

Bleu : compétences initié =&gt; auto-évaluation pour entrée en formation perfectionné

| Prénom et NOM :                          |                                                                                                                           | Auto<br>évaluation<br>avant<br>formation<br>initiale | Evaluation<br>fin formation<br>initiale<br>par les<br>stagiaires | Evaluation<br>fin formation<br>initiale<br>par les cadres | Commentaires / remarques à la fin du stage initial |
|------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|
| <b>1. CONNAISSANCE DU MILIEU</b>         |                                                                                                                           |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 1.1                                      | Recommandations de pratique / autres usagers                                                                              |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 1.2                                      | Recommandations / montagne hivernale                                                                                      |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 1.3                                      | Règlementations environnementales                                                                                         |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 1.4                                      | Gérer sa protection (soleil, vent, froid, pluie)                                                                          |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 1.5                                      | Effet de l'altitude, vent, froid                                                                                          |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 1.6                                      | Protection de la foudre                                                                                                   |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 1.7                                      | Appel des secours                                                                                                         |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| <b>2. LECTURE DE CARTE TOPOGRAPHIQUE</b> |                                                                                                                           |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 2.1                                      | Informations principales (échelle, légende, relief)                                                                       |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 2.2                                      | Courbes de niveau, sens de la pente, altitude                                                                             |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 2.3                                      | Lecture relief (crête, dépression, thalweg...)                                                                            |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 2.4                                      | Distance entre 2 points                                                                                                   |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 2.5                                      | Nord de la carte, nord géographique, nord magnétique                                                                      |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 2.6                                      | Coordonnées UTM d'un point sur la carte (mesure, positionnement)                                                          |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 2.7                                      | lecture fine carte (reliefs, routes/sentiers, chaos rocheux, végétation)                                                  |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 2.8                                      | Vocabulaire topographique (convexe/concave, rive G/D...)                                                                  |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 2.9                                      | Evaluation des pentes (couleurs, calcul...)                                                                               |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 2.10                                     | Passages délicats                                                                                                         |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| <b>3. OUTILS D'ORIENTATION</b>           |                                                                                                                           |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 3.1                                      | Fonctionnement et limites d'utilisation de la boussole                                                                    |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 3.2                                      | Mesure d'un azimut à la boussole (carte et terrain)                                                                       |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 3.3                                      | Fonctionnement et limites d'utilisation du GPS                                                                            |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 3.4                                      | Configuration GPS (unités, fonds de cartes...)                                                                            |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 3.5                                      | Affichage des coordonnées UTM d'un point (carte/terrain)                                                                  |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 3.6                                      | Importation d'un itinéraire GPX                                                                                           |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 3.7                                      | Utilisation et limites d'un altimètre barométrique                                                                        |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 3.8                                      | Azimut et contre-visée / triangulation simplifiée                                                                         |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 3.9                                      | Méthodes de jalonnement                                                                                                   |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 3.10                                     | Création et chargement d'un way-point / d'une trace                                                                       |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 3.11                                     | Etre capable de déceler les erreurs de mesures GPS                                                                        |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 3.12                                     | Etre capable de déceler les erreurs de mesures altimètre                                                                  |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| <b>4. TRANSFERT CARTE-TERRAIN</b>        |                                                                                                                           |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 4.1                                      | Orienter la carte et se situer sur la carte (cas simple)                                                                  |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 4.2                                      | Analyse d'un itinéraire simple à partir de son trace/sa trace (distance/durée/profil altimétrique/difficultés objectives) |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 4.3                                      | Suivre un itinéraire peu complexe sur sentiers avec carte et boussole                                                     |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 4.4                                      | Suivre une trace GPX, peu complexe et sur sentiers                                                                        |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 4.5                                      | Enregistrer sa trace sur son GPS / smartphone                                                                             |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 4.6                                      | Erreur volontaire et main courante                                                                                        |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 4.7                                      | Principe de l'outil de décision 3x3                                                                                       |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 4.8                                      | créer un itinéraire adapté à l'activité (sécurité, pratique éco-responsable, gestion du groupe)                           |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 4.9                                      | Plan de marche, points de décision, plan B                                                                                |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 4.10                                     | suivre un itinéraire complexe hors sentier / mauvaise visibilité avec carte et boussole et l'adapter aux conditions       |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 4.11                                     | suivre un itinéraire complexe hors sentier / mauvaise visibilité... avec GPS et l'adapter aux conditions (3x3)            |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| <b>5. Météo</b>                          |                                                                                                                           |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 5.1                                      | analyse du bulletin météo (préparation sortie)                                                                            |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 5.2                                      | Situations délicates météo                                                                                                |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 5.3                                      | Reagir en cas de changement météo                                                                                         |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |
| 5.4                                      | Signaux d'alarme sur le terrain                                                                                           |                                                      |                                                                  |                                                           |                                                    |

compétences devant être obligatoirement acquises à l'issue du stage initial

Je connais et je maîtrise/pratique  
 Je connais mais ne maîtrise/pratique pas  
 Je ne connais pas.