

Nom - Prénom	Club
--------------	------

INITIÉ EN ALPINISME : GROUPES DE COMPÉTENCES

THEME 1	Nom du certificateur	Brevet/diplôme	Date et signature
INI-1.1 - Niveau de pratique			
INI-1.2 - Expériences - Liste de courses			

THEME 2	Nom du certificateur	Brevet/diplôme	Date et signature
INI-2.1 : Techniques de cordes			
INI-2.2 : Progression sur glacier			
INI-2.3 : Progression en neige et glace			
INI-2.4 : Progression en rocher			

THEME 3	Nom du certificateur	Brevet/diplôme	Date et signature
INI-3.1 : Mon matériel, mon équipement		Mise en place 2023	
INI-3.2 : Les bons comportements en alpinisme		Mise en place 2023	
INI-3.3 : Environnement de pratique - milieu montagne			
INI-3.3.1 : Connaître et s'adapter au milieu montagne		Mise en place 2023	
INI-3.3.2 : Evoluer dans le milieu montagne		Mise en place 2023	
INI-3.4 : Environnement de pratique - milieu enneigé Ces compétences peuvent s'acquérir dans les stages « Initiation Cartographie et orientation - CO1 »			
INI-3.4.1 : Connaître le milieu enneigé, les avalanches, le milieu glaciaire		Mise en place 2023	
INI-3.4.2 : Prévenir les accidents		Mise en place 2023	
INI-3.4.3 : Intervenir en cas d'accidents		Mise en place 2023	

THEME 4	Nom du certificateur	Brevet/diplôme	Date et signature
INI-4.1 - La pratique des activités dans les clubs		Mise en place 2023	



FICHE PRATQUANT

Initié en Alpinisme

Version 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 suivants :

THEME 1 : Niveau de pratique et expériences

THEME 2 : Techniques 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 notés de 1.1 à 4.1 et résumés en page 4, permet au pratiquant d'atteindre le niveau « INITIE EN ALPINISME ». 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 courant 2022.

INITIE en alpinisme :

Je suis initié à la pratique de l'alpinisme : techniques de base, connaissance du milieu et de l'environnement de pratique, des bons comportements en alpinisme, ...

Je dispose d'une petite expérience en alpinisme en lien à mon niveau de pratique.

Je connais le principe de l'offre de formation pratiquant qui m'est proposée (INITIE, PERFECTIONNE, SPECIALISE) pour acquérir des compétences complémentaires en alpinisme.

Je peux poursuivre ma formation vers plus d'autonomie dans ma pratique de l'alpinisme (niveau PERFECTIONNE).

Initié en Alpinisme

1

NIVEAU - EXPÉRIENCES

1.1 - NIVEAU DE PRATIQUE

- ☐ Évoluer avec un dénivelé à un rythme de 300m/heure - 800 m minimum avec un sac à dos comportant du matériel d'alpinisme.
- ☐ Grimper dans un niveau 5a/b en second.

1.2 - EXPÉRIENCES - LISTE DE COURSES

- ☐ Disposer d'une liste de 5 courses en alpinisme rocher et neige/glace (PD minimum) en second.

2.1 - TECHNIQUES DE CORDES EN MILIEU MONTAGNE

Mes connaissances validées :

- ☐ Identifier les différents types de cordes et leurs utilisations : simple, à double, jumelée.
- ☐ Connaître les principaux types de matériels utilisés pour la progression en alpinisme : métalliques et textiles, fixes et amovibles.
- ☐ Connaître le principe et les éléments d'un relais : couplage, mousqueton maître.

Mes compétences validées :

- ☐ Régler et organiser son baudrier : longe, descendeur, mousquetons, autobloquant, anneaux.
- ☐ Lover et délover une corde.
- ☐ Réaliser rapidement des anneaux de buste.
- ☐ Se sécuriser au relais et se vacher avec une longe ou avec la corde.
- ☐ Se déplacer le long d'une corde fixe (autobloquant ou longe).
- ☐ Maîtriser la réalisation de nœuds usuels (dont plein poing, huit, pêcheur double, cabestan, autobloquants).
- ☐ Maîtriser son encordement en bout et en milieu de corde.
- ☐ Maîtriser la descente en rappel : préparation et descente avec autobloquant.

2.2 - PROGRESSION SUR GLACIER

Mes connaissances validées :

- ☐ Connaître les règles et les techniques de progression sur glacier à 2 ou à 3 sur pentes faibles.

Mes compétences validées :

- ☐ Progresser de manière sûre avec crampons et piolet sur la glace.
- ☐ Poser un point d'ancrage et s'y vacher (broche à glace ou corps mort).
- ☐ Enrayer la chute d'un membre de la cordée (glissade ou crevasse).
- ☐ Franchir une crevasse en s'assurant mutuellement.
- ☐ Réaliser un corps mort sous tension et transférer la charge sur l'ancrage.
- ☐ Maîtriser le réglage et la fixation de ses crampons.
- ☐ Maîtriser la progression corde tendue : gestion de la tension, du changement de direction, du rythme).

2.3 - PROGRESSION EN NEIGE ET GLACE

Mes connaissances validées :

- ☐ Connaître le principe de progression en neige et/ou en glace sur des pentes moyennes à fortes (corde tendue, par longueurs) et les actions à réaliser en tant que second dans chacune de ces situations.
- ☐ Connaître les différents types de protections en neige et en glace (points d'assurage, relais).
- ☐ Choisir le piolet adapté à la course envisagée (taille, type).

