



## FICHE D'INFORMATION

### Diplôme d'Etat de Ski – moniteur national de ski nordique de fond

*UF7 "concevoir, mettre en œuvre et évaluer une randonnée nordique et un raid nordique tels que définis dans le mémento de la méthode française de l'enseignement du ski nordique, en sécurité dans le milieu montagnard enneigé, hors des pistes*

#### ***Présentation***

Cette unité de formation vise à développer et valider les compétences suivantes :

- Concevoir, mettre en œuvre et évaluer les éléments théoriques, pratiques, techniques et pédagogiques en ski de randonnée nordique tels que définis par les classes 3 et 4 du mémento de la méthode française de l'enseignement du ski nordique, en sécurité dans le milieu montagnard enneigé, hors des pistes, en prenant en compte les spécificités du public et de l'environnement
- Adapter l'enseignement technique et pédagogique de la pratique de la randonnée nordique, du raid nordique et développer la capacité à gérer en autonomie un groupe sur pistes et hors des pistes
- Acquérir des connaissances pratiques et théoriques sur la neige, la météorologie et le milieu montagnard enneigé
- Maîtriser des techniques propres à la recherche de victimes d'avalanches et au message d'alerte

Les modalités d'évaluation sont les suivantes :

Les épreuves se déroulent dans l'ordre chronologique suivant :

1. Une épreuve de recherche multi-victimes en avalanche à l'aide d'un DVA (acquis/non acquis).
2. Le candidat conduit un groupe en ski de randonnée nordique sur un itinéraire hors-pistes en réalisant des choix d'itinéraires et en utilisant des outils d'orientation, sur une durée de quarante-cinq minutes minimum (coefficient 1 ; notées sur 20)
3. Le candidat conduit un groupe en ski de randonnée nordique au cours d'un raid nordique. Cette épreuve est suivie d'un entretien relatif à la sécurité au cours duquel le candidat doit réaliser un message d'alerte aux services de secours locaux après un accident d'avalanche ou autre circonstance d'accident, en langue française. Pour valider ce module, le candidat doit passer un appel clair et compréhensible, contenant des informations précises permettant aux services de secours d'accomplir leur mission. (Coefficient 1 ; notée sur 20).

Les candidats ayant acquis l'épreuve 1 et ayant validé les épreuves 2 et 3 sont déclarés admis à l'UF 7.

#### ***Conseils de préparation pour cette unité de formation***

*Cette unité de formation s'inscrit dans la continuité de l'unité de formation UF3, il est donc utile de relire les contenus avant de venir en formation... ;-)*

#### **S'entraîner en orientation en hiver !**

Avoir un minimum d'expérience en orientation en milieu enneigé avant de participer à cette UF.

En effet, la durée de la formation et l'ensemble des contenus abordés ne laissent que peu de temps consacré à l'orientation en milieu enneigé. Conseils : pratiquer la rando nordique hors piste et l'orientation sur des cartes françaises ou suisses au 1/25000.

### **Conduire une randonnée !**

- S'intéresser et ne pas sous estimer l'aspect pédagogique lié à la randonnée nordique. En effet, lors d'une randonnée nordique, la conduite de son groupe en toute sécurité ainsi qu'une approche pédagogique liée au milieu traversé sont des compétences fondamentales du moniteur de ski nordique.

### **S'entraîner au DVA !**

- Les stagiaires doivent être munis d'un DVA permettant la recherche multi-victimes (quel que soit le modèle) sur toute la durée du stage y compris pendant le raid. Anticipez sur le prêt ou la location de ces appareils (auprès de vos amis pisteurs, AMM, ou auprès du CAF ou de certains magasins). Il est conseillé d'utiliser le même appareil sur toute la durée du stage et sur l'épreuve d'évaluation afin de bien en maîtriser le fonctionnement.

