

CURSUS D.E. SKI NORDIQUE

CURSUS, VOLUME ET CONTENU DE FORMATION

Arrêté du 26 avril 2013
 Arrêté du 22 mai 2017
 Arrêté du 1^{er} octobre 2012 (FGCMEEESM)

PRÉ-REQUIS : 17 ANS AU 31 DÉCEMBRE DE L'ANNÉE CIVILE AU COURS DE LAQUELLE SE DÉROULE LE TEST

Test technique (validité 3 ans au 1^{er} novembre qui suit la date d'obtention)

PSC1

ÊTRE AGÉ DE 18 ANS CYCLE PRÉPARATOIRE En centre de formation agréé

Base de l'enseignement du ski nordique de fond débutant, classe 1 et sécurité, acquisitions techniques classe 2 et 3 et activités dérivées. **70H**

Ouverture d'un livret de 3 ans non prorogeable
TEST DE CAPACITÉ TECHNIQUE : ÉPREUVE DE PERFORMANCE ET DE DÉMONSTRATION
 Ouverture d'un 2^{ème} temps de formation de 3 ans prorogeable 1 an sur demande

FORMATION AU CNSMM (PRÉMANON)

EN 1^{ER} LIEU UF FONDAMENTAUX DU SKI NORDIQUE de fond et de ses activités dérivées dont le biathlon **70H**

Fondamentaux de l'enseignement du ski nordique de fond et sécurité classe 2 et 3 + acquisitions techniques classe expert

UF SÉCURITÉ 1 - SNF et activités dérivées dont le biathlon en milieu montagnard **35H**

Fondamentaux sécurité, cartographie, orientation et milieu montagnard

UF ENVIRONNEMENT PROFESSIONNEL réglementation et adaptation au public **35H**

Connaissances dans les domaines de l'environnement social, juridique, touristique et économique dans lequel évolue professionnellement le stagiaire

Ouverture d'un 3^{ème} temps de formation de 4 ans prorogeable 1 an renouvelable 1 fois

Stage pédagogique d'application **25J**

6 sorties en randonnées nordiques à la journée dès UF sécurité 1 validée

UF PRATIQUES COMPÉTITIVES du ski nordique de fond et de ses activités dérivées dont le biathlon **35H**

Connaître les fondements théoriques de l'entraînement et ses principes généraux
 Connaître le cadre général d'organisation de la FFS, mettre en oeuvre une compétition fédérale
 Développer les savoirs faire dans le domaine des activités dérivées

Dossier : création de produit touristique et économique en lien avec le SNF

UF MAÎTRISE TECHNIQUE ET PÉDAGOGIE de l'enseignement du SNF et de ses activités dérivées dont le biathlon **70H**

Maîtrise technique et pédagogique dans l'ensemble des classes
 Mettre en application des démarches et procédés pédagogiques

UF SÉCURITÉ 2 - SNF et activités dérivées en milieu montagnard **70H**

Raid, randonnée nordique et milieu montagnard
 Perfectionnement toute neige tout terrain
 Capacité à gérer en autonomie et en sécurité un groupe sur pistes et hors pistes
 Perfectionnement des déplacements en toutes neiges tous terrains (dont telemark)

Stage pédagogique de sensibilisation 25 J

1^{ER} CYCLE

2^{ÈME} CYCLE

FGCMEEESM

35H

25J

Test technique

Une épreuve de performance se déroulant en technique de patinage et consistant en un parcours chronométré, de 7,5 km pour les hommes et de 5 km pour les femmes
 Le niveau de performance correspond à 22% de tolérance par rapport à l'ouvreur
 -Une épreuve de démonstration technique se déroulant en technique classique

Conditions d'inscription : être âgé de 17 ans révolus au 31 décembre de l'année civile du test

Cycle préparatoire

Objectifs : aborder les éléments théoriques, pratiques, techniques du ski nordique de fond dans la classe débutant et la classe 1 ; acquisitions techniques du ski nordique de fond dans les classes 2 et 3

Conditions d'inscription : être âgé de 18 ans le 1er jour de la formation, être titulaire du PSC1 ou de l'AFPS et produire l'attestation de recensement ou du certificat individuel de participation à la journée défense et citoyenneté (JDC)

Epreuve de capacité technique

Une épreuve de performance consistant en un parcours chronométré de 7,5 kilomètres pour les hommes et de 5 kilomètres pour les femmes effectué en technique classique
 Le niveau de performance correspond à 22% de tolérance par rapport à l'ouvreur : Une épreuve de démonstration technique qui s'effectue en technique de patinage

Conditions d'inscription : avoir validé le cycle préparatoire

1er cycle

1-UF fondamentaux de l'enseignement du ski nordique de fond et de ses activités dérivées

Objectifs : éléments théoriques et pratiques portant sur les classes 2 et 3. Acquisitions techniques de classe expert

Conditions d'inscription : avoir effectué 25 jours de stage en situation Avoir un livret de formation en cours de validité , avoir validé le test de capacité technique depuis moins de cinq ans

2 - UF sécurité 1 ski nordique de fond et activités dérivées dont le biathlon en milieu montagnard

Objectifs : lecture de cartes, orientation en milieu montagnard ; Connaissances de base sur le milieu montagnard et la sécurité

3 - UF environnement professionnel

Objectifs : acquisition de connaissances dans les domaines de l'environnement professionnel socio-économique, juridique et touristique

2ème cycle

1 - UF pratiques compétitives du ski nordique de fond et de ses activités dérivées dont le biathlon

Objectifs : connaissance du cadre général de la FFS ; connaissances portant sur l'entraînement ;

Conditions d'inscription : avoir validé le premier cycle ; Avoir satisfait à l'épreuve de la Formation générale commune (FGCMEEESM)

2 - UF maîtrise technique et pédagogique de l'enseignement du ski nordique de fond et de ses activités dérivées dont le biathlon

Objectifs : maîtrise technique et pédagogique de l'ensemble des classes ; adaptation aux personnes en situation de handicap

Conditions d'inscription : avoir réalisé 25 jours de stage d'application ; présenter un dossier portant sur le développement des activités et des territoires à partir de l'expérience acquise lors du stage d'application.

3 - UF sécurité 2 ski nordique de fond et activités dérivées en milieu montagnard enneigé

Objectifs : adaptation de l'enseignement technique et pédagogique à la pratique de la randonnée, du raid nordique et développement de la capacité à gérer en autonomie un groupe sur pistes et hors des pistes

Conditions d'inscription : Présenter un rapport d'expérience de 6 sorties en ski de randonnée en moyenne montagne