

LIVRET D'APPRENTISSAGE
Guide Technique d'assistance à la
formation pratique - véhicules légers



PERMIS B

CALENDRIER DE LA FORMATION SUIVIE

	Date	Heure	Durée	Observations		Date	Heure	Durée	Observations
1					26				
2					27				
3					28				
4					29				
5					30				
6									
7					32				
8					33				
9					34				
10					35				
11					36				
12					37				
13					38				
14					39				
15					40				
16					41				
17					42				
18					43				
19					44				
20					45				
21					46				
22					47				
23					48				
24					49				
25					50				

Durée totale de la formation :

Nombre d'heures théoriques :

Nombre d'heures pratiques :

- Observations, utilisez le code TH pour chaque séance théorique et P pour chaque séance Pratique.

APPRENDRE A BIEN CONDUIRE, UN ACTE CIVIQUE INDISPENSABLE :

Pour devenir un bon conducteur, vous devez acquérir des connaissances théoriques et des connaissances pratiques.

Les connaissances théoriques sont nécessaires pour une bonne pratique de la conduite et la pratique de la conduite améliore ces dernières.

Vous devez avoir un comportement responsable et prudent au volant.

La loi rend obligatoire 20 heures de leçons de conduite.

Il communément admis qu'un minimum de 35 heures de leçons est indispensable pour bien maîtriser la conduite d'une automobile.

Votre progression :

Dans un premier temps, si vous écoutez les conseils et consignes de votre formateur, vous allez rapidement progresser. Puis, pendant un certain laps de temps, vos progrès seront moindres. Il ne faut pas vous décourager, car, au bout de quelques leçons, votre progression va reprendre.

Soyez patient, la conduite demande de la concentration et de l'observation.

Votre livret d'apprentissage :

Vous devez l'avoir sur vous à chaque leçon de conduite.

Il contient toutes les différentes étapes de votre formation.

Il doit être rempli après chaque leçon par votre formateur.

OBJECTIF DE VOTRE FORMATION

o Etre capable de conduire une voiture sans mettre en danger la sécurité des autres et vous même.

Pour cela, vous devrez :

- Connaître les principales règles de circulation
- Avoir des notions concernant la voiture et son entretien
- Connaître la signalisation verticale et horizontale et savoir en tenir compte
- Savoir insérer votre véhicule dans la circulation
- Savoir positionner votre véhicule sur la chaussée
- Etre capable de franchir une intersection ou d'y changer de direction en tenant compte des règles de circulation
- Savoir adapter votre allure aux circonstances et à vos possibilités
- Savoir utiliser les commandes accessoires de la voiture (essuie-glaces, climatisation,...)
- Etre capable de reconnaître les situations dangereuses
- Etre capable de prévoir pour pouvoir prendre les décisions qui sont nécessaires
- Savoir remplir un constat à l'amiable

LES QUATRE ETAPES DE VOTRE FORMATION

Etape 1 : Maîtriser votre véhicule en marche avant, à allure lente, dans un trafic faible ou nul.

Etape 2 : Savoir se placer sur la chaussée, aborder une intersection et changer de direction.

Etape 3 : Savoir circuler dans des conditions normales, sur route et en agglomération.

Etape 4 : Maîtriser des situations présentant des difficultés inhabituelles.

OBJECTIF GÉNÉRAL :

Maîtriser le véhicule à allure lente ou modérée, le trafic étant faible ou nul.

Liste des objectifs :

- 1.1 Connaître les principaux organes de la voiture les principales commandes et le tableau de bord
- 1.2 S'installer au poste de conduite
- 1.3 Regarder autour de soi
- 1.4 Agir sans mettre en danger les autres et soi-même
- 1.5 Avertir les autres usagers
- 1.6 Démarrer et s'arrêter
- 1.7 Tenir et tourner le volant
- 1.8 Utiliser la boîte de vitesse
- 1.9 Diriger la voiture en avant et en arrière en ligne droite et en courbe en adaptant allure et trajectoire

RÉSULTATS DE L'ÉVALUATION DE SYNTHÈSE

Première évaluation de synthèse effectuée le :
après heures d'enseignement.

Résultat : A B

Deuxième évaluation de synthèse effectuée le :
après heures d'enseignement.