Mes compétences validées :

- ☐ Progresser de manière sûre et équilibrée sur différents types de neiges, avec et sans crampons.
- ☐ Utiliser différentes techniques de cramponnage selon la pente (pieds à plat, mixte, pointes avant).
- ☐ Utiliser différentes préhensions du piolet selon les terrains.
- ☐ Enrayer sa propre chute avec et sans piolet.
- ☐ Poser un point d'ancrage et s'y vacher (broche à glace ou corps mort).
- ☐ Maîtriser la progression corde tendue en second en montée comme en descente (gestion de la tension, du changement de direction, du rythme).

2

TECHNIQUES ET SÉCURITÉ DANS LA PRATIQUE

2.4 - PROGRESSION EN ROCHER

Mes connaissances validées :

- ☐ Connaître le principe de progression avec assurage en mouvement et par longueurs, et les actions à réaliser en tant que second (manipulation des protections naturelles et amovibles et des relais).

Mes compétences validées :

- ☐ Grimper sans précipitation et en maîtrisant les gestes de base : placement des pieds, placement du bassin, test des prises...
- ☐ Établir une communication claire verbale (vaché, libre, départ, ...) ou non verbale à toutes les étapes de la progression.
- ☐ Maîtriser l'assurage d'un premier de cordée depuis le sol ou un relais avec un système d'assurage adapté.
- ☐ Maîtriser la récupération du matériel du relais et des points d'assurage (coinceurs, friends, anneaux...).
- ☐ Maîtriser la progression avec assurage en mouvement, en second de cordée (gestion de la tension, du changement de direction, du rythme).

2

TECHNIQUES ET SÉCURITÉ DANS LA PRATIQUE

3

PRÉVENTION ET ENVIRONNEMENT DE PRATIQUE

3.1 - MON MATÉRIEL - MON ÉQUIPEMENT

- MISE EN PLACE EN 2023

3.2 - LES BONS COMPORTEMENTS EN ALPINISME - ACTIVITÉ ENCADRÉE

- MISE EN PLACE EN 2023

3.3 - ENVIRONNEMENT DE PRATIQUE : MILIEU MONTAGNE

3.3.1 - CONNAÎTRE ET S'ADAPTER AU MILIEU MONTAGNE

- MISE EN PLACE EN 2023

- ☐ Connaître le milieu de ma pratique (milieu montagne).
- ☐ Optimiser ses capacités physiques et les adapter au milieu montagne.
- ☐ Adapter son équipement au milieu et à la météo (prévisions et évolution sur le terrain).

3.3.2 - ÉVOLUER DANS LE MILIEU MONTAGNE

- MISE EN PLACE EN 2023

Ces compétences peuvent s'acquérir dans les stages « Initiation Cartographie et orientation - CO1 »

- ☐ Se situer sur une carte et transmettre sa position.
- ☐ Identifier les dangers/risques objectifs dans le cadre d'une pratique encadrée.

3.4 - ENVIRONNEMENT DE PRATIQUE : MILIEU ENNEIGÉ

- MISE EN PLACE EN 2023

Ces compétences peuvent s'acquérir dans les stages « Initiation Neige et avalanches - NA1 »

3.4.1 - CONNAÎTRE LE MILIEU ENNEIGÉ, LES AVALANCHES, LE MILIEU GLACIAIRE

- ☐ Connaître le principe du manteau neigeux et les mécanismes des avalanches.
- ☐ Identifier les autres risques liés au milieu enneigé : milieu glaciaire, corniches, glissade, ..

3.4.2 - PRÉVENIR LES ACCIDENTS EN LIEU ENNEIGÉ

- ☐ Comprendre le BERA et le lien entre le risque BERA et le terrain (carte des pentes).
- ☐ Progresser en sécurité dans un milieu enneigé et comprendre les consignes du leader.

3.4.3 - INTERVENIR EN CAS D'ACCIDENT EN MILIEU ENNEIGÉ

- ☐ Maîtriser l'utilisation de son matériel de sécurité personnel.
- ☐ Réussir le test de localisation/dégagement d'une victime d'avalanche.
- ☐ Intervenir à une situation d'avalanche en suivant les consignes du leader.

4

ENVIRONNEMENT FÉDÉRAL ET DES CLUBS

4.1 - LA PRATIQUE DES ACTIVITÉS DANS LES CLUBS

- Mise en place en 2023



Fiches de compétences : Alpinisme

Saison 2022

MODE D'EMPLOI



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 de l'alpinisme.
- **PERFECTIONNE** : je peux pratiquer l'alpinisme 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 constituant 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 alpinisme**. 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 des 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 lui permettant de compléter son apprentissage : plus d'expériences, 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 sans disposer de cette application, 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 nécessaire par le président du club (ou un gestionnaire) depuis EXTRANET - rubrique « autorisation formateur » dès que cette rubrique sera disponible. Vous en serez informés.

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, et sera initié par le président du club (ou un gestionnaire). 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 connaissances et de compétences.

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 à l'alpinisme :

- **Connaissance** : je connais le principe de la descente en rappel - je suis capable de l'expliquer.
- **Compétence** : je sais réaliser une descente en rappel - je suis capable de réaliser cette technique que j'ai reproduit quelques fois avec succès.

Une compétence **maîtrisée** relève souvent d'une problématique de sécurité, et nécessite plus de répétitions et donc d'expériences 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 -
EXPÉRIENCES

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'expériences 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

TECHNIQUES 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. 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 2023 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 et 2023. Ils ne sont pas nécessaires cette saison, pour tous.

Les groupes 3.3 et 3.4 correspondent aux compétences acquises lors des stages Cartographie-Orientation (1 ou 2) ou Neige Avalanche (1 ou 2). Il est conseillé aux pratiquants en alpinisme de suivre ces stages sans les rendre obligatoires pour 2022. 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.