

Nom - Prénom

Club

**PERFECTIONNE EN SKI DE RANDONNEE : GROUPES DE COMPÉTENCES**

THEME 1	Nom du formateur	Brevet/diplôme	Date et signature
PERF-1.1 - Niveau de pratique			
PERF-1.2 - Expériences - Liste de courses			
THEME 2	Nom du formateur	Brevet/diplôme	Date et signature
PERF-2.1 : Progression ski en montée			
PERF-2.2 : Progression ski en descente			
PERF-2.3 : Progression en neige dure			
THEME 3	Nom du formateur	Brevet/diplôme	Date et signature
PERF-3.1 : Le matériel pour une pratique autonome	<b>Expérimentations en 2022</b>		
PERF-3.2 : Réussir sa sortie en groupe autonome	<b>Stages expérimentaux en 2022</b>		
PERF-3.3 : Environnement de pratique - milieu montagne	<b>Stage Cartographie/Orientation 2 (CO2)</b>		
PERF-3.3.1 : Interpréter les conditions météo	<b>Mise en place 2023</b>		
PERF-3.3.2 : Evoluer en groupe autonome - milieu montagne			
PERF-3.4 : Environnement de pratique - milieu enneigé	<b>Stage Neige et avalanche 2 (NA2)</b>		
PERF-3.4.1 : La neige, les avalanches et le milieu glaciaire			
PERF-3.4.2 : Prévenir les accidents			
PERF-3.4.3 : Intervenir en cas d'accidents			
THEME 4	Nom du formateur	Brevet/diplôme	Date et signature
PERF-4.1 - Ma formation à la FFCAM		<b>Mise en place 2023</b>	

FICHE EXPÉRIMENTALE

# Perfectionné en Ski de Randonnée

Version 1.0 - 2022



## Fiche de compétences

Cette fiche est mise à disposition des clubs et des pratiquants pour la saison 2022. Elle permet de suivre l'acquisition des connaissances et des compétences de chaque pratiquant autour des 4 THEMES :

**THEME 1** : Niveau de pratique et expériences

**THEME 2** : Progression et sécurité dans la pratique

**THEME 3** : Prévention et environnement de pratique

**THEME 4** : Environnement fédéral, des clubs et des pratiques

La validation de l'ensemble des groupes de compétences (regroupement par rubrique) notés de 1.1 à 4.1 et résumés en page 4, permet au pratiquant d'atteindre le niveau « **PERFECTIONNE EN SKI DE RANDONNEE** ». Les groupes de compétences pourront être intégrés au profil de chaque pratiquant dans le système d'informations fédéral dès que l'application « Attestation pratiquant » sera opérationnelle (date prévue : courant 2022).

Cette fiche sera retravaillée à la suite de la saison 2022 en fonction des retours d'expérimentation.

**PERFECTIONNE en ski de randonnée**

Je suis capable de pratiquer le ski de randonnée en groupe autonome, de choisir et de préparer mes sorties en montagne, de les adapter aux conditions de nivologie et à mon niveau technique et physique (en dehors des zones glaciaires)

Je dispose d'une expérience du ski de randonnée en lien à mon niveau de pratique.

---

Je peux poursuivre ma formation personnelle vers l'acquisition de compétences avancées en ski de randonnée ou en ski alpinisme (niveau SPECIALISE)

Je peux également entrer en formation d'initiateur et transmettre ma passion du ski de randonnée à d'autres pratiquants.

# Perfectionné en ski de randonnée

1

NIVEAU -  
EXPÉRIENCES

## 1.1 - NIVEAU DE PRATIQUE

- Progresser à 350 m/h sur une dénivellation de 1000m environ avec un sac à dos pour une randonnée à la journée
- Niveau ski : piste rouge et hors piste des pentes modérées à fortes (jusqu'à 35°)

## 1.2 - EXPÉRIENCES - LISTE DE COURSES

- Liste de 15 sorties en autonomie de difficulté comprise entre 2.1 et 3.1 - dont 5 au moins de niveau minimum 2.3.

