

## Programme de formation à la catégorie A1 du permis de conduire

- une évaluation de départ afin de déterminer le nombre d'heures moyen et le coût de la formation
- une formation théorique : préparation à l'épreuve théorique générale (ETG) par des cours de code sur les thèmes :
  - dispositions légales en matière de circulation routière ;
  - le conducteur ;
  - la route ;
  - les autres usagers de la route ;
  - réglementation générale et divers ;
  - précautions nécessaires à prendre en quittant le véhicule ;
  - éléments mécaniques liés à la sécurité de la conduite ;
  - équipements de sécurité des véhicules ;
  - règles d'utilisation du véhicule en relation avec le respect de l'environnement.
- Une formation pratique de 20h minimum :

Compétences générales	Compétences
<p><b>1. Maîtriser le maniement de la moto à vitesse réduite et à vitesse plus élevée hors circulation</b></p> <p>Formation avec un enseignant de la conduite diplômé.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Connaître et adopter les comportements sécuritaires en matière d'équipement du motard</li> <li>- Connaître la conception de la moto, ses principaux organes, les principales commandes et le tableau de bord</li> <li>- Maîtriser et déplacer la machine sans l'aide du moteur</li> <li>- Adopter un comportement sécuritaire sur la machine, descendre de la machine en sécurité</li> <li>- Démarrer et s'arrêter en toutes circonstances</li> <li>- Monter et rétrograder les rapports de vitesse</li> <li>- Maîtriser la réalisation d'un freinage</li> <li>- Connaître les incidences du regard sur la trajectoire et la stabilité</li> <li>- Tenir l'équilibre, maintenir la stabilité et guider la moto (sans et avec passager)</li> <li>- Maîtriser l'utilisation de l'embrayage</li> <li>- Maîtriser les techniques d'inclinaison</li> <li>- Réaliser un freinage d'urgence</li> </ul>
<p><b>2. Appréhender la route et circuler dans les conditions normales.</b></p> <p>Formation avec un enseignant de la conduite diplômé.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rechercher la signalisation, les indices utiles et en tenir compte</li> <li>- Positionner le véhicule sur la chaussée et choisir la voie de circulation</li> <li>- Adapter l'allure aux situations</li> <li>- Etre en mesure de s'arrêter ou stationner et repartir en sécurité</li> <li>- Tourner à droite et à gauche</li> <li>- Détecter, identifier et franchir les intersections suivant le régime de priorité</li> <li>- Franchir les ronds-points et les carrefours à sens giratoire</li> </ul>
<p><b>3. Circuler dans des conditions difficiles et partager la route avec les autres usagers.</b></p> <p>Formation avec un enseignant de la conduite diplômé.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evaluer et maintenir les distances de sécurité</li> <li>- Croiser, dépasser et être dépassé</li> <li>- Négocier les virages de la façon la plus sécurisante</li> <li>- Communiquer avec les autres usagers</li> <li>- Connaître les caractéristiques des autres usagers et savoir se comporter à leur égard avec respect et courtoisie</li> <li>- Connaître la particularité des véhicules lourds et savoir se rendre visible</li> <li>- S'insérer, circuler et sortir d'une voie rapide</li> <li>- Conduire dans une file de véhicules et dans une circulation dense</li> <li>- Conduire quand l'adhérence et la visibilité sont réduites</li> </ul>
<p><b>4. Pratiquer une conduite autonome,</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Suivre un itinéraire de manière autonome</li> <li>- Préparer et effectuer un voyage longue distance en autonomie</li> <li>- Connaître les principaux facteurs de risque, ceux plus spécifiques à la conduite des</li> </ul>

<b>sûre et économique</b> Formation avec un enseignant de la conduite diplômé.	<i>motocyclettes et les recommandations à appliquer</i> - <i>Connaître les comportements à adopter en cas d'accident : protéger, alerter, secourir</i> - <i>Faire l'expérience des aides à la conduite des véhicules</i> - <i>Avoir des notions sur l'entretien le dépannage et les situations d'urgence</i> - <i>Pratiquer l'éco-conduite</i>
---	--

### **Les séquences hors-circulation**

*Les séquences hors circulation s'effectuent sur la piste privée de l'auto-école qui se situe à 15 minutes environ à l'adresse suivante. :*

*3AG Recyclage  
535 Boulevard de l'Europe  
83500 La Seyne-sur-mer*

*Les heures de formation débutent au départ de l'auto-école.*

## **Programme : la formation pratique et théorique de 7 heures en détail**

*L'objectif de cette formation est de familiariser le futur conducteur avec ce type de véhicule. Ces sept heures de théorie et de pratique sont également l'occasion de réfléchir au comportement et à la place que chacun occupe au milieu de la circulation. La formation met en avant l'importance de la prise de conscience des risques et la nécessité de respecter les règles. Elle insiste également sur les avantages à adopter une conduite apaisée, respectueuse des autres et de l'environnement.*

### **2 heures de théorie**

*Sur les 7 heures de formation, 2 heures sont consacrées à un enseignement théorique. Le programme débute par une analyse des accidents les plus caractéristiques impliquant les motocyclettes légères et les tricycles à moteur. Il se prolonge avec des conseils qui permettent d'appréhender les dangers de la route, comme la conduite sous la pluie ou de nuit.*

*La personne en formation est sensibilisée à l'importance de se rendre détectable auprès des autres usagers, de s'équiper en vêtements protecteurs de qualité (casque à la bonne taille et attaché, gants, pantalon, blouson avec dorsale et chaussures montantes). L'élève apprend également à se méfier des risques concernant l'adhérence. Cela va de l'attention à une trace de gasoil, au passage d'un ralentisseur, à la présence de gravillons, de peintures au sol ou de plaques métalliques.*

*Enfin, cet enseignement théorique aborde les conséquences physiques et physiologiques des chocs contre les obstacles fixes présents dans certains aménagements de la route, y compris à petite vitesse.*

### **2 heures de pratique hors circulation (« sur plateau »)**

*Ces 120 minutes sont consacrées à la prise en main du véhicule et aux vérifications indispensables : huile, pression et usure des pneumatiques, poignée d'accélérateur, système de freinage. La personne en formation apprend à démarrer en toute sécurité, à bien positionner son corps, à monter et à descendre les vitesses, à anticiper les manœuvres de freinage et d'évitement et à s'arrêter. Le futur usager d'une motocyclette légère ou d'un tricycle à moteur est enfin sensibilisé à bien positionner son regard. Il est ensuite formé à tenir l'équilibre à petite vitesse avec et sans passager, en ligne droite et en virage.*

### **Et 3 heures de pratique en circulation**

*Cette dernière partie de la formation de 7 heures se fait en et hors agglomération.*

*À l'issue des 3 heures, le conducteur doit être capable d'adapter sa vitesse à la circulation, de choisir la bonne voie et de bien se placer sur la chaussée en fonction notamment des angles morts des véhicules lourds. Il devra savoir franchir une intersection, changer de direction et dépasser en toute sécurité. Il doit enfin savoir négocier un virage correctement.*

*Les séquences hors circulation s'effectuent sur la piste privée de l'auto-école qui se situe à 15 minutes environ à l'adresse suivante. :*

3AG Recyclage  
535 Boulevard de l'Europe  
83500 La Seyne-sur-mer

*Les heures de formation débutent au départ de l'auto-école.*