



AUTO MOTO ECOLE
DE LA POSTE
Les clés de la réussite

3.1

Organisation des formations théoriques et pratiques

PARCOURS DE FORMATION B et AAC

Pour réaliser votre parcours de formation, dans un premier temps, une évaluation de départ sera effectuée afin de déterminer le nombre d'heures moyen ainsi que le coût de la formation.

A la suite cette évaluation, nous vous proposons un parcours spécifique :

Pour la formation théorique :

La préparation à l'épreuve théorique générale (ETG) passe également par des cours de code sur les thématiques suivantes :

- 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

Des cours spécifiques peuvent également être prévus sur les thèmes suivants :

Les distracteurs , L'alcool , La vitesse , Le comportement, Les usagers vulnérables etc

. Les séquences sont animées par un enseignant pour une durée d'environ 1 heure, organisées normalement chaque semaine selon un planning du mois avec une condition d'être au minimum 5 élèves et sur réservation.

Les séances de cours de code et test sont aussi programmé tout au long de l'année sans réservation au préalable, il vous suffit de nous demander ou de consulter l'affichage destiné aux élèves au sein de l'établissement de conduite.

Les horaires affichés sont susceptibles d'être modifiées. N'hésitez pas à prendre contact avec le secrétariat pour plus de précision au niveau des horaires de cours théoriques.

HORAIRES DES COURS THEORIQUES : Du lundi au vendredi : 16h/ 17h/ 17h45

Samedi sur rendez-vous ou réservation auprès du secrétariat.

Des cours théoriques portant sur des thématiques spécifiques sont programmés les samedis en fonction des difficultés rencontrées par les élèves :

L'environnement ;les précautions a prendre en quittant son véhicule ; mécanique ;les règles de priorités ; le conducteur ; les règles de circulation ; visibilité/éclairage ; les premiers secours ; sécurité routière (drogues alcool, usage des distracteurs de conduite...) ; arrêt/stationnement ; la signalisation ; le passager ; l'éco conduite ; la route...

HORAIRES DES COURS PRATIQUES : Les leçons de conduite se déroulent du lundi au samedi : 08h00-19h00

Pas de cours pratique les dimanches et jours fériés

. Explication & déroulement d'une leçon de conduite :

Au début de votre formation et suivant votre progression, nous nous préconisons des leçons d'une durée de 50min maximum, au fur et a mesure de votre avancement et de votre montée en compétence, nous vous proposerons des créneaux de conduite d'une durée de 1h ou2h.

Les leçons de conduite débutent et se terminent à l'auto école, 12B rue Montmorency.

Durant chaque leçon il faut compter le temps nécessaire à l'accueil de l'élève, les objectifs de la leçon du jour sont déterminés, et le bilan à la fin de la leçon du jour est prévu.

Une formation pratique comprenant mise en situation et mise en pratique de la théorie avec le programme suivant :

Programme de formation détaillé

Compétences générales

Compétences 1. Maîtriser le véhicule dans un trafic faible ou nul Formation pratique hors circulation sur parking ou lieu privé, formation théorique 1heure (théorie de l'activité de conduite) Connaître les principaux organes et commandes du véhicule, effectuer des vérifications intérieures et extérieures. Entrer, s'installer au poste de conduite et en sortir. Tenir, tourner le volant et maintenir la trajectoire. Démarrer et s'arrêter. Doser les accélérations et les freinages à diverses allures. Utiliser la boîte de vitesses. Diriger la voiture en avant en ligne droite, en courbe en adaptant allure et trajectoire. Regarder autour de soi et avertir. Effectuer une marche arrière et un demi-tour en sécurité

2. Appréhender la route et circuler dans les conditions normales. Formation pratique dans des conditions normales de circulation, en agglomération de taille moyenne. Formation théorique 1heure (théorie de l'activité de conduite) Rechercher la signalisation, les indices utiles et en tenir compte. Positionner le véhicule sur la chaussée et choisir la voie de circulation. Adapter l'allure aux situations. Détecter, identifier et franchir les intersections suivant le régime de priorité. Tourner à droite et à gauche en agglomération. Franchir les ronds-points et les carrefours à sens giratoire. S'arrêter et stationner en épi, en bataille en créneau

3. Circuler dans des conditions difficiles et partager la route avec les autres usagers Formation pratique hors agglomération sur voie rapide et en agglomération en circulation dense. Formation théorique 1heure (théorie de l'activité de conduite) Evaluer et maintenir les distances de sécurité. Croiser, dépasser et être dépassé - Passer des virages et conduire en déclivité. Connaître les caractéristiques des autres usagers et savoir se comporter à leur égard avec respect et courtoisie. S'insérer, circuler et sortir d'une voie rapide. Conduire dans une file de véhicules et dans une circulation dense. Conduire quand l'adhérence et la visibilité sont réduites. Conduire à l'abord et dans la traversée d'ouvrages routiers tels que les tunnels, les ponts, les passages à niveau