2

PROGRESSION ET  
SÉCURITÉ DANS  
LA PRATIQUE

## 2.1 - PROGRESSION SKI EN MONTÉE

Mes compétences validées :

- Adapter la technique de progression, selon le terrain et l'état de la neige, en anticipant les manipulations de matériel
- Adapter le mode de progression selon le terrain et l'état de la neige (distance entre skieurs, progression un par un,...)
- Maîtriser** les changements de direction en pentes modérées à fortes (jusqu'à 35°)

## 2.2 - PROGRESSION SKI EN DESCENTE

Mes compétences validées :

- Maîtriser** la technique de ski toute neige dans des pentes modérées à fortes (jusqu'à 35°)
- Maîtriser** la technique de dérapage en neige dure dans des pentes modérées à fortes (jusqu'à 35°)
- Maîtriser** les conversions aval dans des pentes modérées à fortes (jusqu'à 35°)

## 2.3 - PROGRESSION EN NEIGE DURE

Mes compétences validées :

- Utiliser un piolet en fonction de la pente.
- Réaliser un baudrier de fortune (sangle + mousqueton à vis)
- Maîtriser** un franchissement d'un passage court avec des crampons (montée, descente, traversée horizontale) sur neige dure dans des pentes modérées à fortes (jusqu'à 35°)
- Maîtriser** les techniques de pose d'une main courante : corde + noeuds + amarrage.

3

PRÉVENTION ET  
ENVIRONNEMENT  
DE PRATIQUE

## 3.1 - LE MATÉRIEL POUR UNE PRATIQUE EN GROUPE AUTONOME

Mes connaissances/compétences validées :

- Maîtriser** le réglage et l'entretien du matériel de ski de randonnée.
- Connaître le matériel de sécurité adapté au ski de randonnée pouvant être nécessaire suivant les courses : corde, piolet, crampons, ...
- Contrôler mutuellement que chaque personne du groupe dispose du matériel de sécurité indispensable : DVA, sonde, pelle, couteaux, téléphone).
- Identifier collectivement le matériel nécessaire pour le groupe, dont matériel de navigation (carte, boussole, altimètre, système GPS) et équipement collectif selon le type de course et les conditions nivo-météo prévues.

3

PRÉVENTION ET  
ENVIRONNEMENT  
DE PRATIQUE

4

ENVIRONNEMENT  
FÉDÉRAL ET DES CLUBS

## 3.3.1 - RÉUSSIR SA SORTIE EN GROUPE AUTONOME -

MIS EN PLACE EN 2023

### 3.2.1 - LES BONS COMPORTEMENTS DANS UN GROUPE AUTONOME

- Connaître les principaux facteurs humains (dont piège inconscient) dans un groupe autonome
- Appliquer un mode relationnel entre les différents membres du groupe : désignation du leader, discussion des choix, partage des décisions, applications des consignes, ..
- Animer un briefing au départ et un débriefing en fin de randonnée

### 3.2.2 - MA PRATIQUE DU SKI DE RANDONNÉE EN GROUPE AUTONOME

- Co-construire un projet avec une analyse des risques 3X3
- Récupérer des informations pertinentes sur les conditions via les différentes sources d'informations (site web, réseaux, connaissances, ...)
- Adapter la progression sur le terrain en fonction du groupe, des dangers observés, ... : sécurité, confort, régularité.

## 3.3 - ENVIRONNEMENT DE PRATIQUE : MILIEU MONTAGNE

### 3.3.1 - INTERPRÉTER LES CONDITIONS MÉTÉO -

MIS EN PLACE EN 2023

- Connaître les particularités de la météo montagne
- Interpréter un bulletin météo dans le cadre de sa pratique
- Reconnaître et interpréter sur le terrain les signes d'un changement de météo

### 3.3.2 - EVOLUER EN GROUPE AUTONOME DANS LE MILIEU MONTAGNE -

STAGE CARTOGRAPHIE/ORIENTATION 2

- S'orienter et progresser en montagne avec ou sans visibilité : carte, GPS, ..
- Lire le terrain et identifier ses caractéristiques : pentes, orientation, ..
- Identifier les dangers/risques objectifs lors de la préparation et sur le terrain

## 3.4 - ENVIRONNEMENT DE PRATIQUE : MILIEU MONTAGNE ENNEIGÉ

STAGE NEIGE/AVALANCHE 2

### 3.4.1 - APPROFONDIR SES CONNAISSANCES SUR LA NEIGE, LES AVALANCHES ET LE MILIEU GLACIAIRE

- Connaître les principes de transformation de la neige
- Connaître les différents type d'avalanches et expliquer le mécanisme de déclenchement de plaques
- Connaître les autres risques liés à la montagne enneigée et glaciaire

### 3.4.2 - PRÉVENIR LES ACCIDENTS EN MILIEU MONTAGNE ENNEIGÉ : IDENTIFIER LES RISQUES DANS LA PRÉPARATION ET SUR LE TERRAIN (DÉMARCHE 3X3)

