



www.policiamilitar.sp.gov.br

SÃO PAULO – SP

011759NOV17

SISTEMÁTICA DE PREVENÇÃO DE ACIDENTES DE TRÂNSITO ENVOLVENDO POLICIAIS MILITARES

ANEXO “B” À NOTA DE INSTRUÇÃO Nº PM3-002/02/17

Exercícios de aquecimento prévio de condução de viatura policial de duas rodas

Os exercícios com motocicleta que serão descritos tem por finalidade preparar o policial militar para o início do patrulhamento, bem como verificar as condições de funcionamento da motocicleta para o serviço.

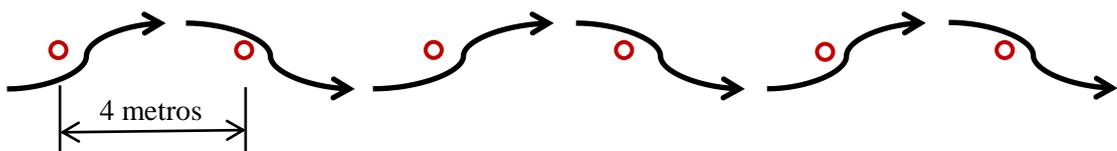
Essa atividade deverá ser realizada em pavimento de boa aderência, como asfalto ou concreto, sem buracos, areia, pedriscos ou outra condição adversa que possa causar descontrole ou derrapagem da motocicleta.

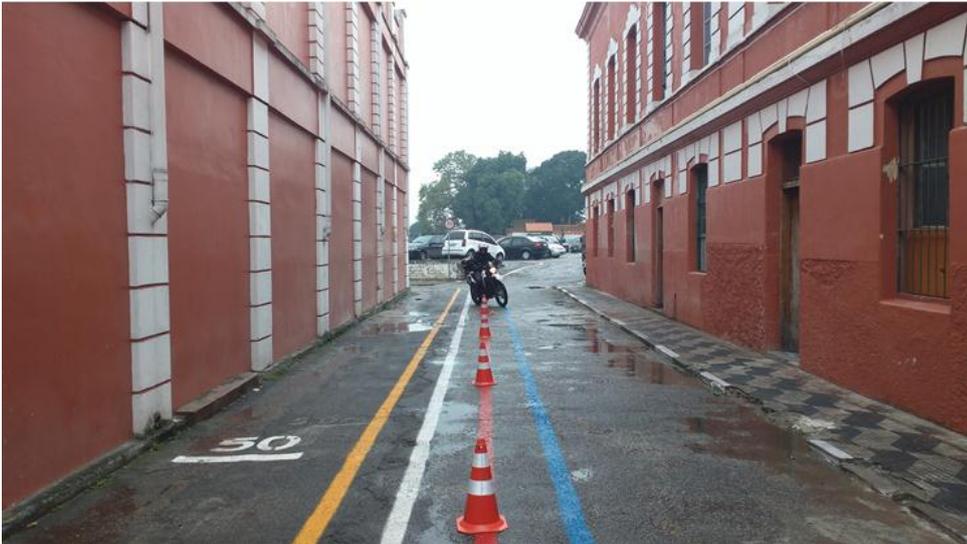
Os cones serão representados pela figura  e as distâncias entre cones podem ser aumentadas ou diminuídas, conforme a habilidade do policial motociclista ou o modelo da motocicleta. Caso não haja cones, poderá ocorrer a simples marcação no solo, simulando a posição dos cones, na seguinte conformidade:

1. Slalom simples:

1.1. objetivo do exercício: ativar as habilidades do policial militar para controlar a velocidade e a inclinação da motocicleta para ambos os lados, de forma coordenada, usando a aceleração e o freio traseiro nas mudanças rápidas de direção, mantendo uma postura correta de pilotagem. Exercício ideal para simular o desvio de pequenos obstáculos que estejam na via pública a fim de reagir a eles de forma rápida e segura;

1.2. montagem da pista: serão necessários 6 (seis) cones que ficarão distribuídos em linha reta a uma distância de 4 (quatro) metros um do outro:





Slalow



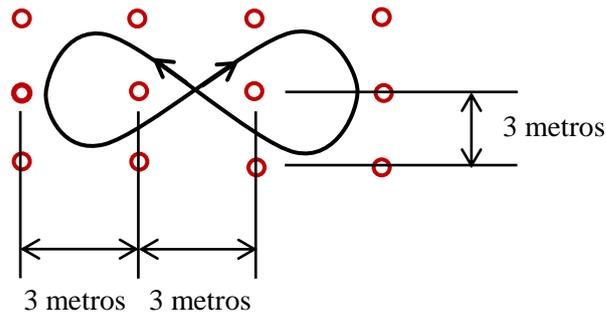
Slalow

1.3. descrição do exercício: para o início do exercício, a viatura ficará parada defronte ao primeiro cone e após engatar a primeira marcha se deslocará entre os cones, realizando mudanças de direção sucessivas. Os joelhos deverão pressionar o tanque de combustível. Deverá ocorrer a desaceleração para a inclinação da motocicleta e se necessário o acionamento suave do freio traseiro. Logo após, aplicar uma aceleração adequada para manutenção da estabilidade da motocicleta. Não se deve acionar o freio dianteiro em nenhuma hipótese.

