



Den här guiden används i professionell undervisning vid Trafikskolor. Följ guiden från steg 1 och framåt till steg 16 så blir det lättare för dig som handledare, att coacha och planera varje övning och på så sätt få bättre strukturering på övningskörningen. Samarbeta gärna med en trafikskola där du kan få ytterligare tips och råd.

Glöm inte att handledare och elev(er) måste gå introduktionsutbildningen (handledarutbildningen) och eleven inneha körkortstillstånd innan ni får börja

**1. Körställning**

- A Stol/bälte
- B Reglage

**2. Inledande manövrering**

- A Start/stannande
- B Krypkörning/styrning

**3. Växling**

- A Uppväxling
- B Bromsning
- C Nedväxling

**4. Lutning**

- A Motlut
- B Medlut

**5. Manövrering**

- A Backning
- B Vändning
- C Parkering

**6. Vård och kontroll**

- A Funktion/vård
- B Säkerhetskontroll
- C Last

**7. Samordning/Bromsning**

- A Avsökning/riskbedömning
- B Samordning/motorik
- C Acceleration
- D Hård bromsning

**8. Inledande tätort**

- A Avsökning/riskbedömning
- B Hastighetsanpassning
- C Placering
- D Väjningsregler

**9. Mindre landsväg**

- A Avsökning/riskbedömning
- B Hastighetsanpassning
- C Placering
- D Väjningsregler

**10. Stadstrafik**

- A Avsökning/riskbedömning
- B Hastighetsanpassning
- C Högerregeln
- D Huvudled
- E Trafiksignal
- F Enkelriktad gata
- G Cirkulationsplats
- H Körfält
- I Vändning/parkering

**11. Landsväg**

- A Avsökning/riskbedömning
- B Hastighetsanpassning
- C Placering
- D Påfart/avfart
- E Omkörning
- F Vändning/parkering

**12. Motorväg**

- A Avsökning/riskbedömning
- B Hastighetsanpassning
- C Motorväg
- D Motortrafikled

**13. Mörker**

- A Avsökning/riskbedömning
- B Hastighetsanpassning
- C Mörkerdemonstration
- D Möte
- E Omkörning
- F Parkering
- G Nedsatt sikt

**14. Halt väglag**

- A Trafikövningsplats
- B Väg

**15. Stadstrafik**

- A Tillämpning
- B Utbildningskontroll

**16. Landsvägstrafik**

- A Tillämpning
- B Utbildningskontroll

## Förklaring av de 16 momenten

### 1. Körställning

#### Eleven ska kunna:

- Justera förarstolen, backspeglarna och bilbältet för att få en lämplig körställning.
- Använda bilens pedaler, spakar och reglage.

### 2. Inledande manövrering

#### Eleven ska kunna:

- Starta bilen, krypköra med gas och koppling och stanna mjukt.
- Reglera farten med gas och koppling samt stanna utan hjälp av bromsen.
- Uppmärksamma övrig trafik.
- Styra bilen med god precision.

### 3. Växling

#### Eleven ska kunna:

- Öka farten och utnyttja alla växlar och sedan växla ned.
- Välja växel och lära sig köra säkert och miljöanpassat.
- Bromsa mjukt respektive hårt och motorbromsa.
- Använda pedalerna och växelspaken utan att titta ner vid växling.

### 4. Lutning

#### Eleven ska kunna:

- Starta i upp- respektive nedförsbacke
- Starta i en uppförsbacke på tre olika sätt – med hjälp av parkeringsbromsen – med hjälp av bromspedalen – med så kallad uppfångning.
- Starta och samtidigt ha kontroll på övriga trafikanter.

### 5. Manövrering

#### Eleven ska kunna:

- Ha rätt körställning vid backning.
- Backa rakt och runt gathörn samt rätta upp därefter.
- Vända med hjälp av väggkorsning, u-sväng och "saxvändning".
- Parkera, såväl framåt och baklänges.

### 6. Vård och kontroll

#### Eleven ska kunna:

- Göra en säkerhetskontroll och upptäcka fel som kan påverka trafiksäkerheten.
- Använda alla reglage och avläsa alla instrument.

### 7. Samordning/Bromsning

#### Eleven ska kunna:

- Manövrera och ge tecken utan att vingla.

