

PROGRAMME DE FORMATION AU PERMIS AM

Module 1 : Formation théorique hors circulation (durée 2 heures) Acquisition des connaissances suivantes :

- ✓ Les équipements indispensables à la conduite d'un cyclomoteur (leurs rôles).
- ✓ La connaissance des principaux organes du véhicule.
- ✓ Savoir effectuer les contrôles indispensables du véhicule pour l'entretien et le maintien de la sécurité.
- ✓ La maîtrise technique du véhicule hors circulation.

→ Les équipements – Leurs rôles

- ✓ Le port obligatoire du casque, son rôle.
Le choix d'un casque adapté.
L'utilisation, le réglage et l'entretien d'un casque.
- ✓ Les vêtements adaptés : combinaison ou blouson de cuir ou veste épaisse, pantalons épais, bottes ou chaussures fermées et montantes, gants.
Leurs rôles : protection en cas d'intempéries, de chutes et détectabilité de jour comme de nuit.

→ La découverte des principaux éléments du véhicule

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

- ✓ Le tableau de bord : (compteur, voyants, témoins).
- ✓ L'éclairage : savoir vérifier la propreté et le fonctionnement des feux avant chaque départ.
Savoir régler la hauteur du projecteur.
- ✓ Les freins : en fonction du type de freins (à tambours ou à disque), savoir contrôler l'usure éventuelle, régler le câble ou contrôler le niveau du liquide de freins.
- ✓ Les pneumatiques : (contrôle de la pression et des flancs)
- ✓ La chaîne : savoir vérifier la tension et le graissage.
- ✓ L'huile moteur : connaître l'emplacement du réservoir, savoir vérifier le niveau et rajouter de l'huile si nécessaire.
- ✓ Le Carburant : connaître l'emplacement du réservoir et savoir vérifier le niveau.
- ✓ Batterie : savoir la brancher et connaître les dangers inhérents aux véhicules électriques

→ La maîtrise du véhicule hors circulation

- ✓ La position de conduite (bras, dos, jambes, pieds et mains).
- ✓ Le réglage du/des rétroviseurs.
- ✓ Pour le quadricycle (réglage du siège, du volant et des rétroviseurs).
- ✓ La mise en marche, le démarrage et l'arrêt du véhicule.
- ✓ Pour les cyclomoteurs : le maintien de l'équilibre et de la stabilité en ligne droite (exercice avec et sans passager)
- ✓ Le ralentissement, le freinage et l'immobilisation du véhicule (pour les cyclomoteurs, le maintien de l'équilibre et de la stabilité).
- ✓ Tourner à droite et à gauche, réaliser des virages et demi-tour (importance du regard). Pour les cyclomoteurs, exercices avec et sans passager, le maintien de la stabilité.
- ✓ Réaliser des manœuvres de freinage et d'évitement.

Module 2 et 4 : Formation pratique en circulation (durée 4 heures effectives par élève)

Le module en circulation permet l'acquisition des connaissances et compétences suivantes :

- ✓ Démarrer le cyclomoteur ou le quadricycle léger à moteur qu'il soit déjà ou non dans la circulation :
- ✓ S'insérer en sécurité dans la circulation.
- ✓ Prendre en compte la vitesse des autres véhicules et s'assurer d'être bien vu.
- ✓ Ralentir et immobiliser le cyclomoteur ou le quadricycle léger à moteur qu'il soit déjà ou non dans la circulation ou pour la quitter :
- ✓ Freinage et maintien de la stabilité du cyclomoteur.
- ✓ Arrêt et départ en circulation (feux, stop...).
- ✓ Ralentir pour quitter la circulation et s'arrêter.

→ Recherche des indices utiles (signalisation, clignotants, trajectoire, regard des autres usagers) :

- ✓ Adapter l'allure en fonction de ses capacités, des possibilités du véhicule, de la signalisation, de la réglementation et des situations rencontrées (autres usagers, configuration des lieux, visibilité...).
- ✓ Apprécier et maintenir les distances de sécurité latérales et longitudinales en toutes circonstances.
- ✓ Négocier un virage.

→ Choisir la position sur la chaussée :

- ✓ En ligne droite, virage, en situation de croisement ou de dépassement.
- ✓ En tenant compte de la signalisation verticale et horizontale : marquage au sol, voies réservées...
- ✓ En tenant compte des particularités des autres véhicules (notamment des véhicules lourds) : gabarit, angle morts...

→ **Franchir les différents types d'intersections :**

- ✓ Détecter et identifier le type d'intersection.
- ✓ Évaluer la visibilité.
- ✓ Adapter sa vitesse.
- ✓ Respecter les règles relatives aux ordres de passage.
- ✓ S'arrêter le cas échéant et repartir.
- ✓ Dégager une intersection.

→ **Changer de direction :**

- ✓ Avertir de son intention.
- ✓ Se placer ; Tenir compte des particularités des autres véhicules (notamment des véhicules lourds) : gabarit, angles morts...
- ✓ Adapter sa vitesse.
- ✓ Respecter les règles de priorité.
- ✓ Dégager l'intersection.

Module 3 : Sensibilisation aux risques (durée 1 heure)

Ce module aborde les thèmes suivants :

- ✓ Sensibilisation aux risques spécifiques à la conduite des cyclomoteurs et quadricycle légers à moteur, et aux cas d'accidents les plus caractéristiques impliquant ces véhicules.
- ✓ La vitesse et ses conséquences (équilibre, adhérence, force centrifuge, freinage).
- ✓ Échange sur les comportements par rapport au phénomène vitesse.
- ✓ Échange sur les situations vécues en première partie de conduite en circulation.