

PROGRAMME DE FORMATION CATEGORIE AM

S1 – Formation pratique hors circulation : (séquence 1 : 2 heures)

- **1/Les équipements – Leurs rôles**
 - Le casque
 - La ceinture de sécurité
 - Les vêtements adaptés

- **2/La découverte des principaux organes du véhicule**

Les contrôles indispensables à l'entretien et au maintien de la sécurité :

- Le tableau de bord
 - L'éclairage
 - Les freins
 - Les pneumatiques
 - La chaîne
 - L'huile moteur
 - La batterie
 - Le carburant
 - La pré-signalisation en cas de panne
-
- **3/La maîtrise du véhicule hors circulation**
 - Position de conduite
 - Réglage du/des rétroviseur(s)*
 - Mise en marche, le démarrage et l'arrêt du véhicule**
 - Ralentissement, freinage et immobilisation du véhicule**
 - Tourner à droite et à gauche, virages et demi tours (importance du regard)**
 - Réaliser des manœuvres de freinage et d'évitement

*Quadricycle carrossé : réglage siège, volant et rétroviseurs.

** Cyclomoteur : équilibré et stabilité.

S2 – Formation pratique en circulation : (séquence 2 et 4 : 4 heures de conduite effective par élève)

- **1/Démarrer le véhicule**
 - S'insérer en sécurité dans la circulation
 - Tenir compte des autres usagers, s'assurer d'être bien vu

- **2/Ralentir et immobiliser le véhicule**
 - Freinage (cyclomoteur : maintien de la stabilité)
 - Arrêt et départ en circulation t(feux, stop...)
 - Ralentir pour quitter la circulation et s'arrêter
- **3/Rechercher les indices utiles**
 - Signalisation, clignotants, trajectoires, regard des autres usagers
- **4/Adapter l'allure selon les possibilités du véhicule**
 - La signalisation, la réglementation, les situations rencontrés (autres usagers, configuration des lieux, visibilité...)
- **5/Apprécier et maintenir les distances de sécurité latérales et longitudinales en toutes circonstances**
- **6/Négocier un virage**
- **7/Choisir la position sur la chaussée**
 - Ligne droite, virage, croisement ou dépassement
 - Signalisation verticale et horizontale
 - Autres véhicules (poids lourds : gabarit, angles morts...)
- **8/Franchir les différents types d'intersections**
 - Détecter et identifier le type d'intersection
 - Evaluer la visibilité
 - Adapter la vitesse
 - Respecter les règles relatives aux ordres de passage
 - S'arrêter, le cas échéant, et repartir
 - Dégager une intersection
- **9/Changer de direction**
 - Avertir de son intention
 - Se placer. Tenir compte des autres véhicules, notamment les poids lourds (gabarit, angles morts...)
 - Adapter sa vitesse
 - Respecter les règles de priorité
 - Dégager l'intersection

S3 – Sensibilisation aux risques (séquence 3 : 1 heures)

- **1/Sensibilisation aux risques spécifiques** à la conduite des cyclomoteurs et quadricycles légers à moteur, aux cas d'accidents les plus caractéristiques.

- **2/La vitesse et ses conséquences** (équilibre, adhérence, force centrifuge, freinage).
- **3/Echanges sur les comportements** par rapport au phénomène vitesse.
- **4/Echanges sur les situations vécues en première partie de conduite en circulation.**