

COMPETENCES 3.3 PRATIQUANT PERFECTIONNE / V1 : ENVIRONNEMENT DE PRATIQUE : MILIEU MONTAGNE

CONTEXTE :

La mise en place des nouveaux cursus de formation et l'évolution des usages des pratiquants induits des modifications des compétences visées dans des traditionnels stages CO1 (initiation carto-orientation) et CO2 (perfectionnement carte-orientation), précisement :

- **Complémentarité** : les CO sont intégrés dans le thème 3.3 « Environnement de pratique : milieu montagne » des fiches de compétences des pratiquants initiés et perfectionnés => les redondances avec les autres thèmes sont évitées (par ex la méthode 3x3 avec le thème 3.2 « Réussir sa sortie »).
- **Intégration** : le thème 3.3 est composé de 2 parties : 3.3.2 «Evoluer dans le milieu montagne » correspondant aux compétences de carto-orientation, et 3.3.1 (niveau initié) « Connaître le milieu montagne », cad l'éducation à l'environnement, et 3.3.1 (niveau perfectionné) « Interpréter les conditions météo ». L'enregistrement dans l'extranet concerne la validation des compétences du niveau 3.3 complet.
- **Transversalité** : le thème 3.3 est commun aux activités randonnée montagne, trail, ski et surf de randonnée, alpinisme, canyon et vélo de montagne, et donc aux spécialités, raquettes et randonnée alpine. La mise en oeuvre veillera à la prise en compte des différents milieux et à la concertation avec les CFA concernées.
- **Evolution des pratiques** : généralisation de l'usage des outils numériques d'orientation, qui se placent dorénavant au centre des formations.

OBJECTIF DE LA FORMATION

Public concerné

- Pratiquants en recherche d'autonomie pour co-encadrer en club, pour sortir seul ou en groupe autonome ou devenir encadrant. Il peut pratiquer des activités pédestres, des sports de neige, du VTT - et la validation de ce groupe de compétence sera nécessaire pour devenir initiateur - de l'alpinisme, du canyon - validation recommandée à l'initiateur de ces activités.

Pré-requis :

Compétences du 3.3 initié, notamment :

- Avoir une lecture basique des cartes topographiques.
- Connaître l'usage d'une application de positionnement par satellite ou d'un GPS et d'une boussole.
- Connaître les recommandations fédérales de pratique.
- Savoir adapter son équipement aux prévisions météo et connaître les précautions à prendre en cas de changement brutal de conditions météo.

Objectif de la formation :

- Compléter / consolider les compétences d'orientation, pour permettre aux stagiaires de les mettre en oeuvre dans n'importe quelle situation, précisément en cas de mauvaise visibilité (nuit, brouillard), absence de signal GPS, relief difficile ou hors sentier.
- Sensibiliser les stagiaires à l'impact des conditions météo sur le bon déroulement d'une sortie et donc à la nécessité de s'informer au préalable des prévisions météo, de veiller au bon équipement du groupe, et d'adapter l'objectif de la sortie en fonction des conditions locales et de leur évolution.
- Valider ces compétences
- Donner l'envie d'encadrer / co-encadrer et apporter aux futurs encadrants des précisions sur les cursus de formation fédéraux et des éléments de conduite de groupe

PROPOSITION DE FORMULATION DES COMPÉTENCES 3.3 POUR 2024

3.3.1 Interpréter les conditions météo

- Connaître les conséquences des conditions météorologiques sur les activités et les mesures de précaution à prendre
- Savoir analyser le bulletin météo (pictos, évolution à venir, les vigilances Météo France...)
- Connaître les particularités de la météo en montagne et savoir détecter un changement de temps sur le terrain

3.3.2 Evoluer en groupe autonome dans le milieu montagne

- Interpréter finement les informations d'une carte topographique.
- Maîtriser l'usage des outils d'orientation (boussole et géolocalisation par satellite)
- Créer un itinéraire complexe (hors sentier, mauvaise visibilité, points de décision, plan B...) et établir le plan de marche correspondant
- Sur le terrain, adapter son itinéraire en fonction des conditions ou événements

COMPÉTENCES DÉTAILLÉES

Ce tableau, précise l'étendue des compétences que tout pratiquant perfectionné doit avoir, et donc montre au formateur jusqu'où aller raisonnablement dans sa formation. Il ne correspond pas à un programme ordonné de formation, les séquences pédagogiques pouvant être organisées autrement.