Résultat : A B

1.1 SAVOIR SITUER LES ORGANES CI-DESSOUS DANS LA LISTE ET CONNAITRE LEUR PRINCIPE DE FONCTIONNEMENT

- Moteur et transmission
- Système de freinage
- Pneus et suspension
- Direction
- Dispositif de sécurité (en particulier les ceintures)
- Eclairage et fusibles
- Moyen d'avertissement
- Volant, levier de vitesse, pédales
- Frein à main
- Avertisseur, feux

**SAVOIR CONTROLER LES NIVEAUX
CONNAITRE LE TABLEAU DE BORD ET LES VOYANTS
D'ALERTE****1.2 S'INSTALLER AU POSTE DE CONDUITE**

- Régler le siège arrière et le dossier
- Régler les rétroviseurs
- Vérifier la transparence des vitres
- Installer les passagers et connaître l'influence qu'ils peuvent avoir sur le conducteur
- Boucler la ceinture et faire boucler celle des passagers
- Charger les bagages

CONNAITRE L'IMPORTANCE DU ROLE DE LA CEINTURE**1.3 REGARDER AUTOUR DE SOI**

- Connaître les angles morts
- Savoir regarder dans les rétroviseurs
- Avoir des notions sur la direction et la mobilité du regard

1.4 AGIR SANS METTRE EN DANGER LES AUTRES ET SOI-MEME

PRENDRE LES PRECAUTIONS NECESSAIRES :

- En montant en voiture
- En descendant de voiture
- En ouvrant les portières et en fermant les portières
- En quittant la voiture
- Vérifier si les pneus ne sont pas dégonflés
- Vérifier si l'espace est libre pour démarrer
- Détecter les endroits où la visibilité est réduite

1.5 AVERTIR LES AUTRES USAGERS

- Savoir faire fonctionner immédiatement les clignotants
- Savoir faire fonctionner immédiatement l'avertisseur sonore
- Savoir faire fonctionner immédiatement le signal de détresse
- Savoir faire fonctionner immédiatement le feu stop par intermittence
- Savoir faire fonctionner immédiatement les feux pour avertir
- SAVOIR :**
- A quels moments avertir
- Comment avertir (sonore et lumineux)
- Quand l'avertisseur sonore est interdit et savoir expliquer pourquoi.

1.6 DEMARRER ET S'ARRETER

- Savoir mettre le moteur en marche
- Savoir arrêter le moteur
- Savoir remettre rapidement en marche le moteur après calage
- Savoir faire démarrer la voiture sur terrain plat , en montée et en descente
- Savoir arrêter la voiture qui roule doucement à un endroit précis

1.7 TENIR ET TOURNER LE VOLANT

- Savoir tenir le volant en ligne droite
- Savoir tenir le volant et le tourner sans déplacer les mains
- Savoir tenir le volant et le tourner avec un simple déplacement des mains.
- Savoir tenir le volant et le tourner en chevauchant les mains

1.8 UTILISER LA BOITE DE VITESSES

- Savoir manipuler le levier
- Savoir passer les vitesses et savoir rétrograder
- Savoir choisir le rapport de vitesses convenable
- Avoir des notions sur le fonctionnement de la boîte à vitesses

1.9 DIRIGER LA VOITURE EN AVANT ET EN ARRIERE , EN LIGNE DROITE ET EN COURBE EN ADAPTANT ALLURE ET TRAJECTOIRE

- Savoir à faible allure contrôler la direction de la voiture en fonction de la rotation du volant à diverses allures
- Savoir maintenir une trajectoire rectiligne à diverses allures
- Savoir maintenir une trajectoire rectiligne tout en manipulant d'autres commandes
- Savoir doser l'accélération
- Savoir utiliser le frein moteur
- Savoir doser le freinage
- Savoir rétrograder
- Savoir faire une marche arrière en ligne droite, en courbe
- Savoir en marche arrière prendre la position convenable
- Savoir en marche arrière placer les mains et les pieds
- Savoir en marche arrière regarder

OBJECTIF GÉNÉRAL :

Choisir la position sur la chaussée franchir une intersection ou y changer de direction.

Liste des objectifs :

- 2.1 Connaître les principales règles de circulation ainsi que la signalisation
- 2.2 Tenir compte de la signalisation verticale et horizontale
- 2.3 Rechercher les indices utiles
- 2.4 Utiliser toutes les commandes
- 2.5 Adapter sa vitesse aux situations
- 2.6 Choisir la voie de circulation
- 2.7 Maintenir les distances de sécurité
- 2.8 Franchir les différents types d'intersection et y changer de direction

RÉSULTATS DE L'ÉVALUATION DE SYNTHÈSE

Première évaluation de synthèse effectuée le :
après heures d'enseignement.

