



Opplæring for bedrifter:
Økonomisk kjøring

Lavere drivstofforbruk – Tryggere kjørestil – Reduserte bilkostnader – Mindre utslipp



Kursbeskrivelse

Målet med kurset:

Målet med kurset er å redusere de totale utgiftene på vognparken gjennom redusert forbruk av drivstoff, mindre slitasje og reduksjon i skadefrekvens samt bidra til et renere miljø.

I tillegg vil kurset motivere for og bevisstgjøre deltagerne på metoder som kan gi varig endret kjørestil. Dette vil også bidra til å styrke firmaets profil.

Læringsmetode:

Kurset er delt i tre deler; innledende teori, praktisk kjøring i trafikk samt en avsluttende del med refleksjon og oppsummering. I undervisningen benyttes moderne presentasjonsverktøy for å skape god forståelse og engasjement hos deltagerne. Det benyttes filmopptak fra trafikale situasjoner som blir benyttet i den innledende teoretiske delen. På denne måten vil ulike kjøremønstre og trafikale situasjoner kunne eksemplifiseres og diskuteres. Ferdighet i å lese trafikkbildet for derigjennom å planlegge sin kjøring, utnyttelse av kjøretøyets energi samt fart og akselerasjon er noen av temaene som vil bli belyst.

Dette skal føre til en bevisstgjøring i forhold til egen kjøreadferd både hva gjelder økonomi, sikkerhet og hvordan kjørestilen fungerer i forhold til firmaets profil.

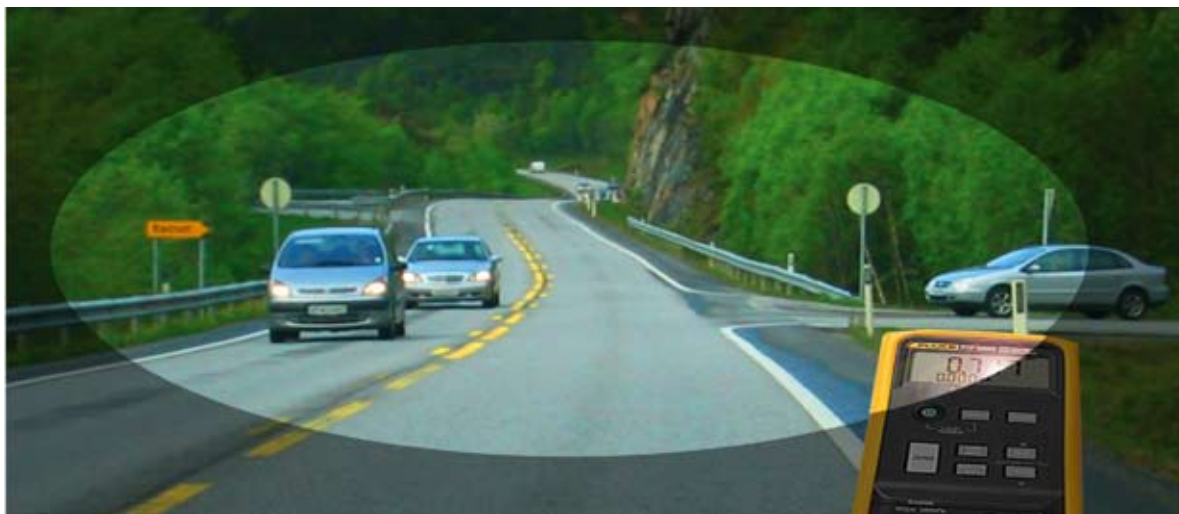
For at deltagerne skal oppleve kurset som meningsfylt og motiverende er det viktig at det ikke strider mot egen grunnleggende filosofi om bilkjøring. Samtidig er det viktig at deltagerne får et eierforhold til nye ideer og kjørestil gjennom egne opplevelser. Dette vil motivere til å fortsette egen utvikling innen økonomisk kjøring.

Øvingsområder:

Vei med variert topografi og kjøring i bymessige strøk.

Varighet:

Inntil 4 timer.





Kursinnhold

- Innledende teori
- Praktisk gjennomføring
- Refleksjon, oppsummering og evaluering

Velkommen

- Presentasjon av instruktører og deltagere
- Tidsrammer
- Klargjøring av den praktiske gjennomføringen

Tidsforbruk: Ca. 15 min.

Innledende teori i plenum

- Erfaringer ved bruk av firmaets kjøretøy med tanke på bruk og vedlikehold.
- Hva er økonomisk kjøring, og hva innebærer dette?
- Faktorer som påvirker kjørestilen vår.
- Hvordan oppnå et bedre samarbeide i trafikken gjennom en tydeligere kjørestil.
- Forpliktelser og ansvar ved bruk av firmalogo i trafikken.
- Inndeling i grupper og fordeling av deltagerne.

Tidsforbruk: Ca. 45 min.

Praktisk gjennomføring

Deltagerne fordeles i grupper, og kjører en på forhånd fastlagt rute i variert trafikkmiljø. De får tildelt spesifikke roller/oppgaver under kjøringen, og veksler på hvilken oppgave/rolle de har. Drivstoffforbruket og tiden for hver runde vil bli målt.

Tidsbruk: Ca. 45 min.

Refleksjon, oppsummering og evaluering

Deltagerne utveksler erfaringer fra kjøringen hvor resultatene av målingene diskuteres. Forbruk av drivstoff og utslipp av miljøfarlige gasser settes i sammenheng med de ulike trafikale situasjonene deltagerne kom opp i.

Til slutt en oppsummering av de mest sentrale prinsippene for hvordan man kan oppnå gode økonomiske og miljømessige gevinster.

Kurset avsluttes med evaluering av kursets innhold og gjennomføring.

Tidsforbruk: Ca. 30 min.



NAF Norges Automobil-Forbund
Østensjøveien 14, 0661 Oslo
P.B. 6682 Etterstad, 0609 Oslo
naf.no

Telefon: 08 505

**NAF Trafikkopplæring tilbyr ulike kurskonsepter
til næringslivet.**