

CODE 2 ROUES · LIVRET PÉDAGOGIQUE

LIVRET ÉLÈVE · ÉDITION 2026

Mission 8 h *AM Topolino*



Comprendre · Expérimenter · Verbaliser · Corriger · Transférer
Un livret qui t'accompagne pendant ta formation et te sert de support de révision.

01

JE DÉCOUVRE

30 min + 1 h 30

02

JE MAÎTRISE

1 h 30 + 30 min

03

JE DÉCIDE

2 h

04

JE TRANSFÈRE

1 h + 1 h

CE LIVRET APPARTIENT À

NOM DE L'ÉLÈVE

DATE DE DÉBUT

ENSEIGNANT /
FORMATEUR

AUTO-ÉCOLE /
ÉTABLISSEMENT

Comment *utiliser* ce livret

À QUOI SERT CE LIVRET ?

Il t'accompagne pendant l'intégralité de tes 8 heures de formation. Tu peux t'en servir pour comprendre ce que tu fais, garder une trace de tes réussites et de tes difficultés, te préparer à la circulation et réviser après la formation. C'est **ton** livret : écris, coche, souligne, dessine si tu veux.

À chaque étape, tu cherches à **comprendre ce que tu fais et pourquoi**. Une réussite n'est réellement utile que si tu peux l'expliquer et la reproduire dans une autre situation.



Je comprends

Je découvre la notion, le vocabulaire, le risque et la logique de sécurité.



J'observe

Je distingue ce que je vois réellement de ce que je suppose.



Je pratique

Je mets la notion en œuvre sur le véhicule ou dans la circulation.



Je verbalise

J'explique ce que j'ai vu, décidé et réalisé.



Je corrige

Je transforme une erreur en stratégie de progression.



Je transfère

Je réutilise la même logique dans une nouvelle situation.

Mon *livret* en un coup d'œil

Ce livret suit le déroulement des 8 heures de ta formation AM. Tu peux le lire dans l'ordre pendant les séances, ou revenir directement à la section qui t'intéresse.

A	Comment utiliser ce livret La méthode de progression en 6 étapes utilisée pendant la formation
1	Ton parcours de formation Le programme des 8 heures et les 4 séances
2	Ma méthode pour apprendre Le fil conducteur : je comprends → j'expérimente → je transfère
I	Partie I • Je maîtrise mon quadricycle Missions 1 à 4 • technique, gabarit, regard, autonomie
II	Partie II • Je maîtrise la route 10 chapitres • code appliqué au quadricycle AM
III	Partie III • Je protège ma conduite 12 chapitres • facteurs de risque, sanctions, responsabilité
IV	Partie IV • Conditions, entretien & sécurité 8 chapitres • conditions, nuit, voir/être vu, entretien, électrique, panne, réseaux sociaux
E	20 erreurs classiques La checklist des erreurs à ne pas faire
T	Fiche de transfert Observer → Analyser → Décider → Agir → Contrôler → Verbaliser
Q	QCM global • 10 situations Synthèse : je vérifie ma logique sur des scénarios variés
P	Banque de 20 situations-pièges Scénarios réels pour anticiper avant l'accident
3	Mes fiches de révision Les notions essentielles à revoir après la formation

- 4** **Mon auto-évaluation finale**
Je fais le point sur mes acquis
- 5** **Mon bilan de formation**
Ce que je retiens et mes objectifs
- 6** **Glossaire**
Les mots essentiels expliqués simplement
- 7** **Mon carnet personnel**
Une page pour ajouter mes propres mots et exemples

ASTUCE · Utilise ce sommaire comme une carte de ton livret. Tu peux revenir directement à une mission ou une notion pour réviser.



TON PARCOURS

1 • Ton parcours de formation

La formation AM est organisée autour de **cinq séquences officielles**. Dans ce livret, elles sont regroupées dans **quatre missions pédagogiques** pour rendre ton apprentissage plus lisible.

SÉQUENCE	DURÉE	CE QUE TU VAS TRAVAILLER
S1 — Représentations	0 h 30	Tes représentations, tes objectifs et le cadre de sécurité.
S2 — Hors circulation	3 h	Commandes, regard, gabarit, trajectoire, freinage, manœuvres et maîtrise.

SÉQUENCE	DURÉE	CE QUE TU VAS TRAVAILLER
S3 — Code / règles	0 h 30	Les règles et leur utilisation dans les situations rencontrées.
S4 — Circulation	3 h	Observation, anticipation, décisions, interactions et autonomie progressive.
S5 — Sensibilisation	1 h	Risques, comportements, facteurs personnels et transfert.
TOTAL	8 h	4 séances pédagogiques de 2 h

MA MÉTHODE

2 • Ma méthode pour apprendre

Tu n'as pas besoin de tout réussir du premier coup. L'objectif est de **comprendre ce qui se passe**, de repérer ce qui te manque, puis de recommencer avec une stratégie plus efficace.

Le fil conducteur : Je comprends → j'expérimente → je verbalise → je corrige → je transfère.



Je comprends

Je découvre la notion, le vocabulaire, le risque et la logique de sécurité.



J'observe

Je distingue ce que je sais réellement de ce que je suppose.



Je pratique

Je mets la notion en œuvre sur le véhicule ou dans la circulation.



Je verbalise

J'explique ce que j'ai vu, décidé et réalisé.



Je corrige

Je transforme une erreur en stratégie de progression.



Je transfère

Je réutilise la même logique dans une nouvelle situation.



I

Je *maîtrise* mon quadricycle

Installation, commandes, regard, gabarit, freinage, trajectoires, manœuvres, autonomie. Tu apprends à faire du véhicule un outil sûr et prévisible.



M1
Je découvre



M2
Je maîtrise



M3
Je décide



M4
Je transfère

01

MISSION 01 JE DÉCOUVRE

30 MIN S1 + 1 H 30 S2

Tu construis ta première représentation du véhicule et tu apprends à agir avec méthode avant même de chercher la performance.

1. Le cadre et les objectifs

Avant de démarrer, tu identifies ce que tu vas apprendre, les règles de sécurité et le rôle actif que tu vas jouer.

Ce que tu dois être capable de faire : Tu dois pouvoir citer au moins : regard, allure, trajectoire, commandes, capacité à interrompre une manœuvre.

2. Installation et contrôles

Tu apprends à préparer ton installation et à effectuer les contrôles utiles avant chaque départ.

Ce que tu dois être capable de faire : Ta routine doit devenir progressive et autonome.

3. Regard et trajectoire

Tu apprends à regarder utilement : rechercher l'information, prévoir son évolution, préparer la trajectoire.

Ce que tu dois être capable de faire : Le regard doit aider la trajectoire, pas seulement constater ce qui est déjà devant.

QUESTIONS POUR TE FAIRE RÉFLÉCHIR

- Qu'est-ce qui fait qu'un conducteur maîtrise réellement son véhicule ?
- Quelles informations dois-tu obtenir avant de démarrer ?
- Pourquoi un véhicule lent n'est-il pas automatiquement un véhicule conduit en sécurité ?

MA TRACE PERSONNELLE

Ce que j'ai compris :

Un exemple que je retiens :

Une difficulté que je veux travailler :

■ MINI-QCM · VÉRIFIE CE QUE TU AS RETENU

1. Quel est le but principal du regard en conduite ?

- ☐ **A.** Fixer l'obstacle
- ☐ **B.** Rechercher les informations utiles
- ☐ **C.** Regarder uniquement près du véhicule
- ☐ **D.** Attendre la consigne

Correction — B. Le regard sert à rechercher et traiter les informations utiles.

2. Avant de démarrer, que dois-tu faire ?

- ☐ **A.** Accélérer
- ☐ **B.** Vérifier l'environnement et ton installation
- ☐ **C.** Regarder uniquement devant
- ☐ **D.** Suivre l'autre véhicule

Correction — B. La préparation précède la mise en mouvement.

3. Si tu fixes un obstacle, quel risque apparaît ?

- ☐ **A.** Une meilleure trajectoire
- ☐ **B.** Une perte d'anticipation
- ☐ **C.** Plus de visibilité
- ☐ **D.** Aucun

Correction — B. Fixer l'obstacle peut détourner ton regard de la trajectoire et de la sortie.

MISSION 02

02 JE MAÎTRISE

1 H 30 S2 + 30 MIN S3

Tu développes ta maîtrise du véhicule : gabarit, freinage, trajectoires, manœuvres, évitement et règles utiles à la décision.

1. Le gabarit

Tu construis une représentation de l'encombrement du véhicule : roues, extrémités, trajectoire, zones moins perceptibles.

Ce que tu dois être capable de faire : Tu justifies tes choix par la trajectoire, l'espace disponible et les contrôles.

2. Le freinage et l'allure

Freiner commence avant d'appuyer sur la pédale : tu perçois, analyses, décides, réagis puis immobilises.

Ce que tu dois être capable de faire : Tu dois être capable d'expliquer pourquoi l'adaptation de l'allure précède souvent la difficulté.

3. Trajectoires et virages

Tu relies regard, allure, placement et rayon de courbure pour construire une trajectoire régulière.

Ce que tu dois être capable de faire : Une trajectoire régulière est préparée avant le virage.

4. Manœuvres

Demi-tour, marche arrière et stationnement se préparent avant le mouvement.

Ce que tu dois être capable de faire : Tu dois savoir interrompre une manœuvre lorsque les conditions de sécurité ne sont plus réunies.

QUESTIONS POUR TE FAIRE RÉFLÉCHIR

- Est-ce que ça passe réellement ?
- Quelle marge conserves-tu ?
- Que peux-tu contrôler avant de poursuivre ?

