

TOPPRO

สถาบันฝึกอบรมด้านความปลอดภัย SAFETYINTHAI

หลักสูตรอบรม

ทักษะการขับรถ
เชิงป้องกันอุบัติเหตุ
(Defensive Driving
or Behind the wheel)

I AM SAFETY IN THAI

เราได้รับการรับรองมาตรฐานด้านระบบบริหารงานคุณภาพ ISO9001 : 2015 จากสถาบันรับรองฯ URS ซึ่งเป็นระบบมาตรฐานสากลซึ่งเป็นที่ยอมรับจากนานาประเทศทั่วโลก และเรายังได้รับรองจากกรมสวัสดิการและคุ้มครองแรงงาน ให้เป็นหน่วยฝึกอบรมด้านความปลอดภัยในการทำงานอย่างเป็นทางการและถูกต้องตามกฎหมาย



ลงทะเบียนอบรมได้ที่
www.topprobooking.com

ทักษะการขับรถเชิงป้องกันอุบัติเหตุ



www.เซฟตี้อินไทย.com Search



วิทยากรได้รับการรับรอง
จากกรมสวัสดิการ
และคุ้มครองแรงงาน



เน้นทำ Workshop
ลงมือทำจริง ในห้องเรียน
บรรยากาศการเรียน
ที่เป็นกันเอง



รับใบประกาศนียบัตร
เมื่อจบหลักสูตรอบรมจะได้รับ
ใบประกาศนียบัตร รับรอง
จากสถาบัน Toppro

ทักษะการขับรถเชิงป้องกันอุบัติเหตุ (Defensive Driving or Behind the wheel)

หลักการและเหตุผล

“การขับรถ” เป็นกิจกรรมที่มีความเสี่ยงสูงที่สุดในชีวิตประจำวัน และอุบัติเหตุ เป็นสาเหตุสำคัญที่นำมาซึ่งการบาดเจ็บ สูญเสียชีวิตและทรัพย์สิน ดังนั้น การขับรถเชิงป้องกันอุบัติเหตุ (Defensive Driving or Behind the wheel) สามารถช่วยลดอุบัติเหตุ การสูญเสียชีวิตและทรัพย์สิน และถึงจุดหมายปลายทาง ได้อย่างปลอดภัย

“การขับรถเชิงป้องกันอุบัติเหตุ” เป็นการสร้างและตระหนักรู้การป้องกันอุบัติเหตุการขับรถอย่างมีสติ การให้อภัยและเห็นใจผู้อื่น รวมถึงทักษะการขับรถและปฏิบัติตามกฎจราจร ตลอดจนการใช้และการบำรุงรักษารถยนต์อย่างถูกวิธี

วัตถุประสงค์

- 1). เพื่อให้ผู้อบรมตระหนักถึงสาเหตุของการเกิดอุบัติเหตุ มีความรู้ความเข้าใจวิธีการในการขับรถอย่างปลอดภัยที่เป็นมาตรฐานสากลและปฏิบัติตามกฎจราจรได้ถูกต้อง
- 2). เพื่อให้ผู้เข้าอบรมมีทัศนคติหรือพฤติกรรมในการขับรถที่ดีและมีความรับผิดชอบต่อผู้ใช้รถใช้ถนน
- 3). เพื่อให้ผู้เข้าอบรมสามารถวิเคราะห์อันตรายและความเสี่ยงและป้องกันอุบัติเหตุที่อาจเกิดขึ้น

