


Parcours pratique :

1 Maîtriser le maniement de la moto à vitesse réduite et à vitesse plus élevée, hors circulation	2 Appréhender la route et circuler dans des conditions normales	3 Circuler dans des conditions difficiles et partager la route avec les autres usagers	4 Pratiquer une conduite autonome, sûre et économique
1 - Connaître et adopter les comportements sécuritaires en matière d'équipement du motard.	13 - Connaître et respecter les règles de circulation.	21 - Évaluer et maintenir les distances de sécurité.	32 - Suivre un itinéraire de manière autonome.
2 - Connaître la conception de la moto, ses principaux organes, les principales commandes et le tableau de bord.	14 - Rechercher la signalisation, les indices utiles et en tenir compte (notamment ceux spécifiques à la conduite des deux-roues).	22 - Croiser, dépasser, être dépassé.	33 - Préparer et effectuer un voyage longue distance en autonomie.
3 - Maîtriser et déplacer la machine (sans l'aide du moteur).	15 - Positionner le véhicule sur la chaussée et choisir la voie de circulation.	23 - Négocier les virages de la façon la plus sécurisante.	34 - Connaître les principaux facteurs de risque, ceux plus spécifiques à la conduite des motos et les recommandations à appliquer.
4 - Adopter une position de conduite sécuritaire sur la machine - Descendre de la machine en sécurité.	16 - Adapter l'allure aux situations.	24 - Communiquer avec les autres usagers.	35 - Connaître les comportements à adopter en cas d'accident : Protéger, Alerter, Secourir.
5 - Démarrer et s'arrêter en toutes circonstances.	17 - Être en mesure de s'arrêter ou stationner et de repartir en sécurité.	25 - Connaître les caractéristiques des autres usagers et savoir se comporter à leur égard avec respect et courtoisie.	36 - Connaître les dispositifs d'aide à la conduite du véhicule (ABS, aides à la navigation, régulateur, limiteur de vitesse).
6 - Monter et rétrograder les rapports de vitesse.	18 - Tourner à droite et à gauche.	26 - Connaître les particularités des véhicules lourds et savoir se rendre visible.	37 - Avoir des notions sur l'entretien, le dépannage de la moto.
7 - Maîtriser la réalisation d'un freinage.	19 - Détecter, identifier et franchir les intersections suivant le régime de priorité.	27 - S'insérer, circuler et sortir d'une voie rapide.	38 - Pratiquer l'écoconduite.
8 - Connaître les incidences du regard sur la trajectoire et la stabilité.	20 - Franchir les ronds-points et les carrefours à sens giratoire.	28 - Conduire dans une file de véhicule et dans une circulation dense.	 <p>Ce livret d'apprentissage, issu du Référentiel pour l'Éducation à une Mobilité Citoyenne, comporte 4 compétences globales et 38 compétences associées. La numérotation proposée ici est un simple repère.</p>
9 - Tenir l'équilibre, maintenir la stabilité et guider la moto (sans et avec passager).	29 - Connaître les règles relatives à la circulation inter-files. Savoir la pratiquer dans les départements autorisés et si les conditions de sécurité et la situation d'apprentissage le permettent.	30 - Conduire quand l'adhérence et la visibilité sont réduites.	
10 - Maîtriser l'utilisation de l'embrayage (sauf transmission automatique).	31 - Conduire à l'abord et dans la traversée d'ouvrages routiers tels que les tunnels, les ponts.		
11 - Maîtriser les techniques d'inclinaison.			
12 - Maîtriser un freinage d'urgence.			

Votre progression sera inscrite dans votre livret d'apprentissage. Votre formation respectera le programme REMC.

Tout au long de votre parcours, vous serez responsable à mesurer les risques liés à :

Une insuffisance des capacités ou des automatismes
 Une adaptation inadéquate de la vitesse
 Des conditions difficiles (faible adhérence)

Nous vous prouverons la nécessité d'avoir conscience de :

Vos points forts et faibles de vos capacités élémentaires au maniement
 Vos points forts et faibles de vos compétences dans des situations imprévues
 De mener une auto-évaluation de votre parcours pour atteindre une conduite sûre