**Вопросы сначала участнику, затем зрителям:** хорошо ли выполнено упражнение без очков? А в очках? В чем заметили разницу?

**Ваш комментарий:** Так как специальные очки «обманывают» мозг, привычное нормальное восприятие окружения невозможно, и поэтому упражнение в очках выполняется с искаженными реакциями и действиями.

**Вопрос:** Что могут означать конусы в реальной жизни? Людей, стены, автомобили, т.д.

**Вопрос:** Как участник обходил препятствия?

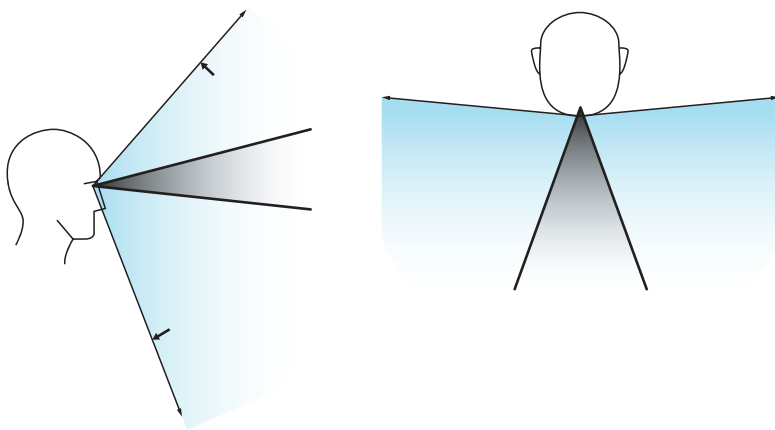
Отмечается, что участник выполняет данное упражнение следующим образом:

1. Не идет зигзагом, то есть направляется по прямой там, где должен был повернуть.
2. Ошибки в ориентации и на поворотах.

3. С ошибками «входит» в поворот – либо резко, либо поздно.
4. Недостаточно плавно «входит» в поворот или слишком резко срезает углы, сбивает дорожные конусы.
5. Меняется скорость выполнения упражнения.
  - Что произойдет в реальной жизни, если человек слишком плавно входит в поворот? – Съедет с дороги или столкнется с другими автомобилями или объектами.
  - Что произойдет в реальной жизни, если человек слишком резко повернет? – Недостаточная плавность при повороте может привести к ДТП, перевороту автомобиля, столкновению с другими транспортными средствами, предметами или людьми.

Упражнение можно упростить до прохождения восьмерки вокруг двух стульев.

## Упражнение 4. «Как в тоннеле»



**Материалы:** Специальные очки.

**Выполнение:** пригласите желающего для выполнения упражнения встать перед группой, вытянув руки вперед. (Рядом продемонстрируйте сами)

Попросите участника вытянуть руки вперед ладонями внутрь и понемногу разводить их до того предела, пока он еще может их видеть. Этот диапазон составит примерно 180°. Теперь, попросите участника надеть специальные очки и выполнить то же упражнение. Измерьте разницу между углом до использования очков и после.

**Примечание:** пользуйтесь общими правилами проведения упражнений, указанными выше.

**Поясните:** Зрение человека позволяет охватить поле в 180°, это называется ПЕРИФЕРИЧЕСКИМ или БОКОВЫМ ЗРЕНИЕМ. Когда человек использует очки, это поле сокращается. Когда мы садимся в автомобиль, оно сокращается ещё больше, а употребляя алкоголь, оно становится «как в тоннеле».

**Осмысление:** Вождение транспортного средства – сложный процесс, который требует большого количества физических и умственных способностей (зрение, рефлексы, координация, концентрация и т.д.), чтобы избежать аварии.

Данное упражнение позволяет понять, как употребление алкоголя влияет на одно из наиболее важных для вождения органа чувств – зрение. Большинство наших действий определяется этим чувством, а оказание на него влияния может привести к необратимым последствиям.

- Какие факторы мы должны принимать во внимание при вождении?  
Водитель должен учитывать различные факторы:
  - Безопасность, которую мы можем обеспечить сами (использование ремня безопасности, специальные кресла для детей, состояние автомобиля, недопустимость использования мобильных телефонов без специальных устройств, расстояние и скорость),
  - Независящие от водителя факторы (климатические условия, состояние дороги, неожиданные внешние помехи, например, другие люди, животные и т.п.)
- Что может оказаться в поле зрения, которое нам недоступно в очках?  
Там могут находиться люди, другие транспортные средства, стена, деревья, светофор, животные, перекрёсток и т.д. Все эти элементы, которые мы не видим, могут стать объектами аварии.

