

La Prévention des risques routiers : Module général

**Durée : 1 journée
(7 heures)**

Théorie : 3 heures
Pratique : 4 heures

Objectif de la formation : Renouveler ses compétences, garantir sa sécurité et mieux maîtriser son véhicule.

Programme de la formation

Le contexte

Les devoirs et responsabilités de chacun
Statistique des accidents routiers dans le cadre du travail
Rappel des effets de l'alcool et de la drogue au volant

Le véhicule

Analyser son état général
Vérifier ses organes de sécurité
Analyser l'état des pneumatiques
Réaliser la maintenance qui est de mon ressort

Le conducteur

Les cycles de vigilance
La gestion du stress
L'analyse des situations
Comprendre ses réflexes
Connaitre sa vision
Comment organiser et réagir à la présence d'un téléphone portable à bord

Le poste de conduite

Analyser sa position et savoir la corriger
Connaitre l'ensemble des commandes et maîtriser leurs fonctionnements

Mise en situation

Réaliser des freinages d'urgence
Audit individuel au freinomètre
Réaliser des freinages avec évitement
Comprendre le freinage et ses règles physiques

Objectifs Pédagogiques :

- Maîtriser les aspects et les situations de l'activité « conduite d'un véhicule ».
- Maîtriser les aspects pratiques liés aux freinages d'urgence et aux évitements.
- Maîtriser sa position de conduite.

Pédagogie :

En salle, exposé, question, échange. (3 heure)
Mise en situation pratique sur piste spécifique.(4 heures)

Formation animée par des formateurs qualifiés, instructeurs moniteurs pilotes et validée par une attestation de formation.

Pré-requis : Etre titulaire du permis de conduire catégorie B