กำหนดการฝึกอบรม

วัน/เวลา	กำหนดการฝึกอบรม
ช่วงเช้า	เนื้อหาการบรรยาย
08:30 - 09:00	ลงทะเบียน / ทดสอบก่อนการอบรม
09:00 - 12:00	Lesson 1 : ทบทวนความรู้ และหลักปฏิบัติในการประเมินการขับรถอย่างปลอดภัย - การขับรถอย่างปลอดภัย - สาเหตุของการเกิดอุบัติเหตุและแนวทางป้องกัน (The Cause of the Accident) - เทคนิคการขับรถอย่างปลอดภัย (Defensive Driving) - เทคนิคการสังเกตและการคาดการณ์ (Hazard Perception) - กฎหมายจราจรเพื่อการขับรถอย่างปลอดภัย (Traffic Law) Lesson 2 : สาเหตุของการเกิดอุบัติเหตุ และแนวทางการป้องกัน (The Course of The Accident) - สาเหตุของการเกิดอุบัติเหตุ - การบริหารจัดการปัจจัยที่นำไปสู่การเกิดอุบัติเหตุ - กรณีศึกษา
12:00 - 13:00	พักเที่ยง
ช่วงบ่าย	เนื้อหาการบรรยาย
12:00 - 13:00	Lesson 3 : เทคนิคการขับรถเชิงป้องกันอุบัติเหตุ (Defensive Driving) - การตรวจสอบและการเตรียมความพร้อมก่อนการเดินทาง - เทคนิคการขับ และเทคนิคการใช้งานอุปกรณ์เพื่อความปลอดภัยภายในรถยนต์ - ข้อกฎหมาย และแนวทางการปฏิบัติตามแนวทางการขับรถเชิงป้องกันอุบัติเหตุ - การประเมินความเสี่ยง สังเกต การคาดการณ์ (Hazard Perception) - การประเมินการขับรถอย่างปลอดภัย (On Road Evaluate) - กระบวนการตรวจสอบความปลอดภัยเบื้องต้นก่อนการขับรถ - ทักษะการสังเกตและคาดการณ์ - การปฏิบัติตามกฎหมายจราจร - ทักษะการสังเกตและคาดการณ์ - การตระหนักรู้ถึงอุบัติเหตุที่อาจนำไปสู่การเกิดอุบัติเหตุได้ - เทคนิคการสังเกต และการคาดการณ์ - จิตวิทยาและพฤติกรรมของผู้ใช้ทาง
หมายเหตุ	10:30 - 10:45 ช่วงบ่าย 14:30 - 14:45 พักเบรก(Coffee Break)

*ภาคปฏิบัติ (ช่วงบ่าย) หากทีมงาน / ผู้เข้าอบรม สะดวก โปรดจัดเตรียมรถยนต์ 1-2 คัน , กรวย สถานที่ทดสอบตามความเหมาะสม

*** หากไม่สะดวกภาคปฏิบัติ ทางท่านวิทยากร จะเปลี่ยนเป็น ทำกิจกรรมกลุ่ม Case Study , ชมวิดีโอ Video แทน ***



สถาบันฝึกอบรมด้านความปลอดภัย SAFETYINTHAI

สถาบันฝึกอบรมด้านความปลอดภัย



เลขทะเบียนที่ จป.63-011

บริษัท ท็อป โปรเฟสชั่นแนล แอนด์ ดีเวลลอปเมนต์ จำกัด ได้รับการอนุมัติการขึ้นทะเบียน เป็นหน่วยฝึกอบรมเจ้าหน้าที่ความปลอดภัยในการทำงาน เลขทะเบียนที่ จป.63-011 จากกรมสวัสดิการและคุ้มครองแรงงาน กระทรวงแรงงานนอกจากนั้น บริษัทยังได้รับการรับรองมาตรฐาน ISO 9001 : 2015 จากสถาบัน URS ในขอบเขตงานบริการฝึกอบรมและที่ปรึกษาทั้งหมดของบริษัท