Résultat : A B

Deuxième évaluation de synthèse effectuée le :
après heures d'enseignement.

Résultat : A B

2.1 CONNAITRE ET COMPRENDRE LES PRINCIPAUX REGLES DE CIRCULATION CONCERNANT

Les intersections (avec et sans signalisation par panneaux, avec feux de signalisation)

Les gestes de l'agent des forces de l'ordre

Connaître la signification des formes, des couleurs et des symboles de la signalisation

Connaître la signification des marquages au sol (la signalisation horizontale)

2.2 TENIR COMPTE DE LA SIGNALISATION HORIZONTALE ET VERTICALE

SAVOIR EN CONDUISANT TENIR COMPTE DE LA SIGNALISATION POUR :

Respecter les règles de priorité

Choisir la voie de circulation

Choisir sa direction

Choisir sa vitesse

2.3 TROUVER LES INDICES UTILES PERMETTANT D'ANTICIPER

SAVOIR EN CONDUISANT TENIR COMPTE DE LA SIGNALISATION POUR :

Anticiper vers l'avant

Anticiper latéralement

Anticiper vers l'arrière (à l'aide des rétroviseurs)

SAVOIR REPERER LES INDICES RELATIFS :

A la route et à son environnement

A la voiture (tableau de bord, bruits)

Aux autres usagers

Avoir la notion d'indices « informels »

2.4 UTILISER TOUTES LES COMMANDES

- Savoir atteindre toutes les commandes sans regarder
- Savoir manipuler les commandes accessoires en conduisant
- Savoir coordonner et enchaîner les actions sur plusieurs commandes
- Avoir automatisé cette coordination et cet enchaînement

2.5 ADAPTER SA VITESSE AUX SITUATIONS

Savoir choisir et modifier son allure en fonction de :

- Ses capacités
- De la signalisation et de la réglementation
- De la présence d'autres usagers
- Des lieux (route, agglomérations,...)
- Du relief
- De la visibilité
- Des conditions météorologiques
- Des capacités de la voiture

2.6 CHOISIR LA VOIE DE CIRCULATION

- Savoir rouler à droite
- Savoir choisir la voie
- Savoir tenir compte des marquages au sol
- Savoir maintenir sa trajectoire
- Savoir identifier les voies réservées et spécialisées et savoir respecter leur affectation

2.7 MAINTENIR LES DISTANCES DE SECURITE

- Savoir évaluer la distance existant entre la voiture et celle que l'on suit ou que l'on précède
- Savoir évaluer les distances latéralement avant de croiser ou dépasser
- Savoir évaluer l'importance des distances de sécurité
- Savoir calculer la distance de sécurité minimale à diverses allures
- Savoir garder le maintien des distances de sécurité sur route et en agglomération

2.8 FRANCHIR LES DIFFERENTS TYPES D'INTERSECTION ET Y CHANGER DE DIRECTION

- Savoir détecter les intersections
- Savoir identifier le type d'intersection
- Savoir tenir compte des autres usagers visibles ou non
- Savoir placer le véhicule
- Savoir ajuster et maîtriser la vitesse
- Savoir stopper le véhicule et repartir
- Savoir le rôle des feux coordonnés (onde verte)

OBJECTIF GÉNÉRAL :

Circuler dans des conditions normales sur route et en agglomération

Liste des objectifs :

- 3.1 Evaluer les distances et les vitesses
- 3.2 Evaluer les distances d'arrêt
- 3.3 Tenir compte du gabarit de la voiture
- 3.4 S'arrêter, stationner
- 3.5 Croiser, dépasser, être dépassé
- 3.6 Passer un virage
- 3.7 Savoir se comporter à l'égard des diverses catégories d'usagers
- 3.8 Suivre un itinéraire
- 3.9 Avoir des notions sur les effets de l'alcool

RÉSULTATS DE L'ÉVALUATION DE SYNTHÈSE

Première évaluation de synthèse effectuée le :
après heures d'enseignement.

Résultat : A B

Deuxième évaluation de synthèse effectuée le :
après heures d'enseignement.