## Упражнение 5. «Рефлексы»

**Материалы:** 1 или 2 мягких мяча. Специальные очки.

**Примечание:** пользуйтесь общими правилами проведения упражнений, указанными выше.

**Выполнение:** Попросите 2 желающих выйти для выполнения упражнения. Скажите, чтобы они начали кидать мяч друг другу (без участия зрителей). Сначала это необходимо делать медленно, затем быстрее без очков (примерно в течение минуты).

Перед тем, как участники наденут очки, предложите зрителям следить за их движениями, направлением усилий, координацией действий, скоростью, количеством бросков и попаданий в единицу времени.

Участники бросают мяч друг другу, надев очки (примерно в течение минуты). Можете разнообразить упражнение, добавив еще один мяч. Мяч можно кидать в ведро. 3 раза без очков и 3 раза в очках с расстояния в 2-3 метра.

Попросите участников вернуться на свои места и задайте вопрос группе: **«Кому бы из них вы дали ключи от машины, чтобы вернуться домой?»**. Ожидаемый ответ: «Никому». Спросите, что участники заметили при выполнении упражнения и как можно перенести это в повседневную жизнь. Объясните характеристики опьянения (таблица ниже) и риски садиться в машину, за рулем которой такой человек. Напомните, что трезвый пассажир тоже несет ответственность.

**Осмысление:** Когда мы играем с мячом, мы задействуем определенные способности (координацию, ориентацию в пространстве, рефлексy и т.д.). И, возможно, у нас это не очень хорошо получается, кому-то это стоит немного больших усилий, но при использовании специальных очков в большей или меньшей степени оказывается влияние на наше зрение, и нам требуется гораздо больше усилий для выполнения этого упражнения. То же самое происходит при вождении. Уровень риска увеличивается, когда мы теряем эти способности.

Возможно, кто-то из группы скажет, что его товарищ сумел хорошо выполнить упражнение. Тренер должен обращать внимание на комментарии группы и настоять, чтобы участники внимательно наблюдали за каждым движением в упражнении и следили за деталями: слишком медленно, спотыкался, поднимал руки, чтобы удержать равновесие и т.п. Эти детали будут важны при переносе полученного опыта на реальную жизнь. Необходимо донести это до группы, чтобы у них не сложилось неверное представление об упражнении.

### **Кому из участников вечеринки вы бы дали ключи от своей машины?**

Один из выводов данного упражнения – «опасный пьяный». Под «опасным пьяным» мы подразумеваем человека, который с виду не проявляет признаков опьянения, хотя принимал алкогольные напитки. Т.е. самый опасный пьяный тот, кто выпил совсем немного и внешне трудно определить, что человек находится под воздействием алкоголя. Правильный ответ на этот вопрос: «Никому». Пример такой ситуации: возвращаясь домой или отправляясь из одного места в другое праздничным вечером, люди отдают ключи от машины тому, кто с виду трезв. Это

решение опасно, так как хотя у человека малая концентрация этилового спирта в крови, *изменения в восприятии и времени реакции уже заметны*. Мысль, которую необходимо донести: *неважно, сколько вы выпили – если в организме есть алкоголь, лучше вызвать такси, попросить трезвого человека сесть за руль, выспаться и т.д., но НЕ САДИТЬСЯ ЗА РУЛЬ САМОМУ ИЛИ В МАШИНУ С ВЫПИВШИМ ВОДИТЕЛЕМ*.

## Другие варианты возможных упражнений

- Уронили права при остановке автомобиля. Поднимите (в очках – и без них).
- Пройдите по линии между конусами, не задевая их.
- Закиньте теннисный мячик (можно заменить скомканной бумагой) в ведро.
- Пройдите восьмеркой между двух стульев, не задевая их.
- Предложите участнику пройти прямо по направлению к вам (или другому участнику) с расстояния 4-6 метров и, не задев друг друга, занять исходное положение партнера.

**Внимание!** Внимательно следите за движениями каждого участника при выполнении упражнения в специальных очках. Очки искажают зрение, некоторые могут испытывать дискомфорт и головокружение.

Если кто-то в группе страдает от «морской болезни» лучше предложить им остаться в числе зрителей и не исполнять упражнения в очках.

Упражнения в очках часто вызывают смех участников. Не останавливайте его. Позвольте им делать необидные, смешные комментарии и веселиться. Как только начнется обсуждение упражнения, помогите участникам серьезно обсудить возможные последствия и опасности поведения и вождения под влиянием алкоголя.