MA TRACE PERSONNELLE

Ce que j'ai compris :

Un exemple que je retiens :

Une difficulté que je veux travailler :

MINI-QCM · VÉRIFIE CE QUE TU AS RETENU

1. Que signifie prendre en compte le gabarit ?

- ☐ **A.** Regarder uniquement l'avant
- ☐ **B.** Prendre en compte l'encombrement et la trajectoire
- ☐ **C.** Aller plus vite
- ☐ **D.** Suivre le véhicule précédent

Correction — B. Le gabarit concerne l'espace réellement occupé par le véhicule.

2. Pourquoi ralentir avant une difficulté ?

- ☐ **A.** Pour perdre du temps
- ☐ **B.** Pour conserver du temps et des possibilités de décision
- ☐ **C.** Pour empêcher les autres de passer
- ☐ **D.** Pour éviter de regarder

Correction — B. L'allure doit laisser du temps pour analyser et agir.

3. Si tu perds une information pendant une marche arrière ?

- ☐ **A.** Continuer
- ☐ **B.** Accélérer
- ☐ **C.** Interrompre, sécuriser et rechercher l'information
- ☐ **D.** Fermer les yeux

Correction — C. Tu interromps lorsque les conditions ne sont plus maîtrisées.

MISSION 03

JE DÉCIDE

2 H S4



Tu transfères tes apprentissages dans la circulation : observation, règles, anticipation, interactions et décisions.

1. Lire la route

Avant une intersection ou une zone complexe, tu recherches signalisation, usagers, visibilité et évolution possible de la situation.

Ce que tu dois être capable de faire : Tu dois distinguer les informations certaines des hypothèses.

2. Usagers vulnérables

Piétons, cyclistes et deux-roues peuvent modifier leur trajectoire ou leur intention à tout moment.

Ce que tu dois être capable de faire : Tu anticipes l'incertitude au lieu d'attendre le conflit.

3. Véhicules lourds

Tu prends en compte leur gabarit, leurs angles morts, leurs trajectoires et leurs besoins d'espace.

Ce que tu dois être capable de faire : Tu adaptes position, distance et anticipation.

4. Conduite commentée et décisions

Tu rends ton raisonnement visible lorsque c'est utile : information recherchée, risque identifié, décision prise.

▢ **Ce que tu dois être capable de faire :** La verbalisation sert à vérifier la qualité du raisonnement, pas à parler en permanence.

▢ QUESTIONS POUR TE FAIRE RÉFLÉCHIR

- Qu'est-ce que tu vois ?
- Qu'est-ce que tu ne vois pas ?
- Qu'est-ce qui pourrait changer ?

MA TRACE PERSONNELLE

Ce que j'ai compris :

Un exemple que je retiens :

Une difficulté que je veux travailler :

▣ MINI-QCM · VÉRIFIE CE QUE TU AS RETENU

1. Avant une intersection, que recherches-tu ?

- ☐ **A.** Seulement la voiture devant
- ☐ **B.** Signalisation, usagers, visibilité et évolution
- ☐ **C.** Uniquement le compteur
- ☐ **D.** Rien si tu connais la route

Correction — B. La décision dépend des informations disponibles et de leur évolution.

2. Face à un piéton dont l'intention est incertaine ?

- ☐ **A.** Supposer qu'il attend
- ☐ **B.** Accélérer
- ☐ **C.** Conserver une marge et anticiper
- ☐ **D.** Ne plus regarder

Correction — C. L'incertitude doit conduire à une stratégie plus prudente.

3. Pourquoi ne faut-il pas rester inutilement près d'un poids lourd ?

- ☐ **A.** Pour économiser de l'énergie
- ☐ **B.** En raison du gabarit et des zones moins visibles
- ☐ **C.** Pour doubler plus vite
- ☐ **D.** Parce qu'il est toujours prioritaire

Correction — B. Le gabarit et la visibilité imposent une vigilance particulière.

04

JE TRANSFÈRE

1 H S4 + 1 H S5

Tu développes ton autonomie, identifies tes facteurs de risque et construis des stratégies que tu pourras réutiliser après la formation.

1. Autonomie

Être autonome ne signifie pas aller vite. Cela signifie rechercher l'information, décider et agir en gardant une marge de sécurité.

Ce que tu dois être capable de faire : Tu sais agir sans attendre une consigne permanente et tu sais demander ou rechercher une information.

2. Distractions

Téléphone, manipulation d'un objet, recherche d'une information ou précipitation peuvent détourner ton attention.

Ce que tu dois être capable de faire : Tu dois pouvoir formuler une règle personnelle de prévention.

3. Quadricycle électrique

Tu relies les caractéristiques du véhicule à leurs conséquences pour la conduite.

Ce que tu dois être capable de faire : Tu relies toujours caractéristique → conséquence → précaution.

4. Sensibilisation aux risques

Tu analyses les risques et ton propre comportement pour transformer l'expérience en stratégies.

Ce que tu dois être capable de faire : Tu repars avec des stratégies concrètes et transférables.

QUESTIONS POUR TE FAIRE RÉFLÉCHIR

- Comment sais-tu que tu peux décider ?
- Que fais-tu si une information te manque ?
- Quand dois-tu ralentir ou t'arrêter ?

MA TRACE PERSONNELLE

Ce que j'ai compris :

Un exemple que je retiens :

Une difficulté que je veux travailler :

MINI-QCM · VÉRIFIE CE QUE TU AS RETENU

1. L'autonomie signifie surtout...

- ☐ **A.** Ne jamais hésiter
- ☐ **B.** Aller vite
- ☐ **C.** Savoir rechercher, décider, agir et contrôler
- ☐ **D.** Ne plus écouter personne

Correction — C. L'autonomie repose sur la capacité à décider avec une marge de sécurité.

2. Que faire avec une distraction non urgente ?

- ☐ **A.** La traiter immédiatement
- ☐ **B.** La reporter ou s'arrêter si nécessaire
- ☐ **C.** Regarder ailleurs en roulant
- ☐ **D.** Accélérer

Correction — B. Une tâche secondaire ne doit pas détourner ton attention de la conduite.

3. Quelle logique utiliser pour une caractéristique du véhicule ?

- ☐ **A.** Caractéristique seule
- ☐ **B.** Caractéristique → conséquence → précaution
- ☐ **C.** Caractéristique → vitesse
- ☐ **D.** Aucune

Correction — B. C'est la logique de transfert vers un comportement de sécurité.

T Fiche de transfert • Ma logique sur le terrain

Cette fiche te suit pendant toute la formation. À utiliser pour tout : intersection, manœuvre, imprévu, cohabitation avec un autre usager. Elle t'aide à penser dans le bon ordre — **observer avant d'agir, décider avant de faire, contrôler avant de continuer.**

1



J'OBSERVE

Que vois-je ? Que ne vois-je pas ?

2



J'ANALYSE

Quel danger ou conflit peut apparaître ?

3



JE DÉCIDE

Quelle stratégie réduit le risque ?

4



J'AGIS

Quelle allure, trajectoire ou action choisir ?

5



JE CONTRÔLE

La situation reste-t-elle maîtrisée ?

6



JE VERBALISE

Pourquoi ma décision était-elle adaptée ?



II

Je *maîtrise* la route

Intersections, feux, giratoires, positionnement, dépassements, piétons, véhicules lourds, vitesse, stationnement. Tu appliques les règles du Code de la route au quadricycle AM.



11
Intersections & priorités



12
Feux de circulation



13
Giratoires & ronds-points



14
Positionnement & trajectoire



15
Changements de direction & clignotants



16
Croisements & dépassements



17
Piétons & usagers vulnérables



18
Véhicules lourds & prioritaires



19
Vitesse & adaptation de l'allure



20
Stationnement

11

CHAPITRE 11

Intersections & priorités

1 • JE COMPRENDS

L'ordre de passage dépend de la signalisation. Sans panneau, la **priorité à droite** s'applique (art. R.415-5). Un STOP impose l'immobilisation totale du véhicule, roues à l'arrêt, avant la ligne (art. R.415-6). Un « Cédez le passage » impose de laisser passer sans forcément s'arrêter (art. R.415-7). Sur une route à caractère prioritaire (panneau AB6/AB7), tu conserves la priorité tant que le panneau AB8 ne l'a pas retirée.

Sources · legifrance.gouv.fr — art. R.415-2 à R.415-11 du Code de la route · Panneaux : AB1 (priorité à droite), AB4 (STOP), AB3a (cédez-le-passage), AB6 (route prioritaire)

2 • J'OBSERVE

Décris la situation observée :

3 • JE RÉFLÉCHIS

Que vois-je ? Quel risque ?

4 • JE DÉCIDE

Que fais-je ?

5 • JE JUSTIFIE

Pourquoi cette décision ?

6 • JE PRATIQUE

Exercice plateau / circulation :

7 • JE VÉRIFIE • MINI-QCM

Questions du formateur :

8 • JE RETIENS • 3 IDÉES CLÉS

9 • JE M'ÉVALUE

☐ Je découvre

☐ En cours

☐ Je maîtrise

☐ À retravailler

12

CHAPITRE 12

Feux de circulation

1 • JE COMPRENDS

Feu **rouge** : arrêt obligatoire avant la ligne (art. R.412-30). Feu **jaune fixe** : arrêt sauf si tu ne peux plus t'arrêter en sécurité (art. R.412-31). Feu **jaune clignotant** : passage autorisé avec prudence, la priorité normale s'applique. **Flèches directionnelles** : la couleur ne concerne que la direction indiquée. **Feu en panne** : les règles générales de priorité reprennent (à droite ou signalisation). Ne jamais s'engager si tu risques de bloquer l'intersection (art. R.412-31-1).

Sources • legifrance.gouv.fr — art. R.412-30 à R.412-35 du Code de la route • Sanction non-respect feu rouge : 135 € + 4 points

2 • J'OBSERVE

Décris la situation observée :

3 • JE RÉFLÉCHIS

Que vois-je ? Quel risque ?

4 • JE DÉCIDE

Que fais-je ?

5 • JE JUSTIFIE

Pourquoi cette décision ?

