

<b>Nom - Prénom</b>	<b>Club</b>
---------------------	-------------

**PERFECTIONNE EN ALPINISME : GROUPES DE COMPÉTENCES**

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

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

THEME 3	Nom du certificateur	Brevet/diplôme	Date et signature
PERF-3.1 : Le matériel pour une pratique autonome en alpinisme		Mise en place 2023	
PERF-3.2 : Réussir sa sortie autonome en alpinisme		Mise en place 2023	
PERF-3.3 : Environnement de pratique - milieu montagne			
PERF-3.3.1 : Interpréter les conditions météo		Mise en place 2023	
PERF-3.3.2 : Evoluer en autonomie - milieu montagne		Mise en place 2023	
PERF-3.4 : Environnement de pratique - milieu enneigé <i>Ces compétences peuvent s'acquérir dans les stages « Perfectionnement neige et avalanche - NA2 »</i>			
PERF-3.4.1 : Le milieu enneigé, les avalanches, le milieu glaciaire		Mise en place 2023	
PERF-3.4.2 : Prévenir les accidents		Mise en place 2023	
PERF-3.4.3 : Intervenir en cas d'accidents		Mise en place 2023	

THEME 4	Nom du certificateur	Brevet/diplôme	Date et signature
PERF-4.1 - Mon parcours de formation à la FFCAM		Mise en place 2023	



FICHE PRATIQUANT

# Perfectionné 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 :

**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 « **PERFECTIONNE 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 (date prévue : courant 2022).

### PERFECTIONNE en alpinisme :

Je suis capable de pratiquer l'alpinisme en groupe autonome, de choisir et de préparer mes sorties en montagne, de les adapter aux conditions rencontrées, à mon niveau technique et physique et celui de mes partenaires de cordée.

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

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

Je peux également entrer en formation d'initiateur et transmettre ma passion de l'alpinisme à d'autres pratiquants.

# Perfectionné en Alpinisme

1

NIVEAU -  
EXPÉRIENCES

## 1.1 - NIVEAU DE PRATIQUE

- Evoluer avec un dénivelé de 300m par heure - 800 m minimum avec un sac à dos comportant du matériel d'alpinisme.
- Grimper dans un niveau 5a/b en tête en escalade sur sites équipés.
- Evoluer dans des pentes de neige modérées à fortes en premier de cordée.

## 1.2 - EXPÉRIENCES - LISTE DE COURSES

- Liste de 15 courses montagne neige/glace/rocher en tête ou réversible (niveau PD minimum dont 5 en AD).

## 2.1 - TECHNIQUES DE CORDE EN MILIEU MONTAGNE

### Mes connaissances validées :

- Connaître et expliquer les principes mécaniques liés au grimpeur, à l'assureur et aux éléments de protection : effet poulie, force de choc, facteur de chute et tirage.

### Mes compétences validées :

- Adapter le matériel et les techniques de protection afin de limiter le tirage (dégaines rallongeables, anneaux, alternance des brins de cordes à double...).
- Réaliser un rappel sans descendeur.
- Réaliser des techniques d'aide au second en difficulté : traction grenouille, envoi d'un brin, moufflage simple ...
- Maîtriser la gestion de la corde au relais : sur une vire ou en paroi.
- Maîtriser la réalisation de nœuds usuels (dont demi-cabestan, nœud de mule, nœud de sangle sur cordelette, nœuds de jonction pour rappel, nœud de cœur...).
- Maîtriser l'utilisation et le placement des points d'assurage.
- Maîtriser la réalisation d'un relais : vérification et utilisation du matériel en place et/ou en plaçant du matériel amovible (triangulation des points).
- Maîtriser la réalisation et la gestion d'un rappel : placement adapté au terrain et récupération des cordes, sur ancrage naturel ou sur matériel (à vérifier, à compléter ou à placer).
- Maîtriser la mise en place et l'organisation d'une réchappe.
- Maîtriser la remontée sur une corde simple ou double avec autobloquant mécanique et/ou cordelettes.
- Maîtriser l'installation d'une main courante.

## 2.2 - PROGRESSION SUR GLACIER

### Mes connaissances validées :

- Préciser les principaux dangers et les règles de progression sur glacier.

### Mes compétences validées :

- Mettre en place les techniques simples de sauvetage en crevasse : communication, auto-sauvetage, envoi d'une boucle, prévention du sur-accident, alerter...
- Maîtriser les principes et techniques d'encordement sur glacier : réserve de corde (anneaux de buste, corde enkitée), potences fixes et mobiles.
- Maîtriser une progression adaptée à la configuration du glacier et choisir son itinéraire (crevasses, séracs, rimaye, chutes de pierres).
- Maîtriser l'assurage corde tendue sur glacier avec nœuds de freinage éventuels.
- Maîtriser le franchissement d'une crevasse en gérant la sécurité de la cordée.