Эффективность упражнений зависит от того, как преподаватель сможет провести дискуссию по каждому упражнению и показать связь с реальными действиями в автомобиле и на дороге.

Не позволяйте участнику находится в очках более 10 минут, наступает привыкание, эффект воздействия снижается.

Не забывайте подстраховывать участника, исполняющего упражнение в очках. Периодически спрашивайте, как он себя чувствует.

## Приложение 2. Методические рекомендации ведущему занятию «Алкоголь и автомобиль»

Занятие «Алкоголь и автомобиль» несколько отличается от традиционной формы теоретического занятия в автошколе. Оно включает в себя интерактивные методы работы (игры, дискуссии, групповую работу) и является удобной формой донесения информации до участников. Такое занятие имеет свои особенности.

При общении с участниками семинара ведущему следует помнить, что общение направлено на достижение конкретной цели и, приглашая участников к интерактивному общению, не позволять им отклоняться от основной темы.

Интерактивное занятие со слушателями автошкол в рамках проекта «Автотрезвость» требует особых качеств преподавателя, а именно:

- коммуникабельность;
- готовность к публичным выступлениям (включая открытые уроки);
- способность инициировать и поддерживать дискуссии по темам модуля;
- иметь личное убеждение в значимости профилактической работы по проблемам ВНС.

Преподаватель должен уметь:

- ясно излагать содержание тем модуля, связывать их с практическими упражнениями;
- уместно использовать примеры из собственного опыта или опыта других людей;
- использовать различные методы (лекция, презентация, беседа, дискуссия, работа в группах, тестирование) и средства обучения (очки, наглядные материалы);
- давать инструкции группе по технике безопасности и исполнению упражнений;
- задавать вопросы, выслушивать ответы, делать выводы;
- контролировать время;
- работать с каждым участником, равномерно распределяя внимание и активность;
- разрешать конфликты и снижать напряжение в группе; конструктивно реагировать на любые формы поведения участников.

## Что должен знать и уметь ведущий

1. Информация по всем темам модуля «Алкоголь и вождение».
2. Коммуникативные навыки (вопросы, техники общения с аудиторией), или умение эффективно донести информацию.
3. Методы работы с группой.
4. Особенности работы с группой.

### 1. Владение информацией. Темы модуля «Алкоголь и вождение».

- Статистика автодорожного травматизма в мире, в России, в регионе участия.
- Алкоголь и его влияние на организм человека.
- Что влияет на риски совершения ДТП.
- Требования российского законодательства в отношении ВНС и ответственность нарушителей.
- Надзорные действия полиции в отношении ВНС.
- Мифы об употреблении алкоголя.
- Как избежать нетрезвого вождения.

Все темы изложены в пособии для преподавателя и отражены в наглядной презентации.

### 2. Коммуникативные навыки

- **С вниманием и уважением относиться к мнению любого участника группы** – стимул к самовыражению слушателей.
- **Внимательно выслушать и понять собеседника** – важное качество, которое помогает расположить собеседника к себе, заинтересовать не только одного человека, но и группу. Это умение помогает в проведении дискуссий, спорных обсуждений. Если вы дадите возможность участнику высказаться, не перебивая его, сосредотачиваясь на его словах, вы можете больше узнать о мыслях и чувствах этого человека, что в свою очередь поможет ему высказать свою точку зрения.
- **Наблюдать за каждым участником группы и группой в целом.** Информация, полученная таким образом очень ценна. Наблюдая за участниками можно понять, насколько их интересует происходящее в группе, насколько эффективно действует ведущий. Это поможет вам вовремя изменить что-либо в своих действиях или в программе занятия.

- **Умение задавать вопросы.** Важный навык, который у многих приходит только с опытом. От него зависит ход дискуссии, которая является важной частью занятия. С помощью вопросов можно заставить участников задуматься, а это шанс изменить их отношение и поведение на менее рискованное. Если вы правильно сформулировали вопрос, вы, скорее всего, получите адекватный ответ. Вопрос – удобный инструмент ведущего. Например, в ситуации, когда участник высказывает нежелательные установки, ведущий может отреагировать по-разному: в утвердительной форме «Вы не правы. Это делать рискованно!» или в вопросительной «Известны ли вам случаи, когда ...?»

Чтобы больше вовлечь участников в обсуждение темы занятия, важно задавать вопросы. Ниже приведены несколько видов вопросов, которыми вы можете пользоваться для достижения нужного результата в конкретный момент обсуждения.