LOCATION MAP (แผนที่) HROD ESIE CENTER (บางแสน) จ.ชลบุรี



สแกนเพื่อดูแผนที่

สถานที่อบรมและศูนย์ทดสอบ HROD ESIE CENTER (บางแสน) จ.ชลบุรี

ศูนย์ทดสอบมาตรฐานฝีมือแรงงาน ท็อปโปรเฟสชั่นแนล เลขที่ ชบ ๐๐๕/๒๕๖๐

ซอยสารพัดช่างชลบุรี 7/77 หมู่ 5 ต.ห้วยกะปิ อ.เมือง จ.ชลบุรี 20130

โทร.033-135009 , 065-9564064 065-9564094 , 086-3699225

ภาพบรรยากาศในการอบรม

การฝึกอบรมเน้นเรียนรู้แบบแลกเปลี่ยนความคิดเห็น การตั้งคำถามเพื่อกระตุ้นการคิด
ของผู้เข้าอบรม และทำ workshop ลงมือปฏิบัติสามารถนำไปใช้ได้จริง



สนใจคอร์สนี้สมัครสมาชิกหรือสำรองที่นั่งได้ที่ www.topprobooking.com

บริษัทที่ไว้ใจ ใช้บริการของเราเพียงบางส่วน



- หมายเหตุ
- 1. สมัครอบรมผ่าน www.topprobooking.com
- 2. กรุณาสำรองที่นั่งล่วงหน้า 7 - 10 วัน
- ** กรณีหักภาษี ณ ที่จ่าย ในนาม "บริษัท ทีโอพี โปรเฟสชันแนล แอนด์ ดีเวลลอปเม้นท์ จำกัด"
- เลขประจำตัวผู้เสียภาษี 0205550017049 (สำนักงานใหญ่)
- ** ที่อยู่ 7/77 หมู่ 5 ต. ห้วยกะปิ อ. เมืองชลบุรี จ. ชลบุรี ปณ. 20130



ลงทะเบียนอบรมได้ที่
www.topprobooking.com

สนใจคอร์สนี้สมัครสมาชิกหรือสำรองที่นั่งได้ที่ www.topprobooking.com

ขับรถเป็นกับขับรถได้ความแตกต่างที่น่ากลัว

สำหรับ เซฟตี้อินไทย ให้นิยามคนที่ "ขับรถได้" คือ คนที่ได้รับอนุญาตให้ใช้รถใช้ถนนได้ แต่อาจจะไม่ได้มีทักษะการขับขี่มากนัก อาจเป็นเพราะสิ่งอำนวยความสะดวกในรถยนต์ปัจจุบัน ที่ทุกวันนี้ เราแทบจะสตาร์ทเครื่องได้เป็นพอ ที่เหลือ รถยนต์จะดูแลคุณเอง

"ขับรถได้"

คือคนที่ได้รับอนุญาตให้ใช้รถใช้ถนนได้
แต่อาจจะไม่ได้มีทักษะการขับขี่มากนัก
อาจเป็นเพราะสิ่งอำนวยความสะดวกในรถยนต์ปัจจุบัน
ที่ทุกวันนี้ เราแทบจะสตาร์ทเครื่องได้เป็นพอ
ที่เหลือ รถยนต์จะดูแลคุณเอง

I AM SAFETY IN THAI | www.เซฟตี้อินไทย.com | SafetyinThai.com

"ขับรถเป็น"

คือคนขับรถยนต์ได้เช่นกัน แต่จะรู้จักกฎ ระเบียบ
และมารยาทการใช้รถ
ใช้ถนนร่วมกัน รู้ว่าเมื่อไรที่ควรใช้ความเร็ว
เมื่อไหร่ที่ต้องระวัง ซึ่งยังรวมถึงการมีทักษะการขับขี่ที่ถูกต้อง
พื้นฐานการขับรถของแต่ละคนไม่มีเท่ากัน
การระวังตัวเองอาจจะไม่เพียงพอ
เราจึงต้องคอยระวังคนอื่นด้วย
เพื่อความปลอดภัยในทุกเส้นทาง

I AM SAFETY IN THAI | www.เซฟตี้อินไทย.com | SafetyinThai.com

ระยะทางกว่าที่รถจะหยุด สำหรับรถยนต์

ความเร็วที่วิ่ง KM / H

ความเร็ว (KM/H)	ระยะทางก่อนเบรก (เมตร)	ระยะทางหลังเหยียบเบรก (เมตร)	รวม (เมตร)
20	6	3	9
30	8	6	14
40	11	11	22
50	14	18	32
60	17	27	44
70	19	39	58
80	22	54	76
90	25	68	93
100	28	84	112