## 2.3 - PROGRESSION EN NEIGE ET GLACE

### Mes connaissances validées :

- Savoir estimer et expliquer le risque lié aux avalanches, l'orientation et l'inclinaison des pentes.

### Mes compétences validées :

- Faire la trace sans/avec crampons sans/avec piolet (écart des pas, taille des marches, rythme).
- Maîtriser le choix de l'itinéraire afin d'adapter la progression à la configuration du terrain (pentes, crevasses, séracs, chutes de pierres, qualité de neige ou glace...).
- Maîtriser les différents types d'encordement sur neige et glace avec potence fixe ou mobile.
- Maîtriser le choix et l'utilisation d'un matériel adapté à la progression (montée, descente, traversée, changement d'orientation) : bâtons, piolet, crampons.

2

TECHNIQUES ET  
SÉCURITÉ DANS  
LA PRATIQUE

2

TECHNIQUES ET  
SÉCURITÉ DANS  
LA PRATIQUE ...  
SUITE

- Maîtriser l'assurage en mouvement, corde tendue courte et anneaux à la main en fonction des conditions (qualités de neige, traces, fréquentation...) et identifier les limites de cette progression.
- Maîtriser l'assurage en mouvement, corde tendue longue avec pose de protections intermédiaires, sur des pentes moyennes à fortes.
- Maîtriser l'assurage en relais, à la taille, sur mousqueton ou système d'assurage (piolet, corps-morts, broches à glace...).
- Maîtriser la progression sur arête de neige et les actions à effectuer en cas de chute d'un second.
- Enrayer la chute d'un (ou de deux) second(s) sur pente de neige.
- Maîtriser la pose d'ancrages : lunules, broches, corps morts, corps mort récupérable, ancrés à neige, champignons....
- Maîtriser la progression sur arête de neige et les actions à effectuer en cas de chute d'un second.
- Enrayer la chute d'un (ou de deux) second(s) sur pente de neige.
- Maîtriser le franchissement de rimays en montée ou en descente (avec ou sans relais).

## 2.4 - PROGRESSION EN ROCHER

### Mes connaissances validées :

- Connaître les principes de fiabilité dans le temps du matériel en place (pitons, goujons, textile), et les règles de leurs utilisations.

### Mes compétences validées :

- Choisir et organiser son matériel sur son baudrier.
- Contrôler et utiliser des protections naturelles (béquets, écaïles...).
- Contrôler et évaluer la fiabilité de l'équipement en place.
- Maîtriser la pose de points d'assurage (coinceurs câblés ou mécaniques, anneaux...).
- Maîtriser l'assurage en mouvement, corde tendue courte et anneaux à la main et identifier les limites de ce type de progression.
- Maîtriser l'assurage en mouvement, corde tendue longue avec pose de protections intermédiaires (naturels ou amovibles).
- Maîtriser la progression par longueurs et la pose de relais.

3

PRÉVENTION ET  
ENVIRONNEMENT  
DE PRATIQUE

## 3.1 - LE MATÉRIEL POUR UNE PRATIQUE AUTONOME

- MISE EN PLACE EN 2023

## 3.2 - RÉUSSIR SA SORTIE AUTONOME EN ALPINISME

- MISE EN PLACE EN 2023

## 3.3 - ENVIRONNEMENT DE PRATIQUE : MILIEU MONTAGNE

### 3.3.1 - INTERPRÉTER LES CONDITIONS MÉTÉO

- MISE EN PLACE EN 2023

### 3.3.2 - EVOLUER EN AUTONOMIE DANS LE MILIEU MONTAGNE

- MISE EN PLACE EN 2023

*Ces compétences peuvent s'acquérir dans les stages « Perfectionnement cartographie et orientation - CO2 »*

## 3.4 - ENVIRONNEMENT DE PRATIQUE : MILIEU ENNEIGÉ

- MISE EN PLACE EN 2023

*Ces compétences peuvent s'acquérir dans les stages « Perfectionnement neige et avalanche - NA2 »*

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

### 3.4.2 - PRÉVENIR LES ACCIDENTS : IDENTIFIER LES RISQUES DANS LA PRÉPARATION ET SUR LE TERRAIN

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

4

ENVIRONNEMENT  
FÉDÉRAL ET DES CLUBS

## 4.1 - MON PARCOURS DE FORMATION À LA FFCAM

- MISE EN PLACE EN 2023

- Connaître le principe de la formation des pratiquants et des cadres à la FFCAM.
- Préciser la notion de compétences dans le cadre de sa propre formation.
- Expliquer le principe et la responsabilité du co-encadrement dans son club.



# 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 -  
EXPERIENCES

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 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  
SECURITE 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 2023 précisant chaque connaissance/compétence de cette fiche. Les formateurs pourront ainsi mettre en place les formations correspondantes en fonction de ce référentiel.

3

PREVENTION 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  
FEDERAL 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.