6 • JE PRATIQUE

Exercice plateau / circulation :

7 • JE VÉRIFIE • MINI-QCM

Questions du formateur :

8 • JE RETIENS • 3 IDÉES CLÉS

9 • JE M'ÉVALUE

☐ Je découvre

☐ En cours

☐ Je maîtrise

☐ À retravailler

13 CHAPITRE 13

Giratoires & ronds-points

1 • JE COMPRENDS

Carrefour à sens giratoire (panneau AB25) : les véhicules déjà sur l'anneau ont la priorité. **Rond-point ordinaire** (sans AB25) : c'est la priorité à droite qui s'applique — piège fréquent. Sur l'anneau : reste à droite pour sortir à la première, place-toi à gauche pour continuer. Le clignotant droit s'active avant la sortie que l'on prend. Contrôle rétroviseur droit et angle mort avant de sortir. Attention aux deux-roues et cyclistes qui restent souvent à droite de l'anneau.

Sources • legifrance.gouv.fr — art. R.415-10 du Code de la route • Panneaux : AB25 (carrefour à sens giratoire), C24a

2 • J'OBSERVE

Décris la situation observée :

3 • JE RÉFLÉCHIS

Que vois-je ? Quel risque ?

4 • JE DÉCIDE

Que fais-je ?

5 • JE JUSTIFIE

Pourquoi cette décision ?

6 • JE PRATIQUE

Exercice plateau / circulation :

7 • JE VÉRIFIE • MINI-QCM

Questions du formateur :

8 • JE RETIENS • 3 IDÉES CLÉS

9 • JE M'ÉVALUE

☐ Je découvre

☐ En cours

☐ Je maîtrise

☐ À retravailler

14

CHAPITRE 14

Positionnement & trajectoire

1 • JE COMPRENDS

Règle générale : tu circules près du bord droit de la chaussée (art. R.412-9). Sur route étroite, tu peux te décaler pour préserver une marge avec un obstacle, un stationné, un piéton ou un cycliste — sans franchir la ligne continue. En virage, ta trajectoire relie : approche large → point de corde → sortie large, avec le regard porté vers la zone de sortie. Ne mords pas la ligne axiale sans nécessité.

Sources · legifrance.gouv.fr — art. R.412-9 du Code de la route (tenir sa droite) · art. R.412-19 (marquages au sol)

2 • J'OBSERVE

Décris la situation observée :

3 • JE RÉFLÉCHIS

Que vois-je ? Quel risque ?

4 • JE DÉCIDE

Que fais-je ?

5 • JE JUSTIFIE

Pourquoi cette décision ?

6 • JE PRATIQUE

Exercice plateau / circulation :

7 • JE VÉRIFIE • MINI-QCM

Questions du formateur :

8 • JE RETIENS • 3 IDÉES CLÉS

9 • JE M'ÉVALUE

☐ Je découvre

☐ En cours

☐ Je maîtrise

☐ À retravailler

15 CHAPITRE 15

Changements de direction & clignotants

1 • JE COMPRENDS

Tout changement de direction ou de file impose : **rétroviseur** → **angle mort** → **clignotant** → **placement** → **contrôle final** (art. R.412-10). Le clignotant est **obligatoire**, même sans autre usager visible. Il s'active suffisamment tôt pour être compris et se désactive après la manœuvre. Ne jamais actionner le clignotant à la dernière seconde : c'est une information, pas une justification.

Sources • legifrance.gouv.fr — art. R.412-10 et R.412-11 du Code de la route • Défaut de clignotant : 35 € + 3 points

2 • J'OBSERVE

Décris la situation observée :

3 • JE RÉFLÉCHIS

Que vois-je ? Quel risque ?

4 • JE DÉCIDE

Que fais-je ?

5 • JE JUSTIFIE

Pourquoi cette décision ?

6 • JE PRATIQUE

Exercice plateau / circulation :

7 • JE VÉRIFIE • MINI-QCM

Questions du formateur :

8 • JE RETIENS • 3 IDÉES CLÉS

9 • JE M'ÉVALUE

☐ Je découvre

☐ En cours

☐ Je maîtrise

☐ À retravailler

16

CHAPITRE 16

Croisements & dépassements

1 • JE COMPRENDS

Croisement : chacun serre à droite. Si la chaussée est étroite, celui qui a la voie la plus dégagée peut s'arrêter pour laisser passer (art. R.414-1). **Dépassement** : à gauche uniquement (art. R.414-4), interdit si visibilité insuffisante, si ligne continue, à l'approche d'un sommet de côte ou d'un virage sans visibilité. Distance latérale minimale : 1 m en agglomération, 1,50 m hors agglomération lors du dépassement d'un piéton, cycliste ou deux-roues (art. R.414-4).

Sources · legifrance.gouv.fr — art. R.414-1 (croisement) et R.414-4 à R.414-16 (dépassement) · Dépassement dangereux : 135 € + 3 points

2 • J'OBSERVE

Décris la situation observée :

3 • JE RÉFLÉCHIS

Que vois-je ? Quel risque ?

4 • JE DÉCIDE

Que fais-je ?

5 • JE JUSTIFIE

Pourquoi cette décision ?

6 • JE PRATIQUE

Exercice plateau / circulation :

7 • JE VÉRIFIE • MINI-QCM

Questions du formateur :

8 • JE RETIENS • 3 IDÉES CLÉS

9 • JE M'ÉVALUE

☐ Je découvre

☐ En cours

☐ Je maîtrise

☐ À retravailler

17

CHAPITRE 17

Piétons & usagers vulnérables

1 • JE COMPRENDS

Un piéton engagé ou manifestant clairement l'intention de traverser a la **priorité absolue**, même hors passage protégé (art. R.415-11). Tu ralentis, tu t'arrêtes si nécessaire, tu ne le presses jamais. Pour les cyclistes et EDPM (trottinette, gyropode...), tu conserves la distance latérale minimale (1 m ville / 1,50 m route). Les enfants, les personnes âgées et les personnes à mobilité réduite sont particulièrement imprévisibles.

Sources • [legifrance.gouv.fr](https://www.legifrance.gouv.fr) — art. R.415-11 du Code de la route • Non-respect priorité piéton : 135 € + 6 points

2 • J'OBSERVE

Décris la situation observée :

3 • JE RÉFLÉCHIS

Que vois-je ? Quel risque ?

4 • JE DÉCIDE

Que fais-je ?

5 • JE JUSTIFIE

Pourquoi cette décision ?

6 • JE PRATIQUE

Exercice plateau / circulation :

7 • JE VÉRIFIE • MINI-QCM

Questions du formateur :

8 • JE RETIENS • 3 IDÉES CLÉS

9 • JE M'ÉVALUE

☐ Je découvre

☐ En cours

☐ Je maîtrise

☐ À retravailler

18

CHAPITRE 18

Véhicules lourds & prioritaires

1 • JE COMPRENDS

Les **véhicules lourds** (bus, camions) ont des **angles morts très importants** (avant, arrière, côtés) : si tu ne vois pas les rétroviseurs, le conducteur ne te voit probablement pas. Les **véhicules d'intérêt général prioritaires** (SAMU, pompiers, police, gendarmerie) en intervention avec avertisseurs lumineux ET sonores ont la priorité absolue : tu leur facilites le passage sans mise en danger (art. R.415-12). Les véhicules prioritaires par facilité (dépannage, transport de fonds...) ne bénéficient pas de la même priorité.

Sources • [legifrance.gouv.fr](https://www.legifrance.gouv.fr) — art. R.415-12 du Code de la route • art. R.311-1 (définitions)

2 • J'OBSERVE

Décris la situation observée :

3 • JE RÉFLÉCHIS

Que vois-je ? Quel risque ?

4 • JE DÉCIDE

Que fais-je ?

5 • JE JUSTIFIE

Pourquoi cette décision ?

6 • JE PRATIQUE

Exercice plateau / circulation :

7 • JE VÉRIFIE • MINI-QCM

Questions du formateur :

8 • JE RETIENS • 3 IDÉES CLÉS

9 • JE M'ÉVALUE

☐ Je découvre

☐ En cours

☐ Je maîtrise

☐ À retravailler

19 ⚡ CHAPITRE 19

Vitesse & adaptation de l'allure

1 • JE COMPRENDS

Un quadricycle léger AM est **bridé à 45 km/h** par construction (art. R.311-1, catégorie L6e). Cette vitesse est un **maximum autorisé** mais pas toujours adaptée. Adapte ton allure : à la visibilité, à l'état de la chaussée (pluie, feuilles, gravier), à la densité de circulation, à la présence de piétons/cyclistes, à l'approche d'une intersection ou d'un rétrécissement. « La limitation n'autorise pas toujours à rouler à cette vitesse. »

Sources • legifrance.gouv.fr — art. R.413-17 du Code de la route (vitesse adaptée) • art. R.311-1 (catégorie L6e — quadricycle léger)

2 • J'OBSERVE

Décris la situation observée :

3 • JE RÉFLÉCHIS

Que vois-je ? Quel risque ?

4 • JE DÉCIDE

Que fais-je ?

5 • JE JUSTIFIE

Pourquoi cette décision ?

6 • JE PRATIQUE

Exercice plateau / circulation :

7 • JE VÉRIFIE • MINI-QCM

Questions du formateur :

8 • JE RETIENS • 3 IDÉES CLÉS

9 • JE M'ÉVALUE

☐ Je découvre

☐ En cours

☐ Je maîtrise

☐ À retravailler

20

CHAPITRE 20

Stationnement

1 • JE COMPRENDS

Stationnement **autorisé** : sur emplacement matérialisé, à droite en sens de circulation, roues parallèles au trottoir, à moins de 50 cm du bord (art. R.417-1). Stationnement **gênant** (135 €) : sur passage piéton, à moins de 5 m d'une intersection, devant une entrée carrossable, sur une voie cyclable. Stationnement **très gênant** (135 €) : sur trottoir, sur emplacement PMR sans carte, sur un arrêt de bus. Ne bloque jamais la sortie d'un autre véhicule.