I AM SAFETY IN THAI | www.เซฟตี้อินไทย.com | SafetyinThai.com

ระยะทางในการหยุดมีปัจจัยที่เกี่ยวข้อง 2 ประการ

- ระยะทางก่อนแตะเบรก
- ระยะทางหลังแตะเบรก

เรารู้จักนิยามของ
ขับรถเป็นกับขับรถได้กันแล้ว
เรามาค่าความเข้าใจเรื่องต่างๆ
ในการขับรถกันเถอะ

อัตราความเร็ว	ระยะทางก่อนแตะเบรก (เมตร)	ระยะทางหลังแตะเบรก(เมตร)	ระยะทางหยุดสำหรับรถยนต์
20 กม./ชม .	6	3	9
40 กม./ชม .	11	11	22
60 กม./ชม .	17	27	44
80 กม./ชม .	22	54	76

I AM SAFETY IN THAI | www.เซฟตี้อินไทย.com | SafetyinThai.com

มาตรการ "ตัดแต้มใบขับขี่ 2566"

สำนักงานตำรวจแห่งชาติเตรียมใช้ระบบตัดคะแนนความประพฤติในการขับรถ 20 ฐานความผิด หากถูกตัดเหลือ 0 คะแนนถูกพักใช้ใบขับขี่ 90 วัน

ตัดแต้มใบขับขี่

เริ่มแล้ว 9 ม.ค. 66

TOP PROFESSIONAL AND DEVELOPMENT | I AM SAFETY IN THAI

ตัด 1 คะแนน ✘	<ul style="list-style-type: none"> • ใช้โทรศัพท์มือถือขณะขับรถ • ไม่สวมหมวกนิรภัย • ไม่คาดเข็มขัดนิรภัย • ขับรถเร็วเกินกำหนด • ขับรถบนทางเท้า • ไม่หยุดให้คนข้ามทางม้าลาย • ไม่หลบรถฉุกเฉิน • ขับรถไม่ระมัดระวังความปลอดภัย • ไม่ติดป้ายทะเบียน • ไม่ติดป้ายภาษี <div style="text-align: right; border: 1px solid black; border-radius: 50%; width: 40px; height: 40px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;">50</div>		
ตัด 2 คะแนน ✘ ✘	<ul style="list-style-type: none"> • ขับรถฝ่าไฟแดง • ขับรถย้อนศร • ขับรถระหว่างถูกพักใช้ใบอนุญาตขับขี่ 	ตัด 3 คะแนน ✘ ✘ ✘	<ul style="list-style-type: none"> • ขับรถขณะหย่อนความสามารถ • ขับรถผิดปกติวิสัย • ชนแล้วหนี
ตัด 4 คะแนน ✘ ✘ ✘ ✘	<ul style="list-style-type: none"> • เมาแล้วขับ • ขับรถขณะเสพยาเสพติด • แข่งรถในทางโดยไม่ได้รับอนุญาต • ขับรถโดยไม่คำนึงถึงความปลอดภัยของผู้อื่น <div style="text-align: right; margin-top: 10px;">  </div>		

กรณีไม่ชำระค่าปรับตามใบสั่ง

หักครั้งละ **1** คะแนน

หากถูกหักคะแนนเป็น 0 จาก 12 คะแนน จะถูกสั่งพักใช้ใบขับขี่ 90 วัน

หากฝ่าฝืน

โทษจำคุก **3** เดือน ปรับ **10,000** บาท หรือถึงจำต้องปรับ

*คะแนนที่ถูกตัดจะคืนให้ครบ 12 คะแนน อัตโนมัติเมื่อครบ 1 ปี



สนใจคอร์สนี้สมัครสมาชิกหรือสำรองที่นั่งได้ที่ www.topprobooking.com

☎ 065-9564064 | 065-9564094 | 086-3699225 | ✉ safety2@topprobooking.com | 📱 @SAFETYINTHAI | 🌐 iamSafetyInThai