- **Открытые вопросы** помогают выявить субъективное отношение и знания участника и получить больше информации.
- **Закрытые вопросы** помогают получить точную информацию или перехватить инициативу.
- **Риторические вопросы** помогут Вам заинтересовать участника и создать благоприятную атмосферу.
- Чтобы оказать на участника мягкое давление и направить его мысли в нужном для Вас направлении, задавайте **альтернативные вопросы**.
- **Блокирующие вопросы** помогут Вам перевести разговор в конструктивное русло в случае конфликтной ситуации, включающей намеки и обвинения.

Тип вопроса	Ситуация	Пример
<p><b>Открытые.</b> Начинаются со слов «что», «как», «где», «почему», «когда», «чем»</p>	<p>Сбор информации и обстановка доброжелательного общения</p>	<p><i>На чем основана ваша позиция? Каким образом, на ваш взгляд, это нужно сделать? Что послужило причиной такого выбора?</i></p>
<p><b>Закрытые.</b> Подразумевают однозначный ответ (дата, название, точное количество), ответ «да/нет»</p>	<p>Обстановка, требующая перехвата инициативы</p>	<p><i>Вы уже приняли решение? Вы можете ответить на мой вопрос?</i></p>
<p><b>Альтернативные.</b> Несколько вариантов ответа (на выбор)</p>	<p>При необходимости оказать мягкое давление или поставить человека перед конкретным выбором.</p>	<p><i>Для вас предпочтительнее первый или второй вариант? Вас интересует мировая статистика, статистика по России или области?</i></p>
<p><b>Блокирующие.</b> Обобщают, уточняют, конкретизируют</p>	<p>Претензии, недовольство, обвинения.</p>	<p><i>Скажите, как именно? Когда конкретно?</i></p>
<p><b>Риторические.</b> Не требуют ответа либо подразумевают выгодный вам ответ (скажи мне «да»)</p>	<p>Повышение заинтересованности</p>	<p><i>Вам хотелось бы тратить меньше времени на процедуру оценки ситуации? Хотите сохранить здоровье и продлить молодость?</i></p>

## Дополнительные коммуникативные техники, которыми может пользоваться ведущий

**Уточнение** помогает сделать сообщение более понятным и способствует более точному его восприятию слушающим. Чтобы уточнить смысл отдельных высказываний участников, ведущий может использовать конструкции типа:

- Не повторите ли Вы еще раз...
- Правильно ли я понял? ...
- Попробуйте объяснить это еще раз....
- Не могли бы Вы повторить это еще раз на примере того, что вы только что видели?

Этот прием можно использовать как для уточнения, так и для того, чтобы еще раз обратить внимание группы на конкретное высказывание.

**Резюме** подытоживает основные идеи. Этот прием применим после продолжительных монологов. Резюме делает ведущий, подытоживая вышесказанное им или участниками. Нередко, это позволяет ему выразить свою мысль более четко и понятно и завершить дискуссию.

**Децентрация** предлагает добавить еще одну точку зрения на ситуацию. Используйте децентрацию тогда, когда участник не в состоянии посмотреть на ситуацию с другой стороны.

Например:

- Посмотрите на это событие глазами... (например, предлагается позиция другого участника ДТП, полицейского, пешехода).

**Парафраз** перефразирует и возвращает участнику ту основную мысль высказывания, которую ведущий понял, с целью выяснения, правильно ли он его понял. Чаще всего начинается со слов: «Правильно ли я тебя понял, что...», «Ты имеешь в виду...», «Вы сейчас говорите о том, что...».

**Положительное подкрепление** – как невербальная форма одобрения, так и вербальная позитивная оценка, признание достоинств участников семинара, оглашение своих позитивных впечатлений по поводу происходящего, благодарность за совместную работу. Помогает снять напряжение и вовлечь участников в более активное обсуждение проблемы.

Работая с участниками, ведущий семинара неизбежно сталкивается с их вопросами, с личным отношением к обсуждаемой теме, с уже сформировавшейся

жизненной позицией и системой ценностей. Как отреагировать на каверзный вопрос, на саркастическое замечание? Что предпринять, если в учебной группе сидит «провокатор»?

## Ключевые ошибки работы с вопросами.

- Ведущий начинает отвечать на вопрос, не дослушав его.
- При ответе на вопрос, ведущий, не повторяет вопроса (часто бывает необходимо).
- Ведущий воспринимает вопрос как знак агрессии, занимая защитную или оправдательную позицию.