Sources • [legifrance.gouv.fr](https://www.legifrance.gouv.fr) — art. R.417-1 à R.417-13 du Code de la route • Stationnement gênant : R.417-10 / très gênant : R.417-11

2 • J'OBSERVE

Décris la situation observée :

3 • JE RÉFLÉCHIS

Que vois-je ? Quel risque ?

4 • JE DÉCIDE

Que fais-je ?

5 • JE JUSTIFIE

Pourquoi cette décision ?

6 • JE PRATIQUE

Exercice plateau / circulation :

7 • JE VÉRIFIE • MINI-QCM

Questions du formateur :

8 • JE RETIENS • 3 IDÉES CLÉS

9 • JE M'ÉVALUE

☐ Je découvre

☐ En cours

☐ Je maîtrise

☐ À retravailler



III

Je *protège* ma conduite

Alcool, stupéfiants, médicaments, fatigue, téléphone, distractions, pression du groupe, débridage, sanctions, responsabilité, assurance. Tu construis ta stratégie personnelle de prévention.



21
Alcool au volant



22
Stupéfiants au volant



23
Médicaments & conduite



24
Fatigue & vigilance



25
Téléphone en main



26
Distractions & attention



27
Pression du groupe & décision



28
Débridage & modification du quadricycle



29
Sanctions & permis probatoire



30
Accident : conduite à tenir



31
Responsabilité civile & pénale



32
Assurance obligatoire

21

CHAPITRE 21

Alcool au volant

1 • JE COMPRENDS

Pour le permis AM (probatoire ou premier permis obtenu en France) : **taux maximum 0,2 g/L de sang** (0,10 mg/L d'air expiré) — art. R.234-1. Au-delà : contravention 135 € + 6 points si permis probatoire, délit à partir de 0,8 g/L (2 ans de prison, 4 500 €, retrait permis). L'alcool **réduit la vision périphérique**, allonge le temps de réaction, altère l'analyse du risque et fait **surestimer** ses capacités. « Se sentir capable de conduire ne signifie pas être capable de conduire en sécurité. »

Sources • [legifrance.gouv.fr](https://www.legifrance.gouv.fr) — art. L.234-1 et R.234-1 du Code de la route • Décret n° 2015-743 du 24 juin 2015 — seuil 0,2 g/L conducteurs novices

2 • J'OBSERVE

Décris la situation observée :

3 • JE RÉFLÉCHIS

Que vois-je ? Quel risque ?

4 • JE DÉCIDE

Que fais-je ?

5 • JE JUSTIFIE

Pourquoi cette décision ?

6 • JE PRATIQUE

Exercice plateau / circulation :

7 • JE VÉRIFIE • MINI-QCM

Questions du formateur :

8 • JE RETIENS • 3 IDÉES CLÉS

9 • JE M'ÉVALUE

☐ Je découvre

☐ En cours

☐ Je maîtrise

☐ À retravailler

22

CHAPITRE 22

Stupéfiants au volant

1 • JE COMPRENDS

Tolérance zéro : tout usage de stupéfiants (cannabis, cocaïne, opiacés...) est un **délit** — art. L.235-1. Sanctions : 2 ans de prison, 4 500 € d'amende, 6 points, suspension permis, immobilisation véhicule. Le cannabis reste détectable plusieurs jours après consommation. **Cumul alcool + stupéfiants** : sanctions doublées (3 ans, 9 000 €). Effets : altération de la perception, du temps de réaction, de la coordination et de la prise de décision.

Sources • [legifrance.gouv.fr](https://www.legifrance.gouv.fr) — art. L.235-1 du Code de la route • Loi n° 2003-87 du 3 février 2003 (délit conduite après usage stupéfiants)

2 • J'OBSERVE

Décris la situation observée :

3 • JE RÉFLÉCHIS

Que vois-je ? Quel risque ?

4 • JE DÉCIDE

Que fais-je ?

5 • JE JUSTIFIE

Pourquoi cette décision ?

6 • JE PRATIQUE

Exercice plateau / circulation :

7 • JE VÉRIFIE • MINI-QCM

Questions du formateur :

8 • JE RETIENS • 3 IDÉES CLÉS

9 • JE M'ÉVALUE

☐ Je découvre

☐ En cours

☐ Je maîtrise

☐ À retravailler

23 CHAPITRE 23 Médicaments & conduite

1 • JE COMPRENDS

Certains médicaments sont incompatibles avec la conduite. **Pictogramme jaune** (soyez prudent) : lire la notice. **Pictogramme orange** (soyez très prudent, avis médical) : la conduite peut être dangereuse. **Pictogramme rouge** (danger, ne pas conduire) : conduite interdite pendant le traitement (art. R.412-6). Effets courants : somnolence, ralentissement, troubles visuels. Le cumul médicament + alcool ou fatigue est particulièrement dangereux.

Sources • legifrance.gouv.fr — art. R.412-6 du Code de la route (état permettant d'exécuter les manœuvres) • Arrêté du 8 août 2008 relatif au pictogramme sur les boîtes de médicaments

2 • J'OBSERVE

Décris la situation observée :

3 • JE RÉFLÉCHIS

Que vois-je ? Quel risque ?

4 • JE DÉCIDE

Que fais-je ?

5 • JE JUSTIFIE

Pourquoi cette décision ?

6 • JE PRATIQUE

Exercice plateau / circulation :

7 • JE VÉRIFIE • MINI-QCM

Questions du formateur :

8 • JE RETIENS • 3 IDÉES CLÉS

9 • JE M'ÉVALUE

☐ Je découvre

☐ En cours

☐ Je maîtrise

☐ À retravailler



1 • JE COMPRENDS

La fatigue est la **première cause d'accident mortel sur autoroute** et cause majeure hors autoroute. Signes d'alerte : bâillements, paupières lourdes, regard fixe, perte de trajectoire, retard aux commandes. Une **micro-sieste** peut durer 1 à 4 secondes — suffisant pour un accident. Stratégies : dormir suffisamment avant, s'arrêter dès les premiers signes, marcher, boire, ne jamais tenir « juste un peu plus ». La fatigue est comparable à une alcoolémie de 0,5 g/L après 17 h d'éveil.

Sources · legifrance.gouv.fr — art. R.412-6 du Code de la route (état permettant d'exécuter les manœuvres) · Sécurité Routière — Rapport ONISR

2 • J'OBSERVE

Décris la situation observée :

3 • JE RÉFLÉCHIS

Que vois-je ? Quel risque ?

4 • JE DÉCIDE

Que fais-je ?

5 • JE JUSTIFIE

Pourquoi cette décision ?

6 • JE PRATIQUE

Exercice plateau / circulation :

7 • JE VÉRIFIE • MINI-QCM

Questions du formateur :

8 • JE RETIENS • 3 IDÉES CLÉS

9 • JE M'ÉVALUE

☐ Je découvre

☐ En cours

☐ Je maîtrise

☐ À retravailler

25

CHAPITRE 25

Téléphone en main

1 • JE COMPRENDS

Interdiction absolue de tenir en main un téléphone au volant, même à l'arrêt à un feu ou dans un bouchon (art. R.412-6-1). Sanction : **135 € + 3 points**. Depuis 2020, si commis en même temps qu'une autre infraction, le permis peut être suspendu jusqu'à 6 mois. Les kits mains libres et oreillettes intra-auriculaires sont également **interdits**. Seuls les systèmes intégrés au véhicule (Bluetooth) sont autorisés. Regarder son écran allonge le temps de réaction de 40 %.

Sources • [legifrance.gouv.fr](https://www.legifrance.gouv.fr) — art. R.412-6-1 et R.412-6-2 du Code de la route • Décret n° 2020-605 du 18 mai 2020

2 • J'OBSERVE

Décris la situation observée :

3 • JE RÉFLÉCHIS

Que vois-je ? Quel risque ?

4 • JE DÉCIDE

Que fais-je ?

5 • JE JUSTIFIE

Pourquoi cette décision ?

6 • JE PRATIQUE

Exercice plateau / circulation :

7 • JE VÉRIFIE • MINI-QCM

Questions du formateur :

8 • JE RETIENS • 3 IDÉES CLÉS

9 • JE M'ÉVALUE

☐ Je découvre

☐ En cours

☐ Je maîtrise

☐ À retravailler

26

CHAPITRE 26

Distractions & attention

1 • JE COMPRENDS

Une **distraction** détourne l'attention de la tâche de conduite. Trois types : **visuelle** (regarder ailleurs), **manuelle** (lâcher le volant), **cognitive** (penser à autre chose). Exemples : GPS, notifications, musique forte, discussion animée, alimentation, recherche d'objet, passager stressant. Une conversation active mobilise 30 à 50 % de l'attention utile à la conduite. Règle : tout ce qui peut attendre attend.

Sources • legifrance.gouv.fr — art. R.412-6 du Code de la route • Sécurité Routière — Étude « distractions au volant »

2 • J'OBSERVE

Décris la situation observée :

3 • JE RÉFLÉCHIS

Que vois-je ? Quel risque ?

4 • JE DÉCIDE

Que fais-je ?

5 • JE JUSTIFIE

Pourquoi cette décision ?

6 • JE PRATIQUE

Exercice plateau / circulation :

7 • JE VÉRIFIE • MINI-QCM

Questions du formateur :

8 • JE RETIENS • 3 IDÉES CLÉS

9 • JE M'ÉVALUE

☐ Je découvre

☐ En cours

☐ Je maîtrise

☐ À retravailler

27 CHAPITRE 27

Pression du groupe & décision

1 • JE COMPRENDS

« Vas-y, ça passe ! », « Accélère ! », « Tout le monde le fait » : la **pression sociale** est un facteur de risque majeur chez les jeunes conducteurs. Elle mène à des prises de risque non nécessaires : dépassement forcé, vitesse excessive, conduite en état d'ivresse. Le conducteur est **seul responsable pénalement** devant la loi, quelle que soit la pression subie. Apprendre à dire non — ou à changer de contexte — fait partie de la compétence de conduite.

