

164 - FORMATION ECO CONDUITE VL et VUL
 3 ATELIERS : THEORIE SUR SIMULATEUR - CONDUITE SUR ROUTE - EXERCICES DE MANOEUVRES
 7H00 - 12 STAGIAIRES - 3 FORMATEURS

Objectifs de formation	Objectifs pédagogiques	Contenu	Méthode pédagogique	Durée
			Modalités	7:00
Tour de table de présentation et des connaissances et attentes des stagiaires. Répartition des groupes				0:15
PARTIE THEORIQUE : ATELIER SIMULATEUR (2 x 3h30 pour 6 stagiaires) - 1 FORMATEUR				3:15
Le temps de réaction et la distance parcourue	Développer la coordination et les automatismes de l'anticipation. Ne pas subir la conduite des autres. Avoir une vitesse stabilisée.	Exercices sur freinage : temps de réaction, distances de freinage et d'arrêt, ... Impact avec les charges mentales, la fatigue, l'alcool, la drogue, ... Exercices sur les distances de sécurité et la règle des deux secondes.	Mise en situation sur simulateur Affichage des secondes	0:45
Maîtriser l'anticipation	Identifier l'impact sur le temps de réaction avec le pied face au frein. Les angles morts, la recherche d'indice. L'impact de l'anticipation sur la consommation de carburant.	Exercices avec mises en situations d'accidents permettant d'identifier les actions à entreprendre pour les éviter et moins consommer en anticipant.	Mise en situation sur simulateur Visionnage de l'enregistrement	0:30
Le lâché de pédale d'accélérateur	Identifier et illustrer la coupure d'injection et l'anticipation avec le pied face au frein.	Exercices avec mises en situations d'accidents permettant d'identifier qu'anticipation et éco-conduite vont ensemble et deviennent conduite éco-sécurité.	Mise en situation sur simulateur Visionnage de l'enregistrement	0:30
PAUSE				0:05
Comment éviter un accident	Le temps de réaction. Les angles morts. La recherche d'indices.	Exercices avec mises en situations d'accidents permettant d'identifier les actions à entreprendre pour les éviter.	Mise en situation sur simulateur Visionnage de l'enregistrement	0:30

164 - FORMATION ECO CONDUITE VL et VUL
 3 ATELIERS : THEORIE SUR SIMULATEUR - CONDUITE SUR ROUTE - EXERCICES DE MANOEUVRES
 7H00 - 12 STAGIAIRES - 3 FORMATEURS

Objectifs de formation	Objectifs pédagogiques	Contenu	Méthode pédagogique	Durée
			Modalités	7:00
Renforcer le principe de gestion du véhicule	Identifier et illustrer les paramètres liés au véhicule.	L'impact de l'ABS et de la pression des pneus.	Démonstration sur simulateur Visionnage de différents scénarios	0:10
Renforcer le principe d'une utilisation optimale de la technologie des moteurs	Coupure et reprise d'injection. Une accélération franche permet d'atteindre la vitesse désirée rapidement et de pouvoir de ce fait mettre le pied face au frein en cas d'incertitude.	Exercices sur le passage des vitesses avec affichage du rendement moteur (graphique superposé à la piste). Travail sur la coupure et la reprise d'injection, la restitution de l'énergie cinétique accumulée, le pied face au frein.	Mise en situation sur simulateur Chaque stagiaire apprend à monter les rapports	0:45
ATELIERS PRATIQUES : CONDUITE SUR ROUTE ET MANŒUVRE 3h00 pour 3 stagiaires - 2 GROUPES - 2 FORMATEURS				3:00
Avoir une bonne position de conduite	Comprendre que pour bien effectuer une manœuvre ou un évitement, il faut d'abord avoir une bonne position de conduite et bien voir.	Exercices pratiques avant le départ en circulation.	Démonstration par le formateur puis mise en pratique par chaque stagiaire	0:15

164 - FORMATION ECO CONDUITE VL et VUL
 3 ATELIERS : THEORIE SUR SIMULATEUR - CONDUITE SUR ROUTE - EXERCICES DE MANOEUVRES
 7H00 - 12 STAGIAIRES - 3 FORMATEURS

Objectifs de formation	Objectifs pédagogiques	Contenu	Méthode pédagogique	Durée
			Modalités	7:00
Evaluer le niveau de départ et réaliser un audit de conduite	<p>Observer et évaluer le stagiaire dans sa situation de conduite habituelle.</p> <p>Sensibiliser à la prévention du risque routier.</p>	<p>Présentation de l'économètre de mesure.</p> <p>Chaque stagiaire réalise un parcours de référence de 10 minutes sans instructions.</p> <p>La consommation est enregistrée par l'économètre et le formateur note les points d'amélioration.</p> <p>Cette partie intègre un audit de conduite.</p> <p>Les participants qui ne conduisent pas observent la conduite de leur collègue en fonction d'une grille d'évaluation.</p>	<p>Participatif sur route</p> <p>Conduite de 10 mn par stagiaire</p>	0:45
Mise en pratique des concepts développés par le formateur	<p>Montrer aux stagiaires les conséquences d'une conduite économique.</p> <p>Ne pas accélérer au démarrage du moteur, Mettre le véhicule en mouvement sans accélérer, Ne faire que quelques mètres avec le premier rapport, Choix du rapport de vitesse, Regarder le compte tours, Prise d'élan, Combinaison de rapports, Coupure et reprise d'injection, Distances de sécurité, Pied face au frein, Maintenir une allure constante, Anticipation</p>	<p>Démonstration d'une conduite éco-sécurité par le formateur qui commente toutes les actions qu'il entreprend au volant et montre leurs conséquences aux stagiaires.</p>	<p>Démonstration par le formateur</p>	0:20
PAUSE				0:10

164 - FORMATION ECO CONDUITE VL et VUL
 3 ATELIERS : THEORIE SUR SIMULATEUR - CONDUITE SUR ROUTE - EXERCICES DE MANOEUVRES
 7H00 - 12 STAGIAIRES - 3 FORMATEURS

Objectifs de formation	Objectifs pédagogiques	Contenu	Méthode pédagogique	Durée
			Modalités	7:00
Evaluer le niveau atteint	Guider le stagiaire dans sa pratique de l'éco-conduite.	<p>Conduite éco-sécurité guidée.</p> <p>Chaque stagiaire réalise le même parcours de référence que lors du premier tour (10 mn). Les données sont enregistrées par l'économètre.</p> <p>Le formateur lui indique à tout moment les actions à mettre en œuvre</p>	<p>Participatif sur route</p> <p>Conduite de 10 mn par stagiaire</p> <p>+ 5 mn debriefing individuel</p>	0:45
Debriefing des conduites	Analyse et comparaison des deux parcours.	<p>Le formateur présente et commente les résultats obtenus par chaque stagiaire en comparant les données issues de leur conduite habituelle et de l'éco-conduite guidée. Des conseils personnalisés leur sont donnés par le formateur.</p>	Expositif dans le véhicule	
Démontrer la réalisation d'une manœuvre sécurisée	<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>	0:45
Démontrer la nécessité du stationnement prêt à partir	Être 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>		
Debriefing / Conclusion	Favoriser une application quotidienne.	Synthèse des points clés Evaluation à chaud	Expositif	0:30