## Рекомендации по работе с трудными вопросами.

- **Держите паузу.** После того, как вам задан вопрос, сосчитайте как минимум до пяти, и после этого начинайте свой ответ.
- Прежде чем начать ответ на вопрос, **выразите свое отношение** к вопросу. Например: «Спасибо, это очень интересный/уместный/актуальный вопрос», «Спасибо, вопрос для меня оказался неожиданным» или «Спасибо, я уже не раз думал над этим вопросом и ответ на него неоднозначный».
- **Повторите вопрос** как он был задан или своими словами. Например: «Насколько я понял, Вас интересует...». При повторении вопроса чрезвычайно важно использовать вводные обороты, такие как: «Насколько я Вас понял..., Суть вопроса заключается в том, что ...».
- **Не воспринимайте вопросы, как знак агрессии против Вас**, поэтому не защищайтесь и не оправдывайтесь, поскольку это может вызвать агрессивность аудитории.
- Старайтесь дать **краткий ответ**, не вдаваясь во множество деталей. Не превращайте ответы на вопросы в еще одно выступление – длинные ответы раздражают аудиторию.
- Отвечая на вопрос, **адресуйте ответ не задавшему, а всей группе.**
- **Помните:** Вы не обязаны все знать, и иногда можно признаться, что Вы затрудняетесь ответить на вопрос. Пообещайте найти ответ к следующему занятию.
- Если, по Вашему мнению, кто-то из участников сможет ответить на заданный вопрос, предоставьте такую возможность – **переадресуйте** вопрос группе или другому участнику.
- **Регламент вопросов и ответов** установите заранее, что позволит вам вовремя прекратить серию вопросов.

### 3. Методы работы с группой.

**Лекция** (5 % усвоения) – наиболее быстрый способ предоставления необходимой информации неограниченному количеству людей. Недостатком этого метода является то, что он ставит участника в пассивную позицию слушателя, что приводит к зеванию, засыпанию и другим отвлечениям.

**Чтение** (10 % усвоения) – в этом может помочь презентация, которая сопровождает вашу лекцию.

**Использование аудио и видео-материалов** (20 % усвоения).

**Использование наглядных пособий** (30 % усвоения). Используя наглядные пособия, ведущий помогает участникам запоминать и усваивать информацию всеми каналами и восприятия: зрением, слухом, осязанием и обонянием.

**Дискуссия** возникает тогда, когда у каждого участника есть возможность высказать свое мнение по теме на основании своих знаний и опыта. Это обмен мнениями. Часто дискуссия принимает острый характер, особенно когда заявляемая тема касается жизненных принципов, традиций и личных переживаний участников). Иногда стороны не достигают единодушия. Но такая дискуссия может подвигнуть человека задуматься, изменить или пересмотреть свои установки. Чтобы спор не вышел за пределы темы занятия, ведущий должен подытожить рассуждения всех сторон, обсудить сходство и различие позиций. Ведущий следит за тем, чтобы каждый желающий мог высказаться, приглашает к участию «молчунов», следит за тем, чтобы группа внимательно выслушивала мнение каждого.

**Мозговой штурм** (генератор идей и предложений) – хороший способ быстрого включения всех членов группы в работу на основе свободного выражения своих мыслей по рассматриваемому вопросу. Основные правила:

- сформулировать вопрос (например: как можно повлиять на друга, если он, выпив, садится за руль?);
- установить временные рамки;
- фиксировать (записывать на доске или флипчарте) каждый ответ;
- не критиковать и не оценивать предложенные варианты;
- подвести итоги, выделить наиболее эффективные предложения.

**Групповые задания**, когда задается вопрос, ведущий делит слушателей на 2-3 группы, в группах назначаются докладчики, несколько групп одновременно обдумывают, а затем объявляют свое решение.

Примеры заданий для групп:

- Предложите возможные безопасные решения, если вы с автомобилем, а ситуация заставляет вас принять алкоголь.
- Предложите ответы на навязчивые предложения выпить алкоголь, если вы за рулем.
- Предложите способы остановить знакомого (незнакомого) человека, если видите, что он, выпив, собирается сесть за руль.

**Обучение практикой действия** (70 % усвоения) – проигрывание ситуаций, самостоятельные исследования.

**Ролевые игры.**

## Особенности работы с группой

**Сложные участники.** Независимо от того, с каким энтузиазмом Вы относитесь к этому занятию, Вам не раз придется столкнуться с трудными участниками в группе. Очень осторожно оценивайте реакции таких людей. У нас у всех бывают трудные дни, плохое настроение, плохое самочувствие. Из-за этого мы можем стать резкими.