- Använda backspeglarna under hela körningen.
- Söka av siktområdet och ha handlings-/bromsberedskap.
- Göra snabba accelerationer.
- Göra kraftiga inbromsningar.

## 8. Inledande tätort

### Eleven ska kunna:

- Söka av omgivningen och upptäcka vägkorsningar, vägmärken, andra trafikanter mm.
- Anpassa hastigheten, förhållandena och sin egen förmåga.
- Köra sparsamt.
- Placera bilen på ett lämpligt sätt och tillämpa väjningsregler.
- Tillämpa de regler som gäller för möten.

## 9. Mindre landsväg

### Eleven ska kunna:

- Förstå vägmärken och vägmarkeringar och hålla lagom avstånd till framför trafik och ha uppsikt i backspegeln.
- Köra på ett sparsamt sätt.
- Bromsa även i lite högre hastigheter.
- Köra genom kurvor med rätt teknik avseende placering, bromsning och växling.
- Passera en järnvägs korsning på ett säkert sätt.

## 10. Stadstrafik

### Eleven ska kunna:

- Ha god uppsikt framåt, bakåt och åt sidorna.
- Vara riskmedveten och upptäcka dolda faror.
- Anpassa hastigheten till övrig trafik och andra faktorer.
- Rangordna de olika anvisningarna som finns.
- Tillämpa de olika regler som gäller i vägkorsningar och cirkulationsplatser.
- Visa hänsyn mot oskyddade trafikanter och kunna tillämpa regler för passerande av övergångsställe och cykelöverfart.
- Ha ett bra samspel med andra trafikanter.
- Visa sina avsikter för övriga trafikanter med köranvisare och bromsljus.
- Byta körfält på ett trafiksäkert sätt.

## 11. Landsväg

### Eleven ska kunna:

- Bedöma avstånd till övrig trafik och fasta föremål på ett riktigt sätt.
- Reglerna som gäller vid vägarbete.
- Accelerera snabbt vid utfarter på större vägar.
- Genomföra höger- respektive vänstersvängar på ett säkert sätt.
- Veta när det inte är lämpligt att göra en vänstersväng.
- Genomföra riskfria omkörningar.
- Tillämpa reglerna för körning i vägrenen.
- Veta när det är olämpligt eller förbjudet att vända eller parkera.

## 12. Motorväg

### Eleven ska kunna:

- Tillämpa de regler som gäller på motorväg och motortrafikled.
- Genomföra riskfria på- och avfarter.
- Hålla lagom avstånd till framförvarande trafik.
- Göra riskfria omkörningar.
- Vända med hjälp av trafikplatser som finns vid vägen.

## 13. Mörker

### Eleven ska kunna:

- Anpassa farten så att han kan stanna inom siktsträckan.
- Placera fordonet rätt på vägen.
- Välja ut en plats där han kan stanna eller parkera på ett säkert sätt.
- Agera på ett trafiksäkert sätt om han tvingas stanna på vägen.

## 14. Halt väglag

### Eleven ska kunna:

- Anpassa farten efter väglaget, väggreppet, däcken och övriga faktorer.
- Hålla ett tillräckligt avstånd till framförvarande trafik.
- Bromsa på rätt sätt för att ta reda på hur halt det är.
- Anpassa farten så att han kan stanna om ett hinder plötsligt dyker upp trots att det är halt.
- Förstå skillnaden mellan fram- och bakhjulsdrivna bilar i halt väglag.
- Använda både vanliga och låsningsfria bromsar på ett effektivt och trafiksäkert sätt.

## 15. Stadstrafik

### Eleven ska kunna:

- Köra i tät trafik stadstrafik och självständigt lösa uppgifter samt planera körningen med hänsyn till körfält, vägkorsningar med mera.
- Tillämpa miljövänlig körning.
- Vända och parkera på ett trafiksäkert sätt.
- Ha en sådan kunskap att han skulle klara ett förarprov särskilt med avseende på riskmedvetenheten.

## 16. Landsvägstrafik

### Eleven ska kunna:

- Köra självständigt och riskmedvetet i tät trafik och lösa uppgifter, till exempel följa anvisningar och köra mot ett vist mål.
- Tillämpa reglerna för vändning och parkering på landsväg.
- Klara ett driftstopp.
- Köra på ett miljövänligt sätt.