	Compétences 3.3.1 : Interpréter les conditions météo
1- Impact sur les activités	Connaître les conséquences des conditions météorologiques sur les activités et les mesures de précaution à prendre
	Impact de différentes conditions météo sur la sécurité et sur le plaisir de pratique
	Effet de l'altitude sur la température et la pression, effet du vent sur la température ressentie
	Précautions/ équipement à prendre par ciel dégagé / en cas d'orage / vent etc... ; L'importance de la phase de préparation de l'activité (3x3)
2- Bulletin météo	Savoir analyser le bulletin météo (pictos, évolution à venir, les vigilances Météo France...)
	Connaître les sites de prévision : Météo France, Météo Blue, Météo montagne et BERA Comprendre les informations disponibles (température, vent, précipitations, évolutions et indice de confiance)
	Connaître la définition et les effets : anticyclone, dépression, échelle des phénomènes : ampleur, vitesse de progression... Pression atmosphérique, baromètre, altimètre
3- Conditions locales	Connaître les particularités de la météo en montagne et savoir détecter un changement de temps sur le terrain
	L'orage : reconnaître les signes d'orage et l'attitude à adopter Les vents : connaître l'influence du relief, effet venturi, vent de vallée, foehn etc... nuage de chapeau
	Arrivée d'une perturbation : front chaud/froid, nuages précurseurs, échelle de temps Météo et état de la neige (en option ?)

	Compétences 3.3.2 : Evoluer en groupe autonome dans le milieu montagne
1- Lecture de carte	Interpréter finement les informations d'une carte topographique
	Maîtriser les éléments complexes : route/piste/sentier balisé ou non, type de végétation, chaos rocheux/éboulis/barre rocheuse, dépression... Savoir calculer l'altitude d'un point Evaluer les pentes : connaître les couleurs associées aux pentes, calculer la pente en fonction de l'espacement des courbes de niveau. Maîtriser le vocabulaire : convexe/ concave, rive G/D, amont/aval, ubac/adret, dénominations régionales (ex : col/pas/port) ...
2- Outils d'orientation	Maîtriser l'usage des outils d'orientation (boussole et géolocalisation par satellite)
	Connaître le principe de fonctionnement des outils de géolocalisation par satellites et leurs avantages, inconvénients et limites. Connaître les coordonnées UTM Maîtriser le maniement de son outil de géolocalisation par satellites, cad savoir : - configurer l'appareil (coordonnées UTM, système géodésique) - charger le fond de carte nécessaire pour utilisation hors réseau - charger une trace, positionner un point remarquable - les coordonnées UTM de l'endroit où on se trouve - suivre une route, rallier un Way-point et enregistrer sa trace
	Savoir s'orienter à la boussole (sans GPS) : suivre un azimuth, faire un jalonnement, une triangulation simplifiée
3- Plan de marche	Créer un itinéraire complexe (hors sentier, mauvaise visibilité, points de décision, plan B...) et établir le plan de marche correspondant
Progression sans visibilité	Connaître les stratégies de progression sans visibilité et sans GPS (erreur volontaire, main courante, « triangulation » simplifiée, jalonnement ...) Savoir les mettre en oeuvre sans GPS Connaître la méthode 3x3 d'aide à la décision, et notamment la préparation et l'adaptation aux conditions trouvées sur le terrain.
Plan de marche	Savoir établir un itinéraire et un plan de marche sur carte, cad savoir : - choisir un itinéraire compatible avec l'activité pratiquée, en particulier sur les aspects sécurité, pratique éco-responsable et gestion de groupe - Identifier les passages clés et les points de décisions - Prévoir un ou plusieurs plans B (itinéraire alternatif, repli...) - Etablir un plan de marche (distance-durée-profil altimétrique, caractéristiques terrain, points de décision) Savoir créer un itinéraire GPX (succession de waypoints ou tracé)
4- Adapter son itinéraire	Sur le terrain, adapter son itinéraire en fonction des conditions ou événements
	Sur le terrain, savoir suivre son itinéraire et l'adapter en fonction des conditions ou événements.
	Savoir partager/faire accepter la décision
Bonus	Connaître les cursus de formation d'initiateur nécessitant la validation du 3.3 (en randonnée montagne, ski et surf de randonnée, vélo de montagne) et les possibilités de spécialisation.

REALISATION / ASPECTS LOGISTIQUES

Durée minimale de formation : 2 jours (habituellement en stage)

Encadrement : A minima un instructeur Carto ; Equipe d'encadrement : un encadrant pour 4 à 6 participants