Как правило, большинство из «трудных» членов группы искренне полагают, что они ведут себя «хорошо», а замечания им делают незаслуженно. Как сделать так, чтобы поведение некоторых участников группы не мешало работе всех?

**Обычно за поведением сложных участников стоит одна из следующих целей:**

- 1) Привлечение внимания, самоутверждение.
- 2) Влияние (власть, противостояние).

Сложных участников можно разделить на три категории.

<b>Многословный</b> (монополизирует возможность высказывания)	Говорит много, невпопад, уводит группу и тренера от основной темы, деструктивен.
<b>Саркастичный</b>	Подвергает сомнению происходящее. Активно выражает свое мнение, чаще всего в негативном плане.
<b>«Советчик»</b> (постоянно занят другими, а не самим собой)	Как и многословный говорит много, демонстрирует свое превосходство в знаниях и навыках (даже в том случае, когда этого нет).

## Многословные участники

Иногда участники и ведущий подолгу ждут, пока многословный член группы остановит свою речь. Возможно, Вы лично обратитесь к нему и сообщите о том, что Вы наблюдаете. Можно сказать, например: «Я рад каждому, кто активно участвует в обсуждении тем семинара и берет слово, но в то же время мне бы хотелось, чтобы все могли высказаться и имели для этого равные возможности. Спасибо Вам за ответ, но времени мало и нам надо двигаться дальше». Также Вы можете задать участнику альтернативный вопрос.

## Саркастичные или циничные участники

Такие участники подшучивают над другими и ведущим, отпускают пренебрежительные или ироничные замечания. Эти участники могут ставить под сомнение справедливость той информации, которую Вы даете. Воспользуйтесь блокирующим вопросом. Скажите участнику о том, как важно для Вас его мнение, что оно имеет место быть, и Вы его уважаете, но вся информация является научно доказанной, статистически верной и взята из открытых источников ВОЗ, ГИБДД и т.п.

## «Советчики», «утешители» и «мудрецы»

«Советчики» и «мудрецы», хвастающиеся тем, какие знания у них есть в этой области. Они часто являются причиной проблем в группе. Такие участники оттягивают внимание с ведущего на себя, подрывая его авторитет как эксперта, тратят время семинара и не дают высказываться другим участникам. Таким участникам необходимо задавать закрытые, альтернативные и блокирующие вопросы.

## Проблемные ситуации в работе с участниками

Работа в формате обучающего семинара, в отличие от традиционной лекции, подразумевает большую активность как ведущего по отношению к участникам, так и наоборот. Дискуссии, обсуждение актуальных вопросов и решение проблемных ситуаций – неотъемлемые части такого занятия. Вы можете столкнуться с постоянными комментариям чересчур активных участников. Кто-то из участников или группа будут выражать сомнения в правильности и достоверности даваемой Вами информации. Чаще всего любая проблемная ситуация, определенное «сопротивление» отдельного участника или целой группы возникает в ответ на неудовлетворенную потребность участника или группы в чем-либо.

### **Ключевые потребности, вызывающие сопротивление:**

- покой (оставьте меня в покое);
- внимание (уделите мне внимание);
- скука.

### **Наиболее частые формы проявления сопротивления:**

- скука;
- конкуренция;
- агрессия;
- привлечение внимания.

### **Чего НЕ НАДО делать с сопротивлением:**

- ломать, искоренять;
- обвинять участника, обижаться на него;
- воспринимать как недочет своей работы, думать, что это «плохо»;
- игнорировать, прятать.

### **Роль ведущего:**

- создавать условия для обмена мнениями, выражения чувств и позиций участниками;
- оставаться ведущим общей темы и не вступать в личную конкуренцию;
- не самоутверждаться за счет участников.

### **Не зависимо от того какие люди стали участниками учебной группы и как они себя проявят во время обучения ведущему важно помнить ключевые правила работы с сопротивлением:**

- не отвечать теми же эмоциями;
- не игнорировать;
- вступить в прямой открытый контакт;
- направить свое внимание ОСОЗНАННО на человека.

Каждый ведущий обладает индивидуальными особенностями свойственными лишь ему. Отличное знание предмета, уважение к другим и опыт межличностных отношений помогут Вам провести семинар на высоком профессиональном уровне.

***Желаем Вам Удачи!***

## Приложение 3. Порядок внесения изменений и дополнений в программы подготовки водителей транспортных средств в автошколе

В 2014-2015 годах в рамках глобальной реформы автошкол в России практически все автошколы страны прошли аттестацию и получили Примерные программы, разработанные Министерством образования и науки Российской Федерации. На основании этих Примерных программ в автошколах готовились свои программы и учебные планы.

