

CONDUCCIÓN EFICIENTE Y DEFENSIVA PARA CONDUCCIÓN EN ENTORNO METROPOLITANO



Área: Prevención de Riesgos Laborales -Plataforma

Modalidad: Teleformación

Duración: 40 h

Precio: 300.00€

[Curso Bonificable](#)

[Contactar](#)

[Recomendar](#)

[Matricularme](#)

OBJETIVOS

La conducción eficiente y defensiva tiene varios objetivos importantes que contribuyen a la seguridad vial, el ahorro económico y la protección del medio ambiente. Prevención de accidentes, reducción del estrés, conocer detalles sobre la conducción defensiva que consiste en prever y anticiparse a las acciones de los conductores que nos rodean para evitar accidentes. Este contenido se centra en profesionales que ofrecen servicios de transporte de mercancías y mensajería principalmente en ámbito metropolitano o interurbano los cuales, podrán conocer las técnicas básicas de conducción eficiente.

CONTENIDOS

1 Introducción a la conducción eficiente 1.1 Objetivos 1.2 Importancia de la conducción eficiente y responsable 2 Normativas de tráfico 2.1 Regulaciones de tráfico y seguridad 2.2 Derechos de los conductores 2.3 Responsabilidades de los conductores 2.4 Impacto de las distracciones en la seguridad vial 2.5 Actuación en caso de accidente 2.6 Manejo de equipos de emergencia 2.7 Normativas específicas para conductores profesionales 2.8 Cuestionario: Normativas de tráfico 3 Principios básicos de la conducción eficiente 3.1 Definición y beneficios 3.2 Técnicas para reducir el consumo de energía 3.3 Educación y formación continua 3.4 Cuestionario: Principios básicos de la conducción eficiente 4 Conducción defensiva 4.1 Técnicas de conducción defensiva 4.2 Identificación y mitigación de riesgos 4.3 Cuestionario: Consideraciones sobre el etiquetado 5 Mantenimiento preventivo del vehículo 5.1 Importancia del mantenimiento regular 5.2 Mantenimiento específico para diferentes tipos de vehículos 5.3 Listado de tareas de mantenimiento básicas 5.4 Cuestionario: Mantenimiento preventivo del vehículo 6 Reducción de emisiones 6.1 Métodos para reducir las emisiones 6.2 Impacto ambiental y beneficios económicos 6.3 Cuestionario: Reducción de emisiones 7 Planificación y optimización de rutas 7.1 Estrategias para planificar rutas eficientes 7.2 Herramientas y tecnología para la optimización de rutas 7.3 Cuestionario: Planificación y optimización de rutas 8 Transporte de reparto a mayor escala 8.1 Gestión eficiente de la carga 8.2 Optimización del consumo de combustible 8.3 Estrategias para la optimización de rutas a gran escala 8.4 Seguridad y normativas de transporte de mercancías 8.5 Cuestionario: Transporte de reparto a mayor escala 8.6 Cuestionario: Cuestionario final

METODOLOGIA

- **Total libertad de horarios** para realizar el curso desde cualquier ordenador con conexión a Internet, **sin importar el sitio desde el que lo haga**. Puede comenzar la sesión en el momento del día que le sea más conveniente y dedicar el tiempo de estudio que estime más oportuno.
- En todo momento contará con un **asesoramiento de un tutor personalizado** que le guiará en su proceso de aprendizaje, ayudándole a conseguir los objetivos establecidos.
- **Hacer para aprender**, el alumno no debe ser pasivo respecto al material suministrado sino que debe participar, elaborando soluciones para los ejercicios propuestos e interactuando, de forma controlada, con el resto de usuarios.
- **El aprendizaje se realiza de una manera amena y distendida**. Para ello el tutor se comunica con su alumno y lo motiva a

participar activamente en su proceso formativo. Le facilita resúmenes teóricos de los contenidos y, va controlando su progreso a través de diversos ejercicios como por ejemplo: test de autoevaluación, casos prácticos, búsqueda de información en Internet o participación en debates junto al resto de compañeros.

- **Los contenidos del curso se actualizan para que siempre respondan a las necesidades reales del mercado.** El departamento multimedia incorpora gráficos, imágenes, videos, sonidos y elementos interactivos que complementan el aprendizaje del alumno ayudándole a finalizar el curso con éxito.

REQUISITOS

Los requisitos técnicos mínimos son:

- Navegador Microsoft Internet Explorer 5.5 o superior, con plugin de Flash, cookies y JavaScript habilitados. No se garantiza su óptimo funcionamiento en otros navegadores como Firefox, Netscape, Mozilla, etc.
- Resolución de pantalla de 800x600 y 16 bits de color o superior.
- Procesador Pentium II a 300 Mhz o superior.
- 32 Mbytes de RAM o superior.