- Extraire et interpréter les informations essentielles d'un BERA et connaître les situations avalancheuses typiques
- Identifier sur la carte les zones nécessitant des précautions dans la progression
- Identifier sur le terrain les signaux d'alarme (observables, tests de stabilité, réévaluation du BERA, ..)
- Appliquer une méthode de réduction des risques, en préparation et sur le terrain

### 3.4.3 - INTERVENIR EN CAS D'ACCIDENT EN MILIEU MONTAGNE ENNEIGÉ

- Vérifier avant le départ le matériel de sécurité, les moyens de communication et de positionnement
- Organiser et conduire un secours dont une recherche multi-victimes

## 4.1 - LA FORMATION À LA FFCAM

- Connaître le principe de la formation des pratiquants et des cadres à la FFCAM
- Positionner ses propres compétences dans le cadre des activités des clubs.



# Fiches de compétences : ski de randonnée

Version 1.0 - 2022

## MODE D'EMPLOI

saison 2022

### Fiches de compétences : principe

Les fiches de compétences sont mises à disposition des adhérents, des clubs et des comités territoriaux de la FFCAM. Elles proposent un cadre permettant aux formateurs d'organiser simplement la formation des pratiquants dans toutes les activités.

Elles permettent un suivi de l'acquisition des compétences d'un pratiquant sur la base de deux niveaux de pratiques successifs, « INITIE » et « PERFECTIONNE » :

- **INITIE** : je suis initié à la pratique du ski de randonnée.
- **PERFECTIONNE** : je pratique le ski de randonnée en groupe autonome.

Pour chaque niveau (INITIE et PERFECTIONNE), les compétences sont organisées en quatre THEMES, ces thèmes étant identiques quelle que soit l'activité. Chaque thème comporte plusieurs groupes de compétences. Chaque groupe de compétences est validé quand toutes les compétences le sont. Seuls les groupes de compétences validés devront être reportés dans l'application « **attestation pratiquant** » disponible dans « l'espace licencié » courant 2022. Le pratiquant peut suivre ainsi sa progression et les compétences lui restant à acquérir s'il souhaite valider le niveau INITIE ou PERFECTIONNE.

Un pratiquant ayant validé toutes les groupes de compétences dispose alors automatiquement du niveau **INITIE ou PERFECTIONNE en ski de randonnée**. Ces informations seront disponibles dans son « espace licencié » (mise en œuvre informatique courant 2022).

### Validation des connaissances/compétences :

La validation des compétences donne de fait au formateur un rôle d'évaluateur. Il peut valider chaque compétence au fil du temps d'apprentissage, lors d'activités au sein du club, ou lors d'un stage, un rassemblement, une sortie collective, un cycle de formation... La validation des compétences/connaissances n'est donc plus une traditionnelle « validation de stage ».

Dans chacune de ces situations, il est tout à fait possible de ne valider que certaines compétences. Le formateur précisera alors au pratiquant le processus nécessaire permettant de compléter son apprentissage : plus d'expérience, plus de diversité dans les terrains de pratique, un autre cycle de formation, un autre stage ...



## Dispositions transitoires 2022

L'application « **attestation pratiquant** » permettant de valider les groupes de compétences sera disponible courant 2022. Les clubs et les formateurs souhaitant dès à présent s'appuyer sur les nouveaux parcours de formation, doivent travailler dans un premier temps sur les fiches papier et transférer très simplement ces validations vers l'application lorsqu'elle sera opérationnelle.

## Qui peut valider les fiches de compétences ?

**INITIES** : Les encadrants brevetés (initiateurs, instructeurs) sont formés pour valider les groupes de compétences au niveau INITIE. Les professionnels disposant d'un agrément « formateur FFCAM » pourront également valider ces groupes de compétences.

**PERFECTIONNES** : les instructeurs sont compétents pour valider les compétences au niveau PERFECTIONNE ainsi que certains professionnels disposant d'un agrément « formateur FFCAM ». Certains initiateurs disposant d'une bonne expérience de formateur dans leur club ou dans leur comité peuvent également valider les compétences au niveau PERFECTIONNE. Pour ces initiateurs, une demande faisant état de leurs compétences est à faire à partir de l'application « **attestation pratiquant** » dans leur espace licencié dès qu'elle sera disponible.

## Agrément des professionnels

Un agrément « formateur FFCAM » sera attribué aux professionnels qui le souhaitent par la Direction Technique Nationale (DTN) en fonction de leurs prérogatives professionnelles, et sous réserve de disposer d'une information préalable sur le système de formation de la FFCAM. Il est en effet nécessaire que ces professionnels puissent « porter » le système de formation de la FFCAM auprès des pratiquants, et qu'ils puissent les accompagner dans leur parcours de formation. Ce processus d'agrément sera mis en place courant 2022, à partir de l'application « **Attestation pratiquant** ». Cet agrément ne porte que sur la formation des pratiquants.