Sources • legifrance.gouv.fr — art. 121-1 du Code pénal (responsabilité personnelle) • art. L.223-1 du Code de la route

2 • J'OBSERVE

Décris la situation observée :

3 • JE RÉFLÉCHIS

Que vois-je ? Quel risque ?

4 • JE DÉCIDE

Que fais-je ?

5 • JE JUSTIFIE

Pourquoi cette décision ?

6 • JE PRATIQUE

Exercice plateau / circulation :

7 • JE VÉRIFIE • MINI-QCM

Questions du formateur :

8 • JE RETIENS • 3 IDÉES CLÉS

9 • JE M'ÉVALUE

☐ Je découvre

☐ En cours

☐ Je maîtrise

☐ À retravailler



1 • JE COMPRENDS

Un quadricycle léger AM est bridé à **45 km/h et 4 kW** par construction (catégorie L6e — art. R.311-1). **Toute modification** augmentant la puissance ou la vitesse (déprogrammation, changement de pignons, modification variateur) est un **délit** — art. L.317-1 (défaut de conformité) et R.321-3. Sanctions : jusqu'à 30 000 € d'amende, immobilisation du véhicule, retrait de la carte grise. Conséquences en cas d'accident : **nullité de l'assurance**, responsabilité civile et pénale personnelle du conducteur ET du propriétaire.

Sources • [legifrance.gouv.fr](https://www.legifrance.gouv.fr) — art. L.317-1 et R.321-3 du Code de la route · art. R.311-1 (catégorie L6e) · Code des assurances art. L.113-1

2 • J'OBSERVE

Décris la situation observée :

3 • JE RÉFLÉCHIS

Que vois-je ? Quel risque ?

4 • JE DÉCIDE

Que fais-je ?

5 • JE JUSTIFIE

Pourquoi cette décision ?

6 • JE PRATIQUE

Exercice plateau / circulation :

7 • JE VÉRIFIE • MINI-QCM

Questions du formateur :

8 • JE RETIENS • 3 IDÉES CLÉS

9 • JE M'ÉVALUE

☐ Je découvre

☐ En cours

☐ Je maîtrise

☐ À retravailler

29

CHAPITRE 29

Sanctions & permis probatoire

1 • JE COMPRENDS

Le permis AM (première catégorie obtenue) place son titulaire en **période probatoire de 3 ans** (2 ans si conduite accompagnée) avec un capital initial de **6 points** — art. L.223-1. Il augmente d'un tiers chaque année si aucune infraction n'est commise. Une perte totale entraîne l'invalidation du permis. Infractions courantes : téléphone (3 pts), feu rouge (4 pts), refus priorité piéton (6 pts), alcool > 0,2 g/L (6 pts). Un stage de récupération permet de récupérer 4 points, une fois par an.

Sources • [legifrance.gouv.fr](https://www.legifrance.gouv.fr) — art. L.223-1 à L.223-9 du Code de la route · Décret n° 2003-642 du 11 juillet 2003

2 • J'OBSERVE

Décris la situation observée :

3 • JE RÉFLÉCHIS

Que vois-je ? Quel risque ?

4 • JE DÉCIDE

Que fais-je ?

5 • JE JUSTIFIE

Pourquoi cette décision ?

6 • JE PRATIQUE

Exercice plateau / circulation :

7 • JE VÉRIFIE • MINI-QCM

Questions du formateur :

8 • JE RETIENS • 3 IDÉES CLÉS

9 • JE M'ÉVALUE

☐ Je découvre

☐ En cours

☐ Je maîtrise

☐ À retravailler

30 CHAPITRE 30

Accident : conduite à tenir

1 • JE COMPRENDS

Méthode **P-A-S** : **Protéger** (feux de détresse, gilet, triangle à 30 m), **Alerter** (112 ou 18 pompiers, 15 SAMU, 17 police), **Secourir** (sans mise en danger, ne pas déplacer un blessé). Remplir le **constat amiable** à froid avec l'autre conducteur, prendre des photos, noter les témoins. En cas de blessé ou de désaccord, appeler les forces de l'ordre. Ne jamais quitter les lieux : le **délit de fuite** est puni de 3 ans de prison et 75 000 € d'amende (art. 434-10 CP).

Sources • [legifrance.gouv.fr](https://www.legifrance.gouv.fr) — art. R.231-1 du Code de la route (obligation de porter secours) • art. 434-10 du Code pénal (délit de fuite) • art. L.211-1 du Code des assurances

2 • J'OBSERVE

Décris la situation observée :

3 • JE RÉFLÉCHIS

Que vois-je ? Quel risque ?

4 • JE DÉCIDE

Que fais-je ?

5 • JE JUSTIFIE

Pourquoi cette décision ?

6 • JE PRATIQUE

Exercice plateau / circulation :

7 • JE VÉRIFIE • MINI-QCM

Questions du formateur :

8 • JE RETIENS • 3 IDÉES CLÉS

9 • JE M'ÉVALUE

☐ Je découvre

☐ En cours

☐ Je maîtrise

☐ À retravailler

1 • JE COMPRENDS

Deux responsabilités distinctes. **Responsabilité civile** : obligation de réparer les dommages causés à autrui (personnes, biens) — couverte par l'**assurance obligatoire** (art. L.211-1 Code des assurances). **Responsabilité pénale** : sanctions personnelles pour infraction (amende, points, prison) — **jamais couverte par l'assurance**. Un mineur reste pénalement responsable dès 13 ans (mesures éducatives) et 16 ans (peines). Ses parents restent civilement responsables jusqu'à la majorité.

Sources • legifrance.gouv.fr — art. 1240-1242 du Code civil (responsabilité civile) • art. 121-1 du Code pénal • art. L.211-1 du Code des assurances

2 • J'OBSERVE

Décris la situation observée :

3 • JE RÉFLÉCHIS

Que vois-je ? Quel risque ?

4 • JE DÉCIDE

Que fais-je ?

5 • JE JUSTIFIE

Pourquoi cette décision ?

6 • JE PRATIQUE

Exercice plateau / circulation :

7 • JE VÉRIFIE • MINI-QCM

Questions du formateur :

8 • JE RETIENS • 3 IDÉES CLÉS

9 • JE M'ÉVALUE☐ Je découvre☐ En cours☐ Je maîtrise☐ À retravailler

32

CHAPITRE 32

Assurance obligatoire

1 • JE COMPRENDS

Tout véhicule terrestre à moteur doit être assuré au minimum en **responsabilité civile (« au tiers »)** — art. L.211-1 du Code des assurances. Elle couvre les dommages causés aux tiers. **Défaut d'assurance** : délit — 3 750 € d'amende + 6 points + confiscation possible du véhicule (art. L.324-2). L'attestation d'assurance (« carte verte ») doit être présentée à toute réquisition. Une modification non déclarée du véhicule peut entraîner la **nullité du contrat**. Le Fichier des Véhicules Assurés (FVA) permet un contrôle automatique.

Sources · legifrance.gouv.fr — art. L.211-1 du Code des assurances · art. L.324-2 du Code de la route (défaut d'assurance) · art. R.211-15 (obligation carte verte)

2 • J'OBSERVE

Décris la situation observée :

3 • JE RÉFLÉCHIS

Que vois-je ? Quel risque ?

4 • JE DÉCIDE

Que fais-je ?

5 • JE JUSTIFIE

Pourquoi cette décision ?

6 • JE PRATIQUE

Exercice plateau / circulation :

7 • JE VÉRIFIE • MINI-QCM

Questions du formateur :

8 • JE RETIENS • 3 IDÉES CLÉS

9 • JE M'ÉVALUE

☐ Je découvre

☐ En cours

☐ Je maîtrise

☐ À retravailler

IV

Je *préserve* ma sécurité

Sécurité passive, conditions météo, conduite de nuit, voir & être vu, entretien du véhicule, spécificités électriques, panne, réseaux sociaux.
Tu construis ta conduite quelle que soit la situation.



33
Sécurité passive & active



34
Conduite selon les conditions



35
Conduite de nuit



36
Voir · Être vu · Être compris



37
Entretien & contrôles du
véhicule



38
Spécificités du véhicule
électrique



39
Panne & immobilisation



40
Réseaux sociaux & filmer au
volant

33

CHAPITRE 33

Sécurité passive & active

1 • JE COMPRENDS

Ceinture obligatoire pour le conducteur et tout passager (art. R.412-1). L'appuie-tête doit être réglé pour que le sommet arrive au niveau du haut du crâne — il protège des coups du lapin. Les rétroviseurs et le siège se règlent AVANT de démarrer, jamais en roulant. Aucun objet non attaché ne doit rester dans l'habitacle : à 45 km/h, un smartphone devient un projectile de plusieurs kg lors d'un choc. Pour le passager AM : ceinture obligatoire, comportement calme, pas de distraction du conducteur.

Sources • legifrance.gouv.fr — art. R.412-1 du Code de la route (ceinture) • art. R.412-2 (passager) • Défaut de ceinture : 135 € + 3 points

2 • J'OBSERVE

Décris la situation observée :

3 • JE RÉFLÉCHIS

Que vois-je ? Quel risque ?

4 • JE DÉCIDE

Que fais-je ?

5 • JE JUSTIFIE

Pourquoi cette décision ?

