

## FORMATIONS CONDUITE SUR PISTES – FORMATIONS CONDUITES **T1STA – T1STA - PREVENIR LES RISQUES DANS LES DEPLACEMENTS ROUTIERS**

### Objectifs opérationnels

Apprendre par la pratique :

- à garder les bonnes distances de sécurité en toutes circonstances

### Durée

1,00 jour(s)

7:00 heures

### Public visé

**Conducteurs professionnels débutants ou confirmés.**

### Prérequis

Permis C, D, EC, ED.

### Accessibilité

*La formation fait appel à la conduite de PL sans équipement particulier pour les personnes handicapées.*

### Aptitudes / Compétences

A l'issue de la formation, le stagiaire saura anticiper les situations à risque pouvant se présenter à lui.

### Moyens et supports pédagogiques

Présentation multimédia - Exercices d'application théorie 10% - Exercices 90 % - Livret la conduite préventive

### Encadrement

Formateur disposant d'une longue expérience dans la formation de conducteur routier.

### Evaluation des acquis

Remise d'une attestation de formation. Mises en situation à bord de PL sur circuit et sur route.

### Délais d'accès

Aucun délais particulier n'est exigé. Le stagiaire peut s'inscrire sur la session de son choix.



## Programme de formation

1° jour:

### A) ACCUEIL - PRÉSENTATION DU STAGE

### B) LA CONDUITE PRÉVENTIVE

**Connaissances des stagiaires sur les fondamentaux de la conduite préventive :**

Vision, le code de la route, lecture et analyse de la route, actions à entreprendre.

#### Exercices pratiques de conduite sur piste plate basse adhérence:

La vision

Evaluation de distances, les différences entre les individus, les écarts avec la réalité.

#### Mesure des distances nécessaires pour s'arrêter : les distances de freinage

- estimation d'une distance d'arrêt en fonction de la vitesse, les écarts avec la réalité.

#### Mesure du temps nécessaire pour s'arrêter

- estimation du temps minimum permettant une conduite sûre, la transposition dans la réalité.

- influence du temps de réaction

Importance de la vigilance : attention, hygiène de vie, Importance de la lecture de la route.

#### Se préserver une échappatoire : mise en situation face à des obstacles

- l'influence des réflexes, le choix calculé et sécuritaire.

#### Mise en évidence de l'intérêt de l'anticipation, d'une vitesse adaptée et de la concentration sur sa conduite.

**Retour en salle pour un débriefing par les stagiaires sur les changements de comportement acquis.**

### C) VERIFICATION DES ACQUIS

Questions, exercices et mises en situation.

### D) QUESTIONS DIVERSES

### E)SYNTHESE ET EVALUATION DU STAGE