## Contenu des fiches de compétences :

Pour simplifier la lecture des compétences, la fiche est construite autour de (1) connaissances, de (2) compétences (simples) et de (3) compétences maîtrisées.

Les connaissances doivent être vues comme un « savoir » ne nécessitant pas d'expérience. Les compétences doivent être vues comme un « savoir-faire » ou un « savoir-être » associé à une expérience plus ou moins importante. Exemple appliqué au ski de randonnée :

- **Connaissance** : je connais le principe de la conversion aval - je suis capable de l'expliquer. Je n'ai pas besoin de la réaliser.
- **Compétence** : je sais réaliser une conversion aval - je suis capable de réaliser cette technique que j'ai reproduit quelques fois avec succès.
- **Compétence maîtrisée** : Je maîtrise la conversion aval - je suis capable de réaliser cette technique dans des situations très diverses, et je l'ai reproduite un grand nombre de fois : je suis capable de la montrer et de l'expliquer.

Une compétence maîtrisée relève souvent d'une problématique de sécurité, et nécessite plus de répétition et donc d'expérience pour s'assurer de sa maîtrise. Ce type de compétences commence par le mot « **maîtriser** ».

## THEMES : mode d'emploi - saison 2022

Le tableau ci-dessous précise les modalités de mise en oeuvre pour 2022.

1

NIVEAU -  
EXPÉRIENCE

Ces deux groupes de compétences peuvent être évalués par le formateur lors de sorties collectives, d'un rassemblement, d'un camp ... afin de vérifier que le niveau de pratique et d'expérience du pratiquant est conforme au niveau attendu. Il n'est pas forcément nécessaire de mettre en place des tests.

La liste de courses ne peut pas à être certifiée par le formateur qui n'a pas nécessairement participé à ces sorties. Par contre, ce dernier peut attester une adéquation entre le niveau attendu par la liste de courses et la pratique observée sur le terrain. Une discussion informelle entre le pratiquant et le formateur peut venir consolider cette observation, ce dernier pouvant proposer de renforcer cette expérience qui peut être considérée comme insuffisante par rapport au niveau attendu.

2

PROGRESSION ET  
SÉCURITÉ DANS  
LA PRATIQUE

Ce thème porte sur les techniques de progression et de sécurité dans l'activité. Les groupes de compétences peuvent être validés à tout moment, y compris en dehors d'un stage. Il n'y a donc pas lieu de faire une déclaration de stage sauf si vous souhaitez diffuser une proposition de formation sur le site [www.ffcam.fr](http://www.ffcam.fr). Certains groupes de compétences peuvent être transversaux à d'autres activités. La validation de l'un donne automatiquement validation de l'autre.

Complémentaire aux fiches de compétences, un référentiel sera mis à disposition au cours de la saison 2022 précisant chaque connaissance/compétence de cette fiche. Les formateurs pourront ainsi mettre en place les formations correspondantes en fonction de ce référentiel.

3

PRÉVENTION ET  
ENVIRONNEMENT  
DE PRATIQUE

Ce thème comporte des groupes de compétences transversaux à d'autres activités. Par exemple, le groupe de compétences « Milieu montagne » est transversal à la randonnée montagne, l'alpinisme, le vélo de montagne, la raquette à neige, .. Dès lors que ce groupe de compétences est validé, il l'est automatiquement dans les autres activités de façon transversale.

Les groupes de compétences 3.1 et 3.2 sont présentés pour information. Ils seront expérimentés lors de la saison 2022. Ils ne sont pas nécessaires cette saison, pour tous.

Les groupes 3.3 et 3.4 correspondent aux compétences acquises lors des stages Carto-Orientation (1 ou 2) ou Neige Avalanche (1 ou 2). Il conviendra donc aux pratiquants de suivre ces stages pour valider les compétences correspondantes. Le groupe 3.3 évoluera en 2023 afin d'intégrer des compétences en matière de « météo » et des « connaissances sur l'environnement montagne ».

4

ENVIRONNEMENT  
FÉDÉRAL ET DES CLUBS

Ce thème porte sur l'environnement fédéral, des clubs et des pratiques. Ce thème est totalement transversal à toutes les activités et porte sur des éléments de compréhension des activités dans un club, de la formation à la FFCAM, ... S'il est validé, il l'est automatiquement dans toutes les activités

Ce thème sera mis en place en 2023, et ne nécessite aucune validation en 2022.