Существуют нормативные акты, касающиеся разработки новых методик преподавания и контроля знаний слушателей, используемые в системе высшего и профессионального образования. Практически в каждой автошколе, прошедшей аттестацию и имеющей лицензию на образовательную деятельность, имеется **внутренний документ** (это может быть Положение или Приказ руководителя), который и может быть основанием для внесения изменений в программы профессиональной подготовки водителей. Приведем пример такого документа.

**«Положение о разработке учебных планов и программ профессиональной подготовки и переподготовки водителей автотранспортных средств»**

Содержание:

1. Область применения
  2. Общие положения
  3. Хранение и доступность программы
  - 4. Обновление учебных планов и программ**
  5. Порядок построения программ
  6. Требования к оформлению программ
- Приложение А  
Приложение Б  
Приложение В

### **Раздел 4. Обновление учебных планов и программ**

**4.1. Изменения и дополнения, вносимые в программу, оформляются в установленной форме (Приложение А) и вкладываются во все учтенные экземпляры.**

#### **4.2. Полное обновление программ производят:**

- при утверждении новых примерных программ;
- в случае существенных изменений, вносимых в программу.

#### **4.3. Изменения в программу вносятся в случаях:**

- изменения нормативных документов, в том числе внутренних;
- изменения учебного плана;
- изменения календарного учебного графика;
- появления новых учебников, учебных пособий и других учебно-методических материалов;
- приобретения нового оборудования;
- разработки новых методик преподавания и контроля знаний слушателей;
- предложения преподавателей, ведущих занятия по данной программе.

Ответственность за актуализацию программ возлагается на учебную часть. Изменения в программу вносятся на основании приказа директора Учебного комбината.

#### **4.4. Изменения в программы вносятся:**

- заменой отдельных листов (старый лист при этом перечеркивается, а новый лист с указанием № и даты изменения степлером прикалывается к учебной программе);
- введением дополнительных листов (дополнительному листу присваивает новый номер, например: Изм. №1 от 10.08.2013 г. стр. 7А
- выделением старого текста с указанием ссылки на новый (при незначительной корректировке изменяемые слова, символы и т.д. выделяются цветным маркером сплошной линией так, чтобы можно было прочитать зачеркнутое, рядом делается запись: Изм. № 1 от 10.08.2013 г.).

**После внесения изменений документ пригоден для использования и хранения.**

При наличии большого количества изменений и поправок, затрудняющих его понимание, при изменении основополагающей нормативной базы, а также при необходимости внесения значительных по объему изменений проводится пересмотр программы (т.е. выпускается новая программа), которая проходит все стадии верификации (проверки на пригодность), утверждения и согласования в ГИБДД.

**Изменения в программу вносятся на основе приказа руководителя организации**

Образец приказа:

**НАИМЕНОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ**

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

г. Ульяновск

**ПРИКАЗ № \_\_\_\_**

**О внесении изменений и дополнений  
в программе подготовки водителей транспортных средств**

Во исполнеие Решения Педагогического совета от 00.00.2015 г.

**ПРИКАЗЫВАЮ:**

1. Внести изменения и дополнения в программу подготовки водителей транспортных средств категории «В», согласно приложений 1 и 2.

**Директор**

<b>ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ, ВНЕСЕННЫХ В ПРОГРАММУ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ВОДИТЕЛЕЙ ТРАНСПОРТНЫХ СРЕДСТВ КАТЕГОРИИ «В»</b>			
<b>Изменение № 1</b> от 00.00.2016 г.; стр. № 00			
<b>БЫЛО</b>			
2. Этические основы деятельности водителя.	2	2	–
<b>СТАЛО</b>			
<i>2. Этические основы деятельности водителя из них: Алкоголь и вождение.</i>	2 (1)	2 (1)	–
<b>Изменение № 2</b> от 00.00.2016 г.; стр. № 00			
<b>БЫЛО</b>			
5. Саморегуляция и профилактика конфликтов (психологический практикум)	4	–	4
<b>СТАЛО</b>			
<i>5. Саморегуляция и профилактика конфликтов (психологический практикум) из них: Влияние алкоголя на опасное поведение водителя. (практический эксперимент с очками)</i>	4 (1)	– –	4 (1)
<b>Основание:</b> <b>Решение педагогического совета от 00.00.2016г.</b> <b>Заместитель директора</b>			

**ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ,  
ВНЕСЕННЫХ В ПРОГРАММУ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ВО-  
ДИТЕЛЕЙ ТРАНСПОРТНЫХ СРЕДСТВ КАТЕГОРИИ «В»**

**Дополнение № 1** от 00.00.2016 г.; стр. № 00; **Тема 2.**

**БЫЛО**

Этические нормы водителя. Ответственность водителя за безопасность на дороге.