2. **Oito completo:**

2.1. objetivo do exercício: ativar as habilidades do policial militar para controlar o acelerador, a embreagem e o freio traseiro para um bom equilíbrio da motocicleta nas pequenas curvas, verificando também o funcionamento dos comandos da motocicleta. Exercício ideal para simular o tráfego entre os veículos nos locais em que o trânsito esteja parado;

2.2. montagem da pista: serão necessários 2 (dois) cones que ficarão a uma distância de 3 (três) metros entre si. Pode-se colocar cones delimitando a área do percurso, a uma distância de 3 (três) metros dos cones centrais:



Oito Completo



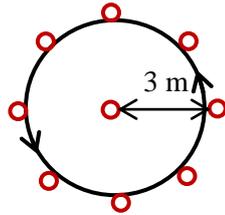
Oito Completo

2.3. descrição do exercício: o exercício deverá ser iniciado com a motocicleta já em movimento em primeira marcha, mantendo os joelhos pressionados no tanque de combustível. O policial militar deverá fazer o percurso no formato de oito entre os cones, esterçando o guidom totalmente para a direita e, posteriormente, totalmente para a esquerda. Realizar o percurso o mais fechado possível, mantendo uma aceleração constante, acionando levemente o freio traseiro e utilizando o recurso da meia embreagem para o melhor equilíbrio da motocicleta.

3. **Círculo:**

3.1. objetivo do exercício: ativar as habilidades do policial militar para controlar o acelerador, a embreagem, o freio traseiro e a inclinação da motocicleta, visando ajustar a postura do motociclista para o início do serviço. Exercício ideal para realizar o retorno rápido onde não haja muito espaço para a manobra;

3.2. montagem da pista: será necessário 1 (um) cone central. Fazer uma circunferência de 3 metros de raio com 8 (oito) cones, mantendo como centro o cone primeiramente colocado;



Círculo



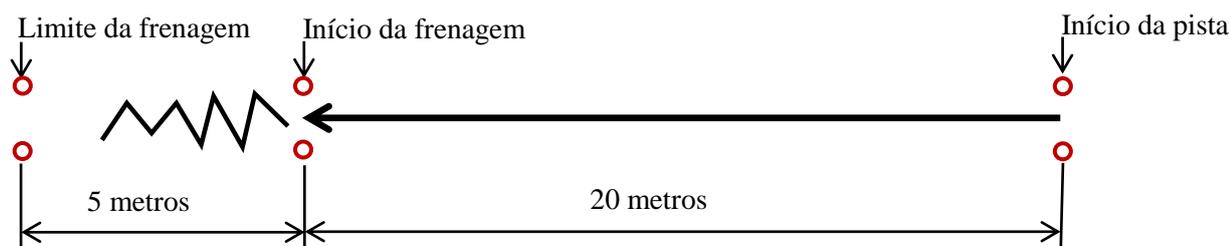
Círculo

3.3. descrição do exercício: o exercício deve ser iniciado com a motocicleta já em movimento fora do círculo em primeira marcha, mantendo os joelhos pressionados no tanque de combustível. O policial militar entrará no círculo e deverá manter o guidom totalmente esterçado para a esquerda, realizando o percurso o mais próximo possível dos cones laterais, mantendo uma aceleração constante, acionando levemente o freio traseiro. Utilizar o recurso da meia embreagem e inclinar a motocicleta para a parte interna do círculo e o corpo para a parte externa, para o melhor equilíbrio. O exercício também deverá ser realizado com o guidom totalmente esterçado para a direita.

4. **Frenagem:**

4.1. objetivo do exercício: ativar as habilidades do policial militar para utilização dos freios da motocicleta, manutenção da postura na frenagem e verificação do correto funcionamento dos freios. Exercício ideal para simular frenagens de emergência;

4.2. montagem da pista: coloca-se 2 (dois) cones para marcar o início da pista, 2 (dois) cones a 20 (vinte) metros dos primeiros, em linha reta, para marcar o início da frenagem, e 2 (dois) cones a 5 (cinco) metros, à frente, em linha reta, para marcar o limite da frenagem:



Frenagem



Frenagem

4.3. descrição do exercício: inicia-se com a motocicleta parada, com a roda da frente no meio dos dois cones que marcam o início da pista, iniciando o movimento em primeira marcha e acelerando a motocicleta rapidamente, colocando segunda marcha e mantendo velocidade entre 20 e 30 km/h até a chegada ao par de cones que marca o início da frenagem. Ao passar por estes, inicia-se a frenagem, tentando parar no menor espaço possível, colocando o pé esquerdo no chão após total parada da motocicleta. Deve-se inclinar o corpo ligeiramente para trás, olhar para frente e utilizar a embreagem apenas no final da frenagem para que a motocicleta não desligue, aproveitando o freio motor. O acionamento do freio dianteiro deve ser feito com os quatro dedos no manete de freio, aplicando força de forma progressiva, e não de uma vez. Deve ser aplicada muito mais força no freio dianteiro do que no freio traseiro. O acionamento do freio traseiro deve ser feito de forma suave a fim de evitar o travamento da roda traseira.

Assinado no original

MAURO CEZAR DOS SANTOS RICCIARELLI

Cel PM Subcomandante