6 • JE PRATIQUE

Exercice plateau / circulation :

7 • JE VÉRIFIE • MINI-QCM

Questions du formateur :

8 • JE RETIENS • 3 IDÉES CLÉS

9 • JE M'ÉVALUE

☐ Je découvre

☐ En cours

☐ Je maîtrise

☐ À retravailler

34

CHAPITRE 34

Conduite selon les conditions

1 • JE COMPRENDS

Méthode systématique : **Qu'est-ce qui change ?** → **Quel risque ?** → **Quelle adaptation ?** **Pluie** : adhérence divisée par 2 après une averse, augmenter distance de sécurité. **Brouillard** : feux de croisement + feux de brouillard, allure très réduite, écoute active. **Vent latéral** : mains fermes, anticipation des zones exposées (ponts). **Verglas / neige** : conduite quasi impossible en Topolino légère, préférer renoncer. **Soleil rasant** : pare-soleil, lunettes, vitesse réduite. L'adaptation de l'allure est obligatoire (art. R.413-17).

Sources • legifrance.gouv.fr — art. R.413-17 du Code de la route (vitesse adaptée) • art. R.416-11 (feux de brouillard)

2 • J'OBSERVE

Décris la situation observée :

3 • JE RÉFLÉCHIS

Que vois-je ? Quel risque ?

4 • JE DÉCIDE

Que fais-je ?

5 • JE JUSTIFIE

Pourquoi cette décision ?

6 • JE PRATIQUE

Exercice plateau / circulation :

7 • JE VÉRIFIE • MINI-QCM

Questions du formateur :

8 • JE RETIENS • 3 IDÉES CLÉS

9 • JE M'ÉVALUE

☐ Je découvre

☐ En cours

☐ Je maîtrise

☐ À retravailler

35

CHAPITRE 35

Conduite de nuit

1 • JE COMPRENDS

Feux de croisement obligatoires dès la tombée du jour (art. R.416-1). **Feux de route** hors agglomération quand aucun véhicule ne vient en face ni devant, à passer en croisement dès 150 m avant (art. R.416-3). **Éblouissement** : ne pas fixer les phares adverses, regarder le bord droit de la chaussée. Visibilité réduite → allure adaptée (souvent inférieure à la limitation). Les piétons et cyclistes sombres sont invisibles au-delà de 25 m sans réflecteurs. Nettoyer pare-brise, vitres et phares avant de partir.

Sources • legifrance.gouv.fr — art. R.416-1 à R.416-14 du Code de la route • Sanction non-usage feux : 135 € + 4 points

2 • J'OBSERVE

Décris la situation observée :

3 • JE RÉFLÉCHIS

Que vois-je ? Quel risque ?

4 • JE DÉCIDE

Que fais-je ?

5 • JE JUSTIFIE

Pourquoi cette décision ?

6 • JE PRATIQUE

Exercice plateau / circulation :

7 • JE VÉRIFIE • MINI-QCM

Questions du formateur :

8 • JE RETIENS • 3 IDÉES CLÉS

9 • JE M'ÉVALUE

☐ Je découvre

☐ En cours

☐ Je maîtrise

☐ À retravailler

36

CHAPITRE 36

Voir · Être vu · Être compris

1 · JE COMPRENDS

Voir : regard actif, balayage, contrôle rétroviseurs, angles morts, anticipation lointaine. **Être vu** : position en 3D dans la circulation, feux allumés, éviter les angles morts des autres, ne jamais rester sous le rétroviseur d'un poids lourd. **Être compris** : clignotants suffisamment tôt (art. R.412-10), positionnement clair sur la voie, gestes ou coup de klaxon si nécessaire. La communication non-verbale entre usagers évite 90 % des situations conflictuelles. Une Topolino est petite : la visibilité que tu obtiens ne dépend que de toi.

Sources · [legifrance.gouv.fr](https://www.legifrance.gouv.fr) — art. R.313-1 (dispositifs d'éclairage) · art. R.412-10 (indicateurs de changement de direction)

2 · J'OBSERVE

Décris la situation observée :

3 · JE RÉFLÉCHIS

Que vois-je ? Quel risque ?

4 · JE DÉCIDE

Que fais-je ?

5 · JE JUSTIFIE

Pourquoi cette décision ?

6 · JE PRATIQUE

Exercice plateau / circulation :

7 · JE VÉRIFIE · MINI-QCM

Questions du formateur :

8 · JE RETIENS · 3 IDÉES CLÉS

9 · JE M'ÉVALUE

☐ Je découvre

☐ En cours

☐ Je maîtrise

☐ À retravailler

37 CHAPITRE 37

Entretien & contrôles du véhicule

1 • JE COMPRENDS

Méthode **Détecter → Comprendre → Décider**. **Pneus** : pression contrôlée à froid une fois par mois, témoin d'usure. **Éclairage** : phares, feux, clignotants, feux de recul, plaque. **Essuie-glaces & lave-glace** : indispensables. **Freins** : bruit anormal → arrêt immédiat. **Voyants** : rouge = arrêt immédiat, orange = intervention rapide. Défaut d'entretien impactant la sécurité → art. R.322-1 (contravention) + engagement de responsabilité en cas d'accident.

Sources • legifrance.gouv.fr — art. R.322-1 du Code de la route (véhicule en bon état) • art. R.313-3 (dispositifs de freinage)

2 • J'OBSERVE

Décris la situation observée :

3 • JE RÉFLÉCHIS

Que vois-je ? Quel risque ?

4 • JE DÉCIDE

Que fais-je ?

5 • JE JUSTIFIE

Pourquoi cette décision ?

6 • JE PRATIQUE

Exercice plateau / circulation :

7 • JE VÉRIFIE • MINI-QCM

Questions du formateur :

8 • JE RETIENS • 3 IDÉES CLÉS

9 • JE M'ÉVALUE

☐ Je découvre

☐ En cours

☐ Je maîtrise

☐ À retravailler

38 CHAPITRE 38

Spécificités du véhicule électrique

1 • JE COMPRENDS

Le Topolino AM est **silencieux à basse vitesse** — le piéton et le cycliste ne t'entendent pas arriver. Depuis 2019, le système AVAS émet un bruit artificiel sous 20 km/h (règlement UE 540/2014). **Accélération** : couple disponible immédiatement, dose progressivement. **Récupération d'énergie** au lever de pédale — anticipe. **Autonomie** réduite par : froid (jusqu'à -30 %), climatisation, conduite rapide, forte pente. **Recharge** : câble sec, prise conforme, ne jamais utiliser une rallonge domestique. **Panne d'énergie** : le véhicule s'arrête net — anticipe toujours la fin de batterie.

Sources • [legifrance.gouv.fr](https://www.legifrance.gouv.fr) — Règlement UE n° 540/2014 (AVAS) · art. R.322-1 du Code de la route

2 • J'OBSERVE

Décris la situation observée :

3 • JE RÉFLÉCHIS

Que vois-je ? Quel risque ?

4 • JE DÉCIDE

Que fais-je ?

5 • JE JUSTIFIE

Pourquoi cette décision ?

6 • JE PRATIQUE

Exercice plateau / circulation :

7 • JE VÉRIFIE • MINI-QCM

Questions du formateur :

8 • JE RETIENS • 3 IDÉES CLÉS

9 • JE M'ÉVALUE

☐ Je découvre

☐ En cours

☐ Je maîtrise

☐ À retravailler

39

CHAPITRE 39

Panne & immobilisation

1 • JE COMPRENDS

Méthode : **Sécuriser → Signaler → Alerter**. Sortir de la chaussée si possible, mettre les feux de détresse, sortir par la portière côté trottoir. Enfiler le **gilet haute visibilité** AVANT de descendre — obligatoire dans le véhicule (art. R.416-19). Placer le triangle à **30 m minimum** en amont, plus si visibilité limitée. Ne pas rester sur la chaussée : se réfugier derrière la glissière. Appeler un dépanneur ou son assurance. Sur autoroute (interdite en AM) : borne d'appel.

Sources • legifrance.gouv.fr — art. R.416-19 du Code de la route (gilet + triangle) • art. R.416-18 (feux de détresse)

2 • J'OBSERVE

Décris la situation observée :

3 • JE RÉFLÉCHIS

Que vois-je ? Quel risque ?

4 • JE DÉCIDE

Que fais-je ?

5 • JE JUSTIFIE

Pourquoi cette décision ?

6 • JE PRATIQUE

Exercice plateau / circulation :

7 • JE VÉRIFIE • MINI-QCM

Questions du formateur :

8 • JE RETIENS • 3 IDÉES CLÉS

9 • JE M'ÉVALUE

☐ Je découvre

☐ En cours

☐ Je maîtrise

☐ À retravailler

40 CHAPITRE 40 Réseaux sociaux & filmer au volant

1 • JE COMPRENDS

Filmer, photographier, publier, consulter son fil au volant : chaque action détourne totalement l'attention. Même si le téléphone est fixé, regarder l'écran est une **distraction majeure** (art. R.412-6). Un passager qui filme peut également distraire le conducteur — le conducteur reste seul responsable. Publier une vidéo de conduite dangereuse peut servir de **preuve à charge** en cas d'accident ou de contrôle. Règle d'or : on filme à l'arrêt, en sécurité, hors circulation.

Sources • [legifrance.gouv.fr](https://www.legifrance.gouv.fr) — art. R.412-6 (état permettant d'exécuter les manœuvres) • art. R.412-6-1 (téléphone en main)

2 • J'OBSERVE

Décris la situation observée :

3 • JE RÉFLÉCHIS

Que vois-je ? Quel risque ?

4 • JE DÉCIDE

Que fais-je ?

5 • JE JUSTIFIE

Pourquoi cette décision ?

6 • JE PRATIQUE

Exercice plateau / circulation :

7 • JE VÉRIFIE • MINI-QCM

Questions du formateur :

8 • JE RETIENS • 3 IDÉES CLÉS

9 • JE M'ÉVALUE

☐ Je découvre

☐ En cours

☐ Je maîtrise

☐ À retravailler

E 20 erreurs classiques du conducteur AM

Cette checklist rassemble les erreurs les plus fréquentes chez les jeunes conducteurs AM. Coche chaque erreur que tu as identifiée dans ta conduite ou observée chez un autre. **Reconnaître une erreur, c'est déjà avoir commencé à la corriger.**

01



Regarder trop près

Le regard fixe l'obstacle au lieu de chercher la zone de sortie.