4. Pratiquer une conduite autonome, sûre et économique Formation pratique sur tous types de routes. L'acquisition de l'autonomie s'effectue par des exercices pratiques en autonomie durant les cours et ou par un voyage école. Formation théorique 1heure (théorie de l'activité de conduite) Suivre un itinéraire de manière autonome. Préparer et effectuer un voyage longue distance en autonomie. Connaître les principaux facteurs de risque au volant et les recommandations à appliquer. Connaître les comportements à adopter en cas d'accident : protéger, alerter, secourir. Faire l'expérience des aides à la conduite des véhicules. Avoir des notions sur l'entretien le dépannage et les situations d'urgence. Pratiquer l'éco-conduite

PARCOURS DE FORMATION A1-A2

Acquérir les connaissances techniques, réglementaires, et de sécurité routière permettant de se présenter avec succès à l'examen du permis de conduire de la catégorie A2 pour conduire une moto d'une puissance inférieure ou égale à 35 Kw. PROGRAMME DE LA FORMATION

Durée de la formation : Cette formation a une durée minimum de 20 heures.

Elle se déroule sur piste (8 heures) et en circulation (12 heures).

Programme : Compétences et sous compétence travaillées

MAITRISER LE MANIEMENT de la mode à vitesse réduite et à vitesse plus élevée, hors circulation	APPREHENDER LA ROUTE et circuler dans des conditions normales	CIRCULER DANS DES CONDITIONS DIFFICILES et partager la route avec les autres usagers	PRATIQUER UNE CONDUITE AUTONOME, sûre et économique
Connaitre et adopter les comportements sécuritaires en matière d'équipement du motard	Connaitre et respecter les règles de circulation	Evaluer et maintenir les distances de sécurité	Suivre un itinéraire de manière autonome
Connaitre la conception de la moto, ses principaux organes, les principales commandes et le tableau de bord	Recherche la signalisation ; les indices utiles et en tenir compte (notamment ceux spécifique à la conduite des deux-roues)	Connaitre les caractéristiques des autres usagers et savoir se comporter à leur égard avec respect et courtoisie	Connaitre les principaux facteurs de risque, ceux plus spécifiques à la conduite des motocyclettes et les recommandations à appliquer
Maitriser et déplacer la machine (sans l'aide du moteur)	Positionner le véhicule sur la chaussée et choisir la voie de circulation	Négocier les virages de la façon la plus sécurisante	Préparer et effectuer un voyage longue distance en autonomie
Adopter une position de conduite sécuritaire sur la machine. Descendre de la machine en sécurité	Etre en mesure de s'arrêter ou stationner et de repartir en sécurité	Croiser, dépasser, être dépassé	Connaitre les comportements à adopter en cas d'accident : Protéger, Alerter, Secourir
Démarrer et s'arrêter en toutes circonstances	Tourner à gauche et à droite	Communiquer les avec les autres usagers	Avoir des notions sur l'entretien et le dépannage de la moto
Monter et rétrograder les rapports de vitesse	Détecter, identifier et franchir les intersections suivant le régime de priorité	Connaitre mes particularités des véhicules lourds et savoir se rendre visible	Connaitre les dispositifs d'aide à la conduite du véhicule (ABS ; aide à la navigation ; régulateur ; limiteur de vitesse)
Maitriser la réalisation d'un freinage	Franchir les ronds-points et les carrefour à sens giratoire	S'insérer, circuler et sortir d'une voie rapide	Pratiquer l'éco-conduite
Connaitre les incidences du regard sur la trajectoire et la stabilité	Maitriser les techniques d'inclinaison	Conduire dans une file de véhicule et dans une circulation dense	
Tenir l'équilibre, maitriser la stabilité et guider la moto (sans et avec passager)	Réaliser un freinage d'urgence	Conduire quand l'adhérence et la visibilité sont réduites	
Maitriser l'utilisation de l'embrayage (sauf transmission automatique)	Maitriser les techniques d'inclinaison	Réaliser un freinage d'urgence	

Pour réaliser votre parcours de formation, dans un premier temps, une évaluation de départ sera effectuée afin de déterminer le nombre d'heures moyen ainsi que le coût de la formation.

A la suite cette évaluation, nous vous proposons un parcours spécifique :

Pour la formation théorique :

Les cours ont lieu uniquement via internet.

Le livre de code vous est donné à l'inscription, puis vous allez recevoir un mail avec un lien.

Il y a des cours et des séries.