Résultat : A B

3.1 EVALUER LES DISTANCES ET LES VITESSES

- Savoir identifier les différents types de véhicules et envisager leurs capacités de vitesse et d'accélération
- Savoir évaluer les distances (grâce aux marquages aux sols, signalisation,...)
- Savoir reconnaître les causes d'erreur dans l'évaluation des distances et des vitesses des autres
- Savoir évaluer la vitesse des autres véhicules situés devant ou derrière, en fonction de sa propre vitesse
- Savoir évaluer sa propre vitesse et comprendre les causes d'erreur

3.2 EVALUER LES DISTANCES D'ARRÊT

- Savoir évaluer en fonction de la vitesse la distance parcourue
- Savoir évaluer la durée du temps de réaction et les facteurs qui l'influencent
- Savoir évaluer la distance de freinage ainsi que les raisons qui l'influencent (carré de la vitesse)
- Savoir évaluer la distance d'arrêt (temps de réaction plus freinage)
- Savoir évaluer la distance d'arrêt dans différents scénarios
- Savoir arrêter le véhicule roulant assez vite sur un endroit précis

3.3 TENIR COMPTE DU GABARIT DE LA VOITURE

- Avoir une bonne connaissance de la largeur de la voiture**
- En croisant et en dépassant
- En circulant dans les rues étroites ou encombrées
- En se garant
- Avoir une bonne connaissance de la longueur de la voiture**
- En reculant et en se garant
- En circulant dans un parking

3.4 S'ARRETER ET STATIONNER

Comprendre la réglementation de l'arrêt et du stationnement

Sur route

En ville

Savoir se ranger en épi, en bataille, dans un créneau

Savoir utiliser les feux de détresse et le triangle de présignalisation

3.5 CROISER DEPASSER ET ETRE DEPASSE EN VOITURE

Comprendre la réglementation concernant le dépassement et le croisement

Savoir choisir le moment et l'endroit pour dépasser

Savoir choisir le moment et l'endroit pour se rabattre

Savoir renoncer à dépasser

Savoir utiliser les capacités d'accélération du véhicule

Savoir évaluer les capacités d'un véhicule qui dépasse

Savoir faciliter le dépassement en ralentissant

Savoir évaluer la difficulté d'un croisement

3.6 PASSER UN VIRAGE

Comprendre la signalisation des virages

Savoir évaluer les difficultés d'un virage

Savoir adapter l'allure et la trajectoire avant et dans le virage

Savoir diriger le regard

Savoir maîtriser le freinage dans un virage

Avoir des notions sur la force centrifuge

3.7 SAVOIR SE COMPORTER PAR RAPPORT AUX AUTRES USAGERS

Connaître les particularités des diverses catégories d'usager et en tenir compte

Les piétons

Les deux roues (vélos et motorisés)

Les transports en commun

Les véhicules d'intervention (pompiers, police, ambulance,...)

Les voitures légères

Savoir utiliser et comprendre les avertissements (sonores et lumineux)

Savoir comprendre les gestes

3.8 SUIVRE UN ITINERAIRE

Savoir préparer un itinéraire

S'informer sur les conditions d'un itinéraire (condition météo, circulation,...)

Prévoir des étapes de pauses

Savoir lire la signalisation des itinéraires bis et de délestages

Préparer son voyage en fonction de la météo (froid, chaud, eau, pauses,...)

3.9 CONNAITRE LES EFFETS DE L'ALCOOL

Comprendre que l'alcool influence la perception

Comprendre que l'alcool allonge les temps de réaction

Comprendre que l'alcool diminue la précision des gestes

Comprendre que l'alcool incite à prendre des risques exagérés et dangereux

Comprendre que l'alcool influence les conducteurs débutants

Connaître les sanctions relatives à l'alcool

Savoir ce que peut provoquer la prise de médicaments avec de l'alcool

Comprendre les dangers d'autres produits (drogue, tabac, médicaments,...)

OBJECTIF GÉNÉRAL :

Connaître et maîtriser les situations présentant des difficultés particulières

Liste des objectifs :

- 4.1 S'insérer dans une circulation rapide
- 4.2 Conduire en agglomération dans une circulation dense
- 4.3 Conduire dans une file de véhicules
- 4.4 Adapter la conduite à des conditions où la visibilité est réduite et en particulier la nuit
- 4.5 Adapter la conduite à des conditions où l'adhérence est réduite
- 4.6 Avoir des notions sur la conduite en montagne
- 4.7 Avoir des notions sur les effets de la fatigue
- 4.8 Avoir des notions sur le comportement en cas d'accident
- 4.9 Avoir des notions concernant l'entretien et le dépannage de la voiture
- 4.10 Avoir des notions concernant les situations d'urgence

RÉSULTATS DE L'ÉVALUATION DE SYNTHÈSE

Première évaluation de synthèse effectuée le :
après heures d'enseignement.

Résultat : A B

Deuxième évaluation de synthèse effectuée le :
après heures d'enseignement.

