

# PROGRAMME DE FORMATION DE SEPT HEURES POUR LA CONDUITE DES MOTOCYCLETTES LÉGÈRES ET DES VÉHICULES DE LA CATÉGORIE L5E PAR LES TITULAIRES DE LA CATÉGORIE B DU PERMIS DE CONDUIRE

## SEQUENCE 1 : CONNAISSANCES THEORIQUES (DUREE 1 HEURES 30 MN - INDIVIDUELLES OU COLLECTIVES)

Connaître et comprendre l'utilité de la réglementation concernant :

- Les spécificités du véhicule concerné
- Les transformations existantes et leur danger (augmentation de puissance)

Connaître et comprendre l'utilité des équipements obligatoires:

- casque, gants, blouson, chaussures, gilet de haute visibilité.

Connaître et comprendre la signalisation routière

Connaître les risques particuliers à la conduite d'un deux-roues motorisé

- Prise de conscience des dangers de la vitesse et de l'alcool
- connaître les lois physiques concernant l'équilibre et les prises de virage

## SEQUENCE 2 : MAITRISE PRATIQUE SUR PISTE (DUREE : 2 HEURES – INDIVIDUELLES OU COLLECTIVES)

L'objectif de cette phase de formation est de permettre au futur conducteur de motocyclette légère et de véhicule de la catégorie L5e de :

- Découvrir le véhicule et effectuer les vérifications indispensables (huile, pression et usure des pneumatiques, poignée de gaz, système de freinage)
- Démarrer et s'arrêter
- Position de conduite, équilibre et répartition du poids du corps
- Monter et rétrograder les vitesses (le cas échéant)
- Savoir freiner à allure faible (répartition du freinage entre l'avant et l'arrière), appréhender les manœuvres de freinage et d'évitement
- Tourner en inclinant le véhicule (le cas échéant), importance du regard
- Tenir l'équilibre à allure lente et normale en fonction des caractéristiques du véhicule, avec et sans passager, en ligne droite et en virage.

## SEQUENCE 3 : CONDUITE EN VILLE ET SUR ROUTE (DUREE : 3 HEURES 30 MN – INDIVIDUELLES OU COLLECTIVES)

Cette partie en circulation se fera en et hors agglomération. L'objectif de cette phase de formation est de permettre au futur conducteur de motocyclette légère et de véhicule de la catégorie L5e de :

- Rechercher les indices utiles
- Adapter sa vitesse aux situations
- Respecter les distances de sécurité latérales et longitudinales
- Choisir la voie de circulation
- Savoir pratiquer la circulation inter-files dans les départements autorisés et si les conditions de sécurité et la situation d'apprentissage le permettent, se placer sur la chaussée en fonction des autres véhicules, connaître et prendre en compte les spécificités des véhicules lourds (angles morts)
- Franchir les différents types d'intersections et y changer de direction
- Dépasser en sécurité (phénomène d'aspiration, accélération d'une motocyclette et d'un véhicule de la catégorie L5e)
- Négocier un virage.

A l'issue de chaque phase de conduite, 10 minutes sont consacrées au bilan de la prestation de l'élève. Ce bilan comprend :

- le ressenti de la prestation par l'élève ;
- dans le cas d'une formation collective, un échange avec les autres élèves sur ce qu'ils ont perçu de la prestation.
- un bilan de la prestation, réalisé par l'enseignant de la conduite, accompagné de conseils en lien avec la conduite

## FORMATION

**DUREE :** 7 heures

**RYTHME :** en continu ou selon planning école et élève

### **OBJECTIFS :**

- ⇒ Maîtriser le maniement du véhicule hors et en circulation et de partager l'espace dans le respect des règles du code de la route

### **PUBLIC CONCERNE :**

- ⇒ Candidat ayant la catégorie B depuis plus de 2 ans souhaitant conduire un véhicule de catégorie A1

### **PREREQUIS :**

- ⇒ 2 ans de permis B

### **MATERIEL REQUIS :**

- ⇒ Casque homologué, gants homologués, blouson, chaussures montantes et fermées

### **MOYENS PEDAGOGIQUES :**

- ⇒ Moyens audio-visuels (TV grand écran, BOX Ediser et ENPC)
- ⇒ Motocyclette de 125 cm3
- ⇒ Piste fermée adaptée aux exercices plateau
- ⇒ Zones de circulations adaptées
- ⇒ Gilets de haute visibilité spécifiques
- ⇒ Matériel de radioguidage
- ⇒ Véhicule de catégorie B pour suivre en circulation

### **METHODES PEDAGOGIQUES :**

- ⇒ Méthodes magistrales et interrogatives pour les enseignements théoriques
- ⇒ Radioguidage pour les enseignements en circulation
- ⇒ Méthodes démonstratives, guidage dégressif et accompagnement vers l'autonomie pour la pratique hors circulation
- ⇒ Auto-évaluation au fil des compétences

### **FORMATEURS :**

- ⇒ Titulaires BEPECASER mention « deux-roues »

### **VALIDATION :**

- ⇒ Attestation de suivi de formation.

### **Suivi et évaluation de l'action :**

- ⇒ Fiche d'évaluation de la satisfaction du stagiaire

**AUTO ECOLE MARYSE** Michel Sarrazin

60 rue pasteur 47200 Marmande - Tél : 05 53 20 90 96/06 07 60 93 07 – Mail : ae.maryse@gmail.com

Agrément E0404730900- Siret 38420601700061 - Code APE : 8553Z - Site internet : autoecole-maryse.fr