☐ Je vérifie

02



Oublier les rétroviseurs

Aucun contrôle avant manœuvre ou changement de direction.

☐ Je vérifie

03



Arriver trop vite sur une intersection

Pas d'anticipation, décision tardive.

☐ Je vérifie

04



Confondre priorité et priorité à droite

Rond-point ordinaire pris comme un giratoire prioritaire.

☐ Je vérifie

05



Mal se placer dans un giratoire

Voie extérieure conservée pour sortir loin, ou voie intérieure pour sortir tôt.

☐ Je vérifie

06



Mettre le clignotant trop tard

Information donnée après la manœuvre, plus utile pour les autres.

☐ Je vérifie

07



Ne pas contrôler avant une manœuvre

Marche arrière, demi-tour ou stationnement sans regarder derrière.

☐ Je vérifie

08



Regarder le téléphone

Notification, GPS, musique — attention détournée.

☐ Je vérifie

09



Suivre trop près

Distance insuffisante, incapacité de s'arrêter à temps.

☐ Je vérifie

10



Se laisser influencer par les autres

Céder à la pression du passager ou du conducteur qui suit.

☐ Je vérifie

11



Freiner brutalement au lieu d'anticiper

Décision trop tardive, freinage panique.

☐ Je vérifie

12



Ne pas adapter son allure à la météo

Rouler à 45 km/h sous la pluie ou dans le brouillard.

☐ Je vérifie

13



Ne pas voir un piéton qui hésite

Regard concentré sur la route, absence de balayage.

☐ Je vérifie

14



Se placer dans l'angle mort d'un camion

Rester à côté d'un poids lourd pendant plusieurs secondes.

☐ Je vérifie

15



Partir avec batterie faible

Ne pas anticiper la fin d'énergie, panne en pleine circulation.

☐ Je vérifie

16



Ouvrir la portière sans regarder

Cycliste ou trottinette blessé par l'ouverture.

☐ Je vérifie

17



Filmer pendant qu'on conduit

Distraction visuelle, manuelle et cognitive.

☐ Je vérifie

18



Continuer alors qu'on est fatigué

« Encore quelques kilomètres » — micro-sommeil possible.

☐ Je vérifie

19



Prendre le volant après un médicament

Pictogramme non vérifié, somnolence ou baisse de réflexes.

☐ Je vérifie

20



Envisager le débridage

Délit + assurance nulle + responsabilité totale en cas d'accident.

☐ Je vérifie

P Banque de 20 situations-pièges

Pour chaque situation : lis, réfléchis, note ta décision **avant** de regarder la réponse. Ces scénarios sont ceux qui provoquent le plus d'accidents chez les jeunes conducteurs AM. Objectif : les **reconnaître avant qu'ils n'arrivent**.

01 Priorité à droite dans un lotissement

Tu arrives à une intersection sans panneau dans une zone résidentielle. Une voiture arrive de droite dans une rue étroite.

Ma décision :

✓ **Réponse pédagogique** - Priorité à droite obligatoire (art. R.415-5). Ralentis, vérifie visuellement, cède.

02 Piéton hésitant hors passage

Un piéton est au bord du trottoir à 10 m, semble hésiter, regarde son téléphone.

Ma décision :

✓ **Réponse pédagogique** - Ralentis, garde le pied prêt à freiner. Priorité si engagement (R.415-11).

03 Rond-point vs giratoire

Tu arrives sur un rond-point sans panneau AB25 (« Vous n'avez pas la priorité »).

Ma décision :

✓ **Réponse pédagogique** - C'est un rond-point ordinaire : priorité à droite s'applique, PAS aux véhicules déjà engagés.

04 Bus à l'arrêt

Un bus est à l'arrêt à un arrêt, clignotant gauche allumé pour repartir.

Ma décision :

✓ **Réponse pédagogique** · Priorité au bus qui repart en agglomération (art. R.415-14). Ralentis, cède.

05 Cycliste à droite dans un giratoire

Sur l'anneau, un cycliste circule à droite. Tu veux sortir à la prochaine.

Ma décision :

✓ **Réponse pédagogique** · Contrôle rétroviseur droit + angle mort. Le cycliste est prioritaire, ne le coupe pas.

06 Voiture qui sort d'un stationnement

Une voiture stationnée met son clignotant pour sortir alors que tu arrives.

Ma décision :

✓ **Réponse pédagogique** · Anticipe : ralentis. Elle n'a pas la priorité (art. R.415-16) mais peut mal évaluer.

07 Chaussée mouillée + virage

Tu es limité à 45 km/h. Il pleut, la chaussée est mouillée, tu abordes un virage.

Ma décision :

✓ **Réponse pédagogique** · Réduis avant le virage. Adaptation de l'allure obligatoire (R.413-17).

08 Feu orange à l'approche

Le feu passe à l'orange alors que tu es à 20 m et roules à 40 km/h.

Ma décision :

✓ **Réponse pédagogique** · S'arrêter sauf danger. La règle n'est PAS « passer parce que c'est orange ».

09 Poids lourd tourne à droite

Tu es à droite d'un camion à un feu. Il met son clignotant droit.

Ma décision :

✓ **Réponse pédagogique** - Recule ou reste très en retrait : angle mort majeur. Ne te faufile jamais à droite.

10 Passager qui te presse

Ton passager te dit « vas-y, tu peux passer, ça passe ». Tu doutes.

Ma décision :

✓ **Réponse pédagogique** - Tu es seul responsable. Si tu doutes, tu ne passes pas.

11 Notification pendant que tu roules

Ton téléphone vibre dans ta poche.

Ma décision :

✓ **Réponse pédagogique** - Tu ne le regardes pas. Si urgence supposée, tu t'arrêtes en sécurité (R.412-6-1).

12 Stationnement devant sortie

Il n'y a de place que devant une entrée de garage marquée « Sortie de véhicules ».

Ma décision :

✓ **Réponse pédagogique** - Stationnement gênant (R.417-10) : 135 €. Cherche une autre place.

13 Trottinette qui déboite

Une trottinette électrique circule sur le côté et déboite sans regarder.

Ma décision :

✓ **Réponse pédagogique** - Distance latérale 1 m (ville) / 1,50 m (route). Anticipation, ralentissement.

14 Ambulance derrière avec sirène

Tu es dans un bouchon. Une ambulance arrive derrière avec sirène et gyrophare.

Ma décision :

✓ **Réponse pédagogique** - Facilite le passage sans mise en danger (art. R.415-12). Ne monte pas sur trottoir.

15 Brouillard soudain

Tu roules et rencontres une nappe de brouillard dense.

Ma décision :

✓ **Réponse pédagogique** - Feux de croisement + feux de brouillard, allure adaptée, distance de sécurité augmentée.

16 Chantier avec alternat

Tu arrives à un chantier avec un feu tricolore de chantier au rouge.

Ma décision :

✓ **Réponse pédagogique** - Le feu de chantier a valeur réglementaire. Arrêt obligatoire (R.412-30).

17 Croisement en pente étroite

Route étroite en montée, un véhicule descend en face.

Ma décision :

✓ **Réponse pédagogique** - En pente, priorité au véhicule qui monte (R.414-2). Celui qui descend recule si nécessaire.

18 Sortie de station-service

Tu quittes une station-service pour rejoindre la route.

Ma décision :

✓ **Réponse pédagogique** - Tu n'as PAS la priorité (art. R.415-16). Tu cèdes à tous les véhicules de la chaussée.

19 Enfant qui court sur le trottoir

Un enfant court sur le trottoir à hauteur d'une balle qui roule vers la chaussée.

Ma décision :

✓ **Réponse pédagogique** - Ralentis très fortement. Un enfant est imprévisible. Le prévoir, pas le réagir.

20 Voiturette qui semble bridée

Un copain te propose de « débrider » ta Topolino pour aller à 60.

Ma décision :

✓ **Réponse pédagogique** - Délit (L.317-1) : jusqu'à 30 000 € + nullité assurance + responsabilité totale en cas d'accident.

QCM Global • 10 situations

SYNTHÈSE • MA LOGIQUE EN ACTION

Coche une réponse par question, puis vérifie la correction. Si tu t'es trompé, note la notion à revoir dans ton carnet personnel. Ce QCM synthétise **toute ta formation**.