เคล็ด(ไม่)ลับ ขับรถตอนกลางคืนอย่างปลอดภัย

การขับรถกลางคืน เป็นเรื่องยากสำหรับผู้ขับขี่มือใหม่ แต่ก็เป็นเรื่องที่มีมือเก่าเองก็ต้องใช้ความระมัดระวัง เนื่องจากดวงตาต้องมีการเพ่งหรือปรับตัว เพื่อการมองเห็นในสภาวะแสงน้อยการขับรถในเวลากลางคืนจึงอาจทำให้ทัศนวิสัยของผู้ขับขี่ลดลง

เคล็ด(ไม่)ลับ ขับรถตอนกลางคืน ให้ปลอดภัย

เตรียมพร้อมก่อนออกเดินทาง

ศึกษา เส้นทาง เช็คสภาพอากาศ
เช็ค ระบบไฟส่องสว่าง

งด ยาที่มีฤทธิ์ทำให้ง่วงนอน
บันทึก เบอร์โทรแจ้งเหตุฉุกเฉิน
เจ็บป่วย อุบัติเหตุ โทร 1669

ระมัดระวังทางแยก
ควรลดความเร็ว อาจมีรถออกมา
โดยไม่สนใจสัญญาณไฟ

มองให้ดี

ใช้ความเร็วให้เหมาะสม
ปฏิบัติตามกฎจราจร

ใช้ไฟสูง ช่วยเมื่อจำเป็น
ใช้ไฟต่ำ เมื่อมีรถสวนมา

ระวังไหล่ทาง
อาจมีรถจอดเสีย
โดยไม่เปิดสัญญาณไฟฉุกเฉิน

เว้นระยะห่างจากคันหน้า มากกว่าปกติ

อย่าเข้าใกล้รถที่มีพฤติกรรมแปลก

เช่น ขับไม่ตรงเลน/คันเลว
ขับส่ายไป-มา ขับเร็วผิดปกติ

I AM SAFETY IN THAI

www.เซฟตี้อินไทย.com

SafetyinThai.com

4 เทคนิคการขับรถแบบประหยัดน้ำมัน

การขับรถให้ประหยัดน้ำมัน ไม่ใช่แค่ขับให้ช้า หรือไม่เกิน 90 กม./ชม. เท่านั้น แต่ต้องมีเทคนิคเพิ่มเติมด้วย
4 เทคนิคการขับรถแบบประหยัดน้ำมัน มีดังนี้

4 เทคนิค

ขับรถประหยัดน้ำมัน

- ใช้ความเร็วคงที่ 80-90 กม./ชม.**
มีประสิทธิภาพเผาผลาญเชื้อเพลิงดีที่สุด
ลดอัตราสิ้นเปลืองเชิงเพลิงเฉลี่ย 20%
- ไม่เบรกกะทันหัน**
เพิ่มอัตราการสิ้นเปลืองเชื้อเพลิง
ค่อยๆ เหยียบเบรก จะช่วยลดการใช้เชื้อเพลิง
- เติมลมยางตามกำหนด**
ลดการเผาผลาญเชื้อเพลิง
เติมลมอ่อนหรือแข็งเกินไป เครื่องยนต์ทำงานหนักโดยไม่จำเป็น
- ไม่เบิ้ล ไม่กระชาก ไม่ลากเครื่องยนต์**
ค่อยๆ เหยียบคันเร่ง ช่วยประหยัดน้ำมันได้มากกว่า

I AM SAFETY IN THAI

www.เซฟตี้อินไทย.com [SafetyinThai.com](https://www.facebook.com/SafetyinThai)

สนใจคอร์สนี้สมัครสมาชิกหรือสำรองที่นั่งได้ที่ www.topprobooking.com