

161 FORMATION ECO-CONDUITE SUR SIMULATEUR ET MANŒUVRES - 3H30 - 6 STAGIAIRES - 1 FORMATEUR

Objectifs de formation	Objectifs pédagogiques	Contenu	Méthode pédagogique	Durée
			Modalités	3:30
ATELIER SIMULATEUR				
Tour de table de présentation et des connaissances et attentes des stagiaires.				0:10
Comprendre l'intérêt de cette formation et son comportement sur la route	<p>Comprendre le mécanisme d'un accident et les facteurs sur lesquels il est possible d'intervenir.</p> <p>Comprendre qu'un accident est une somme d'évènements avec un évènement déclencheur.</p>	<p>Mise en situation d'accident : recherche des éléments permettant de l'éviter.</p> <p>Temps de réaction, écrasement de la pédale de frein, lecture des panneaux de signalisation, recherche d'indices, position de conduite, adhérence, charge mentale, entretien, ...</p> <p>Celui qui commet la faute ne peut plus rien.</p>	<p>Mise en situation sur simulateur</p> <p>Visionnage de l'enregistrement</p>	0:10
<p>Le temps de réaction et la distance parcourue</p> <p>Maîtriser l'anticipation</p>	<p>Développer la coordination et les automatismes de l'anticipation.</p> <p>Démontrer qu'en anticipant et en étant concentré sur sa conduite, la plupart des accidents sont évitables.</p> <p>Ne pas subir la conduite des autres. Avoir une vitesse stabilisée.</p>	<p>Exercices sur freinage : distances parcourues pendant le temps de réaction et le freinage (sol sec, sol mouillé, avec ou sans ABS, usure et pression des pneus, ...), distance totale d'arrêt.</p> <p>Impact avec les charges mentales, fatigue, alcool, drogues, téléphone ...</p> <p>Exercices sur les distances de sécurité et la règle des deux secondes. Suivre un véhicule, distance de sécurité avant de le dépasser et en se rabattant.</p>	<p>Mise en situation sur simulateur</p> <p>Comparatif des différentes situations</p> <p>Affichage des secondes</p>	1:00
PAUSE				
Renforcer le principe d'une utilisation optimale de la technologie des moteurs actuels.	<p>Une accélération franche (3/4 de pédale) permet d'atteindre la vitesse désirée rapidement et surtout, de mettre le pied face au frein en cas d'incertitude.</p> <p>L'utilisation optimale des moteurs modernes permet cette conduite.</p>	<p>Exercices sur le passage des vitesses avec affichage du rendement moteur (graphique superposé à la piste).</p> <p>Travail sur la coupure et la reprise d'injection, la restitution de l'énergie cinétique accumulée, le pied face au frein.</p>	<p>Mise en situation sur simulateur</p> <p>Chaque stagiaire apprend à monter les rapports</p>	0:20

161 FORMATION ECO-CONDUITE SUR SIMULATEUR ET MANŒUVRES - 3H30 - 6 STAGIAIRES - 1 FORMATEUR

Objectifs de formation	Objectifs pédagogiques	Contenu	Méthode pédagogique	Durée
			Modalités	3:30
ATELIER MANŒUVRES				
Démontrer la réalisation d'une manœuvre sécurisée	<p>Avoir une bonne position de conduite pour bien manœuvrer mais aussi pour pouvoir faire un évitement.</p> <p>Démontrer qu'il ne faut jamais reculer sans avoir pris soin de vérifier l'arrière immédiat.</p> <p>Apprendre à mettre un véhicule en mouvement sans accélérer : exercice pratique de l'utilisation de l'injection électronique.</p>	<p>La règle des trois temps.</p> <p>Le positionnement et la recherche de point de pivot, l'utilisation des rétroviseurs, la mobilité du regard.</p> <p>Mettre le véhicule en mouvement avant ou arrière sans accélérer en utilisant la reprise d'injection et en ayant le pied face au frein.</p>	<p>Mise en situation en extérieur</p> <p>Chaque stagiaire participe aux exercices</p>	0:20
Démontrer la nécessité du stationnement prêt à partir	Etre stationné prêt à partir divise le risque par trois.	<p>Exercice pratique sur une zone de stationnement.</p> <p>Stationnement à main et à contre-main.</p>	Démonstration en extérieur	0:10
ATELIER SIMULATEUR (suite)				
Comment éviter un accident	<p>Identifier l'impact du temps de réaction avec le pied face au frein.</p> <p>Les angles morts</p> <p>La recherche d'indices</p>	Exercices avec mises en situations d'accidents permettant d'identifier les actions à entreprendre pour les éviter.	<p>Mise en situation sur simulateur</p> <p>Visionnage de l'enregistrement</p>	0:45
Constat amiable	<p>3 conducteurs sur 10 prennent 100 % de la responsabilité.</p> <p>Ils indiquent ce qu'ils avaient l'intention de faire et non ce qu'ils faisaient au moment de l'accident.</p>	<p>L'instant T</p> <p>Le schéma de l'accident</p>	Expositif	0:15
Debriefing / Conclusion	Favoriser une application quotidienne divise son risque d'accident par trois.	<p>Synthèse des points clés</p> <p>Evaluation à chaud</p>	Expositif	0:15