1. Avant un départ, la priorité est :

- ☐ A. Partir rapidement
- ☐ B. Obtenir les informations nécessaires et contrôler l'environnement
- ☐ C. Regarder uniquement devant

✓ **Correction — B.** Obtenir les informations nécessaires et contrôler l'environnement

Après correction : ☐ J'avais juste ☐ J'ai compris mon erreur ☐ Je dois revoir

2. Une visibilité masquée conduit généralement à :

- ☐ A. Accélérer
- ☐ B. Conserver la même allure
- ☐ C. Adapter l'allure et préparer une éventuelle immobilisation

✓ **Correction — C.** Adapter l'allure et préparer une éventuelle immobilisation

Après correction : ☐ J'avais juste ☐ J'ai compris mon erreur ☐ Je dois revoir

3. Le gabarit sert notamment à :

- ☐ A. Choisir la couleur du véhicule
- ☐ B. Anticiper l'espace nécessaire et la trajectoire
- ☐ C. Déterminer la priorité

✓ **Correction — B.** Anticiper l'espace nécessaire et la trajectoire

Après correction : ☐ J'avais juste ☐ J'ai compris mon erreur ☐ Je dois revoir

4. En marche arrière, si l'information devient insuffisante :

- ☐ A. Continuer lentement
- ☐ B. S'arrêter et reprendre les contrôles
- ☐ C. Accélérer

✓ **Correction — B.** S'arrêter et reprendre les contrôles

Après correction : ☐ J'avais juste ☐ J'ai compris mon erreur ☐ Je dois revoir

5. Face à un usager vulnérable dont l'intention est incertaine :

- ☐ A. Supposer qu'il va rester où il est
- ☐ B. Augmenter la vitesse
- ☐ C. Réduire le risque par l'allure, la position et la marge

✓ **Correction — C.** Réduire le risque par l'allure, la position et la marge

Après correction : ☐ J'avais juste ☐ J'ai compris mon erreur ☐ Je dois revoir

6. La conduite commentée sert principalement à :

- ☐ A. Parler sans observer
- ☐ B. Rendre visibles les informations et le raisonnement
- ☐ C. Remplacer les contrôles

✓ **Correction — B.** Rendre visibles les informations et le raisonnement

Après correction : ☐ J'avais juste ☐ J'ai compris mon erreur ☐ Je dois revoir

7. Un distracteur au volant :

- ☐ A. N'a aucun effet si le trajet est connu
- ☐ B. Peut détourner l'attention de la tâche de conduite
- ☐ C. Améliore l'attention

✓ **Correction — B.** Peut détourner l'attention de la tâche de conduite

Après correction : ☐ J'avais juste ☐ J'ai compris mon erreur ☐ Je dois revoir

8. L'autonomie signifie :

- ☐ A. Rouler sans jamais demander d'aide
- ☐ B. Décider et agir avec une marge de sécurité adaptée
- ☐ C. Rouler plus vite

✓ **Correction** — B. Décider et agir avec une marge de sécurité adaptée

Après correction : ☐ J'avais juste ☐ J'ai compris mon erreur ☐ Je dois revoir

9. Une erreur observée doit être :

- ☐ A. Cachée
- ☐ B. Analysée pour identifier le risque et la correction
- ☐ C. Reproduite immédiatement

✓ **Correction** — B. Analysée pour identifier le risque et la correction

Après correction : ☐ J'avais juste ☐ J'ai compris mon erreur ☐ Je dois revoir

10. Pour décider en sécurité, la bonne logique est :

- ☐ A. Action puis réflexion
- ☐ B. Observation → analyse → décision → action → contrôle
- ☐ C. Accélération → freinage

✓ **Correction** — B. Observation → analyse → décision → action → contrôle

Après correction : ☐ J'avais juste ☐ J'ai compris mon erreur ☐ Je dois revoir

3 Mes fiches de révision

Tu peux utiliser ces fiches après chaque séance ou avant une prochaine conduite. **Essaie d'abord de répondre sans regarder ton cours.**



Le regard

Je regarde pour rechercher des informations utiles et anticiper ce qui peut évoluer.

Erreur à éviter : Fixer l'obstacle ou regarder trop près.

Question : Qu'est-ce que je cherche maintenant ?

Ma phrase de révision : _____



Le gabarit

Je prends en compte l'encombrement réel du véhicule et la marge disponible.

Erreur à éviter : Me fier uniquement à une sensation de largeur.

Question : Quelle trajectoire et quelle marge ai-je ?

Ma phrase de révision : _____



Le freinage

J'adapte mon allure avant d'arriver dans la difficulté.

Erreur à éviter : Décider trop tard.

Question : Ai-je suffisamment de temps et d'espace pour agir ?

Ma phrase de révision : _____



La trajectoire

Je relie regard, allure, placement et sortie du virage.

Erreur à éviter : Regarder trop près et corriger tard.

Question : Où est ma zone de sortie ?

Ma phrase de révision : _____



Les usagers vulnérables

Je n'imagine pas leur comportement : j'anticipe leur incertitude.

Erreur à éviter : Supposer qu'ils vont faire ce que j'attends.

Question : Que se passe-t-il s'il change de trajectoire ?

Ma phrase de révision : _____



Les véhicules lourds

Je garde en tête leur gabarit, leurs angles morts et leurs besoins d'espace.

Erreur à éviter : Rester dans une zone où je suis difficilement perceptible.

Question : Où suis-je visible ?

Ma phrase de révision : _____



Les distractions

Une tâche secondaire peut devenir le risque principal.

Erreur à éviter : Traiter une distraction en conduisant.

Question : Est-ce que cela peut attendre ou dois-je m'arrêter ?

Ma phrase de révision : _____



L'autonomie

Je recherche, je décide, j'agis et je contrôle sans attendre une consigne permanente.

Erreur à éviter : Confondre autonomie et rapidité.

Question : Quelle information me manque avant d'agir ?

Ma phrase de révision : _____

4 Mon auto-évaluation finale

À la fin de la formation, fais le point **honnêtement**. Le but n'est pas d'obtenir une bonne note — c'est de savoir ce que tu maîtrises et ce que tu dois continuer à travailler.

JE SAIS...	JE DÉCOUVRE	AVEC AIDE	SEUL	JE PEUX EXPLIQUER
Préparer mon installation et effectuer les contrôles utiles	☐	☐	☐	☐
Utiliser les commandes et maîtriser la mise en mouvement	☐	☐	☐	☐
Adapter mon allure à la situation	☐	☐	☐	☐
Construire et maintenir une trajectoire adaptée	☐	☐	☐	☐
Prendre en compte le gabarit du véhicule	☐	☐	☐	☐
Réaliser une manœuvre avec une marge de sécurité	☐	☐	☐	☐
Rechercher les informations utiles en circulation	☐	☐	☐	☐
Anticiper les évolutions et les comportements des autres usagers	☐	☐	☐	☐
Adapter ma stratégie face aux usagers vulnérables	☐	☐	☐	☐
Prendre en compte les véhicules lourds et leur visibilité	☐	☐	☐	☐
Éviter les distractions et gérer mes facteurs personnels	☐	☐	☐	☐
Décider et agir avec davantage d'autonomie	☐	☐	☐	☐
Expliquer mes décisions et analyser mes erreurs	☐	☐	☐	☐

MES 3 POINTS FORTS

Ce que je maîtrise après ma formation

1.

2.

3.

MON PLAN D'ACTION

Les 3 points que je veux continuer à travailler

1.

2.

3.

5 Mon bilan de formation

Ce bilan est une trace de ta progression. Tu peux le relire avant chaque conduite pour retrouver les stratégies que tu as construites pendant la formation.

CE QUE JE RETIENS

La stratégie de conduite que je veux conserver

MON OBJECTIF

Après cette formation, je veux continuer à progresser sur...

SIGNATURE DE L'ÉLÈVE

DATE

NOM :

SIGNATURE DU FORMATEUR

Ce livret est un support de formation et de révision — il ne remplace pas les consignes données par ton formateur ni les règles applicables à la conduite.

© 2026 Code 2 Roues · Livret pédagogique · Édition 02/10/2026

6 Glossaire — Les mots à connaître

Tu peux revenir à cette page chaque fois qu'un mot technique te pose question. Les définitions sont volontairement simples pour t'aider à les mémoriser et à les réutiliser en conduite.

Allure	Vitesse adaptée à la situation, à la visibilité, à l'environnement et aux risques.
Anticipation	Action de prévoir une évolution possible pour disposer de temps et d'espace pour agir.
Angle mort	Zone qui n'est pas directement visible depuis la position du conducteur ou dans les rétroviseurs.
Auto-évaluation	Action de faire le point soi-même sur ce que l'on sait faire, ce qui reste difficile et ce que l'on doit travailler.
Autonomie	Capacité à rechercher les informations, décider, agir et contrôler sans attendre une consigne permanente.
Distance d'arrêt	Distance parcourue entre la perception d'une situation nécessitant l'arrêt et l'immobilisation du véhicule.
Gabarit	Encombrement réel du véhicule et espace qu'il occupe lorsqu'il se déplace.
Interaction	Situation dans laquelle ton comportement et celui d'un autre usager peuvent s'influencer.
Marge de sécurité	Temps et espace que tu conserves pour pouvoir réagir si la situation évolue.
Remédiation	Action mise en place pour corriger une difficulté et permettre une progression.
Risque	Possibilité qu'un événement dangereux se produise et entraîne une conséquence.
Trajectoire	Chemin suivi par le véhicule sur la chaussée.
Usager vulnérable	Usager particulièrement exposé en cas de collision, notamment un piéton, un cycliste ou un utilisateur de deux-roues.
Verbalisation	Action d'expliquer ce que tu observes, ce que tu décides, ce que tu fais et pourquoi.
Visibilité	Possibilité de voir suffisamment loin et autour de soi pour pouvoir anticiper.
Zone de sortie	Espace vers lequel tu diriges ton regard et ta trajectoire après une courbe ou une manœuvre.

7 Mon carnet personnel

Ajoute ici les mots, expressions ou exemples que tu veux retenir personnellement. Ce carnet est **ton** livret — celui que tu construis pendant et après ta formation.

MOT / EXPRESSION

**CE QUE CELA SIGNIFIE
POUR MOI**

Exemple :

MOT / EXPRESSION

**CE QUE CELA SIGNIFIE
POUR MOI**

Exemple :

MOT / EXPRESSION

**CE QUE CELA SIGNIFIE
POUR MOI**

Exemple :

MOT / EXPRESSION

**CE QUE CELA SIGNIFIE
POUR MOI**

Exemple :

MOT / EXPRESSION

**CE QUE CELA SIGNIFIE
POUR MOI**

Exemple :

MOT / EXPRESSION

CE QUE CELA SIGNIFIE
POUR MOI

Exemple :

MOT / EXPRESSION

CE QUE CELA SIGNIFIE
POUR MOI

Exemple :

MOT / EXPRESSION

CE QUE CELA SIGNIFIE
POUR MOI

Exemple :



OUVRE CE LIVRET EN LIGNE

Scanne · Feuillette · Partage

Scanne ce QR code avec l'appareil photo de ton mobile pour **feuilletter le livret comme un vrai livre** — animation de pages, plein écran, téléchargement PDF intégré. Sans compte ni inscription.