**СТАЛО**

*Этические нормы водителя. Ответственность водителя за безопас-  
ность на дороге. Алкоголь и вождение.*

**Дополнение № 2** от 00.00.2016 г.; стр. № 00; **Тема 5** (до первого абзаца).

*Упражнения с очками, имитирующими состояние алкогольного опьянения*

**Дополнение № 3** от 00.00.2016 г.; стр. № 00; **Перечень учебного оборудо-  
вания**; раздел: «Оборудование и технические средства обучения».

*Оптический прибор «Очки, имитирующие состояние алкогольного опья-  
нения»*

**Дополнение № 4** от 00.00.2016 г.; стр. № 00; **Перечень учебного обору-  
дования**; раздел: «Учебно-наглядные пособия», «Психофизиологические  
основы деятельности водителя».

*Алкоголь и вождение (Методическое пособие, презентация)*

**Основание:**

**Решение педагогического совета от 00.00.2016г.**

**Заместитель директора**

## Как вносятся изменения в программы

- **заменой отдельных листов** (старый лист при этом перечеркивается, а новый лист с указанием № и даты изменения степлером прикалывается к учебной программе);
- **введением дополнительных листов** (дополнительному листу присваивается новый номер, например: Изм. №1 от 10.08.2013 г. стр. 7А );
- **выделением старого текста с указанием ссылки на новый** (при незначительной корректировке изменяемые слова, символы и т.д. выделяются цветным маркером сплошной линией так, чтобы можно было прочитать зачеркнутое, рядом делается запись: Изм. № 1 от 10.08.2013 г.).



После внесения изменений в программы не забудьте внести изменения в расписание занятий. А также учитывать их при заполнении журналов.



**#питьнелъзярулить**  
**[www.gibdd.ru/r/67](http://www.gibdd.ru/r/67)**

**Выражение признательности  
за участие в подготовке второго издания пособия  
«Алкоголь и автомобиль»**

*Моисееву Сергею Юрьевичу*, директору учебного центра «Актив-Безопасность»;

*Шевченко Светлане Владимировне*, директору направления социальных проектов центра «Искусство тренинга»;

*Костив Оксане Игоревне*, специалисту по корпоративной социальной ответственности Pernod Ricard Rouss;

*Полуэктовой Ирине Викторовне*, заместителю руководителя группы компаний «Ульяновскавтотранс» за помощь в разработке рекомендаций по включению нового модуля в учебный курс автошколы;

*Полежаеву Анатолию Андреевичу*, директору НОУ АШ ДОСААФ (Добровольное общество содействия армии и флоту) г. Сафоново Смоленской области;

*Байшегурову Рафису Рифовичу*, преподавателю автошколы «Фортуна Плюс А» города Стерлитамака (Республика Башкортостан);

*Сазоновой Юлии Юрьевне*, психологу автошколы «На Южном» г. Курска,

Участникам совещаний и «фокус-групп» – специалистам, преподавателям и курсантам автошкол Смоленской и Ульяновской областей, городов Стерлитамака (Республика Башкортостан) и Курска, за активную работу по адаптации и внедрению учебного модуля в программы автошкол.

*Международному альянсу за ответственное потребление алкоголя (IARD, International Alliance for Responsible Drinking)*

*Некоммерческому партнерству «Комитет производителей алкогольной продукции»* за помощь и участие в организации разработки и внедрения учебного модуля в автошколах на территории Смоленской области и г. Москвы.

# АЛКОГОЛЬ И АВТОМОБИЛЬ

## Методическое пособие для преподавателей и специалистов

Настоящее пособие разработано в рамках социального проекта «Автотрезвость» как дополнение к общему теоретическому курсу по правилам дорожного движения при подготовке кандидатов в водители в автошколах, для работников системы здравоохранения и иных организаций, занимающихся профилактической и просветительской деятельностью. Пособие является частью комплекта учебного модуля, в который также входят наглядная презентация на слайдах, видео ролики, учебные очки, имитирующие состояние алкогольного опьянения, и тест для оценки эффективности курса. Для проведения занятий могут использоваться разработанные в рамках проекта раздаточные материалы (памятки для водителя, плакаты, наклейки и т.п.).

ISBN 978-5-906900-08-1







#ПИТЬНЕЛЬЗЯРУЛИТЬ  
#АВТОТРЕЗВОСТЬ