Résultat : A B

4.1 S'INSERER DANS UNE CIRCULATION RAPIDE

- En sortant d'un parking
- En sortant d'un stationnement
- En entrant dans un rond point
- A un carrefour
- En entrant sur une autoroute
- Savoir utiliser les rétroviseurs
- Savoir utiliser ses clignotants
- Savoir utiliser le klaxon
- Savoir évaluer la vitesse et les distances des autres véhicules

4.2 CONDUIRE EN VILLE DANS UNE CIRCULATION INTENSE

- Savoir franchir un passage pour piétons
- Dépasser et ou croiser un transport en commun
- Savoir s'arrêter avant un carrefour pour ne pas gêner la circulation
- Savoir dépasser des voitures à l'arrêt
- Savoir dépasser des voitures en double file
- Savoir anticiper les mouvements des usagers (piétons)
- Savoir franchir un ralentisseur
- Savoir anticiper son allure à l'approche d'une école

4.3 CONDUIRE DANS UNE FILE DE VOITURES

- Savoir choisir sa file de voiture
- Savoir maintenir la vitesse et sa place dans la file
- Savoir maintenir la distance dans la file de voiture
- Savoir préparer un changement de direction
- Savoir utiliser les signes (frein, allure,..) extérieurs des autres voitures pour anticiper sa conduite

4.4 ADAPTER SA CONDUITE EN FONCTION DE LA VISIBILITE

- La nuit adapter sa vitesse
- La nuit utiliser les feux (en position de code de phare)
- Détecter la position de piétons et de deux roues
- Savoir s'arrêter et stationner de nuit
- En cas de mauvais temps savoir utiliser les feux, les essuies glaces et la climatisation
- Savoir les règles de prudence
- Savoir les risques de la pluie (aquaplaning, flaques d'eau, ...)
- Savoir utiliser les feux et les règles de prudence en cas de brouillard

4.5 ADAPTER SA CONDUITE EN FONCTION DE L'ADHERENCE REDUITE DE LA CHAUSSEE

- Savoir adapter sa conduite en fonction de l'état et de la nature du revêtement routier
- Savoir adapter sa conduite en fonction de la pluie
- Savoir adapter sa conduite en fonction de la neige
- Savoir adapter sa conduite en fonction du verglas
- Savoir l'importance des pneus et de l'utilité des équipements spéciaux (chaînes,...)
- Savoir adapter sa conduite en fonction du vent et de ses effets
- Savoir adapter sa conduite en fonction d'une chaussée glissante
- Connaître des notions de conduite concernant le dérapage et ses risques

4.6 ADAPTER SA CONDUITE EN MONTAGNE

- Savoir adapter sa conduite en fonction de la circulation (dépasser, avertir, s'arrêter, stationner)
- Savoir comment utiliser le frein moteur en descente
- Savoir quels sont les risques d'échauffement des freins
- Pouvoir identifier les risques des tunnels

4.7 ADAPTER SA CONDUITE EN FONCTION DE SA FATIGUE

- Reconnaître les signes de fatigue
- Reconnaître les signes de l'endormissement
- Reconnaître les signes avant coureurs du sommeil
- Savoir préparer et se reposer avant un long voyage
- Savoir faire des pauses pendant un trajet
- Savoir s'alimenter pendant un trajet
- Savoir utiliser la climatisation
- Savoir utiliser les informations à la radio

4.8 QUE FAIRE EN CAS D'ACCIDENT

- Savoir la réglementation relative au délit de fuite
- Savoir la réglementation relative à la non-assistance à personnes en danger
- Savoir remplir et faire un constat amiable d'assurance
- Savoir alerter, avertir et protéger
- Avoir des notions de secourisme
- Savoir appeler des secours

4.9 SAVOIR ENTRETENIR ET AVOIR DES NOTIONS POUR DEPANNER SON VEHICULE

- Comprendre la notice du constructeur
- Savoir contrôler les niveaux
- Savoir changer une roue
- Savoir contrôler l'état et le gonflage des pneus
- Pouvoir changer une ampoule et/ou un fusible
- Savoir régler les phares
- Avoir des notions permettant une conduite économique

4.10 SAVOIR REAGIR EN CAS DE SITUATION D'URGENCE

- Savoir s'arrêter en cas de problème du frein principal
- Savoir s'arrêter dans une situation d'urgence
- Savoir dégager une voie pour ne pas gêner
- Pouvoir remorquer
- Savoir se faire remorquer
- Savoir réagir en cas d'incendie d'un véhicule