### **Matériel nécessaire**

A posséder dès le début du stage :

- Une boussole plaquette
- Un altimètre ( GPS facultatif)
- Un protège carte étanche
- Un sifflet, + carnet + crayon
- Un petit sac à dos (20 à 30 litres de capacité),
- Un équipement complet de randonnée nordique (type back-country): skis à écailles ; bâtons solides et chaussures adaptées. (Possibilité de louer ce matériel sur la station en début de stage)
- Equipement vestimentaire de randonnée (prévoir suffisamment de vêtements chauds et étanches, gants chauds, etc)
- Un DVA permettant la recherche multi-victimes avec piles neuves, + piles de rechange, une pelle et une sonde,
- Une corde dynamique de 30 m (corde type randonnée), 8 mm – 1 sangle – 1 mousqueton de sécurité
- Une trousse de pharmacie individuelle avec couverture de survie,
- Une lampe frontale
- Un grand sac à dos (50 à 70 litres),
- Un duvet chaud de type confort minimum 0°/-5C°
- Un matelas de sol (autogonflant)
- Un réchaud + gamelle + thermos
- Petit matériel de réparation (ficelles/tournevis/scotch type américain)
- Matériel de bivouac (allumes feux/ bâches)

Il est prévu un raid de 2 jours en autonomie en 1ère semaine avec nuitée en bivouac et un deuxième raid de 2 jours en deuxième semaine. Il est donc impératif d'être en possession du matériel dès la 1ère semaine de formation.

### **Réalisation d'un dossier de compte rendu de 6 randonnées nordiques**

Le dossier a pour but de rendre compte de votre expérience dans l'organisation et la conduite de randonnées en conditions hivernales et de vous préparer aux exigences de cette unité de formation.

#### Où et comment faire ces randonnées ?

- Le parcours de ces randonnées s'effectuera majoritairement hors piste avec un matériel nordique adapté aux terrains d'exercice des prérogatives professionnelles. Les randonnées alpines ne sont pas acceptées dans ce dossier (elles peuvent toutefois être citées dans l'expérience professionnelle de la fiche de présentation).

- Une randonnée au moins sur les six devra être réalisée avec un groupe de clients sous la responsabilité d'un professionnel de la montagne (moniteur de ski, AMM ou guide de haute montagne). Le stagiaire est placé uniquement en situation d'observateur.

- Une randonnée sur les six pourra être réalisée en raquette à neige.

Comment faire le document ? quand le rendre ?

Le dossier comporte 2 parties :

- Présentation du candidat et de la randonnée nordique dans votre massif
- 1 fiche topo pour chacune des 6 randonnées (1 page par randonnée)

Il est à remettre 7 jours avant le début de la formation à Philippe Morel, responsable de la formation, le format numérique

Adresse d'envoi : [philippe.morel@ensm.sports.gouv.fr](mailto:philippe.morel@ensm.sports.gouv.fr)

1- Présentation du candidat

- Nom prénom, état civil,
- Situation professionnelle et projet professionnel à court terme,
- Expérience liée au contenu de l'UF sécurité, randonnée, raid nordique et milieu montagnard
- (Pratique de l'orientation en période estivale, pratique personnelle ou professionnelle d'autres activités en montagne.)
- Présentation de la randonnée nordique dans le massif
- Atout et faiblesse de votre massif pour le développement de la randonnée nordique

2- Fiches topo de vos sorties ( 1 page par randonnée)

Sur chaque fiche technique doit apparaître :

- L'identification éventuelle des participants à la sortie,
- Le nom et le lieu de la randonnée (massif),
- La date de la randonnée,
- La durée totale de la randonnée (minimum 4 heures),
- Une description succincte de la randonnée (problèmes rencontrés, matériel utilisé, gestion du temps...),
- Les conditions météorologiques et nivologiques rencontrées (enneigement, danger d'avalanche : joindre au minimum un bulletin météo et un bulletin avalanches relatif à une des sorties)
- Le cadre de la randonnée (seul, en famille, en club, en groupe, dans le cadre d'une structure professionnelle ou autre...),
- Trace GPS de la sortie

**Pour toutes informations complémentaires :**

**CNSNMM Prémanon:**  
Tel standard: 03 84 60 78 37

**Contact responsable de la formation:**  
[philippe.morel@ensm.sports.gouv.fr](mailto:philippe.morel@ensm.sports.gouv.fr)