HORAIRES DES COURS PRATIQUES : Les leçons de conduite se déroulent du lundi au samedi : 08h00-19h00

Pas de cours pratique les dimanches et jours fériés

. Explication & déroulement d'une leçon de conduite :

Au début de votre formation et suivant votre progression, nous nous préconisons des leçons d'une durée de 50min maximum, au fur et à mesure de votre avancement et de votre montée en compétence, nous vous proposerons des créneaux de conduite d'une durée de 2h

Les leçons de conduite débutent et se terminent à notre garage, situé Parking de LIDL, route des quatre chansons, 34200 SETE

PERMIS B 96

Permet de conduire des véhicules de la catégorie B attelés d'une remorque lorsque la somme des PTAC (véhicule tracteur + remorque) est comprise entre 3 500 et 4 250 kilos Formation de 7 heures

OBJECTIFS DE LA FORMATION

Connaître les principales règles de compatibilité, d'attelage et de circulation propres à ce type d'ensemble de véhicules. Savoir s'intégrer dans la circulation en toute sécurité et sans gêne pour les autres usagers. Connaître la signalisation spécifique. Avoir des notions concernant l'aspect technique et mécanique de l'ensemble de véhicules et de son entretien. Maîtriser l'ensemble de véhicules dans les manœuvres de MAV / MAR et dans toutes les situations de circulation.

PROGRAMME DE LA FORMATION SÉQUENCE HORS CIRCULATION :

4 HEURES Le code de la route spécifique à l'ensemble de véhicules La signalisation et les règles de circulation spécifiques à la conduite de l'ensemble de véhicules Les vérifications indispensables de sécurité d'avant départ L'attelage et le dételage en sécurité Les manœuvres avec l'ensemble de véhicules

SÉQUENCE EN CIRCULATION : 3 HEURES La conduite de l'ensemble de véhicules en circulation et la communication avec les autres usagers Les changements de direction et le positionnement sur la chaussée en fonction du gabarit de l'ensemble de véhicules L'anticipation des distances de freinage et d'arrêt Les trajectoires en virages et voies étroites Le partage de la route notamment dans les situations de croisement et de dépassement

L'intégralité de cette formation se déroule sur un schéma collectif (maximum 3 élèves). Les cours relatifs à la maniabilité du véhicule sont dispensés sur une piste et, si le niveau est suffisant, la formation se poursuit en collectif sur les voies ouvertes à la circulation.

Le planning de ces cours est défini lors de la programmation du planning prévisionnel.

PERMIS BE

Permet de conduire des véhicules : Dont le poids total autorisé en charge (PTAC) de la remorque est supérieur à 750 kg et inférieur à 3500 kg et dont la somme des PTAC du véhicule tracteur et de la remorque est supérieure à 4250 kg.

Si votre permis B date de moins de 5 ans, ETG Ok, nul besoin de le repasser.

Si votre permis B date de + de 5 ans, ETG a repasser.

Détails de la formation, se référer PARTIE FORMATION THEORIQUE PERMIS B

OBJECTIFS DE LA FORMATION Obtenir le permis de conduire catégorie BE Connaître les principales règles de compatibilité, d'attelage et de circulation propres à ce type d'ensemble de véhicules. Savoir s'intégrer dans la circulation en toute sécurité et sans gêne pour les autres usagers. Connaître les différentes signalisations spécifiques. Avoir des notions concernant l'aspect technique et mécanique de l'ensemble de véhicules et son entretien. Maîtriser l'ensemble de véhicules dans les manœuvres de MAV/MAR ainsi que dans toutes les situations de circulation. identifier s'il a été atteint ou non.

COMPÉTENCE 1 :

EFFECTUER LES VÉRIFICATIONS COURANTES DE SÉCURITÉ ET MAÎTRISER L'ENSEMBLE DE VÉHICULES DANS UN TRAFIC FAIBLE OU NUL La mécanique et le fonctionnement de l'ensemble de véhicules Les organes de commande Les vérifications de l'état de l'ensemble de véhicules La conduite et les manœuvres avec l'ensemble de véhicules L'attelage et le dételage de l'ensemble de véhicules

COMPÉTENCE 2 :

APPRÉHENDER LA ROUTE EN FONCTION DU GABARIT DE L'ENSEMBLE DE VÉHICULES ET CIRCULER DANS DES CONDITIONS NORMALES La signalisation spécifique à l'ensemble de véhicules Les règles de placement La compréhension des risques

COMPÉTENCE 3 :

CIRCULER DANS DES CONDITIONS DIFFICILES ET PARTAGER LA ROUTE AVEC LES AUTRES USAGERS La compréhension de la nécessité de partager la route avec d'autres usagers Les distances de sécurité, de freinage et d'arrêt L'adaptation de la vitesse La conduite dans des conditions atmosphériques dégradées

COMPÉTENCE 4 :

PRATIQUER UNE CONDUITE AUTONOME, SÛRE ET ÉCONOMIQUE L'anticipation et l'analyse autonome des situations de conduite Le comportement en cas de panne ou d'accident Les impacts écologiques liés à la conduite

Formation aux catégories du groupe A

L'intégralité de cette formation se déroule sur un schéma collectif (maximum 3 élèves). Les cours relatifs à la maniabilité du véhicule sont dispensés sur une piste et, si le niveau est suffisant, la formation se poursuit en collectif sur les voies ouvertes à la circulation. Des cours spécifiques à la conduite des deux-roues sont organisés dans le cadre des formations de la catégorie A. Le planning de ces cours est défini lors de la programmation du planning prévisionnel.